



Västmanland

VERKSAMHETSBERÄTTELSE MED ÅRSREDOVISNING

RF-SISU

Västmanland

2023

ORDFÖRANDE JAN ANDERSSON
DISTRIKTSIDROTTSCHEF KRISTIN PLEICK

Ett händelserikt 2023

Verksamhetsårets 2023 präglades ömsom av glädje och framgång, ömsom av utmaningar.

Det är glädjande att aktivitetssiffrorna ökar igen efter coronapandemin. Samtidigt är det en bit kvar. Förklaringen heter återstartsarbete – med fokus på återrekrytering. Stora insatser har mobiliserats för att få tillbaka barn, unga och ledare i verksamhet igen. Ett arbete som fortsätter och är prioriterat även under 2024. Ett viktigt arbete!

Samtidigt som idrottsrörelsen var i en återstartsfas hände mycket i vår omvärld under 2023. Kriget i Ukraina påverkar oss alla på olika sätt. Även för idrottsrörelsen har kriget lett till ökade kostnader, inte minst på el men även för foder till djur. Flera föreningar har också drabbats av ökade räntekostnader.

Men vi har många goda exempel på föreningar som på ett kreativt sätt hanterat motgångarna.

Ekeby BK i Hallstahammar har tappade många medlemmar under pandemin vilken gav dem anledning att se över verksamheten. Ett resultat av medlemstappet är att föreningen beslutade sig för att satsa på en ny målgrupp – personer med funktionsnedsättning. Genom detta har föreningen fått både nya medlemmar och ledare.

Knäppmora AIK, innebandy i Skinnskatteberg startade efter pandemin ett tjejlag födda 12-13-14. Laget växte snabbt med tjejer som ville spela innebandy. Kort efter starten behövde föreningen dela upp laget i olika åldersgrupper. En del i framgångsreceptet är att de arbetat aktivt med att skapa en bra lagkänsla och har flera kringaktiviteter för att skapa sammanhållning. Idag är det totalt 35 tjejer som spelar i två olika åldersindelningar.

En kris som drabbade oss väldigt lokalt i Västmanland under 2023 var den afrikanska svinpesten som bröt ut i Fagersta den 6 september. Idrotten påverkades direkt när hårda restriktioner infördes i skog och mark.

RF-SISU Västmanland agerade snabbt och med hjälp av Fagersta och Norbergs kommun kunde vi mobilisera tillsammans med Jordbruksverket.

Gemensamma informationsträffar för idrottsföreningarna i det drabbade området har genomförts under hösten med fokus på att, likt under pandemin, hitta sätta att ställa om till smittsäker verksamhet. Särskilda insatser gjordes för att försöka rädda skidklassikern Engelbrektsloppet och i mitten av oktober fick föreningen det glädjande beskedet att dispensansökan godkänts och tävlingarna kunde genomföras.

En viktig del i RF-SISU Västmanlands uppdrag är att företräda idrottsrörelsen. Under året har vi samverkat med Region Västmanland, länets tio kommuner, Länsstyrelsen och civilsamhället för att skapa goda förutsättningar för föreningsliv och folkbildning i Västmanland. Vi arbetar aktivt för att lyfta idrottens gemensamma frågor, och möjligheter, i forum med andra samhällsaktörer. Under 2023 har vi framför allt valt att fokusera på två intressepolitiska områden: Plats för idrott och Idrott hela livet.

Under våren genomförde vi vår årliga kommundurné "En timme med idrotten" med samtliga kommuner där vi möter kommunstyrelseordförande och kommunchef tillsammans med politiker och tjänstepersoner från Kultur- och fritid.

I augusti blev vi inbjudna av Region Västmanland till en träff med social- och idrottsminister Jacob Forssmed. I november tog vi emot Vasiliki Tsouplaki, riksdagsledamot och första vice gruppleadare i Vänsterpartiet och Havar Asaiesh, kommunalråd Västerås samt andra vice ordförande i Nämnden för kultur, idrott, fritid och förebyggande på Idrottens hus.

Andra saker att skriva upp på glädjelistan är att vi också håller ställningarna som ett väletablerat folkbildningsdistrikt i landet. Under året har vi gjort särskilda satsningar på lärgruppsledare i föreningarna. Vi har delat ut pris till Månades lärgruppsledare för att manifesteras och hylla föreningarnas starka folkbildningsarbete. De som utsetts till



Månadens lärgruppsledare är; *Anna Lindahl från Baståsens Ridklub, Ylwa Edberg från Kolsva Idrottsförening, Theresia Hållen från Norrby Sportklubb, Daniel Kolsmyr från VSK Bandy, Oscar Ågren från Mälardalens Dansklubb, och Mikaela Lindberg från VästeråsIrsta Handbollsforening.*

Vi kan konstatera att idrottsrörelsen i Västmanland är helt fantastisk. Idrotten är ständigt i rörelse där länets fantastiska idrottsledare fångar barn, unga, vuxna och äldre med målet att få alla att stanna och vara aktiva inom idrottsrörelsen hela livet. Vi vill rikta ett STORT TACK till idrotten, länets kommuner, Region Västmanland, Länsstyrelsen Västmanland och alla andra samverkans partners för ett mycket starkt idrottsår.

Nu fortsätter vi tillsammans resan för att göra idrottsrörelsen i Västmanland ännu starkare!

Jan Andersson

Kristin Pleick



Organisation

Styrelsen

Ordförande

Jan Andersson, Strömsholm

Vice ordförande

Marie Johansson, Västerås

Ledamöter

Tommy Levinsson, Västerås

Annika Enberg, Västerås

Mari Högvist,

Hallstahammar

Muhannad Al-Nuaimi,

Köping

Lars Svensson, Västerås

Jenny Boström, Västerås

Adjungerad ledamot

Distriktsidrottschef

Kristin Pleick.

Under 2023 genomförde styrelsen 9 protokollförda sammanträden samt ett styrelsesdygn den 15-16 oktober där styrelsen arbetade med Verksamhetsinriktning och verksamhetsplan 2024-2025.

Valberedningen

Ordförande

Lars Svensson, Västerås

Ledamöter

Maria Kesselring, Västerås

Birger Jonsson, Västerås

Revisorer

Adsum Revisorer &
Företagskonsulter AB,
Västerås

Lekmannarevisorer

Hans Höglund, Västerås

Suppleant

Thomas Avelin, Västerås

Medarbetare

Distriktsidrottschef

Kristin Pleick

Kommunikatör

Anette Fransson, Hampus

Lundskog (fr.o.m. 9/1)

Ekonomi

Margareta Hofgaard

(t.o.m. 31/8),

Klara Bark (fr.o.m. 18/1)

Verksamhetsutveckling/ verksamhetsstöd

Edwin O'Brien-Rodney

Administration och service

Jessica Friman

Idrott och samhälle

Verksamhetschef

Anette Fransson

Idrottskonsulenter

Marie Persson (t.o.m. 21/4)

Hampus Lundskog (fr.o.m. 9/1)

Martin Hammarlund

(föräldraledig fr.o.m. 1/10)

Salam Alsalte (t.o.m. 16/8)

Hanna Koivisto

Elin Blomqvist (fr.o.m. 16/8)

Frida Johansson

Oscar Uusitalo

Idrott och folkbildning

Verksamhetschef

Marie Höljer

Idrottskonsulenter

Anna Iderbring Johansson

Anna Meissner

Madeleine Lindberg Wall

Mats Vennberg

Sofia Lyckman

Malin Lundqvist (fr.o.m. 2/5)

Andreas Svensson (fr.o.m. 2/5)

Kim Petersohn Esentals

(fr.o.m. 1/3)

Jonathan Ådjers (fr.o.m. 7/6)

Johan Becker 20 %

Timanställda samtals- och lärgruppsledare

Farahnaz Mohamadi

(fr.o.m. 15/9)

Shaima Neamah

(fr.o.m. 15/9)

ÖVERGRIPANDE MÅL

Idrott för alla – hela livet

Inom idrottsrörelsen pågår ett omfattande förändringsarbete: Strategi 2025. 2015 beslutade idrottsrörelsen gemensamt om nya mål och 2017 tillkom de utvecklingsresor som ska hjälpa oss att nå dem. Det stora målet med resorna är att alla som vill ska kunna idrotta hela livet i föreningar med fokus på glädje och utveckling. Även om utmaningarna är många har engagemanget och förändringsviljan varit stor. Idrottsrörelsen har tagit sina första steg mot 2025. På vissa områden går det redan att skönja en positiv trend, men rörelsen har fortfarande ett stort och viktigt arbete framför sig.

Idrottsrörelsens mål 2025

Målen mot 2025 ska hjälpa idrottsrörelsen att tillsammans prioritera verksamheten i riktning mot visionen, "Svensk idrott – världens bästa". Målen är fyra stycken:

Livslångt idrottande

- Svensk idrott ska vidareutveckla verksamheten så att barn, unga, vuxna och äldre väljer att idrotta i förening under hela livet.
- Svensk idrott ska nå fler idrottsliga framgångar internationellt.

Idrottens värdegrund är vår styrka

- Alla lever och leder enligt svensk idrotts värdegrund.

Idrott i förening

- Svensk idrott ska vidareutvecklas, samverka med andra aktörer och ge goda möjligheter att idrotta i förening.

Idrotten gör Sverige starkare

- Idrottsrörelsen är en ännu starkare samhällsaktör.

Målen bygger på varandra. För att nå målet om livslång idrott i förening, behöver idrottsrörelsen stärka arbetet med värdegrunden och vidareutveckla föreningsidrotten genom att sätta fokus på engagemang och medlemskap. Sammantaget kommer det att göra Sverige starkare.

De tvååriga verksamhetsinriktningarna utgår från den strategiska planen och målen 2025.



Utvecklingsresor för att nå målen

På Riksidrottsmötet i maj 2017 beslutade stämman om fem utvecklingsresor som idrotten måste fokusera på för att nå målen för Strategi 2025. De kallas utvecklingsresor eftersom de är en långsiktig strävan mot de övergripande målen 2025.

På kommande sidor kan du läsa mer om utvecklingsresorna och hur vi på RF-SISU Västmanland har arbetat under året för att stödja distriktets idrottsföreningar och förbund.

01

En ny syn på träning och tävling

2025 är målet att alla får plats att idrotta i idrottsrörelsen utifrån sina villkor oavsett ambition, ålder, kön, prestationsnivå eller andra förutsättningar. Träning och tävling utformas så att utövaren mår bra, har roligt och utvecklas under hela livet. Ledarskapet fokuserar på glädje och prestation snarare än på resultat. Utveckling av rörelseförståelse gör att fler får fysiska förutsättningar att idrotta mer. Det ger fler utövare totalt sett och även fler internationella medaljer.

Här kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets idrottsföreningar och förbund i arbetet med att förnya synen på träning och tävling.

Barn- och ungdomsidrott

I varje RF-SISU distrikt finns en sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott. Vi har framför allt arbetat med tre inriktningar:

- Utveckling av barn- och ungdomsidrott
- Ärenden som kommit in till förbundet, där en åtgärd krävs.
- Samsyn Västmanland. Utveckling av barn- och ungdomsidrotten i länet är något som vi jobbar kontinuerligt med.

Detta arbete sker framför allt genom dialog samt genomgång av de riktlinjer som finns inom idrotten och hur föreningen kan utveckla sin verksamhet med fokus på att behålla barn och ungdomar i sin verksamhet.

Arbetet med att rekrytera och behålla ledare och aktiva är fortsatt en högst aktuell fråga för många barn- och ungdomsföreningar. Under året har ett antal ärenden inkommit till distriktet där vi träffat föreningen för att hålla en diskussion gällande "Idrotten Vill" och riktlinjer för barn- och ungdomsidrott. I majoriteten av ärendena har vi tillsammans kommit fram till en bra lösning, som ofta leder till någon typ av utvecklingsarbete i föreningen för att stärka organisationen.

Målsättningen är alltid att ärendena ska lösas så snabbt som möjligt med fokus på barnets bästa. Ibland krävs flertalet möten under en längre period för att komma framåt i processen. Utgångspunkten i dessa samtal är alltid att barnet är i fokus samt att hitta en lösning som är bäst för barnet.

Trygg idrott

Trygga idrottsmiljöer har varit ett av våra fokusområden i projektstödet under 2023 och i Västmanland arbetar vi aktivt med att skapa idrottsmiljöer där alla känner sig trygga och välkomna. Det sker både genom uppsökande verksamhet och dialog med våra idrottsföreningar samt genom att vara ett bollplank för idrottsföreningar som hamnar i svåra situationer. Utgångspunkten i allt arbete är: barnet i centrum. Idrotten ska genomsyras av glädje och gemenskap där alla ska känna sig respekterade och inkluderade.

Målsättningen är att så många idrottsföreningar som möjligt i Västmanland ska ta fram en handlingsplan inom området. För att skapa en trygg idrottsmiljö arbetar vi med utgångspunkt i Idrotten Vill och våra strategiska målsättningar. Men även i linje med barnkonventionen, som blev lag den 1 januari 2020. Det innebär bland annat att alla ska kunna vara



aktiva inom idrottsrörelsen utan att riskera att utsättas för någon form av kränkningar eller övergrepp.

Under 2023 har några idrottsföreningar arbetat med större processer/lärgrupper för att utveckla sitt arbete för en trygg och utvecklade miljö för samtliga barn och ungdomar inom föreningen.

Samsyn Västmanland

Samsyn Västmanland är ett samarbete mellan Mellansvenska Bandyförbundet, Mellansvenska Handbollförbundet, Västmanlands Fotbollförbund, Västmanlands

Innebandyförbund och Västmanlands Ishockeyförbund. Syftet med satsningen är att säkerställa att idrotten bedrivs utifrån barnens och ungdomarnas perspektiv med utgångspunkt i idrottens riktlinjer för barn och ungdomsidrott. Vi utgår från att barnen ska vara i centrum och inte behöva välja en idrott och inte heller ryckas från föreningar på mindre orter eller landsbygden.

Under våren 2023 har vi genomfört en Samsynskonferens där deltagande specialdistriktsförbund fick i uppgift att läsa igenom det befintliga avtalet för att vi tillsammans ska uppdatera det. Detta arbete kommer fortsätta under 2024. Samsynsarbetet kommer att fortsätta med nätverksträffar och utbildningar.



Projektstöd barn och ungdom – medel till föreningar

Projektstöd för barn och ungdomar är medel som idrottsföreningar kan ansöka om för att utveckla sin verksamhet i linje med den strategiska inriktning som svensk idrott tagit beslut om. Verksamheten ska följa Riksidrottsförbundets anvisningar för barn- och ungdomsidrott. Syftet med stödet är att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin barn- och ungdomsidrott i enlighet med Strategi 2025.

Strategi 2025 identifierar två övergripande utmaningar inom barn- och ungdomsidrotten,

dessa kan sammanfattas i ”vi når inte alla” och ”vi tappar för många”. För att möta dessa utmaningar har det funnits möjlighet att söka medel inom två områden:

- Trygga och hållbara utveckling
- Inkludering av underrepresenterade grupper inom idrottsrörelsen.

Fördelade medel 2023

Trygg idrott i er förening

Utveckla föreningsmiljön så att den är trygg för barn och ungdomar. Föreningar beviljades medel för:

- Processarbeten kopplade till trygg idrott och Idrottens föreningslära.
- Trygghetsskapande aktiviteter för barn och ungdomar.

Beviljade medel 2023: 505 250 kronor

Idrottsövergripande utbildningar

Idrottsövergripande utbildningar som stärker kompetensen hos deltagarna kring barn och ungdomars fysiska, psykiska eller sociala utveckling. Föreningar beviljades medel för:

- Ledarutveckling på föreningsnivå - Utbildningar kopplat kring barn och ungdomars fysiska, psykiska eller sociala utveckling, samt ledarskapsmaterialet.
- Rörelseförståelse (utbildning, väska, bok)
- Grundutbildning för tränare (GUT)

Beviljade medel 2023: 278 000 kronor.

Inkluderade föreningsmiljö

Göra föreningsmiljön mer inkluderande för underrepresenterade grupper av barn och ungdomar. Föreningar beviljades medel för:

- Aktiviteter och utbildningar för rekrytering av nya målgrupper för föreningar.

Beviljade medel 2023: 420 000 kronor.

Idrottssvaga områden

I områden där föreningsdeltagandet är lågt och där det finns socioekonomiska utmaningar ("idrottssvaga områden"). Föreningar beviljades medel för:

- Lovaktiviteter
- Prova på material till kostnadsfria aktiviteter

Beviljade medel 2023: 140 000 kronor.

Samverkan med andra idrottsföreningar

Möjliggöra samverkan mellan två och fler idrottsföreningar. Föreningar beviljades medel för:

- Samverkansprojekt

Utdelade medel 2023: 13 000 kronor

Återstartsstöd

Återstartsstödet har varit en möjlighet för idrottsföreningar under 2023 för att underlätta rekrytering, återrekrytering och behålla medlemmar efter coronapandemin.

Syftet är att stimulera en uppstart av verksamhet efter coronapandemins effekter. Det innebär att stödet ska säkerställa att idrottsföreningar ges möjlighet att rekrytera, återrekrytering och behålla medlemmar. Målet har varit att kraftsamla och accelerera utvecklingsarbetet för en inkluderande idrott, hållbara föreningar och ett starkt ledarskap i enlighet med Strategi 2025.

Stödet har framför allt gått till idrottsföreningar med barn- och ungdomsverksamhet (7 - 25 år) och/eller verksamhet för personer med funktionsnedsättning.

*Beviljade medel medel 2023:
1 341 200 kronor inom 77 ärenden*

Rörelsesatsning i skolan

För många barn och unga är stillasittande en alltför vanlig del av vardagen. För att tackla denna utmaning har regeringen gett Riksidrottsförbundet i uppdrag att initiera en omfattande satsning för ökad fysisk aktivitet i skolan. Målet med denna satsning är att främja folkhälsan, förbättra välbefinnandet och höja skolresultaten. Genom att integrera mer rörelse i skoldagen strävar vi efter att skapa en mer aktiv och hälsosam miljö för eleverna.

Satsningen fokuserar på att ge elever från förskoleklass till årskurs 6 bättre möjligheter till daglig rörelse, antingen under själva skoldagen eller i anslutning till den. RF-SISU Västmanland tar ledningen för detta arbete på regional nivå, i nära samarbete med kommuner och skolor. Denna satsning är i linje med skolans övergripande uppdrag, där läroplanen för grundskolan tydligt betonar vikten av att erbjuda eleverna daglig fysisk aktivitet.

Under 2023 har RF-SISU Västmanland redan utbildat cirka 200 lärare i förståelse av rörelse och dess positiva effekter på inläring och hälsa. Denna utbildning har genomförts på åtta skolor i regionen. En ny och spännande utveckling för satsningen är att högstadiet kommer att inkluderas från och med 2024, vilket ytterligare kommer att stärka och bredda dess påverkan på skolgemenskapen och elevernas välmående.





Idrottens dag

För sjunde året i rad arrangerade Riksidrottsförbundet Idrottens dag runt om i landet, med fokus på Rörelsesatsningen i skolan. I Västmanland genomfördes en minnesvärd Idrottens Dag på Mälarenergi Arena och Bellevue Stadion i Västerås. Evenemanget samlade över 500 elever från nio olika skolor i årskurs fem för en dag fylld med spännande aktiviteter och rörelseglädje.

Totalt deltog 20 idrottsföreningar, vilka representerade 19 olika idrotter. Det gav eleverna en bred och mångsidig upplevelse av

olika sporter och aktiviteter. Det var en lyckad dag där eleverna fick möjlighet att prova på och utforska olika idrotter under ledning av erfarna tränare och instruktörer.

Genom detta initiativ kunde eleverna inte bara njuta av en dag full av roliga och utmanande aktiviteter, utan även inspireras och uppmuntras att fortsätta sin fysiska aktivitet och idrottsliga engagemang även utanför skolan. Idrottens dag var således inte bara en dag av glädje och rörelse, utan också ett viktigt steg mot att främja en aktiv och hälsosam livsstil bland eleverna.

02

Den moderna föreningen engagerar

2025 är målet att idrottsrörelsen tar vara på människors engagemang och inspirerar till delaktighet. Medlemskapet är moderniserat. Det är enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar. Människor vill engagera sig och är stolta över att vara en del av sin förening och av idrottsrörelsen. Föreningen har antagit nya former där grunden är människors vilja att vara med och bidra i föreningen.

Här kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets idrottsföreningar och förbund i arbetet inom området den moderna föreningen engagerar.

IdrottOnline

IdrottOnline är ett gemensamt verksamhets-system för idrottsrörelsen och utgör basen för all kommunikation och administration mellan medlem, förening och förbund. Systemet är byggt utifrån att föreningen ska hitta allt på ett och samma ställe, vare sig det gäller medlemsregister, ansökan till LOK-stöd, administration av utbildningar, tävlingar och mycket mer. RF-anslutna föreningar får tillgång till allt detta helt kostnadsfritt. Våra idrottskonsulenter utbildar föreningsvis i IdrottOnline utifrån olika föreningsbehov. Systemet uppdateras kontinuerligt för att säkerställa användarvänligheten och säkerheten för dess användare.

LOK-stöd

LOK-stöd kan sökas av varje idrottsförening som är ansluten till något av de specialidrottsförbund som tillhör RF och som bedriver verksamhet för deltagare i åldern 7–25 år. LOK-stödet finns för att stödja föreningsdriven barn- och ungdomsidrott. Idrottsföreningarna i länet har möjlighet att söka LOK-stöd två gånger per år. Sista dag för ansökan för våren är senast 25 augusti och för hösten senast 25 februari. Vi hjälper föreningar kontinuerligt med att komma i gång med LOK-stöd samt hur man administrerar stödet. Under 2023 var det 285 föreningar som mottog LOK-stöd i Västmanland.

Idrottens föreningslära

För att en förening ska bli framgångsrik krävs det att samtliga delar fungerar och att det finns kunskap om vad som krävs i ett föreningsarbete.

Tema: Valberedning

Syftet med utbildningen har varit att skapa en trygghet i rollen som valberedare där deltagarna har fått grundläggande kunskap i föreningslära och stöd och vägledning i uppdraget.

Tema Föreningslära grund

En grundläggande utbildning i föreningslära där utveckling av föreningens organisation och verksamhet har stått i fokus. Deltagarna har lärt sig mer om idrottens organisation, föreningen och demokratin, årsmöte och stadgar, valberedningen och revisorns arbete samt om styrelsens uppdrag och arbetssätt.

Idrott och skatter

RF-SISU Västmanland har ett samarbete med Skatteverket, vilket innebär att idrottsföreningar erbjuds ett unikt hjälpmedel när det gäller frågor om skatter och avgifter. Tillsammans med närliggande distrikt ingår vi i en regional samrådsgrupp där vi i år har mötts digitalt för att få ställa frågor och få



en uppdatering gällande nya regler. Skatteverket har under året välkomnat till flera webbsändningar för att informera om exempelvis kontrolluppgifter och vilka regler som gäller för föreningen som arbetsgivare.

Styrelsen på träningsläger

Under november månad arrangerade vi återigen vårt framgångsrika evenemang ”Styrelsen på träningsläger” på Kungsörs Torp. Med en imponerande närvaro av 10 olika föreningar och 34 deltagare skapades en givande plattform för erfarenhetsutbyte och kunskapsförmedling. Under helgens intensiva program fokuserade vi på två huvudområden: Föreningslära och Ideellt engagemang.

Genom workshops, föreläsningar och grupparbeten erbjöds deltagarna en möjlighet till djupdykning i ämnen av betydelse för föreningslivet. På kvällen erbjöds även egna aktiviteter för avkoppling och reflektion, vilket gav deltagarna en chans att sammanfatta i en avslappnad atmosfär.

En av våra ambitioner var att erbjuda deltagarna fortsatt utbildning och stöd även efter evenemanget. Därför tillhandahölls materialet ”Grundutbildning för föreningsledare”, en webbaserad resurs som ger tillgång till olika lärgruppsmaterial och reflektionsfrågor för fortsatt utveckling på hemmaplan.

Trots våra bästa ansträngningar var vi tvungna att ställa in ett planerat tillfälle under våren på grund av för få anmälningar. Trots detta ser vi tillbaka på ”Styrelsen på träningsläger” med stor tillfredsställelse och ser fram emot kommande möten och evenemang där vi kan fortsätta stödja och stärka våra föreningsledare.

Antidoping

All idrott bygger på rent spel och nolltolerans mot doping inom idrottsrörelsen är en självklarhet. Antidoping Sverige är ansvariga för antidopingarbetet inom idrottsrörelsen i

Sverige. De flesta specialidrottsförbunden har egna antidopingprogram och alla RF-SISU distrikt arbetar förebyggande mot doping.

I Västmanland har vi stöttat och uppmanat idrottsföreningar att arbeta förebyggande mot doping genom utbildning. Irsta idrottsförening (fotboll) och Skridskoklubben Pollux har genomfört utbildning i ämnet. Både aktiva och ledare deltog vid utbildningstillfällena.

Idrott hjärta kultur

För oss är kultur en viktig och naturlig komponent i vårt stöd till idrotten. All vår verksamhet utformas med utgångspunkt i idrottens behov, men vi utmanar samtidigt de mer traditionella läroformerna inom idrottsföreningarna genom att integrera kulturen som ett hjärtligt mervärde. Vi kallar detta för #idrotthjärtakultur.

Under 2023 har vi fortsatt att främja och uppmärksamma idrottens lärande genom bilder, film, skrift, konst och tal, främst genom användningen av våra pedagogiska affischer. Bland andra aktiviteter som vi har genomfört ingår magiska trolleriuppträdanden, tifo-tillverkning, musikshow, jubileumskonst, studiebesök på Hovstallet i Stockholm samt en berättarkväll med fokus på idrottshistoria i Strömsholm.

En ny och mycket uppskattad insats var vårt prova-på evenemang där vi sammanförde två av våra verksamhetsområden, #idrotthjärtakultur och idrott för äldre 65+.

Vi är stolta och glada över att #idrotthjärtakultur är en integrerad del av vår verksamhet.



En bra kompis

Vilka ord tycker du bör ligga med att vara en bra kompis?
Ringa in de ord du tycker passar in och lägg gärna till egna.

Resvilken

Ärlig

Lysvinn

Äppelströande

Snickel

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig

Resvillig



Växtumhållend

Våra kompisord

En dag präglad av #idrotthjärtakultur

Trots att det är maj månad är det fortfarande riktigt krispigt i luften när vi reser vår beachflagga som stolt berättar att RF-SISU Västmanland har något på gång. För flaggan vajar idag utanför Västmanlands Länsmuseum där vi ska koppla samman två av våra verksamhetsområden - Idrott 65+ och #idrotthjärtakultur.

Inne på museet släpas stolar från cafeterian närmare restaurangen så att borden till de nio idrottsföreningar och ett förbund som valt att komma och visa upp sin idrott för målgruppen 65+ ska få plats. Tanken med dagen är att välkomna nämnd målgrupp till en dag präglad av just idrott, liksom kultur. Detta genom möjlighet att prova på idrotter och få information från idrottsföreningar som erbjuder idrott hela livet samt gå på utställning.

Besökarna till dagens program får sig en glad överraskning direkt när de närmar sig entrén till museet. Det är nämligen så att Stora Ekeby Ridklubb har valt att ta med sig den livs levande hästen "Lille Skutt" som reklampelare för sin förening. Många hästiga berättelser avhandlas mellan beundrare och föreningens representanter mellan hans öron när han lugnt tuggar lite på en hötuss mitt på Karlsgatan i Västerås.

Väl inne i lokalen välkomnas våra gäster av ett idrottstorg åt båda sidor av entrédörren. Till höger hittar de nyfikna deltagarna Västmanlands- och Svenska Fotbollsförbundet som marknadsför gåfotboll, Korpen Västerås med sin seniorverksamhet, Rytterne Idrottsällskap som visar Mølky, Friskis&Svettis Västerås som presenterar sitt gedigna utbud och Västerås Bouleklubb hos vilka alla som vill får prova på inomhusboule. Till vänster om dörren möts man av Västerås Golfklubb där om du sätter tre puttar på raken kan vinna en lunch, intill dem finns ABB Bridgeklubb som laddat upp till spel och Västerås skid- och orienteringsklubb som tagit med sig inspirerande material för rörelse. På plats på inspirationstorget finns givetvis även våra på RF-SISU Västmanlands ansvariga för rörelseförståelse med tips på övningar oavsett ålder.

Och hur kommer det sig då att idrotten är på läns- museet och vad är kopplingen till kultur? Jo under denna tid finns nämligen utställningen "Äggen är slut & Hjässan är kal", en utställning som handlar om just ett gott åldrande – att bli årsrik, uppsatt på museet. Samtliga besökare uppmanas därmed att besöka även den och sedan samlas i hörsalen dit vi bjudit in producenten bakom utställningen, Annica Carlsson Bergdahl, till att hålla en exklusiv föreläsning på detta tema för våra besökare.

När vi frågar några av våra deltagare under en fri fikapaus vad som varit bäst med dagens program säger samtliga kombinationen av att vara på läns- museet och få tillgång till kulturen i det med de tankar föreläsning väckte och hoppet om att rörelse i förening finns hela livet. Och att vi därigenom skapat en dag för sammanhang, samtal och skratt.

Och vi kan bara hålla med. Vi blir som allra bäst när vi kombinerar både idrottens alla värden och samverkar med annat och andra som vill leda till ett gott rikt liv hela livet. För över lag märks det hur mycket idrott och kultur verkligen "hjärtar" varandra - hur lika vi är, hur många vi når och så många fördelar vi kan dra av samverkan. Och vi vill ju samma sak – att människor ska må bra, oavsett ålder.

Så med ett leende på både våra läppar och i våra hjärtan hjälps vi åt att hissa ner flaggan i den ännu lite kyliga vårvinden. Framför oss blåser ett ensamt höstrå, som Lille Skutt förmodligen tappat, vidare in i staden. Ett strå som en nyfiken påminnelse om en vacker dag där vi vet att vi, precis alla från dagen tillsammans, gjort skillnad i den här myrstacken kallad livet.





03

Inkluderande idrott för alla

2025 är målet att alla i olika åldrar och med olika förutsättningar och bakgrund känner sig välkomna till idrottsföreningen. Träningen utvecklas efter individens kapacitet, vilket utvecklar rörelseförståelse. 2025 speglar medlemmarna i idrottsrörelsen befolkningen i Sverige. Möjligheten att träna, tävla och engagera sig i en förening är inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar eller var du bor.

Här kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets idrottsföreningar och förbund i arbetet med att skapa en inkluderande idrott för alla.

Inkludering och mångfald

Idrottsrörelsen behöver inkludera fler och sänka trösklarna in i idrotten för att fler ska kunna engagera sig på lika villkor och ta del av idrottens glädje och gemenskap. Pandemin har inneburit stora utmaningar för många av länets föreningar. Under 2023 har arbetet med att återstarta idrotten efter pandemin fortsatt, med fokus på att både behålla och rekrytera nya medlemmar samt utveckla och stärka länets idrottsföreningar i att bli mer inkluderande.

Behovet av meningsfulla fritidsaktiviteter är fortsatt stort, och fokus har varit att skapa förutsättningar för fler, framförallt barn och unga, att delta i föreningsidrott. För att nå ut till fler utanför idrotten har vi genomfört ett flertal utbildningar för föräldrar som står utanför idrottsrörelsen, till exempel i samverkan med Mamma United och Arboga

kommun. Vi har också arbetat med kompetenshöjande insatser med föreningar som vill utveckla sitt inkluderingsarbete i form av utbildningar samt fördelat ekonomiskt stöd till föreningar. Detta för att stärka och möjliggöra inkluderingsarbete både i form av direkta insatser som till exempel kostnadsfria lov- och prova-på-aktiviteter samt långsiktiga insatser som föreningsutveckling och utbildning.

Under 2023 har vi startat upp två nya satsningar inom ramen för inkludering, IOP Pettersberg och Idrottsklivet. Fokus har varit kartläggning, skapa samverkan och nätverk.

Mamma United och Pappa United

Under 2023 har vi fortsatt vår samverkan med Mamma United, och även startat upp utbildning med Pappa United. Vi har genomfört ett antal utbildningar i "Idrott – En bra start i livet" för föräldrar på Bäckby och Pettersberg. Mamma United är en idéell förening som genom utbildning och samtal stärker föräldrar i att påverka sitt eget och sina barns livssituation till det bättre, bli integrerade i samhället och känna sig som en del i ett större sammanhang. Under 2024 fortsätter arbetet med utbildning om idrotts- och föreningsliv i samverkan med Mamma och Pappa United för att skapa förutsättningar för fler att bli en av idrottsrörelsen.



Tidiga insatser för asylsökande (TIA)

RF-SISU Västmanland har sedan ett antal år genomfört Tidiga Insatser för Asylsökande (TIA). Under det senaste året har vi övergått från projektbaserade insatser till en mer hållbar och icke personberoende struktur. Denna förändring initierades när vi började fråga asylsökande om deras kompetenser och intressen. En asylsökande påpekade att ingen hade frågat honom på sex år hur han kunde bidra. Detta ledde till utvecklingen av en självledarskapsmodell där asylsökande utbildas och stöts för att själva driva aktiviteter i sitt närområde.

Mer än 20 ledare har genomgått vår utbildning och är nu engagerade i att leda olika aktiviteter i Norberg och Skinnskatteberg. Dessa aktiviteter är öppna för alla och fungerar även när RF-SISU Västmanland inte är närvarande. Genom att erbjuda utbildning i ledarskap på lätt svenska, teaterinslag och bildspråk har vi skapat en interaktiv inlärningsstrategi som engagerar och ger praktiska färdigheter till våra blivande ledare.

Vi har sett en imponerande utveckling bland de asylsökande som nu tar ansvar för olika aspekter av aktiviteterna, inklusive budgetering, marknadsföring, processledning och samarbete med föreningar och kommuner. Dessa ledare har en positiv inverkan på idrotten och samhället genom att öppna upp möjligheter för fler asylsökande att delta i idrottsaktiviteter. Denna strategi har positiva effekter på jämställdhet, hälsa och inkludering i samhället, och den har integrerats i ordinarie styrning inom idrottsrörelsen.

Svenska från dag ett

Under 2023 har vi utgått från utbildningsmaterialet "Samla ledarteamet" i möten med asylsökande och utbildat målgruppen i ledarskap med syftet att öka antalet ledare som själva kan leda olika aktivitetsgrupper. Metoden har varit att fråga om personernas intressen och vilken typ av aktivitet de skulle vilja leda.

Ledarna har utbildats till lärgruppsledare och utvecklat praktiska ledarfärdigheter på olika områden. De tar nu ansvar för olika aspekter av aktiviteterna, inklusive ledarskap, budgetering, marknadsföring och samarbete med föreningar. Ett exempel är en asylsökande kvinna som visade intresse för att sy. Med vårt stöd startade hon en lärgrupp där de lärde sig sy tillsammans och diskuterade hur man kan laga trasiga brottarkläder, vilket ökade hennes självförtroende som ledare. Senare erbjöd hon sina sytjänster till föräldrar på läktaren vid Norbergs brottarklubbs träningar. Genom denna aktivitet fick hon erfarenhet och när hon fick arbetstillstånd kunde hon använda det för att söka och få anställning som sömmerska på ett företag i Stockholm. Denna verksamhet har inte bara bidragit till att fylla tomrum inom idrotten i Västmanland utan har också skapat en förändring av normer genom att ge asylsökande möjlighet att bli aktiva i sitt närområde. Genom att erbjuda deras koncept till idrottsföreningar underlättas arbetet för föreningarna samtidigt som de asylsökande får möjlighet att integreras i samhället som självgående aktörer.

Läs vår reportageserie
"Ledare i det dolda"



Summer 23 och Summer LSS Köping

Vi har möjliggjort och stöttat föreningar i att arrangera kostnadsfria lovaktiviteter under sommaren genom konceptet Summer 23. Syftet har varit att behålla och nå nya barn och unga mellan 7- 25 år med ett särskilt fokus på underrepresenterade grupper, personer som i dagsläget inte är medlem i en idrottsförening och/eller barn och ungdomar som bor på områden där idrottsdeltagandet är lågt. Totalt deltog 39 idrottsföreningar.

Vi har under 2023 fortsatt vår samverkan med Köpings kommuns LSS verksamhet och Västmanlands Parasportförbund. Vi har tillsammans med idrottsföreningar i Köping genomfört sommarläger för personer med funktionsnedsättning i Köping inom ramen för Summer 23. Föreningarna som deltog var Fortuna Voltige, Köpings Skytteförening, Mälardalens Dansklubb, Kolsva IF Cheerleading, IFK Arboga Handboll, IF Pluss och Köpings Simsällskap.

Summer 23 och Summer LSS Köping arrangerades av totalt 43 föreningar under perioden juni-augusti. För att stötta föreningarna och deras ledare att göra aktiviteterna så bra som möjligt hölls utbildningar i inkluderande ledarskap och rörelseförståelse. Uppskattningsvis deltog 200 ledare i utbildningarna.

Idrottsklivet

Idrottsklivet är ett regeringsuppdrag till idrottsrörelsen för att skapa en meningsfull fritid för fler barn och unga. Syftet är att stärka idrottsrörelsens närvaro i de områden som Polismyndigheten benämner som utsatta. Regeringen tillför ett årligt stöd på 100 miljoner till idrottsrörelsen inom ramen för Idrottsklivet.

Satsningen drivs i samverkan mellan Riksidrottsförbundet, elva av landets RF-SISU distrikt, där RF-SISU Västmanland är ett av distrikten, samt 14 specialidrottsförbund. Idrottsrörelsens gemensamt beslutade strategi innehåller ambitioner om en idrott för alla, där möjligheten att engagera sig i en förening är oberoende av individens ekonomiska förutsättningar eller vart du bor. Genom Idrottsklivet kan vi utmana idrottens traditionella normer och strukturer och rikta resurser dit behovet är som störst.

Den övergripande målsättningen med Idrottsklivet är att öka:

- Antalet personer, främst barn och unga, som bor i angivna områden som deltar i föreningsledd idrottsverksamhet.
- Antalet IF som bedriver verksamhet i angivna områden.
- Antalet idrotts- och ungdomsledare som verkar i angivna områden.
- Deltagarnas uppfattning om en mer aktiv och meningsfull tillvaro.

I Västmanland återfinns ett område på Polismyndighetens lista för utsatta områden (2021), vilket är Bäckby i Västerås. Under hösten har den lokala planeringen kommit i gång, där vi har påbörjat kartläggning, dialog och samverkan med specialidrottsförbund, idrottsföreningar och externa aktörer som till exempel kommunen och andra civilsamhällesorganisationer. Under 2024 fortsätter arbetet på Bäckby med samverkan och aktiviteter med långsiktighet, delaktighet och hållbarhet i fokus.

IOP Pettersberg (Idéburet offentligt partnerskap)

Tillsammans med ABF, Hyresgästföreningen och Västerås stad har vi under 2023 fortsatt utforma vår gemensamma IOP på Pettersberg. Pettersberg ingår i Västerås stads lista över ”röda områden” samt Riksidrottsförbundets (RFs) statistik över idrottssvaga områden. Många som bor och lever på Pettersberg har låg sysselsättning och utbildningsnivå. En stor andel av barnen och ungdomarna på området har låg måluppfyllelse i skolan. Vidare präglas området av trångboddhet och många barn lever i ekonomiskt utsatta hushåll. Det är få som deltar i föreningsliv och föreningsaktiviteter så som idrott, kultur etcetera. Boende i utsatta områden uppger en väsentligt högre otrygghet jämfört med boende i andra urbana områden.

RF-SISU Västmanland, ABF och Hyresgästföreningen vill med gemensamma krafter jobba för att stärka och utveckla möjligheterna till en meningsfull och aktiv fritid vilket både stärker den enskilde individen och skapar samhörighet mellan de boende och samhället.

I augusti skrev samtliga parter under en gemensam IOP och den 1 september startade arbetet. Det finns en styrgrupp och en arbetsgrupp bestående av projektledare från RF-SISU Västmanland och representanter från Hyresgästföreningen, ABF och Västerås stad.

Under hösten har vårt fokus varit att lära känna Pettersberg som stadsdel samt att lära känna de boende och de som verkar där. Arbetsgruppen har genomfört kartläggningar av befintliga verksamheter och aktiviteter för att skapa en bild av nuläget. Genom deltagande i kvälls- och trygghetsvandringar samt olika aktiviteter med Pettersbergsambassadörerna har vi inlett arbetet med att etablera relationer till viktiga aktörer på området. Under 2024 fortsätter arbetet med IOP Pettersberg. Vi inleder året med en Kick-Off

där de som bor och verkar på Pettersberg inbjuds till en workshop. Syftet är att skapa delaktighet i utvecklingen av området och hur vi tillsammans kan främja ökad gemenskap, trivsel och trygghet på Pettersberg.

Materialet från Kick-Off:en kommer att ligga till grund för en verksamhetsplan och fortsatt arbete 2024.

Mål för IOP Pettersberg

Att civilsamhället i partnerskap med staden bidrar till ökad trygghet och trivsel på Pettersberg genom att öka andelen aktiva i föreningar och/eller öka antalet föreningar i områdena.

Att skapa jämlika förutsättningar för deltagande i det civila samhället genom t.ex prova-på-aktiviteter och insatser som höjer kunskapen om organisering och föreningskunskap.

- Ökad tillit och framtidstro
- Ökat deltagande i föreningslivet
- Minskat utanförskap
- Ökad folkhälsa
- Ökad delaktighet och inflytande

Skyhöga favoriter

Skyhöga Favoriter är ett välgörenhetsinitiativ som stödjer barn och unga i Västmanland i åldern 7 - 15 år som vill idrotta men som utan ekonomiskt stöd inte har möjlighet att göra det fullt ut. Idrottsstödet, som är på 750 kronor, kan användas till att delbetala medlemsavgift, cup- och tävlingsavgift eller till inköp av idrottsutrustning. Ansökan görs av vårdnadshavare via www.skyhogafavoriter.se och administreras av RF-SISU Västmanland.

Under och efter pandemin har vi sett ett ökat behov av ekonomiskt stöd för möjligheten att idrotta. År 2023 har vi noterat en fortsatt ökning, med en ökning både i antalet ansökningar och det totala antalet utdelade stöd. Under detta år beviljades sammanlagt 833 idrottsstöd ut på vardera 750 kronor.

Samverkan Sparbanken Västra Mälardalen

Under 2023 inledde vi en samverkan med Sparbanken Västra Mälardalen, ett långsiktigt samarbete för folkhälsan i Köping, Arboga och Kungsör. Samverkan är ensam i sitt slag i Sverige och handlar om att sparbanken och RF-SISU Västmanland lägger gemensamma resurser på att stötta föreningar att få fler medlemmar. Det långsiktiga målet är att fler barn och unga ska röra på sig.

Under 2023 arrangerades första aktiviteten inom ramen för satsningen ”Summer Camp” i Köping då RF-SISU Västmanland, Sparbanken och Köpings kommun samlade åtta idrottsföreningar på Kristinelunds Sportfält i Köping för att barn och unga skulle kunna prova på olika idrotter. Aktiviteten var helt kostnadsfri. Inför aktiviteten utbildades föreningsledare, unga ledare och kommunens sommarjobbare av RF-SISU Västmanland.



Utbildningen för föreningsledare handlade om hur föreningar och dess ledare kan skapa aktiviteter samt sänka trösklar in i deras ordinarie verksamhet. Utbildningen för unga ledare hade ett fokus på att rusta ledarna för kommande aktiviteter.

Under 2024 kommer det ske aktiviteter och utbildningar i samtliga kommuner i Västra Mälardalen; Arboga, Kungsör och Köping.

Fritidsbanken

Fritidsbanken är som ett bibliotek, fast med sport- och friluftsprylar. Här kan du kostnadsfritt låna utrustning för en aktiv fritid, som t.ex. skidor, skridskor, inlines, flytvästar, tält, bollar av olika slag, klubbor, fiskespön, fotbollsskor, hjälmar, stormkök och mycket mer. Lånetiden är 14 dagar. I Västmanland finns Fritidsbanker i Arboga, Fagersta, Köping, Norberg, Sala, Surahammar och Västerås.



Parasport

Under 2023 har vi haft samverkan med 25 föreningar kopplat till folkbildningsverksamhet. Det är idrottsföreningar som är medlemmar i Svenska Parasportförbundet, men även andra idrottsföreningar som startat eller som har någon form av parasportverksamhet. Vi har även samverkat med Västmanlands Parasportförbund under 2023.

Alla idrottskonsulenter hos RF-SISU Västmanland bär med sig frågan om idrott för alla och inkludering av personer med funktionsnedsättning inom idrotten. De idrottskonsulenter som har ett idrottsansvar, har alla i uppgift att ge råd och stöd till föreningar som vill starta eller som har parasport.

I Västmanland har vi en idrottskonsulent som har idrottsansvar för de föreningar som är medlemmar i Svenska Parasportförbundet. Vi har även ett gott samarbete med Västmanlands Parasportförbund, både med styrelse och konsulenter.

Under 2023 genomförde Svenska Parasportförbundets utbildning Parasportens grunder” i Köping, där ett 40-tal ledare fanns på plats. Utbildningen är både teoretisk och praktisk och den blev mycket lyckad.

Vi har under 2023 bland annat arbetat med hälsa och kost i Parasportföreningen IF Pluss i Köping

Parasportveckan 2023

Under vecka 37 anordnade RF-SISU Västmanland, tillsammans med RF-SISU Stockholm, Uppland och Sörmland, Parasport Västmanland, Stockholm, Uppland och Sörmland, en digital Parasportvecka. Veckan innehöll många spännande digitala utbildningar och föreläsningar och RF-SISU Västmanland bidrog med en föreläsning av Mike Malmer. Mike är aktiv inom bland annat kampsport och konsttäckning. Det blev en mycket lyckad kväll med många engagerade deltagare, både på plats på Idrottens hus men även digitalt. Under veckan erbjöds digitala föreläsningar och utbildningar inom bland annat ”Barns tankar om parasport”, ”Att starta och driva parasportverksamhet” samt ”Folkbildning och parasport”.

Prova på-dag parasport

Vi genomförde i samverkan med Parasport Västmanland en prova på-dag tillsammans med 11 olika idrotter på Bellevue i Västerås, syftet för föreningarna var att visa sin idrott och rekrytera nya aktiva. Vi hade med 5 anpassade skolor under dagen



Föreläsning Måns Lööf

I juni arrangerade vi i samverkan med Romfartuna GIF en föreläsning med Måns Lööf om att vara ledare för barn med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning (NPF) som tex ADHD. Alla länets idrottsföreningar bjöds in att delta, totalt närvarade 83 personer. De flesta deltog på plats, men några deltog även digitalt.

Idrott 65+

Att vara fysiskt aktiv hela livet har många positiva effekter på hälsan och välmåendet. Att vara aktiv i en idrottsförening bidrar även till ett socialt sammanhang, vilket kan bidra till att motverka den ofrivilliga ensamheten. Om fler äldre (65+) börjar idrotta skulle även samhället göra stora besparingar i form av uteblivna sjukvårdskostnader.

RF-SISU Västmanland arbetar aktivt för att utveckla idrottsföreningarnas verksamhet för målgruppen.

Under 2023 delade vi ut 173 000 kronor i projektstöd till 18 olika idrottsföreningar.

Föreningssamverkan, föreläsningar och teknikträning i kombination med gemenskapsstund och fika är ett urval av aktiviteter som genomförts. Vi ser både nystartad verksamhet och utveckling av befintlig verksamhet bland våra projekt.

Pride + HBTQI

Vi har deltagit i Pride-paraderna i Sala, Västerås och Hallstahammar. I samband med paraderna så bjöd vi in idrottsföreningar att gå med oss i tåget, på plats delade vi ut information om hur föreningar kan arbeta med inkludering utifrån bland annat HBTQI.



Crossfit Mälardalen satsar på idrott 65+

Crossfit Mälardalen, med sin träningsbox beläget strax öster om Kolbäck, driver ett innovativt program för seniorer inom crossfit som har pågått i 11 veckor. ”Träningen är avgörande för det fysiska, mentala och sociala välbefinnandet.”

För att främja inkludering och bryta fördomar om crossfit som en träningsform endast för vissa målgrupper, har Crossfit Mälardalen initierat en satsning för seniorer. Under de senaste 11 veckorna har seniorerna deltagit i crossfit-träning en gång i veckan och visar en stark ambition att fortsätta denna regelbundna rutin.

Föreningen, som nyligen firade sitt 10-årsjubileum, står som den enda föreningsdrivna crossfitboxen i Sverige. Filippa Magnusson, 19 år, är ledare och ungdomsrepresenat i styrelsen i föreningen.

- Vi vill att Crossfit Mälardalen ska vara en plats där alla känner sig välkomna och inkluderade oavsett bakgrund, ålder eller nivå på träning, berättar Filippa och fortsätter:

- Den entusiasm och det engagemang som deltagarna har visat för träningen har varit väldigt roligt att se. Det gör att jag vill fortsätta men också att det blir en god sak i föreningen som styrelsen vill bygga vidare på, säger hon.

Initiativet har inte bara stärkt gemenskapen inom föreningen utan har också utmanat fördomar och förutfattade meningar om crossfit. Genom att erbjuda träningsmöjligheter för alla åldrar och nivåer strävar Crossfit Mälardalen efter en mer inkluderande och mångfacetterad gemenskap.

- Jag tycker initiativet är jättebra! Träningen är avgörande för vårt fysiska, mentala och inte minst sociala välbefinnande. Att träna crossfit är också väldigt roligt, man lär sig något nytt och det är inte så svårt som jag trodde på förhand, man kan anpassa efter nivå väldigt mycket, säger Eva Pettersson, deltagare.

Föreningens framgångar med att integrera seniorer i crossfit-träningen understryker föreningens engagemang att erbjuda träningsmöjligheter för alla, oavsett ålder eller bakgrund. Crossfit Mälardalen fortsätter att vara banbrytande i sitt tillvägagångssätt för att främja en hälsosam livsstil och inkludering för alla.



CROSSFIT

MÄLARDALEN





Anläggningar och idrottsmiljöer

Tillgängligheten till idrottsanläggningar och idrottsmiljöer är avgörande för vilken verksamhet som kan bedrivas. Med idrottsmiljöer menas även allt nyttjande av luft, mark och vatten för idrottslig verksamhet. RF-SISU Västmanland verkar för att det ska finnas ett rikt och tillgängligt utbud av idrottsanläggningar i länet.

Under året har vi fördelat 2 565 000 i anläggningsstöd till 15 olika projekt.

God tillgång till idrottsanläggningar och idrottsmiljöer i städer och bostadsområden bidrar positivt till folkhälsan på flera sätt. Det är därför viktigt att idrottsanläggningar och idrottsmiljöer finns med tidigt i planeringsprocessen när städer och bostadsområden utvecklas.

Ämnet var i fokus när vi arrangerade heldags konferensen ”Plats för idrott” på hotell Scheele i Köping. Både politiker och tjänstepersoner från länets samtliga kommuner närvarade och fick möjlighet att lyssna till tre olika talare. Jonnie Nordensky, projektledare för Plats för idrott hos Riksidrottsförbundet, inledde dagen med att berätta om det pågående arbetet med att sprida kunskap om planering och utveckling av idrottsanläggningar. Målet med satsningen är att öka tillgången till ändamålsenliga idrottsmiljöer runt om i

landet, bland annat genom att bättre inkludera idrott i processer för samhällsplanering.

Därefter fick de 25 deltagarna höra Daniel Glimvert, verksamhetssamordnare vid Centrum för idrottsforskning (CIF), berätta om det uppdrag CIF har fått av regeringen gällande att upprätta och driva en kunskapsplattform för anläggningar och utemiljöer för idrott och fritid.

Under eftermiddagen delade representanter från Köpings kommun med sig av sitt arbete med att etablera en folkhälsopark i kommunen. En satsning som kommer att skapa en rad olika aktivitetsmöjligheter på Kristinelunds sportfält. Det blev även en rundtur på området där arbetet redan är i full gång. Dagen präglades av goda samtal och erfarenhetsutbyte. När dagen summerades blev nyckelordet samverkan.

Frågan uppmärksammades även genom kommunikationskampanjen ”Plats för idrott” där bland annat två nyhetsartiklar publicerades på vår webbplats. Den ena fokuserade på behovet av renovering av idrottsanläggningar och den andra belyste att var fjärde idrottsförening upplever brist på träningstider.

Vi har hjälpt både Västmanlands Fotbollförbund och Västerås stad att genomföra enkätundersökningar för att ta reda på nuläget vad gäller idrottsföreningarnas anläggningssituation.

Kontaktpersonträff/VIP-kväll

I slutet av året bjöd vi in kontaktpersoner från idrottsföreningarna i Västmanland till en inspirerande kväll med mingel, föreläsning och middag på Rocklunda. Drygt 100 deltagare fanns på plats under kvällen där konsten att motivera ideella var i fokus med föreläsare Aron Schoug.



ÖVNING:

Vad är våld?



04

Jämställdhet för en framgångsrik idrott

2025 är målet att idrottsrörelsen är jämställd. Möjligheterna är lika för alla oavsett kön, att utöva och leda idrott. Idrotten utformar verksamheten så att den ger alla som deltar en trygg gemenskap. Män och kvinnor har lika stort inflytande i beslutande och rådgivande organ. Arbetsformer och fördelning av uppdrag utformas så att män och kvinnor har lika stora möjligheter att medverka. Idrottsrörelsen tillämpar jämställdhetsintegrering i sin verksamhet.

Här kan du läsa om några av de saker vi har gjort under året för en jämställd idrott.

Tillsammans för en jämställd idrott

Jämställdhet inom idrotten är en fråga om demokrati, resurser och intressen. RF-SISU Västmanland vill att kvinnor och män ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen.

I april deltog vi på Tjejjouren Ronjas konferens ”Tjejers vardag i Västerås” för att berätta om hur vi ser på jämställdhetsarbetet i idrottsföreningar, hur idrottandet ser ut för tjejer i Västerås och länet, samt vilka insatser vi kan hjälpa föreningar med.

Filmkampanj

Vi spelade in en film för att belysa normer inom idrotten, och att ambition inte har med kön att göra. Filmen, ”Hur stort vågar du drömma?”, delades i sociala medier vid några tillfällen under året med start i mars. I filmen syns Emilia (enduro), Elias (ridsport) och Ebba (ishockey) då de utmanar könsnormen i sina respektive idrotter. I samband med lanseringen av filmen publicerades även ett reportage där de berättar om vilka fördomar som finns i deras idrotter och vilka fördelar de ser med samträning.

Filmen kan även amvändas i mötet med idrottsföreningar för att starta viktiga samtal om idrottens jämställdhetsarbete.

Jämställd idrott fri från våld

Västerås kommun utbildar sedan tidigare skolor och andra verksamheter i MVP (mentorer i våldsprevention). Under 2023 har vi i samverkan med Västerås stad och Länsstyrelsen Västmanland anpassat utbildningen för idrottsföreningar. Den utbildningen kallas då för ”Jämställd idrott fri från våld”. Under året har utbildare utbildats och ambitionen är att lansera utbildningen för idrottsföreningar under 2024. Innehåll i utbildningen är till exempel samhällets och idrottens normer, machokulturer, definition av våld och konkreta verktyg för att förebygga våld.



Tillsammans för en jämställd idrott

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling. RF-SISU Västmanland vill att tjejer och killar ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Vi har träffat tre ungdomsidrottare från Västmanland som alla ser jämställdhet som en viktig fråga.

Emilia, Enduro.
Elias, Ridsport.
Ebba, Hockey.

Tre ungdomsidrottare från tre olika idrotter i Västmanland. Vad betyder jämställdhet för dem? Hur ser det ut i de olika idrotterna idag? Vad har de för drömmar?

Emilia inleder med att berätta om sin arbetsplats inom industrin där hon upplever att jargongen är lite hård. Men inom sin idrott, enduro, upplever hon att det är annorlunda.

- Jag aldrig fått en kränkande kommentar eller någon som behandlat mig annorlunda bara för att jag är tjej. Jag upplever att samtliga inom enduro, oavsett ålder eller bakgrund, är väldigt snälla och öppna för att alla ska kunna köra, förklarar Emilia och Elias fyller på med sina erfarenheter från ridsporten:

- Det finns en tendens att många här i Svergie upplever ridsporten som en "tjejsport". Jag tror att det skulle förbättras genom att fler killar får möjligheten att prova på sporten, sen skulle vi behöva fler manliga förebilder, berättar Elias.

Ebba spelar hockey och upplever att det finns en del fördomar kopplat till idrotten. Hon ser ett behov av fler insatser för att göra hockeyn mer jämställd.

- Min erfarenhet är att vi tjejer inom hockeyn har en tendens att inte få samma uppmärk-

samhet som killarna. Vi kan till exempel inte ha idrotten som jobb på samma sätt, så det finns utvecklingspotential, förklarar Ebba.

Vad är jämställdhet för er?

- Jämställdhet för mig är att alla människor, oavsett kön och läggning, prioriteras på samma sätt och har samma förutsättningar, säger Ebba.

Emilia och Elias är inne på samma spår:

- Jämställdhet för mig är att alla ska ha samma möjligheter oavsett kön, säger Elias.

- Jämställdhet för mig är att alla ska behandlas lika, oavsett vad! säger Emilia.

"Väldigt motiverande att slå håll på den fördomen"

Emilia, Elias och Ebba är eniga när de diskuterar vad jämställdhet betyder för dem. Att alla ska behandlas lika och få samma förutsättningar oavsett kön. De är inne på fördelarna med "samträning", att tjejer och killar tränar tillsammans.

- Det blir en mer dynamisk grupp om man tränar tillsammans, säger Elias, Emilia och Ebba håller med och berättar om ytterligare en aspekt:

- Killar har en tendens att vara lite snabbare inom enduro och det finns ingen bättre trä-

ning än att köra med folk som är snabbare än dig. Uttrycket ”kör som en tjej” förekommer ibland inom sporten, då kommer tävlingskallen fram lite extra eftersom det är väldigt motiverande att slå hål på den fördomen, berättar Emilia och Ebba håller med:

- Det blir mer av en utmaning när man tränar med killar vilket är väldigt utvecklande, säger Ebba.

Drömmer stort

Alla tre förklarar att de trivs väldigt bra med att utöva de idrotterna som de gör idag och att de har tydliga mål att sträva emot.

- Jag älskar gemenskapen i laget och det är så roligt med alla träningar och matcher. Jag strävar efter att få spela i Svenska damhockeyligan (SDHL) och att ta en plats i landslaget, berättar Ebba.

Emilia har även hon bra erfarenheter och tydliga målsättningar.

- Det bästa med min idrott är den är så fysiskt krävande och väldigt varierande. Kulturen i sporten är också något jag älskar, alla är supersnälla. Mitt största mål just nu är att komma på pallen i SM, säger hon, Elias fortsätter:

- Det bästa med min idrott är kommunikationen mellan ryttare och häst samt att man utvecklas tillsammans. Jag skulle vilja tävla i de högre klasserna i dressyr och hoppning, avslutar Elias.



Under året kampanjvecka med temat jämställdhet producerade vi en film där tre olika idrottare från länet deltog



05

Ett stärkt ledarskap

2025 är målet att idrottsrörelsen har ett starkt ledarskap i alla delar av organisationen. Tränare, ledare och förtroendevalda leder enligt idrottsrörelsens värdegrund. Ledarskapet är individanpassat och förutsättningarna för att vara idrottsledare är anpassade efter olika individers livssituation. Samtal om utveckling, normer och värderingar är levande i föreningar och förbund. Att ha varit idrottsledare är en stark merit och idrottsrörelsen är Sveriges ledande ledarskola.

Här kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets idrottsföreningar och förbund i arbetet för ett stärkt ledarskap.

Ledarsatsning

Efter pandemin har idrotten tappat ledare, förtroendevalda och funktionärer. Riksidrottsförbundet har därför gjort en ledarsatsning där alla RF-SISU distrikt är med. Vår roll är att hjälpa föreningar och SDF att arbeta med att rekrytera och behålla ledare, förtroendevalda och funktionärer.

I ledarsatsningen ingår tre material. En dialogduk för att arbeta med utvecklingsarbete för att få en bild av hur det ser ut i förening eller distrikt. Ett digitalt webbmaterial, ”Ledare i fokus”, där fokus är rekrytering av ledare och ett annat material, ”Samla Ledarteamet”, som är riktat mot befintliga ledarteam.

I Västmanland har vi inom ramen för ledarsatsningen genomfört fem processarbeten och haft ett 70-tal lärgrupper.



Gränsöverskridande utbildningar

Grundutbildning för tränare är en utbildning som ingår i RF-SISU:s basuppdrag. Utbildningen är idrottsövergripande och ger en bra grund i ledarskapet oavsett vilken idrott du leder och oavsett ålder på de aktiva. Utbildningen bygger på aktuell forskning där stor vikt läggs på ledarskapet och att leda i en idé- och värderingsstyrd organisation som idrotten är. Det handlar om att skapa motivation hos sina aktiva, skapa trygga, inkluderande och utvecklande idrottsmiljöer, genom att möta individen där hen är med ett holistiskt och normmedvetet perspektiv som grund. Utbildningen består av följande delar:

- Jag och idrottsrörelsen
- Jag och ledarskapet
- Jag och träningen
- Jag och utövaren
- Valbar del

Under den valbara delen får deltagarna välja bland åtta kategorier, ett ämne de vill fördjupa sig inom, exempelvis ”Möta idrottare med funktionsnedsättning”, ”Stärk det egna ledarskap” eller ”Skapa delaktighet”. Under 2023 genomfördes fem utbildningar och totalt utbildades ett 80-tal tränare från 16 olika föreningar i länet.

Föreläsning unga ledare

I mitten av juni genomförde vi en digital träff för unga ledare i Västmanland. Anneli Östberg höll i träffen där cirka 50 unga ledare deltog. Anneli inspirerade och pratade om ledarskap, delaktighet, engagemang och vikten av att se alla barn och unga. Vi från RF-SISU Västmanland pratade om folkbildning, våra verksamhetsformer och rollen lärgruppsledare. Vi visade upp några av våra material och förklarade hur man arbetar med exempelvis våra affischer på bästa sätt i en lärgrupp.

Noterbart från 2023

- Rekordstor satsning på kostnadsfria sommaraktiviteter inom ramen för Summer 23.
- Arbetet med Idrottsklivet startades upp.
- Arbetet inför SM-veckan i Västerås 2024 intensifierades.
- Uppstart av IOP på Pettersberg tillsammans med ABF, Hyresgästföreningen och Västerås stad .
- Satsning för att rekrytera och behålla idrottsledare.
- Konferens om ”Plats för idrott” lockade politiker och tjänstepersoner från länets samtliga kommuner.
- Medverkat i Region Västmanlands satsning på ”Ett livskraftigt Västmanland”.
- VIP-kväll om ideellt engagemang med över 100 deltagare.



Malin | SKAPP | W&MTIC | Q&AV
System: video (254 736) | Size: 300000 bytes | Path: /video/0001 |
FrameRate: 25 | FrameSize: 1080 | FrameType: I | FrameCount: 0 |
TotalCount: 0 | PacketSize: 284 | PacketCount: 0 | PacketSize: 72 |
TotalPacketTime: 22.500 | TotalPacketSize: 14.488 |
TotalPacketSize: 14.488 | TotalPacketSize: 14.488 |
FrameSize: 0 | Decoder: /usr/bin/ffmpeg -i /dev/null -c:v h264 -c:a aac -y
| Path: /video/0001 | Decoder: /usr/bin/ffmpeg -i /dev/null -c:v h264 -c:a aac -y

Välkommen till Grundutbildning för tränare

Malin Lundqvist & Frida Storm Nilldotter



078913



Idrottsrörelsen gör Västmanland starkare

Idrottsrörelsens roll för folkhälsan i Sverige är betydande, och det sociala sammanhanget i idrottsföreningar är lika viktigt som själva aktiviteten. Föreningslivet främjar gemenskap och möten över gränser, ger meningsfull fritid för barn och ungdomar, och spelar en demokratifostrande roll.

Här kan du läsa mer om vårt arbete för att göra idrottsrörelsen och Västmanland starkare.

Idrottsrörelsen gör Västmanland starkare

Vårt intressepolitiska arbete sker på såväl lokal som regional nivå med ett gemensamt syfte att förändra och förbättra förutsättningarna för föreningsidrott och folkbildning i hela länet. RF-SISU Västmanlands styrelse och medarbetare har under året deltagit i mötesplatser och företrätt idrottsrörelsen gentemot kommuner, regionen och Länsstyrelsen. Under 2023 har stort fokus legat på idrottens återstart, idrott för alla, folkhälsa och ”plats för idrott”.

Under våren har idrottspolitiska möten genomförts i så gott som samtliga kommuner. Vid besöken har vi mött kommunens ledning där vi lyft kommunspecifika frågor för idrotten. Vid våra SDF-dialoger och i samråd med idrottskonsulenterna har inspel och medskick fångats in.

Vi har också företrätt idrotten gentemot riksdagsledamöter. I augusti deltog vi vid en dialogträff med Jacob Forssmed, socialminister med ansvar för idrott, som Region Västmanland bjöd in till.

I november tog vi emot Vasiliki Tsouplaki, riksdagsledamot och första vice gruppledare i Vänsterpartiet. Vasiliki fick en presentation



om idrotten i Västmanland och fick dessutom träffa en lärgrupp från Basåsens ridklubb som samma dag genomförde en träff på Idrottens hus.

I varje kommun och för varje idrott

RF-SISU är representerade lokalt i varje kommun av ett kommunteam som har en nära kontakt och samarbete med kommunföreträdare och idrottsföreningarna. I vår organisation finns kommunteam i Västra Mälardalen, norra länsdelen, Hallstahammar/Surahammar, Sala och Västerås. Våra idrottskonsulenter är organiserade idrottsvis, vilket innebär att varje förening har kontakt med sin respektive idrottskonsulent inom respektive idrott. Organiseringen av det intressepolitiska arbetet involverar såväl styrelse, som ledningsgrupp och idrottskonsulenter.

Vi har under 2023 stärkt vår samverkan med länets kommuner och Region Västmanland. Extra glädjande är att vi under året skrev en första överenskommelse med Surahammars kommun med gemensamma prioriteringar för idrotten under 2023 och 2024.



Intressepolitiska nätverk och mötesplatser

För att stärka idrotten och studieförbunden har vi verkat för att fördjupa samverkan med såväl dessa som civilsamhället. En annan viktig samarbetspartner för RF-SISU Västmanland är Västmanlands bildningsförbund och de andra studieförbunden i länet.

Som en viktig del i det intressepolitiska arbetet har vi varit aktiva och representerade i ett flertal olika nätverk, styrelser, råd och mötesplatser. Framträdande områden är folkhälsa, jämställdhet, civilsamhället, demokrati, integration, folkbildning, ADNT, regional utveckling och sociala innovationer. Exempel på nätverk och mötesplatser är: Integrationsrådet, Jämställdhetsrådet, LÖK (Lokal överenskommelse i Västerås) och VSE-gruppen (Västerås stads strategigrupp för utveckling och marknadsföring av elitidrotten). Utöver de lokala och regionala nätverken deltar vi i ett flertal av RF-SISU riks arrangerade nationella nätverk, bland annat för ledarsatsning, fokusgrupp för folkbildning, intressepolitik, idrottsjuridik och anläggningsfrågor.

Nätverk för idrottsfrågor tillsammans med kommunerna

Under 2020 startades ett nätverk för kultur- och fritidsansvariga i länets kommuner. Vid starten var det huvudsakliga behovet att samråda och informera varandra kring det aktuella coronaläget. Utifrån det förändrade pandemiläget har nätverket sedan dess utvecklats till ett återkommande forum för information, samverkan och erfarenhetsutbyte kring olika typer av idrottsrelaterade frågor.

Vissa träffar är temabaserade med möjlighet till fördjupning. Exempelvis har RF:s projektledare för Plats för idrott bjudits in för att presentera RF:s kartläggning av hur föreningar upplever sin anläggningssituation. Även frågor som idrottens återstart, Afrikansk svinpest samt el- och energikrisen har varit på agendan.

Alla kommuner är representerade och närvaron är hög. RF-SISU Västmanland län har en koordinerande roll och nätverket bäddar för en bättre och mer kontinuerlig samverkan med kommunerna.

Föreningsträffar

Under året har vi genomfört föreningsträffar i samverkan med länets kommuner och/eller andra aktörer. Träffarna har genomförts i Arboga, Köping, Skinnskatteberg, Norberg och Västerås. I Köping och Västerås har mer än en träff genomförts. Vid en av träffarna i Köping närvarade även föreningar från Arboga och Kungsör.

På träffarna har aktuell information om RF-SISU Västmanlands arbete och stöd till idrottsföreningarna presenterats. Andra teman har varit trygg idrott och värdegrundsarbete.

Under året har vi kontinuerligt haft kontakt med kommunerna för att lyssna in deras behov och tillsammans diskutera vägar framåt för samverkan.

Regional utveckling för idrottens bästa

År 2022 fattade Region Västmanland beslut om en Regional Idrottsplan som tar avstamp i visionen om "Ett livskraftigt Västmanland" genom hållbar utveckling. Idrottsplanen beskriver hur Region Västmanland vill bidra till utvecklingen av idrott för alla som bor och verkar här i Västmanland.

Den regionala idrottsplanen är regionens gemensamma strategiska dokument för utveckling av idrott i länet. Planen ska även vara vägledande för kommunerna och andra aktörers arbete med idrott samt skapa samverkan gällande idrotten i länet. Slutligen ska arbetet med idrottsplanen vara en naturlig del i länets folkhälsoarbete.

RF-SISU Västmanland har arbetat nära regionen i framtagandet av idrottsplanen och har under 2023 även fått uppdraget att skriva fram en handlingsplan för den regionala idrottsplanen. Arbetet fokuserar på att identifiera befintligt arbete hos Region Västmanland som bidrar till att uppfylla målen i den regionala idrottsplanen samt att föra dialog om möjligheten att utveckla eller starta ett arbete. Genom dialog med kommuner och andra aktörer samt omvärldsbevakning identifieras behov och arbetsmetoder som varit lyckade hos andra.

Arbetet genomförs tillsammans med medarbetare från Region Västmanland och ska vara klart sista mars 2024.

Under 2023 har vi också deltagit i regionens "Kraftsamling för ökad folkhälsa". Vi kan konstatera att RF-SISU och idrotten ses som en självklar del i regionens arbete för folkhälsa och regional utveckling.

Mälardalens universitet

Vi har under året fortsatt vår samverkan med Mälardalens Universitet och vårt arbete för att dem på nytt ska bli ett Elitidrottsvänligt lärosäte. Vår samverkan handlar också om att erbjuda praktikplatser till studenter som framför allt studerar på Folkhälsovetenskapliga programmet. Vi deltog dessutom vid branschrådsmöte för Folkhälsovetenskapliga programmet – "Livsstil och social hållbar utveckling".

I juni genomförde vi ett studiebesök till Umeå. Västerås stad, Idrottsalliansen i Västerås och Mälardalens Universitet deltog på resan. En delegation från Eskilstuna deltog också. I två dagar fick vi ta del av Umeå kommuns arbete med idrotten liksom föreningen IKSU (Idrottsklubben Studenterna i Umeå) och Umeå universitets arbete som Elitvänligt lärosäte och Elituniversitet.



En timme med idrotten i Sala kommun 2023.



Afrikansk svinpest

En kris som drabbade oss väldigt lokalt i Västmanland under 2023 var den Afrikanska svinpesten som bröt ut i Fagersta den 6 september. Idrotten påverkades direkt när hårda restriktioner infördes i skog och mark. RF-SISU Västmanland agerade snabbt och med hjälp av Fagersta och Norbergs kommun kunde vi mobilisera tillsammans med Jordbruksverket.

Vi har under hösten genomfört två informations-träffar för föreningarna i den drabbade zonen. Vi har också tillsammans med Riksidrottsförbundet arrangerat två informationsträffar för berörda Specialidrottsförbund.

Vi samverkade intensivt med föreningen Engelbrektsloppet för att rädda deras verksamhet. Den 12 oktober genomförde vi ett platsbesök hos Engelbrektsloppet med Jordbruksverket och Statens veterinärmedicinska anstalt i syfte att hitta vägar till ett smittsäkert tävlingsarrangemang. I slutet av oktober fick föreningen det glädjande beskedet att dispensansökan godkändes.

Den Afrikanske svinpesten kommer att påverka idrotten inom restriktionsområdet även under 2024. Vår webbplats uppdateras kontinuerligt med aktuell information om gällande restriktioner.

Ett levande Idrottens hus

Det händer mycket på Rocklunda just nu. Det byggs, expanderas och utvecklas. I mitten av all rörelse hittar du Idrottens Hus. Här har RF-SISU Västmanland sin arbetsplats tillsammans med 12 andra idrottsorganisationer.

Som medarbetare i huset har du tillgång till service inom IT, telefonväxel och fyra möteslokaler utrustade med modern teknik. I huset finns gemensamma utrymmen i form av mat- och fikarum. Kontakta oss om ditt förbund är intresserad av att hyra kontor i Idrottens hus.



SM-veckan



SM-veckan genomförs varje år på olika orter i Sverige, vinter respektive sommar, och är öppen för RF:s medlemmar, 71 specialidrottsförbund, vilka representerar upp emot 210 olika idrotter. I Västerås kommer 28 idrotter genomföra tävlingar mellan den 26-30 juni i ett intensivt schema. Västerås kommer koka av idrott veckan efter midsommar 2024.

Tillsammans med Västerås stad och Visit Västerås har vi arbetat vidare med SM-veckan 2024. Internt har vi bildat en arbetsgrupp med representanter från alla områden som vi ansvarar för; kommunikation, prova-på, mötesplatsen och utbildningsprogrammet inför SM-veckan.

Vi fortsatte lära och ladda under året och gjorde därför ett besök i Umeå på deras sommar SM-vecka. En delegation från RF-SISU, Västerås stad och Visit Västerås var på plats under deras SM-vecka för att ta del av deras erfarenheter och inspireras av hur de genomförde evenemanget. Kristin Pleick, Distriktsidrottschef RF-SISU

Västmanland och Maria Engelfeldt, Idrottschef Västerås stad var på plats för att ta över stafettpinnen från Umeå.

Under SM-veckans mötesplats kommer besökarna kunna ta del av föreläsningar, uppvisningar, bamssegympa/seniorgympa, prisutdelningar, intervjuer, föreningskampen, elitutmaningen och maskotrace. Även ett prova på-område kommer att finnas där barn, unga, vuxna och äldre får möjlighet att testa olika idrotter kostnadsfritt. Exempel på idrotter som kommer erbjudas är: basket, bågskytte, boule, parkour/gymnastik, skidskytte, segling, baseboll/softboll, dans, rullskidor, volleyboll och mycket annat.

SM-veckan kommer att bidra med motivation till ideella idrottsentusiaster och eldsjälur, samtidigt som vi rustar länets idrottsföreningar för att på egen hand kunna arrangera större tävlingar och evenemang framöver. Ett av RF-SISU Västmanlands viktigaste uppdrag är att bidra till känslan av att SM-veckan är ett arrangemang för hela Västmanland.



Ungdomsidrottsgalan

Under våren genomfördes Ungdomsidrottsgalan i Västerås. Galan arrangerades av Västerås Tidning i samverkan med RF-SISU Västmanland. Ett uppskattat tillfälle att hylla goda idrottsliga prestationer och goda förebilder inom ungdomsidrotten.

Digital utveckling

Under verksamhetsåret 2023 etablerades den digitala gruppen inom RF-SISU Västmanland, vilken kommer att fortsätta sin verksamhet även under 2024. Denna grupp har engagerat sig i att förbättra den digitala närvaron och kompetensen på arbetsplatsen, vilket har öppnat upp för nya möjligheter inom administration, kommunikation och utbildning för våra medlemmar och föreningar. Genom att aktivt följa digitala trender och genomgå kompetenshöjande insatser, anpassas vår verksamhet till den digitala verkligheten vilken maximerar effektiviteten i vårt arbete för att uppnå våra strategiska mål.

SDF-dialoger

Under året genomfördes två SDF-träffar. Den första träffen genomfördes i maj och innehöll reflektioner från RIM 2023, information om SM-veckan 2024 i Västerås och projektstöd som föreningar kunde söka under 2023. Dessutom fanns tid för erfarenhetsutbyte mellan förbunden.

Träffen i november innehöll information om den distriktsöversyn som gjorts för att titta på RF-SISU distriktens uppdrag och arbetssätt. Träffen innehöll även disussioner och reflektioner från Riksidrottsforum och samtal om hur idrotten påverkas av inflation och höjda elpriser. Som avslutning genomfördes ett arbetspass om ökad samverkan mellan SDF:en och RF-SISU.

Ett 20-tal SDF fanns representerade på respektive träff.



SDF-bidrag

RF-SISU Västmanland och Region Västmanlands övergripande syfte med stödet till SDF:en är att stimulera till aktivitet och utveckling av verksamheter inom Västmanland för idrott hela livet och som ligger i linje med idrottsrörelsens idéprogram Idrotten Vill och Strategi 2025.

Utbetalning av SDF bidrag under 2023									
SDF	Administrationsbidrag			LOK-stöd		Studietimmar		Totalt SDF bidrag	
	Närvarobidrag	Grundbidrag	Föreningsbidrag	ledarestöd tillfällen		slutrapporterade			
Totalt belopp	45 000 kr	45 000 kr	10%	90 000 kr	40%	360 000 kr	40%	360 000 kr	900 000 kr
Belopp/antal	5%	5%	antal IF	195,65 kr	antal	3,35 kr	antal	7,60	max 20 % 180 000
Badminton	- kr	1 216 kr	6	1 174 kr	558	1 869 kr	0	- kr	4 390 kr
Bandy	1 184 kr	1 216 kr	6	1 174 kr	2 781	9 314 kr	2 556	19 424 kr	33 304 kr
Basket	1 184 kr	1 216 kr	5	978 kr	2 775	9 293 kr	62	471 kr	13 547 kr
Bilsport	2 368 kr	1 216 kr	12	2 348 kr	102	342 kr	540	4 104 kr	10 696 kr
Bordtennis	2 368 kr	1 216 kr	8	1 565 kr	819	2 743 kr	145	1 102 kr	9 271 kr
Boul	- kr	1 216 kr	2	391 kr	0	- kr	0	- kr	1 657 kr
Bowling	- kr	1 216 kr	23	4 500 kr	173	579 kr	21	160 kr	6 653 kr
Brottning	2 368 kr	1 216 kr	9	1 761 kr	1 293	4 330 kr	1 806	13 724 kr	24 119 kr
Budo & Kamps.	- kr	1 216 kr	16	3 130 kr	2 320	7 770 kr	372	2 827 kr	15 402 kr
Bågskytte	- kr	1 216 kr	4	783 kr	36	121 kr	0	- kr	2 184 kr
Curling	1 184 kr	1 216 kr	1	196 kr	0	- kr	0	- kr	2 676 kr
Cykel	- kr	1 216 kr	12	2 348 kr	500	1 674 kr	438	3 328 kr	8 830 kr
Danssport	2 368 kr	1 216 kr	6	1 174 kr	357	1 196 kr	1 061	8 063 kr	14 447 kr
Dart	- kr	1 216 kr	5	978 kr	0	- kr	0	- kr	2 262 kr
Flygsport	- kr	1 216 kr	13	2 543 kr	67	224 kr	548	4 164 kr	8 399 kr
Fotboll	2 368 kr	1 216 kr	83	16 239 kr	35 163	117 761 kr	8 404	63 864 kr	180 000 kr
Friluft	1 184 kr	1 216 kr	16	3 130 kr	2 578	8 634 kr	1 592	12 098 kr	27 069 kr
Frisbee	2 368 kr	1 216 kr	3	587 kr	0	- kr	0	- kr	4 300 kr
Golf	2 368 kr	1 216 kr	13	2 543 kr	2 354	7 884 kr	4 004	30 427 kr	45 804 kr
Gymnastik	2 368 kr	1 216 kr	20	3 913 kr	4 661	15 610 kr	2 977	22 623 kr	47 135 kr
Handboll	1 184 kr	1 216 kr	9	1 761 kr	2 496	8 359 kr	1 744	13 253 kr	26 565 kr
Innebandy	2 368 kr	1 216 kr	37	7 239 kr	8 811	29 508 kr	1 119	8 504 kr	50 335 kr
Ishockey	1 184 kr	1 216 kr	13	2 543 kr	6 286	21 052 kr	1 458	11 080 kr	38 214 kr
Kanot	- kr	1 216 kr	3	587 kr	98	328 kr	241	1 831 kr	4 084 kr
Konståkning	1 184 kr	1 216 kr	2	391 kr	2 281	7 639 kr	279	2 120 kr	12 936 kr
Orientering	2 368 kr	1 216 kr	15	2 935 kr	1 129	3 781 kr	1 654	12 569 kr	23 572 kr
Parasport	2 368 kr	1 216 kr	22	4 304 kr	272	911 kr	420	3 192 kr	12 360 kr
Ridsport	2 368 kr	1 216 kr	24	4 696 kr	16 733	56 039 kr	12 262	93 182 kr	162 337 kr
Segling	2 368 kr	1 216 kr	8	1 565 kr	291	975 kr	1 675	12 729 kr	19 432 kr
Simidrott	1 184 kr	1 216 kr	8	1 565 kr	5 237	17 539 kr	1 013	7 698 kr	30 099 kr
Skidor	- kr	1 216 kr	30	5 870 kr	1 261	4 223 kr	717	5 449 kr	17 272 kr
Skidskytte	- kr	1 216 kr	4	783 kr	33	111 kr	25	190 kr	2 370 kr
Skridskor	- kr	1 216 kr	4	783 kr	39	131 kr	0	- kr	2 195 kr
Squash	- kr	1 216 kr	2	391 kr	213	713 kr	0	- kr	2 392 kr
Tennis	1 184 kr	1 216 kr	9	1 761 kr	5 047	16 902 kr	43	327 kr	22 047 kr
Vattenskidor	1 184 kr	1 216 kr	4	783 kr	350	1 172 kr	177	1 345 kr	5 875 kr
Volleyboll	2 368 kr	1 216 kr	3	587 kr	381	1 276 kr	20	152 kr	5 771 kr
TOTALT	45 000 kr	45 000 kr	460	90 000 kr	107 495	360 000 kr	47 373	360 000 kr	900 000 kr

Kommunikation

Gemensamma kampanjer

Under året genomfördes ett antal gemensamma kampanjer tillsammans med övriga RF-SISU distrikt, Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna. Syftet med insatserna har varit att visa utmaningar och möjligheter kopplat till Strategi 2025 och att bygga bilden av idrottens samhällsnytta.

En större insats har gjort för att lyfta ideella ledare och belysa hur viktiga de är för idrottsrörelsen. Kampanjen hade budskapet ”Var del av något större”. En film från kampanjen visades både i Riksidrottsförbundets och RF-SISU distriktens egna kanaler samt i TV4 och i Filmstadens salonger under sommaren.

Exempel på andra teman som lyfts under året är jämställdhet, plats för idrott och idrottens folkbildning

RF-SISU Västmanland i media

Under året har ett stort antal artiklar och inslag publicerats om vår verksamhet i både radio, tidningar och TV. Exempel på ämnen som lyfts är plats för idrott och behov av renovering av befintliga idrottsplatser, idrotts-

rörelsen förutsättningar, inkludering, jämställdhet och Idrottens dag.

Ta gärna del av några exempel via QR-koderna på nästa sida.

Sociala medier

Vi har under 2023 fortsatt vårt strategiska arbete med sociala medier och utvecklat vårt arbete med att anpassa budskap utifrån målgrupp och kanaler. Under 2023 startade vi ett konto på LinkedIn som ett komplement till tidigare plattformar: Facebook, Instagram, X och YouTube. En övergripande målsättning är att skapa dialog och engagemang samtidigt som vi bygger en positiv och intressant bild av idrottsrörelsen.

Våra olika plattformar används för att lyfta goda exempel, skapa opinion och engagemang samt för att sprida kunskap om vår verksamhet.

Nyhetsbrev

Att prenumerera på vårt nyhetsbrev är ett sätt att hålla sig uppdaterad om vår verksamhet. Nyhetsbrevet skickas varannanvecka och innehåller aktuell information om vår verksamhet, goda exempel och tips på utbildningar.



Nedslag i media 2023

Rikta din mobilkamera mot QR-koden och tryck på den för att ta del av några av de inslag från från TV, tidningar och radiosom speglade vår verksamhet under 2023.

Dålig klimat för unga domare får konsekvenser.
(Sveriges Radio P4Västmanland)



Renoveringsbehovet av idrottsanläggningar växer
(Magazin24)



Nytt sommarläger ska locka fler unga till idrotten
(Bäragsbladet)



Barn fick testa olika idrotter
(Västerås Tidning)



”Vi får inte hamna i ett stillasittande”
(Sveriges Radio P4 Västmanland)



Färre barn idrottar i utsatta områden: ”Det är en utmaning”
(SVT Nyheter Västmanland)



Rekordmånga deltagare på fotbollscampen
(Fagersta Posten)



Rekordstort intresse för sommaraktiviteter
(SVT Nyheter Västmanland)



Hade aldrig stått på skidor – nu har de hittat glädjen i längdspåret
(SVT Nyheter Västmanland)



Brist på idrottsledare i länet – nu ska föreningarna få hjälp
(Sveriges Radio P4 Västmanland)



Prova på-dag för parasport – för första gången: ”Taggade”
(Västerås Tidning)



Idrottskonsulenten: ”Det finns en skev representation”
(Sveriges Radio P4 Västmanland)





Folkbildning

SISU Idrottsutbildarna är idrottsrörelsens studie- och utbildningsorganisation och ska verka för och bidra till idrottens utveckling genom folkbildning och utbildning. RF-SISU Västmanland har motsvarande uppdrag på regional och lokal nivå. .

Här kan du läsa mer om vårt arbete med folkbildning under 2023.

Idrott och folkbildning

SISU Idrottsutbildarna är idrottsrörelsens studie- och utbildningsorganisation och ska verka för och bidra till idrottens utveckling genom folkbildning och utbildning. RF-SISU Västmanland har motsvarande uppdrag på regional och lokal nivå.

”Vi ska inte bara svara på frågorna, vi ska ställa frågorna” Med dessa ord som utgångspunkt grundades den svenska idrottsrörelsens studieförbund 1985.

Folkbildning handlar i grunden om att öppna upp mot omvärlden och utforska möjligheterna. Det handlar om ett livslångt lärande med både nyfikna och kritiska frågor. Folkbildningen ger perspektiv, inkluderar och bidrar till förändring. Den ger kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas. Idrottsrörelsens folkbildning bidrar till ett fortsatt starkt föreningsengagemang och är en nyckel till att få människor i föreningen att växa. SISU Idrottsutbildarna är mitt i idrotten. Där sätts idéer i rörelse.

Till vårt uppdrag hör att:

- Skapa förutsättningar för idrottsrörelsens utvecklingsarbete, strategier och mål.
- Med folkbildnings- och utbildningsinsatser bidra till idrottens och individers utveckling utifrån behov och förutsättningar.
- Skapa idrottsövergripande mötesplatser.
- Ansvara för att idrottens gemensamma ledarutbildningar erbjuds och genomförs.
- Tillhandahålla pedagogiska metoder och utbildningsmaterial för folkbildnings- och utbildningsverksamhet.
- Fördela och följa upp statens anslag till idrottens studie-, bildnings- och utbildningsverksamhet utifrån regeringens riktlinjer och i linje med idrottsrörelsens strategi och mål.

Vårt arbete utgår från folkbildningens mål om att ge alla möjlighet att tillsammans med andra öka sin kunskap och bildning för personlig utveckling och delaktighet i samhället. Genom att medlemmar möts och samtalar om hur de vill ha det i sin förening stärks medlemsdemokratin, inflytandet och delaktigheten. Människor ges möjlighet att göra en kunskaps- och bildningsresa. Kärnan i verksamheten är alltid samtalet och mötet mellan människor. Att lära av andra och av varandra skapar engagemang.

Statens mål och syfte med folkbildningen

Folkbildningen i Sverige ska ge alla möjlighet att tillsammans med andra öka sin kunskap och bildning för personlig utveckling och delaktighet i samhället.

Syfte med folkbildningen:

- Stödja verksamhet som bidrar till att stärka och utveckla demokratin.
- Bidra till att göra det möjligt för en ökad mångfald av människor att påverka sin livssituation och skapa engagemang att delta i samhällsutvecklingen.
- Bidra till att utjämna utbildningsklyftor och höja bildnings- och utbildningsnivån i samhället.
- Bidra till att bredda intresset för ökad delaktighet i kulturlivet.

Verksamhet 2023

I Västmanland har vi under 2023 haft verksamhet i 271 föreningar och andelen unika deltagare har varit 15 469. Folkbildningsresultatet för 2023 blev 47 426 timmar att jämföra med utfallet 2022 som var 53 903 timmar.

Antalet arrangemang summerades till 4 224, 2022 var siffran 4 639. Deltagare och publik slutade på 69 088 jämfört med 57 111 deltagare och publik 2022.

Lärgrupp

Lärgruppsverksamheten utgör basen för SISU:s folkbildningsverksamhet. Lärgruppen är en mindre grupp människor som enligt framtagen plan och genom samtal och dialog bedriver studier, reflekterar och lär inom olika ämnen. Lärgruppen styrs av deltagarna där de tillsammans söker kunskap och lär sig utifrån sina egna behov och intressen. Syftet med lärandet är att skapa förutsättningar för utveckling av såväl individ, grupp som förening. Deltagarna ska ges möjlighet till inflytande och delaktighet samt tid för reflektion och eftertanke mellan träffarna. Stor del av lärgruppernas innehåll har fokuserats på idrottskunskap, föreningsutveckling, ledarskap och värdegrundsarbete för att nämna några.

Året resulterade i 41 946 lärgruppstimmar. De 3 042 lärgrupperna har samlat 22 502 deltagare.

Kurs

Kursen är en utbildningsform där det i förväg finns en fastställd kursplan där kursen också har ett tydligt utbildningsmål. Den kursverksamhet som rapporteras och finansieras via SISU:s folkbildningsanslag är den idrottsövergripande kursverksamheten eller den kursverksamhet som genomförs lokalt i föreningen med föreningen som arrangör.

Årets resultat blev 3 808 utbildningstimmar. De 280 kurserna har samlat 3 920 deltagare.



RÅN S... RT TILL MÅL

STEG 4 – KOMMUNIKATION

☑️ Så här ska vi sammanfatta och med... (text)

☑️ Dessa handlingar ska vi sammanfatta till ett... (text)

STEG 5 – BUDGET OCH EKONOMI

☑️ Vilka är våra viktigaste inkomster och utgifter till... (text)

☑️ Har kostnader för ett eventuellt överdrag eller en... (text)

STEG 6 – KRINGAKTIVITETER

☑️ Vilka kringaktiviteter ska vi utvärdera... (text)

☑️ Syftet med detta är... (text)

STEG 11 – GENOMFÖRANDE

☑️ Har vi tillräckligt med information för att... (text)

STEG 12 – UTVÄRDERING

☑️ Vad ska vi förhålla oss till eller... (text)

☑️ Vad ska vi förhålla oss till eller... (text)



Kulturarrangemang och föreläsningar

Kulturarrangemang ska ge deltagarna möjlighet till en kulturupplevelse men också en möjlighet att förvärva en ny kunskap, insikt och reflektion. De bärande inslagen under kulturarrangemang är teater, sång, musik, dans, film och utställning. Tanken är att kulturaktiviteterna både ska stimulera till individuell utveckling och stärka känslan för laget/teamet/föreningen.

Under året genomfördes 256 kulturarrangemang med totalt 26 393 deltagare som publik.

Föreläsning är en verksamhetsform som av tradition är väletablerad inom idrottsrörelsen. Föreläsningen är en källa till inspiration och kunskap som kan ses som en lokal alternativt regional mötesplats där ledare, tränare, aktiva, föräldrar och funktionärer möts för att inspireras och få vidgade vyer. En föreläsning kan också vara en inspiration och kunskapskälla där innehållet vidare bearbetas i någon av de övriga verksamhetsformerna.

Under året genomfördes 581 föreläsningar med 9 682 deltagare. Totala antalet deltagare inklusive publik 15 431.

Processarbete

Processarbete är den verksamhetsform där föreningen kraftsamlar för att inleda ett utvecklingsarbete mot ett bestämt mål. Processarbete är avgränsat i tid, har med fördel inletts med en form av nulägesanalys och ska mynna ut i någon form av dokumentation eller handlingsplan.

Under året genomförde vi 65 processarbeten och 467 utbildningstimmar.

Föreningsbesök

Föreningsbesöket är en uppsökande verksamhet för att nå ut till unika individer och föreningar för att motivera och uppmuntra till att påbörja alternativt fortsätta ett folkbildningsarbete.

Under året har vi genomfört 383 registrerade föreningsbesök, jämfört med 368 besök 2022.

Lärgruppsledarutbildning

Under året arrangerade vi två större lärgruppsledarutbildningar, en under våren och en under hösten. Syftet med dessa tillfällen var att utbilda fler lärgruppsledare i länet för att främja utvecklingen av idrotten utanför själva utövandet av sporten. Att vara lärgruppsledare innebär att ha en central roll som samordnare och inspiratör, vilket är av stor betydelse för föreningsutvecklingen.

Den första utbildningen, "Lärgruppsledarlunch", hölls helt digitalt och lockade 18 föreningspersoner från olika föreningar och idrotter. Den andra utbildningen

ägde rum i hybridformat, vilket gav deltagarna möjlighet att var med antingen fysiskt på Idrottens hus i Västerås eller digitalt via Teams. Totalt deltog 34 föreningspersoner från olika föreningar och idrotter, varav 16 fysiskt och 18 digitalt. Vi är glada över det stora intresset och engagemanget för dessa utbildningstillfällen och ser fram emot att fortsätta stödja och utveckla våra lärgruppsledare i framtiden.

Månadens lärgruppsledare

Under det gångna året lanserade RF-SISU Västmanland en ny kommunikativ satsning inom folkbildningsområdet. Varje månad lyfte vi fram det fantastiska folkbildningsarbetet i länet genom att utse en månadens lärgruppsledare. Dessa föreningspersoner har visat ett enastående engagemang och arbetat för både de aktivas och föreningens utveckling, både som idrottare och som individer. Genom hög grad av delaktighet och strävan efter att alla ska trivas och utvecklas inom klubben har de gjort en betydande insats för sina föreningar.

Under året har vi delat ut utmärkelsen till sex olika föreningspersoner från olika idrotter och kommuner i länet. Vi planerar att fortsätta denna framgångsrika satsning under det kommande året. Vi ser fram emot att fortsätta att lyfta fram och hylla de dedikerade föreningspersoner som arbetar för att främja folkbildningen och utvecklingen av föreningslivet i vårt län. Genom att fortsätta utse månadens lärgruppsledare kommer vi att fortsätta att uppmärksamma och belöna deras viktiga bidrag till idrotten och samhället.

Noterbart folkbildning 2023

- Vi satte extra fokus på lärgruppsledarens roll och började utse månadens lärgruppsledare.
- Antalet föreningsbesök ökade.
- Även antalet föreläsningar och kulturarrangemang ökade.
- Vi har mött fler som deltagare och publik.

Initiativet som förenar ungdomen

Under sommaren genomfördes, för fjärde året i rad, ungdomssatsningen ”Young Guns”. Young Guns är ett initiativ som riktar sig till fallskärmshoppare runt om i Europa i åldrarna 15-24 år. Syftet är att ge unga fallskärmshoppare en gemenskap och utbildning inom idrotten.

Young Guns startade under 2020 efter att Olle Falk, grundare av initiativet, känt ett behov av att samla unga fallskärmshoppare med målet att skapa ett community. En trend inom fallskärmshoppningen var nämligen att unga hoppare slutade på grund av en brist på gemenskap och att de inte haft de ekonomiska förutsättningarna att utvecklas inom idrotten.

Young Guns är en fem dagar lång samlingsplats för unga fallskärmshoppare runt om i Europa. Under dagarna går deltagarna utbildningar i bland annat säkerhet med professionella tränare från utlandet, tränar på olika typer av hopp tekniker samt hittar på aktiviteter tillsammans. Initiativet möjliggörs i en samverkan mellan Olle Falk, Fallskärmsklubben Aros och RF-SISU Västmanland.

”Unga hoppare i den här delen av världen centreras kring Young Guns”

Initiativtagaren Olle Falk var 18 år när han drog igång satsningen. Som ung inom idrotten var han väl medveten om utmaningarna, då tog han saken i egna händer.

- Min ambition var att skapa något som influerar folk att fortsätta hoppa, ta sporten mer seriöst och ha roligt. Jag har varit i den sitsen som många unga hoppare är i, jag började när jag var 16 och kände ingen i min ålder som

hoppade, berättar Olle.

Sedan 2020 har Young Guns tiogångrats i deltagarantal och årets platser fylldes på under fyra timmar. Olle berättar att han både är förvånad och stolt över hur stort initiativet har blivit.

- Responsen från deltagarna är extremt positiv, jag är faktiskt lite chockerad. Vi har haft deltagare som blivit rörda när de lämnat och sagt att det varit en av de bästa veckorna i deras liv, det betyder jättemycket, säger Olle och fortsätter:

- Utvecklingen från att första året ha varit tre deltagare i dåligt väder till det här är obeskrivligt. Idag är vi ett stort community där alla unga hoppare i den här delen av världen centreras kring Young Guns, berättar Olle.

”Det här är min höjdpunkt på året”

En av årets deltagare är Nicolas, han är 18 år och kommer ursprungligen från Lille i Frankrike men är idag bosatt i Lund. Han beskriver sig själv som en student som älskar att hoppa fallskärm.

- Jag har alltid varit intresserad av flygplan, exempelvis seglingsflygning. När jag kom till Sverige började jag undersöka vad det fanns för alternativ i närområdet och hittade en förening ungefär 20 minuter bort som jag blev medlem i, säger Nicolas och fortsätter:

- Det är underbart att ha möjligheten att utöva idrotten, men när du hoppar för en lokal klubb är du väldigt sluten till folket som hoppar där, i min klubb är jag den enda medlemmen under 25 år. Jag letade efter ett sätt att träffa nya människor med samma passion som mig, då hittade jag Young Guns som gjorde mig medveten om att det finns massor med likasinnade som mig, berättar Nicolas.

Nicolas har varit med på Young Guns varje år sedan 2021. Sedan dess har han hoppat över 300 hopp och och lärt känna nya människor runt om i Sverige och Europa.

- Young Guns är det första jag bokar in i kalendern varje år, det är min höjdpunkt på året. Gemenskapen som har skapats går inte riktigt att sätta ord på. Det är även väldigt roligt för

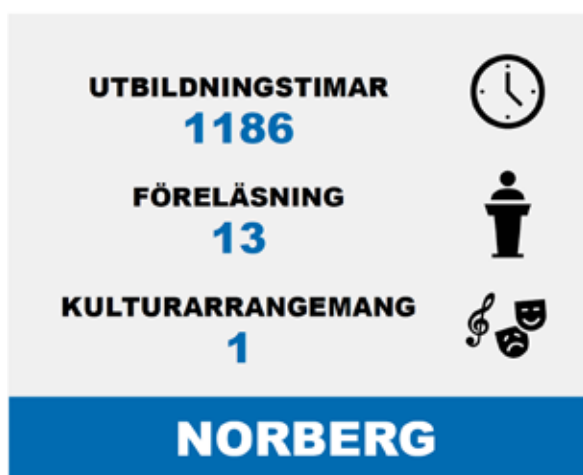
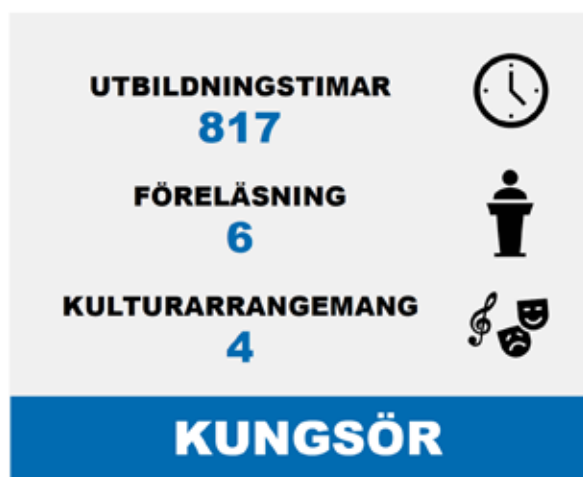
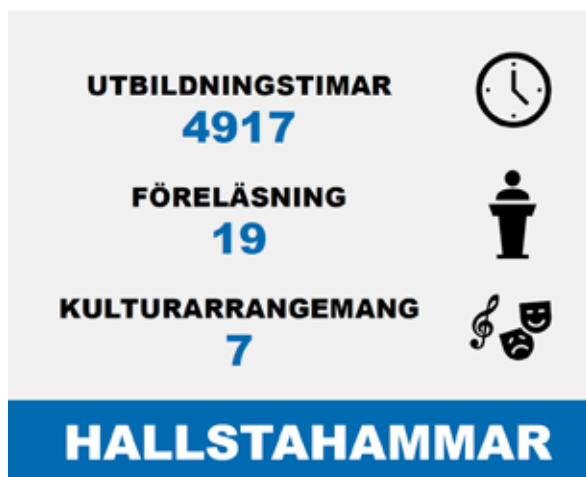
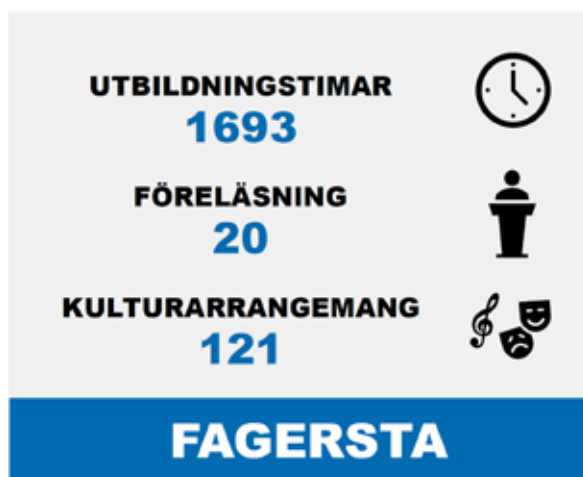
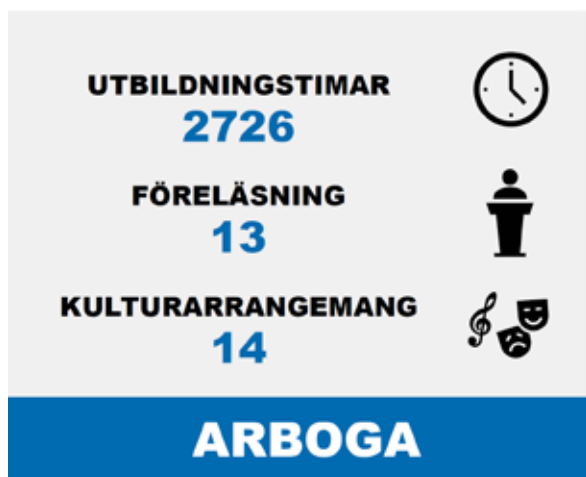
någon som mig att det är många som pratar engelska här, att det är internationellt. Alla unga hoppare i den här delen av världen koncentreras kring Young Guns, avslutar Nicolas.

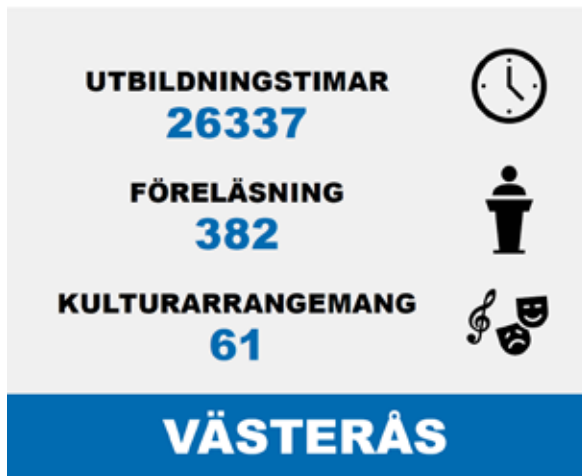
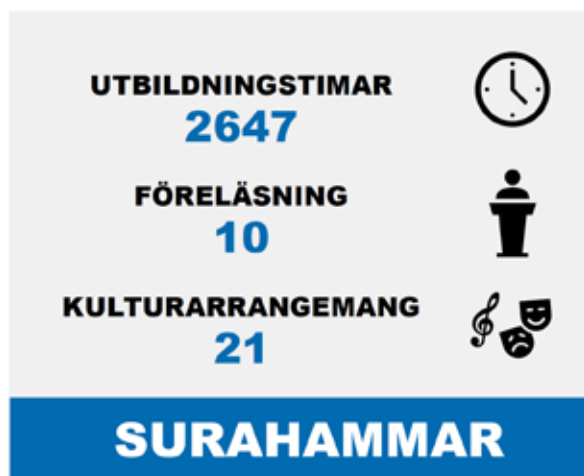
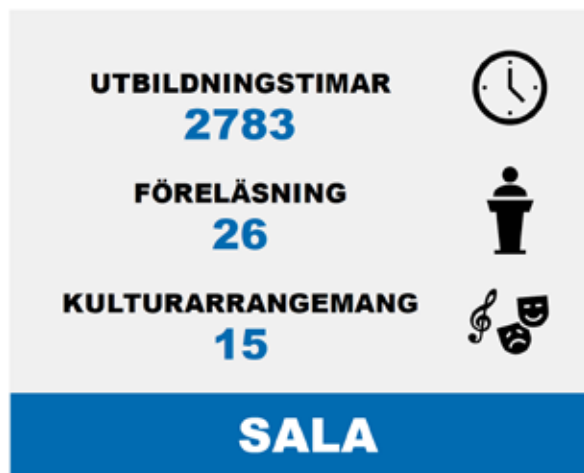
Olle Falk har redan börjat planera för Young Guns 2024, han har även ambitioner på att utveckla initiativet till något ännu större än vad det är idag.

- Jag har en ambition om att göra det här i olika delar av världen. Att Young Guns fortsätter att växa och blir tillgängligt för ännu fler inom sporten, det vore fantastiskt om vi kunde erbjuda det här till fler än den svenska och europeiska marknaden. Målet är att bygga en gemenskap inte bara i Sverige och Europa, utan i världen, avslutar Olle Falk.

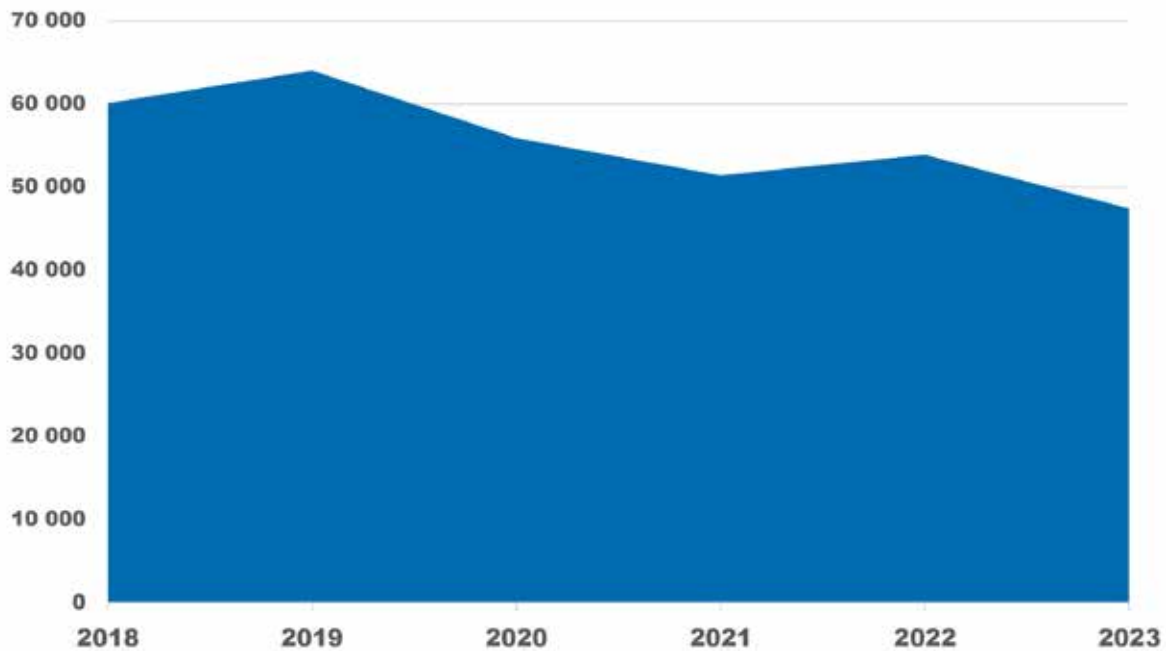


Folkbildningsverksamhet per kommun

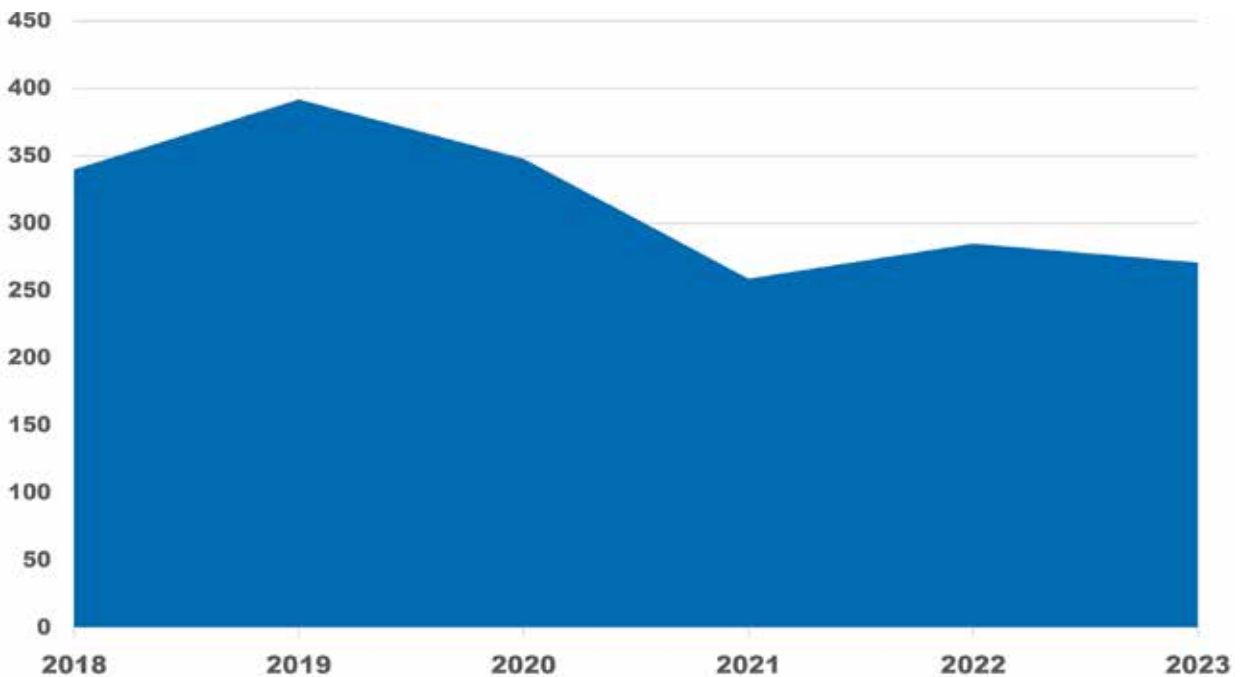




Utbildningstimmar 2018-2023



Föreningar med verksamhet 2018-2023



Idrotter med över 100 utbildningstimmar

IDROTT	UTBILDNINGTIMMAR 2023
Ridsport	10512
Fotboll	5789
Golf	3132
Gymnastik	2934
Handboll	2471
Ishockey	2287
Innebandy	2205
Orientering	2094
Bandy	1950
Danssport	1532
Friidrott	1531
Brottning	1446
Simidrott	1397
Segling	1223
Skidor	994
Cheerleading	628
Flygsport	625
Boxning	498
Korpen	417
Basket	411
Motorcykel och Snöskoter	364
Bilsport	282
Budo och Kampsport	272
Konståkning	272
Cykel	229
Parasport	214
Vattenskidor och Wakeboard	196
Cykel	229
Parasport	214
Vattenskidor och Wakeboard	196
Badminton	136
Islandshäst	136
Fäktning	106

Årsredovisning 2023

RF-SISU Västmanland

RF-SISU Västmanland

878000-6683

Förvaltningsberättelse

Allmänt om verksamheten

RF-SISU Distrikt är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala organisation i distriktet Västmanland.

Förbundet har verksamhet i Region Västmanlands 10 kommuner

RF-SISU Distrikt har sitt säte i Västerås med ett lokalkontor i Köping.

Allmänt om verksamheten

RF-SISU Västmanland är paraplyorganisation för hela den västmanländska idrottsrörelsen.

Vi är ett av Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas 19 regionala organisationer.

Vårt uppdrag är att stödja, leda, företräda, utveckla, bilda och utbilda idrottsföreningar och specialdistriktsförbund.

Främjande av förbundets ändamål

RF-SISU Västmanlands verksamhetsidé: Vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet.

SISU:s verksamhetsidé ligger till grund för folkbildningsverksamheten: Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.

Idrottsrörelsens fem "utvecklingsresor" inom Strategi 2025: Den moderna föreningen engagerar, inkluderande idrott för alla,

En ny syn på träning och tävling, Jämställdhet för en framgångsrik idrott, Ett stärkt ledarskap.

Väsentliga händelser under räkenskapsåret och efter dess slut

2023 präglades av att idrottsrörelsen var i en återstartsfas efter pandemin. Vi ser att aktivitetsciffrorna ökade under året samtidigt som det är en bit kvar till nivåerna innan pandemin. RF-SISU Västmanland har fokuserat på att hjälpa föreningar med återrekrytering. Stora insatser har mobiliserats för att få tillbaka barn, unga och ledare i verksamhet igen.

RF-SISU Västmanland har under året haft pensionsavgång och andra personalomställningar vilket gjort att vi nyrekryterat 6 personer.

Medlemmar

Förbundets medlemmar är 70 olika idrotter fördelat på 622 föreningar samt SISU:s övriga 4 medlemsorganisationer som har sin hemort inom distriktets verksamhetsområde.

Eget kapital	Eget kapital	Årets resultat	Totalt
Ingående balans	5 002 544	376 379	5 378 923
Resultatdisposition enligt stämmobeslut: - Balanseras i ny räkning	376 379	-376 379	
Årets resultat		254 473	254 473
Utgående balans	5 378 923	254 473	5 633 396

Flerårsöversikt

	2023	2022	2021
Offentligrättsliga bidrag	17 395 028	17 200 201	18 141 158
Nettoomsättning	1 557 294	1 033 654	813 463
Årets resultat	254 473	376 379	990 209
Eget kapital	5 633 396	5 378 923	5 002 544
Soliditet %	39	37	41

RF-SISU Västmanland

878000-6683

RESULTATRÄKNING

	NOT	2023	2022
	1		
Intäkter			
Offentligrättsliga bidrag	2	17 395 028	17 200 201
Nettoomsättning	3	1 557 294	1 033 654
Övriga rörelseintäkter		169 529	1 144
Summa intäkter		19 121 851	18 235 000
Kostnader			
Lämnade bidrag	4	-1 633 701	-2 499 278
Verksamhetskostnader		-1 961 734	-1 931 949
Övriga externa kostnader		-3 013 536	-2 890 744
Personalkostnader	5	-12 226 396	-10 416 717
Avskrivning av materiella och immateriella anläggningstillgångar		-30 706	-119 617
Summa kostnader		-18 866 072	-17 858 306
Verksamhetens resultat		255 779	376 694
Resultat från finansiella investeringar			
Ränteutgifter och liknande poster		427	72
Räntekostnader och liknande poster		-1 733	-387
		-1 306	-315
Resultat efter finansiella poster		254 473	376 379
Årets resultat		254 473	376 379

dr

RF-SISU Västmanland

878000-6683

BALANSRÄKNING	NOT	2023	2022
TILLGÅNGAR	1		
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier	6	0	30 706
		<u>0</u>	<u>30 706</u>
Summa anläggningstillgångar		0	30 706
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		336 617	180 028
Övriga fordringar		5 197	27 028
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		162 382	136 657
		<u>504 196</u>	<u>343 714</u>
<i>Kortfristiga placeringar</i>			
Övriga kortfristiga placeringar		478 254	478 254
		<u>478 254</u>	<u>478 254</u>
<i>Kassa och bank</i>			
		13 442 419	13 493 740
		<u>13 442 419</u>	<u>13 493 740</u>
Summa omsättningstillgångar		14 424 868	14 315 707
SUMMA TILLGÅNGAR		14 424 868	14 346 413

RF-SISU Västmanland

878000-6683

BALANSRÄKNING	NOT	2023	2022
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
<i>Eget kapital</i>			
Balanserat kapital		5 378 923	5 002 544
Årets resultat		254 473	376 379
		<u>5 633 396</u>	<u>5 378 923</u>
<i>Kortfristiga skulder</i>			
Leverantörsskulder		462 261	1 024 405
Skatteskulder		40 134	103 322
Övriga kortfristiga skulder		600 435	288 176
Mottagna ej nyttjade bidrag	7	6 051 077	5 964 120
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		1 637 565	1 587 468
		<u>8 791 472</u>	<u>8 967 491</u>
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		14 424 868	14 346 413

d

RF-SISU Västmanland

878000-6683

TILLÄGGSUPPLYSNINGAR (Noter)**Not 1 Redovisnings-och värderingsprinciper**

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med Årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd (BFNAR 2016:10) om årsredovisning i mindre företag (K2).

Avskrivningar

Materiella och immateriella anläggningstillgångar värderas till anskaffningsvärde minskat med avskrivningar enligt plan. Anskaffningsvärdet har minskats med eventuella bidrag som erhållits. Avskrivning görs systematiskt över den bedömda ekonomiska livslängden. Härvid tillämpas följande avskrivningstider.

Kontorsinventarier 5 år

*Nyckeltalsdefinitioner**Soliditet*

Eget kapital i förhållande till balansomslutningen.

Not 2 Offentligrättsliga bidrag	2023	2022
Anslag från Riksidrottsförbundet	8 203 000	7 440 000
Anslag från SISU Idrottsutbildarna	4 973 000	4 983 000
Kommunala bidrag	1 018 985	749 631
Regionala bidrag	4 297 000	3 729 000
Länsstyrelsen projektbidrag	850 000	0
Summa	19 341 985	16 901 631
Återförda mottagna ej nyttjade bidrag	3 604 120	3 902 690
avgår mottagna ej nyttjade bidrag	<u>-5 551 077</u>	<u>-3 604 120</u>
Summa offentligrättsliga bidrag	17 395 028	17 200 201

Not 3 Nettoomsättning	2023	2022
Nettoomsättningen fördelar sig enligt följande:		
Verksamhetens intäkter	437 460	346 326
Övriga sidointäkter	<u>1 289 364</u>	<u>687 328</u>
Summa nettoomsättning	1 726 824	1 033 654

Not 4	Lämnade bidrag	2023	2022
	Ordinarie SDF bidrag	1 418 001	1 379 998
	Bidrag till idrottsföreningar	215 700	1 119 280
	Summa lämnade bidrag	1 633 701	2 499 278
Not 5	Medelantalet Anställda	2023	2022
	Medelantalet anställda	18	16
Not 6	Materiella anläggningstillgångar	2023	2022
	Inventarier		
	Ingående anskaffningsvärde	1 523 738	1 523 738
	Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	1 523 738	1 523 738
	Ingående avskrivningar	-1 493 032	-1 373 415
	Årets avskrivningar	-30 706	-119 617
	Utgående ackumulerade avskrivningar	-1 523 738	-1 493 032
	Redovisat värde vid årets slut	0	30 706
Not 7	Mottagna ej nyttjade bidrag	2023	2022
	Ledarsatsning	0	20 000
	Idrott för äldre	87 519	25 718
	Återstart Corona	2 577 992	709 326
	Idrott Hjärta kultur	19 756	0
	Inkludering-Etablering	278 841	359 841
	Inkludering-Idrottssvaga områden	1 087 622	952 786
	Idrottsklivet	600 613	0
	Rörelsesatsningen	110 643	956 449
	Tia medel	545 823	850 000
	Strategi 2025	632 451	600 000
	Återstart4	0	1 490 000
	IOP Pettersberg	43 339	0
	Svenska Dag 1	16 479	0
	Idrott hela livet +65	50 000	0
	Summa mottagna ej nyttjade bidrag	6 051 077	5 964 120
Not 9	Ställda säkerheter	2023	2022
	Summa ställda säkerheter	0	0

d

Västerås 2024-03-20

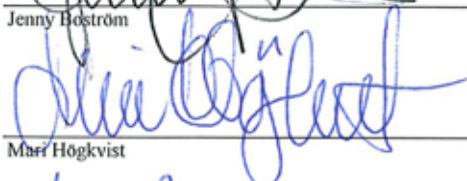

Jan Andersson Ordförande


Marie Johansson Vice ordförande

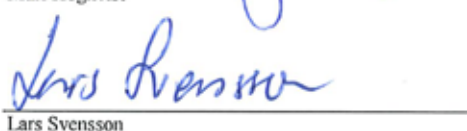

Muhannad Al-Nuaimi


Jenny Boström


Annika Enberg


Mari Högvist




Tommy Levinsson


Lars Svensson

Revisorspåteckning:

Vår revisionsberättelse har avgivits 2024-03-27
Adsum Revisorer & Företagskonsulter

Marita Lyckstedt
Auktoriserad revisor

Vår granskningsrapport har avgivits 2024-03-21

Hans Höglund
Lekmannarevisor

Thomas Avelin
Lekmannarevisor

Revisionsberättelse

Till föreningsstämman i RF-SISU Västmanland
Org.nr 878000-6683

Rapport om årsredovisningen

Uttalanden

Vi har utfört en revision av årsredovisningen för RF-SISU Västmanland för räkenskapsåret 2023.

Enligt vår uppfattning har årsredovisningen upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och ger en i alla väsentliga avseenden rättvisande bild av föreningens finansiella ställning per den 2023-12-31 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

Vi tillstyrker därför att föreningsstämman fastställer resultaträkningen och balansräkningen för föreningen.

Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt International Standards on Auditing (ISA) och god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt dessa standarder beskrivs närmare i avsnittet *Revisorns ansvar*. Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisorssed i Sverige och har i övrigt fullgjort vårt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för våra uttalanden.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för att årsredovisningen upprättas och att den ger en rättvisande bild enligt årsredovisningslagen. Styrelsen ansvarar även för den interna kontroll som den bedömer är nödvändig för att upprätta en årsredovisning som inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag.

Vid upprättandet av årsredovisningen ansvarar styrelsen för bedömningen av föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Den upplyser, när så är tillämpligt, om förhållanden som kan påverka förmågan att fortsätta verksamheten och att använda antagandet om fortsatt drift. Antagandet om fortsatt drift tillämpas dock inte om beslut har fattats om att avveckla verksamheten.

Revisorns ansvar

Våra mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsredovisningen som helhet inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, och att lämna en revisionsberättelse som innehåller våra uttalanden. Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men är ingen garanti för att en revision som utförs enligt ISA och god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka en väsentlig felaktighet om en sådan finns. Felaktigheter kan uppstå på grund av oegentligheter eller misstag och anses vara väsentliga om de enskilt eller tillsammans rimligen kan förväntas påverka de ekonomiska beslut som användare fattar med grund i årsredovisningen.

Som del av en revision enligt ISA använder vi professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Dessutom:

d



2 (3)

- identifierar och bedömer vi riskerna för väsentliga felaktigheter i årsredovisningen, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, utformar och utför granskningsåtgärder bland annat utifrån dessa risker och inhämtar revisionsbevis som är tillräckliga och ändamålsenliga för att utgöra en grund för våra uttalanden. Risken för att inte upptäcka en väsentlig felaktighet till följd av oegentligheter är högre än för en väsentlig felaktighet som beror på misstag, eftersom oegentligheter kan innefatta agerande i maskopi, förfalskning, avsiktliga utelämnanden, felaktig information eller åsidosättande av intern kontroll.

- skaffar vi oss en förståelse av den del av föreningens interna kontroll som har betydelse för vår revision för att utforma granskningsåtgärder som är lämpliga med hänsyn till omständigheterna, men inte för att uttala oss om effektiviteten i den interna kontrollen.

- utvärderar vi lämpligheten i de redovisningsprinciper som används och rimligheten i styrelsens uppskattningar i redovisningen och tillhörande upplysningar.

- drar vi en slutsats om lämpligheten i att styrelsen använder antagandet om fortsatt drift vid upprättandet av årsredovisningen. Vi drar också en slutsats, med grund i de inhämtade revisionsbevisen, om huruvida det finns någon väsentlig osäkerhetsfaktor som avser sådana händelser eller förhållanden som kan leda till betydande tvivel om föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Om vi drar slutsatsen att det finns en väsentlig osäkerhetsfaktor, måste vi i revisionsberättelsen fästa uppmärksamheten på upplysningarna i årsredovisningen om den väsentliga osäkerhetsfaktorn eller, om sådana upplysningar är otillräckliga, modifiera uttalandet om årsredovisningen. Våra slutsatser baseras på de revisionsbevis som inhämtas fram till datumet för revisionsberättelsen. Dock kan framtida händelser eller förhållanden göra att en förening inte längre kan fortsätta verksamheten.

- utvärderar vi den övergripande presentationen, strukturen och innehållet i årsredovisningen, däribland upplysningarna, och om årsredovisningen återger de underliggande transaktionerna och händelserna på ett sätt som ger en rättvisande bild.

Vi måste informera styrelsen om bland annat revisionens planerade omfattning och inriktning samt tidpunkten för den. Vi måste också informera om betydelsefulla iakttagelser under revisionen, däribland de eventuella betydande brister i den interna kontrollen som vi identifierat.

Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Uttalanden

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för RF-SISU Västmanland för räkenskapsåret 2023 samt av förslaget till dispositioner beträffande föreningens vinst eller förlust.

Vi tillstyrker att föreningsstämman disponerar vinsten enligt förslaget i förvaltningsberättelsen och beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt denna beskrivs närmare i avsnittet *Revisorns ansvar*. Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisionssed i Sverige och har i övrigt fullgjort vårt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för våra uttalanden.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för förslaget till dispositioner beträffande föreningens vinst eller förlust. *d*

A Partner firm of Baker Tilly Sverige, an independent member of Baker Tilly International

Vid förslag till utdelning innefattar detta bland annat en bedömning av om utdelningen är försvarlig med hänsyn till de krav som föreningens verksamhetsart, omfattning och risker ställer på storleken av föreningens egna kapital, konsolideringsbehov, likviditet och ställning i övrigt.

Styrelsen ansvarar för föreningens organisation och förvaltningen av föreningens angelägenheter. Detta innefattar bland annat att fortlöpande bedöma föreningens ekonomiska situation och att tillse att föreningens organisation är utformad så att bokföringen, medelsförvaltningen och föreningens ekonomiska angelägenheter i övrigt kontrolleras på ett betryggande sätt.

Revisorns ansvar

Vårt mål beträffande revisionen av förvaltningen, och därmed vårt uttalande om ansvarsfrihet, är att inhämta revisionsbevis för att med en rimlig grad av säkerhet kunna bedöma om någon styrelseledamot i något väsentligt avseende:

- företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till någon försummelse som kan föranleda ersättningsskyldighet mot föreningen, eller

- på något annat sätt handlat i strid med lagen om ekonomiska föreningar, årsredovisningslagen eller stadgarna.

Vårt mål beträffande revisionen av förslaget till dispositioner av föreningens vinst eller förlust, och därmed vårt uttalande om detta, är att med rimlig grad av säkerhet bedöma om förslaget är förenligt med lagen om ekonomiska föreningar.

Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men ingen garanti för att en revision som utförs enligt god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka åtgärder eller försummelser som kan föranleda ersättningsskyldighet mot föreningen, eller att ett förslag till dispositioner av föreningens vinst eller förlust inte är förenligt med lagen om ekonomiska föreningar.

Som en del av en revision enligt god revisionssed i Sverige använder vi professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Granskningen av förvaltningen och förslaget till dispositioner av föreningens vinst eller förlust grundar sig främst på revisionen av räkenskaperna. Vilka tillkommande granskningsåtgärder som utförs baseras på vår professionella bedömning med utgångspunkt i risk och väsentlighet. Det innebär att vi fokuserar granskningen på sådana åtgärder, områden och förhållanden som är väsentliga för verksamheten och där avsteg och överträdelser skulle ha särskild betydelse för föreningens situation. Vi går igenom och prövar fattade beslut, beslutsunderlag, vidtagna åtgärder och andra förhållanden som är relevanta för vårt uttalande om ansvarsfrihet. Som underlag för vårt uttalande om styrelsens förslag till dispositioner beträffande föreningens vinst eller förlust har vi granskat om förslaget är förenligt med lagen om ekonomiska föreningar.

Västerås 2024-03-27

Adsum Revisorer & Företagskonsulter AB



Marita Lyckstedt
Auktoriserad revisor

Granskningsrapport 2022-2023

Till

RF-SISU Västmanlands

Vi, av stämman utsedda lekmannarevisorer, har genomfört granskningen.

Styrelsen ansvarar för, och idrottschefen svarar för, att verksamheten bedrivs i enlighet med gällande stadgar, stämmobeslut samt de föreskrifter och mål, som gäller för verksamheten.

Lekmannarevisorernas ansvar är att följa, granska och pröva, om verksamheten bedrivs i enlighet med stämmans uppdrag.

Granskningen har genomförts enligt god revisions sed i Sverige, och inom idrotten, samt av stämman fastställt uppdrag. Granskningen har genomförts med den inriktning och omfattning som erfordras för att kunna ge en rimlig grund för bedömning och prövning av verksamheten.

I vår revision kan vi konstatera att stämman 2022 fastställde en verksamhetsinriktning gällande 2022 samt 2023. Anledningen var att man ändrade verksamhetsperioden från att vara ettårig till tvåårig på samma som riksorganisationen haft under de senaste åren. Vi kan konstatera att styrelsen likväl har tagit fram en verksamhetsberättelse som är ettårig. Det medför att vi har haft lite svårt att följa hur väl styrelsen följt den verksamhetsinriktning, som är tvåårig. Rubriksättningen mellan verksamhetsinriktningen och verksamhetsberättelsen har heller inte varit likställd, vilket ytterligare har försvårat vår revision. Här ser vi förbättringsmöjligheter inför kommande verksamhetsår för att minska det administrativa arbetet inom styrelse och kansli.

Vår bedömning är att verksamheten ändå har skötts på ett ändamålsenligt, och ur ekonomisk avseende, tillfredsställande sätt.

Västerås 2024-03-21


Hans Höglund
Lekmannarevisor


Thomas Avelin
Lekmannarevisor



Västmanland

Foton i verksamhetsberättelsen kommer från Bildbyrån och från RF-SISU Västmanland.