



Västmanland

Verksamhetsberättelse
med årsredovisning

2020

På framisdan

Besök hos Stora Ekeby Ridklubb under kampanjen ”En dag idrott”, fotograf Anette Fransson RF-SISU Västmanland. Övriga bilder i verkamhetsberättelsen kommer från Bildbyrå, Henrik Mill samt från RF-SISU Västmanland.

ORDFÖRANDE JAN ANDERSSON

DISTRIKTSIDROTTSCHEF KRISTIN PLEICK

Ett annorlunda men starkt år

2020 är det första hela året som vi tillsammans summerar som ny distriktsidrottschef och ny styrelseordförande. Dessutom ett första år med en gemensam och effektivare organisation med RF och SISU i Västmanland, vilket känns mycket bra. Den organisatoriska sammanläggningen av Västmanlands Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna Västmanland till RF-SISU Västmanland har också tydliggjort och förenklat ingången till oss för er som vi är till för – länets samtliga idrottsföreningar. Det har dessutom förtydligat vår organisation och vårt uppdrag för våra andra samarbetspartners så som specialdistriktsförbunden, regionen och länets kommuner.

Den gemensamma organisationen och kommunikationen sattes på prov direkt när coronapandemin under våren tog ett stadigt grepp om Sverige vilket har påverkat och präglat vårt arbete och hela idrottsrörelsen på många olika sätt. I Västmanland fokuserade vi snabbt på att ställa om istället för att ställa in och vi gick tidigt ut med information, instruktioner och tips på annan form av träning och rörelse, som var anpassad för att kunna genomföras på nya platser och i nya och mindre grupperingar. Allt för att kunna kombinera Folkhälsomyndighetens rekommendationer med en fortsatt god folkhälsa. Vi har imponerats av ledares och föreningars förmåga att kunna ställa om och anpassa sin verksamhet utifrån helt nya förutsättningar. Goda exempel som träning på distans, digital träning och att leda på nya sätt har inspirerat, vilket vi kommer att ha stor nytta av i ordinarie verksamhet efter pandemin.

Idrott hela livet, där vi gick in med stora satsningar och ambitioner har naturligt drabbats hårt under året, och här ser vi ett område och



en målgrupp där vi under 2021 och framåt kommer att kunna bidra med stora insatser.

Vi inom RF-SISU Västmanland har också, under detta pandemiår, byggt upp nya nätverk och tagit rollen som samordnande part mellan aktörer inom offentlig sektor och idrotten vilket har stärkt hela idrotten i länet.

Våra medarbetare som normalt finns på plats i Idrottens hus har under större delen av året arbetat hemifrån och styrelsens möten har oftast genomförts på distans. Utifrån dessa förändrade förutsättningar är det mycket glädjande att kunna summera att folkbildningen inom RF-SISU Västmanland genomfört ett mycket starkt år. Detta tack vare snabb omställning till digitala verktyg, goda relationer och en mycket strong gemensam insats.

Samtidigt är det en utmaning för oss att nu bevaka och sätta in åtgärder där vi ser att de begränsningar som idrotten haft under 2020 riskerar att påverka idrottsrörelsen och folkhälsan negativt på sikt. Idrotten är ju också, förutom alla andra positiva inslag, en viktig samlingsplats för engagemang, spännande möten och sociala kontakter. Därför hoppas vi att 2021 blir ett år då vi fyller träningslokaler och olika match- och tävlingsarenor igen med aktiva utövare, föräldrar och publik.

Tack till alla för ett mycket annorlunda och starkt idrottsår tillsammans i Västmanland .

Jan Andersson *K. Pleick*

Organisation

Styrelsen

Ordförande

Maria Ericson, Västerås (t.o.m. 27 maj)
Jan Andersson, Strömsholm (fr.o.m. 28 maj)

Vice ordförande

Jan Andersson, Strömsholm (t.o.m. 27 maj) &
Marie Johansson, Västerås (fr.o.m. 28 maj)

Ledamöter

Tommy Levinsson, Västerås
Annika Enberg, Västerås
Mari Högvist, Hallstahammar
Muhannad Al-Nuaimi, Köping
Marika Hämeenniemi, Västerås
Lars Svensson, Västerås (fr.o.m. 28 maj)
Richard Fallkvist, Arboga (fr.o.m. 28 maj)

Adjungerad ledamot

Distriktsidrottschefen

Under 2020 genomförde styrelsen 12 protokollförda sammanträden.

Valberedningen

Ordförande

Lasse Svensson, Västerås
Ledamöter Maria Kesselring, Västerås
Kenneth Holmberg, Hallstahammar

Revisorer

Adsum Revisorer & Företagskonsulter AB,
Västerås

Lekmannarevisorer

Hans Höglund, Västerås
Suppleant Thomas Avelin, Västerås

Medarbetare

Distriktsidrottschef

Kristin Pleick (fd.Stenman)

Kommunikatör

Anette Fransson

Ekonomi

Margareta Hofgaard

Idrott och samhälle

Verksamhetschef

Helena Hagberg (fr.o.m. 15 juni)

Idrottskonsulenter

Edwin O'Brien-Rodney
Marie Persson
Oscar Uusitalo
Xie Gamboa,
Tobias Fahlén

Rörelsesatsning i skolan

Johan Ljungberg (jan-jun)
Tove Janson (jan-jun)

Idrott och folkbildning

Verksamhetschef

Marie Höljer

Idrottskonsulenter

Andreas Svensson
Anna Iderbring Johansson
Anna Meissner, (föräldraledig fr.o.m. 1 mars)
Madeleine Lindberg Wall
Marcus Jansson (fr. o. m. 27 april)
Mats Vennberg
Sofia Lyckman
Malin Lundqvist
Frida Johansson

SAMMANLÄGGNINGEN

När två blev en



Västmanland

Från och med den 1 januari 2020 är Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna en gemensam organisation på distriktsnivå. Det innebär att 38 distriktsorganisationer har blivit 19 RF-SISU distrikt, men med fortsatt två tydliga uppdrag: idrott och folkbildning.

Sammanläggningen förändrar inte kärnverksamheten, men har förenklats vår administration och lett till att det nu finns en gemensam grafisk profil, samma RF-SISU logotype över hela landet. Sammanläggningen har också bidragit till en tydlighet gentemot idrottsföreningarna. Tidigare kunde det uppstå förvirring kring när man skulle vända sig till

distriktsidrottsförbundet och när man skulle vända sig till SISU Idrottsutbildarna. Nu finns en gemensam väg in till RF-SISU distrikten.

I Västmanland har vi sedan många år tillbaka arbetat som ett gemensamt kansli och med en gemensam styrelse.

Med tanke på coronapandemins framfart under året skedde sammanläggningen rätt i tiden. Virusutbrottet gjorde att den nya organisationen fick prövas och hårdköras direkt. Att distriktien nu hör ihop i en landstäckande organisation har möjliggjort för RF-SISU att agera som en tydlig aktör i kommunikationen kring corona och stödpaketet.

EFFEKTER PÅ IDROTTSRÖRELSEN

Idrotten och corona



Under 2020 påverkades idrottsrörelsen av coronapandemin på många olika sätt. Det som påverkade idrottsrörelsen mest var regeringens beslut den 11 mars att förbjuda allmänna sammankomster med över 500 personer och skärpningen den 27 mars att förbjuda allmänna sammankomster och offentliga tillställningar, som idrottstävlingar, med fler än 50 personer. Regeringen kom med skarpa uppmaningar att undvika onödiga resor inom landet.

Folkhälsomyndigheten (FHM) tog fram allmänna råd för tränings- och tävlingsverksamhet inom idrottsrörelsen den 1 april. Där stod att matcher, träningsmatcher, tävlingar och cuper skulle skjutas upp för att minska smittspridning av coronavirus, och att närtkontakt mellan idrottsutövare bör undvikas. Om möjligt skulle träningar och andra idrotts-

aktiviteter hållas utomhus, antalet åskådare skulle begränsas och trängsel samt onödiga resor i samband med idrottsutövande skulle undvikas.

Framåt sommaren och början av hösten kunde tävlingsidrotten starta igen på flera sätt, i de flesta fall utan publik. Motionslopp och andra tävlingar på allmän plats, till exempel i orientering, cykel och triathlon, kunde inte genomföra stora delar av planerade tävlingar på grund av begränsningarna i förbudsförordningen.

När smittspridningen återigen steg under senhösten infördes restriktioner för idrottsrörelsen som förbjöd träning och tävling för personer födda 2004 och tidigare, med undantag för yrkesmässiga idrottsutövare. Barn och ungdomar födda 2005 och senare kunde fortsätta träna men inte tävla. Dessa restriktioner

infördes först regionvis, där det fanns mindre skillnader mellan regionerna i råden. Inför jul och nyår beslutade Folkhälsomyndigheten att rekommendationerna skulle bli nationella från den 14 december. Då infördes möjlighet för personer födda 2004 och tidigare att åter träna tillsammans, men smittsäkert, helst utomhus och i grupper omkring åtta personer som flest. Enstaka tävlingar och matcher för unga vuxna och barn tilläts.

Den 20 november beslutade regeringen att förbjuda offentliga tillställningar och allmänna sammankomster som samlade fler än åtta personer, med undantag för idrottsevenemang som hade möjlighet att ta in upp till 300 i publik till anvisade sittplatser under vissa förutsättningar. Länsstyrelserna fick däremot möjlighet att minska publiksiffran utifrån snittläget. I skrivande stund tillåter ingen region publik på idrottsevenemang.

Ekonomiskt stöd under corona

Idrotten i Västmanland har under årets tagit del av det statliga kompensationsstödet för att hantera de ekonomiska effekterna av coronaviruset. Från statens perspektiv har det varit angeläget att fördelningen ska utgå från verksamhetens behov och förutsättningar och särskilt beakta barn- och ungdomsidrotten.

Under året har föreningarna fått söka stöd för tre olika perioder. Totalt fick idrottsföreningarna i Västmanland 9 293 000 kronor vilket fördelades på 80 föreningar för den första perioden (12 mars-30 juni).

Vid den andra perioden (1 juli-31 december) fördelades 2 400 000 kr fördelat på 50 idrottsföreningar i Västmanland.

Kvartal fyra är inte inräknat eftersom dessa medel beslutas om i slutet av februari 2021. Stödet har kunnat mildra de största intäkts-

bortfallen och har bidragit till att idrottsföreningars verksamheter inte har omkullkastats. I snitt har stödet till varje förening täckt ungefär 43 % av det sökta beloppet. Värst ekonomiskt drabbade har föreningar och förbund med omfattande evenemangs- och serieverksamhet i förhållande till sin omsättning varit, och huvuddelen av stödet har kanaliseras till dessa föreningar och förbund. Även föreningar med höga fasta kostnader, som egna anläggningar, har haft det kämpigt ekonomiskt.

Insatser för att klara en kris

RF-SISU Västmanland har under året arbetat intensivt för att tillgodose idrottens behov av stöd i länet. Bland annat har det handlat om med följande insatser:

- Kommunalt nätverk för kultur och fritidschefer i länets kommuner.
- Arrangerat ett antal informationsmöten och frågestunder för idrotten i Västmanland.
- Beviljat projektstöd till föreningar som gör insatser för att behålla medlemmar under pandemin. Vi har fördelat 396 350 kr till sammanlagt 45 olika satsningar.
- #rörelsepepp, små korta videoklipp för att inspirera till rörelse på smittsäkert sätt.
- #folkbildningspepp, digitala föreläsningar, lärgrupper etc för att inspirera föreningar att folkbilda och utbilda sig digitalt.
- Spridit information via våra hemsida, Facebook och i nyhetsbrev.
- Skrivit krönikor och debattartiklar för att belysa idrottens utmaningar under pandemin.
- Deltagit i länsstyrelsens U-sam nätverk.
- Haft en nära dialog med Smittskyddsenheten, Region Västmanland.

Under pandemin har vi fört dialog med länets kommuner kring;

- gratis hyra av kommunens idrottsanläggningar och möteslokaler
- inrättande av ett tillfälligt lokal- och anläggningsbidrag för föreningar som hyr verksamhetslokaler av annan part än kommunen eller driftar eller äger en anläggning
- säkerställande att den totala summan av det kommunala LOK-stödet för idrottsföreningar skulle bli enligt kommunens beslutade budget inför 2020
- föreningar skulle få dispens med att skicka in av årsmötet godkänd verksamhets-ekonomisk- och revisionsberättelse då årsmöten kunde behövas skjutas upp.

Folkbildning under corona

Pandemin bromsade under våren snabbt upp i stort sett all lokal folkbildningsverksamhet. Vi började arbeta hemifrån i slutet av mars och insåg tidigt att det handlade om att ställa om istället för att ställa in. Att vårt arbete verkligen är betydelsefullt och att behovet av folkbildning är extra viktigt i en tid av kris, oro och ovisshet.

Att visa att vi finns som stöd för alla våra idrottsföreningar, förbund och kontaktpersoner var något vi fokuserade på. Att hitta nya former, metoder och kanaler för att nå ut med vårt stöd. Att kontakta våra föreningar via mejl och telefonsamtal och helt enkelt ställa frågan hur är det med dig? Vad behöver du och din förening just nu?

Att snabbt våga ställa om och hitta alternativ till vårt vanliga sätt att mötas. Att våga använda digitala verktyg för möten, föreläsningar och utbildningar. Att tillsammans hjälpas åt att lära nytt genom att testa och prova verktyg utan att på något sätt vara experter. Att hitta annorlunda verktyg, nya forum för mötesplatser och det goda samtalet.

Trots en snabb omställning var det svårt att tro på att vi skulle kunna nå vårt mål för folkbildningsverksamheten. Att ställa om till digital verksamhet inom verksamhetsformen föreläsningar fungerade bra och gick relativt snabbt. Medan det var svårare att ställa om lärgruppsverksamheten och processarbeten till mer digital verksamhet. En prognos på ett tapp på upp emot 20% såg ut som ett troligt scenario.

Efter sommaren var prognoserna mer positiva och vi kunde försiktigt starta igång en viss verksamhet med fysiska möten, träffar och utbildningar i anpassade lokaler med extra utrymme. Med stor omtanke och hänsyn genom att alla deltagare rekommenderades att stanna hemma och delta digitalt om det fanns minsta antydning till någon form av krasslighet eller minsta symptom. Några veckor in på hösten konstaterades en ökad smittspridning och nya regionala restriktioner tillkom och all vår verksamhet ställdes om till digitala former igen.

Trots alla utmaningar har vi nått våra mål och det är tack vare en gemensam insats där alla har tagit ett ansvar, bidragit med sin kompetens och tillsammans har vi arbetat för idrottens bästa i Västmanland.

Utvecklingsresor

Strategi 2025

Inom idrottsrörelsen pågår ett omfattande förändringsarbete. Vi kallar det Strategi 2025. Förändringsarbetet ska framför allt leda till att fler ska vilja och kunna idrotta i förening – hela livet.

Den förändring idrottsrörelsen vill uppnå med Strategi 2025 kan sammanfattas med ”från triangel till rektangel”. Med ambitionen att vara en rörelse för livslångt idrottande behöver det traditionella synsättet förändras, där idrottsrörelsen kan illustreras som en pyramid med en bred bas som utgörs av barn- och ungdomsidrott och en spetsig topp i form av elitidrott.

Förändringen innebär att alla oavsett ålder och ambitionsnivå har möjlighet att idrotta i förening under hela livet. I den förändrade idrottsrörelsen finns en koppling mellan bredd- och elitidrott men verksamheten kompletteras med en utvecklad verksamhet för människor under hela livet. Den nya idrottsrörelsen kan därför illustreras som en rektangel. Utvecklingen kännetecknas av: så många som möjligt, så länge som möjligt i en så bra verksamhet som möjligt.

Idrottsrörelsens mål 2025

Idrottsrörelsen har beslutat om fem övergripande mål inom fyra strategiska områden. Målen är idrottsrörelsens gemensamma och därför har också specialidrottsförbunden, RF:s medlemmar, ett indirekt ansvar att leda sina föreningar mot målen:

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 livslångt idrott i förening, behöver svensk idrott stärka arbetet med värdegrunden och vidareutveckla föreningsidrotten genom att sätta fokus på engagemang och medlemskap. Sammantaget kommer det att göra Sverige starkare.

Idrottsrörelsen har beslutat om fem prioriterade utvecklingsresor för att nå de övergripande målen. Du kan läsa mer om dem på kommande sidor.

01

En ny syn på träning och tävling

År 2025 har vi en idrottsrörelse där alla får plats att idrotta utifrån sina egna villkor, oavsett ambition, ålder, kön, prestationsnivå eller andra förutsättningar. Träning och tävling utformas så att utövaren mår bra, har roligt och utvecklas hela livet. Ledarskapet fokuserar på glädje och prestation snarare än resultat. Utveckling av rörelseförståelse är i centrum. Utövaren känner sig kompetent, får tilltro till egen förmåga och en möjlighet att utvecklas. Detta gör att fler fortsätter att idrotta längre.

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

Sakkuning barn- och ungdomsidrott

I varje RF-SISU distrikt finns en sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott, så även i Västmanland. Vår sakkunniga har under året arbetat med två inriktningar, Samsyn Västmanland och ärenden som kommit in från idrottsföreningar till oss på RF-SISU Västmanland, där åtgärd krävs.

När ärenden inkommer till oss bokar vi snabbt ett möte med den aktuella föreningen. Vi diskuterar Idrotten Vill, anvisningarna för barn- och ungdomsidrott och får en bild av hur vi tillsammans kan arbeta vidare. I majoriteten av dessa fall har vi tillsammans kommit fram till en bra lösning för samtliga inblandade. Utgångspunkten i dessa samtal är alltid att barnet är i fokus och att hitta den lösning som är bäst för barnet.

Genom "Samsyn Västmanland" har några av länets specialdistriktsförbund beslutat att ännu tydligare bedriva idrottsverksamhet utifrån ett barn- och ungdomars perspektiv.

Vi har under året haft två arbetsmöten, där vi framför allt diskuterat en debartartikel inför den Samsynskonferens som var planerad under hösten. Tyvärr var vi tvungna att skjuta fram årets konferens till 2021 på grund av pandemin.

Projektstöd barn och ungdom – medel till föreningar

Projektstöd för barn och ungdomar är medel som föreningar kan ansöka om för att utveckla verksamheten 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. Under 2020 var stöd inom följande områden sökbara; idrottssvaga områden, få fler ungdomar att stanna kvar i den organiserade idrotten, och utbildade barn- och ungdomsledare. Under våren tillkom en pott där medel gick att söka för bibehållen verksamhet under coronapandemin.



Projektstöd för barn och ungdomar ska inte vara en egen verksamhet utan ett medel att utveckla föreningsidrotten i linje med idrottsrörelsens beslutade strategiska inriktning.

De övergripande mål vi ska sträva efter är:

- Svensk idrott ska vidareutveckla verksamheten så att barn och unga väljer att idrotta i förening under hela livet.
- Alla lever och leder enligt svensk idrotts värdegrund.
- Svensk idrott ska vidareutvecklas, samverka med andra aktörer och ge goda möjligheter att idrotta i förening.
- Idrottsrörelsen är en ännu starkare samhällsaktör

Fördelade medel 2020

1. Ungdomar - behålla

Projektstödet ska användas till att få föreningar att förändra sin kultur och struktur för att få målgruppen att stanna kvar i den organiserade idrotten.

Projekt ska beviljas för att:

Utveckla föreningsmiljön så att målgruppen upplever den som trygg, välkomnande och inkluderande möjliggöra för IF att bedriva eller delta i idrottsövergripande projekt som involverar flera idrotter så som idrottsskolor eller organiserad spontanidrott för målgruppen .

Fördelat under 2020 – 218 500 kronor.

2. Utbildning

Projektstödet ska användas till att jobba för att all barn- och ungdomsidrott ska ledas av utbildade aktivitetsledare med kunskap om barn och ungdomars fysiska, psykiska, sociala och idrottsspecifika utveckling.

Projekt ska beviljas för:

Idrottsövergripande utbildningar, vilket innebär aktivitetsledarutbildningar inom idrottsgemensamma områden så som SISU Idrottsutbildarnas idrottsövergripande tränarutbildning eller utbildningar kopplat till ökade kunskaper kring barn och ungdomars fysiska, psykiska eller sociala utveckling.

Fördelat under 2020 – 421 800 kronor.

3. Idrottssvaga områden

Projektstödet ska användas till att stärka och utveckla idrottsföreningar i att bedriva förenings- och idrottsverksamhet som riktar sig till målgruppen.

Projekt beviljas för:

Föreningar som arbetar med angiven målgrupp och antingen är verksamma i idrottssvaga områden eller avser att göra insatser i idrottssvaga områden. Målgruppen ska vara barn och ungdomar som bor i idrottssvaga områden.

Fördelat under 2020 – 53 000 kronor.

4. Bibehållen verksamhet under coronapandemin

Syftet med stödet är att skapa förutsättningar för idrotten att ställa om istället för att ställa in. Medel beviljas föreningar som fortsatt genomför idrottsaktiviteter som antingen liknar den ordinarie verksamheten, eller består av helt nya träningsformer. Det primära är att aktiviteten bidrar till rörelse och bättre folkhälsa.

Fördelat under 2020 – 396 350 kronor.

Fördelat projektstöd barn och ungdom

Förening	Inriktning	Summa	Kommun
IFK Arbogas Handbollklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	15 000	Arboga
IFK Arbogas Ishockeyklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	20 000	Arboga
Arboga Södra Idrottsförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Arboga
Arboga Ryttarsällskap	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	7 750	Arboga
Medåkers Idrottsförening	Idrottssvaga områden	20 000	Arboga
Arboga Atletklubb	Idrottssvaga områden	10 000	Arboga
Arboga Alpina	Ungdomar	15 000	Arboga
Arboga Golfklubb	Ungdomar	20 000	Arboga
Arboga Atletklubb	Utbildning	10 000	Arboga
Arboga Atletklubb	Utbildning	5 000	Arboga
Arboga Ryttarsällskap	Utbildning	7 800	Arboga
Västanfors IF FK	Idrottssvaga områden	5 000	Fagersta
Fagersta Ryttarklubb	Ungdomar	20 000	Fagersta
Hallsta FK Ungdom	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Hallstahammar
Ekeby Bollklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Hallstahammar
Ekeby bollklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Hallstahammar
Hallstahammars SK HK	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Hallstahammar
Strömsholm Simsällskap	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Hallstahammar
Hallstahammars Kultur & Idrottsförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Hallstahammar
Hallsta Ridklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Hallstahammar
Stora Ekeby Ridklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Hallstahammar
KFUM Freden	Utbildning	6 000	Hallstahammar
Strömsholm Golfklubb	Utbildning	20 000	Hallstahammar
Hallsta Brottarklubb	Utbildning	5 000	Hallstahammar
Hallsta Ridklubb	Utbildning	10 500	Hallstahammar
Hallsta Ridklubb	Utbildning	20 000	Hallstahammar
Kungsörs IK	Ungdomar	5 000	Kungsör
Kungsörs Bollklubb	Utbildning	20 000	Kungsör
Boxningsklubben Köping	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Köping
Guttsta Wicked Cricket Club	Idrottssvaga områden	8 000	Köping
Kolsva Idrottsförening	Utbildning	15 000	Köping
Köpings Golfklubb	Utbildning	20 000	Köping
Forsby Fotbollsförening	Utbildning	8 000	Köping
Forsby Fotbollsförening	Utbildning	8 500	Köping
Köpings Ridklubb	Utbildning	15 000	Köping
Norbergs Brottarklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Norberg
Norbergs Tennisklubb	Idrottssvaga områden	5 000	Norberg
Norbergs Brottarklubb	Utbildning	5 000	Norberg
Sala Gymnastikförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	7 000	Sala
Sala Fotbollsförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Sala

Salaortens Ryttdarförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Sala
Salaortens Ryttdarförening	Ungdomar	20 000	Sala
Gymmix Ransta	Utbildning	27 000	Sala
Sala Simsällskap	Utbildning	14 500	Sala
Surahammars IBF	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	20 000	Surahammar
Ramnäs cykelklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Surahammar
Surahammars Ryttdarförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Surahammar
Surahammars Ryttdarförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Surahammar
Surahammars Golfklubb	Ungdomar	10 000	Surahammar
Surahammars Ryttdarförening	Ungdomar	15 000	Surahammar
Västerås AFF Roedeers	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	9 000	Västerås
Skiljebo Sportklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	3 600	Västerås
Västerås Gymnastikförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Dansklubben Marionetterna	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	2 500	Västerås
Västerås Gymnastikförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Västerås Skidklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	15 000	Västerås
Mälarstadens Konståkningsklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Aros Fallskärmklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	20 000	Västerås
Västerås Cykelklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	1 500	Västerås
IrstaVästerås HF	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Västerås
Västerås Friidrottsklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
VästeråsIrsta Handbollförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Tillberga bandyklubb Västerås	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Västerås Friidrottsklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Västerås Simsällskap	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Västerås SK Bandyklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Korpförening Västerås	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	10 000	Västerås
Västerås Ki-Aikido Klubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Västerås
Västerås Bordtennisklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	2 000	Västerås
Västerås Brottarklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Västerås
Stora Ekeby Ridklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	15 000	Västerås
Stora Ekeby Ridklubb	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	5 000	Västerås
Västerås Frivilliga Skarpskytteförening	Bibehållen verksamhet under Coronarestriktionerna	8 000	Västerås
Korpförening Västerås	Idrottsvaga områden	5 000	Västerås
Orresta Golfklubb	Ungdomar	10 000	Västerås
Orresta Golfklubb	Ungdomar	25 000	Västerås
Skridskoklubben Pollux	Ungdomar	9 000	Västerås
IFK Västerås Konståkningsklubb	Ungdomar	9 000	Västerås
Fullerö Golfklubb	Ungdomar	6 000	Västerås
Skerike Golfklubb	Ungdomar	10 000	Västerås
Irsta Idrottsförening	Ungdomar	9 500	Västerås
Tillberga bandyklubb Västerås	Ungdomar	10 000	Västerås
Föreningen 021 Grappling	Ungdomar	10 000	Västerås
Aros Basket	Ungdomar	15 000	Västerås
Västerås Gymnastikförening	Utbildning	5 000	Västerås
Mälarstadens Konståkningsklubb	Utbildning	10 000	Västerås
Västerås Gymnastikförening	Utbildning	20 000	Västerås
Västerås Simsällskap	Utbildning	27 500	Västerås
VästeråsIrsta Handbollförening	Utbildning	25 000	Västerås
Västerås Friidrottsklubb	Utbildning	20 000	Västerås
Tillberga handboll	Utbildning	5 000	Västerås
Västerås SK Bandyklubb	Utbildning	20 000	Västerås
Västerås Cykelklubb	Utbildning	40 000	Västerås
Västerås SK Fotbollsklubb	Utbildning	20 000	Västerås
Västerås Slalomklubb	Utbildning	12 000	Västerås
Summa		1 089 650	



Trygga idrottsmiljöer

Trygga idrottsmiljöer har varit vårt fokusområde i projektstödet under 2020. I Västmanland arbetar vi aktivt med att skapa idrottsmiljöer där alla känner sig välkomna och framförallt trygga. Det gör vi genom dialog med våra föreningar samt att vara ett bollplank för föreningar som hamnar i svåra situationer. Utgångspunkten i allt arbete är: barnet i centrum.

Idrotten ska genomsyras av glädje och gemenskap där alla ska vara trygga och känna sig respekterade och inkluderade. Målsättningen är att våra föreningar ska ha trygga idrottsmiljöer där flertalet av våra föreningar tagit fram en handlingsplan, detta är något vi kommer jobba vidare med under 2021.

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 1 januari 2020. Det innebär bland annat att alla, både barn, ungdomar och vuxna ska kunna vara aktiva inom idrotten utan att riskera att utsättas för någon form av kränkningar eller övergrepp.

Från 1 januari 2020 ska alla idrottsföreningar som är anslutna till Riksidrottsörbundet begära ut begränsat registerutdrag för ledare som har direkt och regelbunden kontakt med barn. Vi har anordnat informationsträffar för föreningar i Västmanland samt hjälpt föreningar att komma igång med detta på ett bra sätt.

Föräldrautbildning

Under året har vi tagit fram en ny utbildning för idrottsföräldrar anpassad för samtliga idrotter. I slutet av 2020 genomförde vi en föräldrautbildning digitalt.

Rörelsesatsning i skolan

Alltför många barn och unga sitter stilla. Riksidrottsförbundet har därför fått i uppdrag av regeringen att göra en satsning för mer rörelse i skolan. Rörelsesatsning i skolan syftar till att förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten. Genom satsningen vill vi skapa bättre möjligheter till daglig rörelse under eller i anslutning till skoldagen. Målgruppen är elever i årskurserna F-6.

RF-SISU Västmanland leder rörelsesatsningen regionalt, i nära samverkan med kommuner och skolor. Rörelsesatsningen samspelar med skolans uppdrag där det i läroplanen för grundskolan står: ”Skolan ska även sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen.”

I satsningen ingick under 2020 ett 30-tal skolor. RF-SISU Västmanlands arbete är fördelat i fyra parallella spår. Dessa är utbildning i rörelseförståelse, föreningssamverkan, nätverksträffar samt Idrottens dag.

Under 2020 utbildades cirka 300 personer ur personalen från skolor i Västmanland i rörelseförståelse. 15 av skolorna i satsningen fick under året besök av idrottsföreningar som anordnade organiserade aktiviteter ute på skolorna. Under 2020 ställdes de tilltänkta nätverksträffarna in till följd av Covid-19. Idrottens dag anordnades på fyra skolor i länet där inbjudna idrottsföreningar erbjöd en prova-på dag för skolans elever.



02

Den moderna föreningen engagerar

År 2025 har vi en stark och levande idrottsrörelse som 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. Föreningar bildas och utvecklas med verksamhet i linje med idrottsrörelsens mål.

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. Föreningens möten hålls i såväl gamla som nya forum och verksamheten kännetecknas av glädje, gemenskap och öppenhet.

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

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. RF-SISU Västmanland och RF-SISU Sörmland har gemensamt tagit fram en utbildningsserie med fyra olika teman. Under 2020 genomfördes utbildningar inom samtliga teman där vi nådde 14 föreningar och 17 deltagare.

Tema: Valberedning

En valberedare behöver kunna analysera organisationens behov och föreslå förtroendevalda som kan hantera sina uppgifter. 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 arbetsätt.

Tema Kassör

Kassören har en viktig roll i en föreningens styrelse. I uppdraget ingår att skapa god ordning, bra ekonomisk redovisning och kontroll. Deltagarna har fått lära mer om kassörens uppgifter, bokföring, redovisning, föreningsekonomi samt om planering, budget, lagkassor och årsbokslut.

Föreningens ekonomi, budget och uppföljning

En utbildning för hela styrelsen. Här har syftet varit att öka kunskapen och förståelsen om ekonomin. Deltagarna har lärt mer om föreningens ekonomi och koppling till verksamhetsplanen, budget, analys, resultat- och budgetuppföljning och om rollen som arbetsgivare.

Fortnox

Fortnox är ett bokföringsprogram som har varit gratis för alla som är anslutna till Riksidrottsförbundet. Kopplingen mellan IdrottOnline och Fortnox har underlättat för föreningarna med medlems- och terminsavgifter. Att bokföringsprogrammet är webbaserat underlättar för föreningarna när det blir nya kassörer. Vår uppgift har under året varit att hjälpa till och stötta föreningarna med att komma igång med bokföringen.

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 hemsida, medlemsregister, ansökan till LOK-stöd,

administration av utbildningar och tävlingar och mycket mer. RF-anslutna föreningar får tillgång till allt detta helt kostnadsfritt.

RF-SISU Västmanland har under året genomfört fyra öppna utbildningar i IdrottOnline där 15 föreningar har deltagit. Under coronapandemin har vi ställt om och genomfört samtliga utbildningar digitalt.

Förutom de öppna utbildningarna har våra idrottskonsulenter utbildat föreningsvis i IdrottOnline utifrån olika förenings behov.

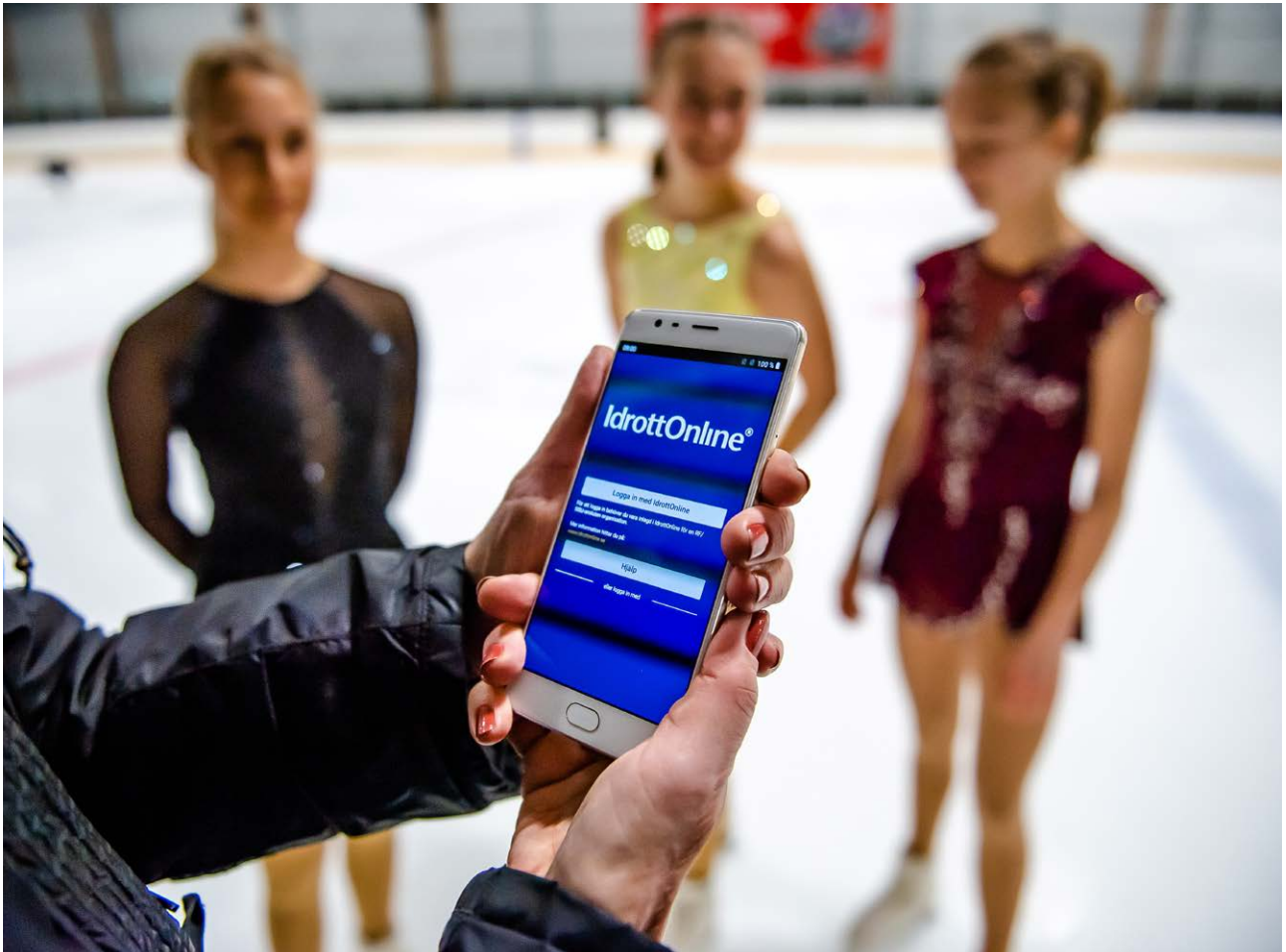
LOK-stöd

LOK-stöd kan sökas av varje idrottsförening, 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.

Från och med hösten 2020 måste samtliga idrottsföreningar närvaroregistrering sina aktiviteter digitalt. Under 2020 genomfördes 10 utbildningstillfällen med inriktning på hur en förening bygger upp en bra digital närvaroregistrering och nådde 66 olika idrottsföreningar.

LOK-stöd

Kommun	Antal föreningar 2018	Gruppaktiviteter 2018	Deltagartillfällen 2018	Antal föreningar 2019	Gruppaktiviteter 2019	Deltagartillfällen 2019
Arboga	20	5 886	72 841	21	5 959	70 827
Fagersta	19	6 947	73 500	21	6 988	72 548
Hallstahammar	24	9 338	87 703	26	10 696	92 040
Kungsör	11	3 341	29 981	11	3 379	32 403
Köping	37	13 260	126 878	39	13 222	128 055
Norberg	9	1 896	18 127	10	1 907	16 855
Sala	31	9 239	85 911	29	9 049	87 358
Skinnskatteberg	5	1 016	12 511	4	829	8 467
Surahammar	16	5 848	58 046	15	5 475	51 233
Västerås	124	83 980	973 508	127	86 310	964 878
Summa	296	140 751	1 539 006	303	143 814	1 524 664



Idrott och skatter

RF-SISU Västmanland har ett samarbete med Skatteverket, vilket innebär att idrottsföreningar erbjuds en unik hjälp 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 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.

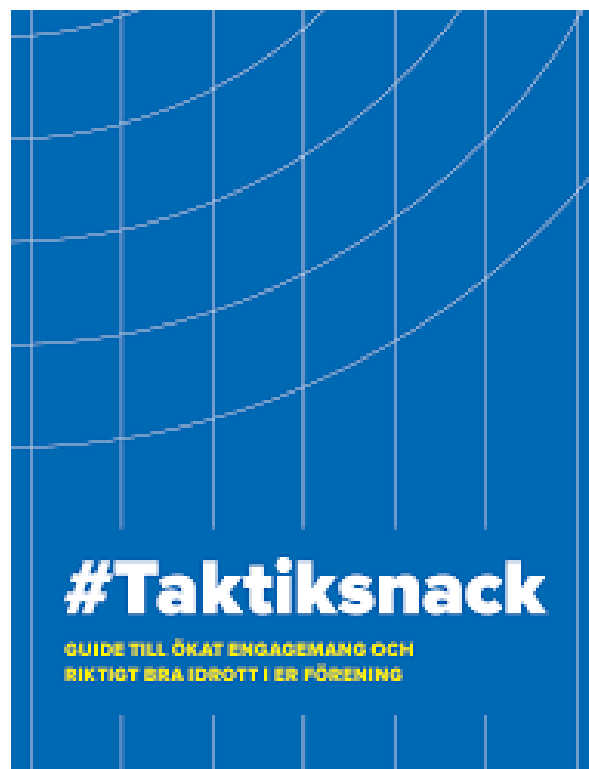
Workshop med Kristina Ljungros

I samband med releasen av RF-SISU:s material Taktiksnack genomförde vi en workshop via Zoom med Kristina Ljungros. Syftet var att rusta idrotten lite extra i nutiden genom att ge stöd, tips och skapa ett forum för erfarenhetsutbyte och samtal kring ideellt engagemang.

Kristina höll i en intressant inledning om och hur de värden hennes ideella arbete gett och lett henne och därefter fick deltagarna samtala i olika Zoomgrupprum med en lärgruppsledare i varje. Frågor som behandlades och resonerades kring var bland annat: Hur vill ni beskrivas av aktiva medlemmar sommaren 2021?, Hur visar ni uppskattning till ideellt aktiva ledare och medlemmar?, Vad händer imorgon - finns det något nytt ni ska börja med/sluta med eller göra mer utav?, Hur behåller ni engagemanget och nya idéer även efter corona?

Det blev en rakt igenom väldigt uppskattad, kreativ och mycket lärorik kväll med konkreta tips och värdefulla erfarenhetsutbyten över både idrotts- och länsgränser. Ett citat från en deltagare var:

”Väldigt bra diskussioner och lärorikt att träffas över idrott- och länsgränser. Hoppas detta fortsätter även efter corona”





Antidoping

Svensk antidoping är ansvariga för antidopingsarbetet inom idrottsrörelsen i Sverige. De flesta specialidrottsförbunden har egna antidopingprogram och alla RF-SISU-distrikt arbetar förebyggande mot doping. Enligt Riksidrottsförbundets riktlinjer är följande det viktigaste för RF-SISU-distriktens antidopingsarbete: antidopinginformation, förebyggande dopingkontroller och medverkan i lokala och regionala samverkansgrupper eller projekt kring antidoping.

Vi har fortsatt stöttat och uppmanat idrottsföreningar att arbeta med utbildningsmaterialen Vaccinera klubben mot doping samt Ren vinnare. Exempelvis har vi genomfört

en digital föreläsning för ungdomar i Västerås friidrott.

I december arrangerade vi tillsammans med Länsstyrelsen Västmanland en digital föreläsning med namnet ”Doping ett hot mot idrott och samhälle”. Föreläste gjorde sportjournalisten och antidopingambassadören Jonas Karlsson. Vi har fortsatt varit representant i Länsstyrelsen Västmanlands ANDT-nätverk.

Varje år genomförs ett antal dopingkontroller i Västmanland. Dopingkontrollerna genomförs såväl på träning som på tävling. I år genomfördes totalt 39 dopingkontroller i Västmanland.

Idrott hjärta kultur

Vi på RF-SISU Västmanland använder kultur som ett komplement och självklart redskap i vårt stöd till idrotten och vår satsning #idrotthjärtakultur har etablerat sig väl inom idrottsrörelsen idag. Detta verksamhetsområde lämnar nyfikenhet och kreativiteten till idrottsföreningen och öppnar hjärtan och möjligheter till att tänka lite utanför vana ramar och arenor.

Liksom all verksamhet har även denna del fått anpassats till corona och många föreningar har i år vågat och/eller varit tvungna att satsa på att genomföra också dessa arrangemang digitalt på distans. Exempel på konkreta aktiviteter som genomförts är läsprojekt, teater och dans för att stärka självkänsla bland

idrottsaktiva, trollkarlar och cirkus (både att se och utöva), konst, sång, maskotskapande, digitala julkalendrar och rörelsepeppar, kulturskattkistor samt teambuildingboxar.

Vi på RF-SISU Västmanland försöker ständigt, tillsammans med idrotten, inspirera till lärande via kultur. Övriga (åter-)kommande satsningar är bland annat att utveckla våra kulturprogram ännu mer till digitala former och möjligheter, liksom att fortsätta med att försköna skolgårdar hand i hand med rörelseförståelse. Vidare vill vi alltid utöka vårt nätverk och har idag spännande dialoger med bland annat Regional Kulturskola i Västmanland.

För bilder, inspiration och mer information se #idrotthjärtakultur.



03

Inkluderande idrott för alla

År 2025 känner sig pojkar och flickor, män och kvinnor i olika åldrar och med olika förutsättningar och bakgrund välkomna till idrottsföreningen. Träningen utvecklas efter individens kapacitet vilket utvecklar rörelseförståelse. Möjligheten att träna, tävla och engagera sig i en förening är inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar eller var man bor.

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

Inkludering och mångfald

Under 2020 har vi fokuserat på att hjälpa föreningar att sänka trösklarna för människor med migrationsbakgrund och personer boende på idrottssvaga områden. Detta genom utbildningsinsatser och ekonomiskt stöd till föreningar som riktar sig till målgruppen.

Vi har haft ett enkelt ansökningsförfarande genom att föra dialog med föreningen om syfte och mål med den tänkta verksamheten. Startbidraget för deltagande föreningar har varit 10 000 kronor. Vid vidareutveckling av inkluderingsarbetet har ytterligare medel beviljats.

Under året har 1 235 499 kronor betalats ut i stöd. Sammanlagt har ett 60-tal föreningar nåtts och resurser har fördelats till samtliga kommuner.

Inkluderingskollen och inkluderingsstrappan

Under 2020 påbörjade RF-SISU Västmanland framtagande av Inkluderingskollen. Inkluderingskollen är en webbplats där föreningar kan ta del av tips, utbildningsmaterial och filmer framtagna utifrån olika trösklar,

som hjälper föreningen att bli mer inkluderande. Här får föreningar med hjälp av ett självskattningsverktyg ett nuläge på deras förening gällande inkludering.

Inkluderingskollen är första steget i utbildningen inkluderingsstrappan där föreningar får möjlighet att göra en djupdykning i inkluderingsfrågor och påbörja processen mot ett mer strukturerat och hållbart inkluderingsarbete. Inkluderingsstrappan har tagits fram utifrån att vi identifierat ett behov av att sänka samtliga trösklar för att fler ska kunna engagera sig på lika villkor i idrottsverksamheten. Inkluderingskollen planeras att lanseras i början av 2021.

Pride

På grund av coronapandemin genomfördes inga fysiska prideparader i Västmanland under året. För att uppmärksamma vårt arbete för en mer inkluderande idrott genomförde vi istället en kampanj i sociala medier som gick under namnet "Spelar roll". Vi belyste i flera inlägg olika saker som spelar roll för att skapa en inkluderande idrott för alla, exempelvis "Värdegrunden spelar roll" och "Språket spelar roll".

TIA-medel

Under 2020 beviljades vi TIA-medel (tidiga insatser för asylsökande) av Länsstyrelsen i Västmanland. Arbetet riktades till asylsökande i hela länet med syftet att etablera en kontakt mellan asylsökande personer och idrottsföreningar på de olika orterna. Målet har varit att kontakten på sikt ska leda till inkludering i idrottsföreningars ordinarie verksamhet.

Den uppsökande verksamheten inom projektet pausades på grund av pandemin men genom samverkan med övriga inom civilsamhället kunde vi samordna aktiviteter för asylsökande på deras närområden. Bland annat ordnades en friluftaktivitet och en tennisskola under sommaren och vintern.

Svenska från dag ett

Satsningen svenska från dag ett vill underlätta för asylsökande och nyanlända att stärka sina kunskaper i det svenska språket, hitta en meningsfull sysselsättning och få en tydligare samhällsförankring. Folkbildningens metoder användes. Fem föreningar hade verksamhet inom ramen för satsningen under året och totalt genomförde 259 folkbildningstimmar med målgruppen.

Summer 20/Winter 20

Under året har RF-SISU Västmanland uppmuntrat föreningar att bjuda in till kostnadsfria lovaktiviteter under sommaren och under vintern. Fokus har varit att nå nya barn och unga mellan 7-16 år med utländsk bakgrund eller ungdomar som bor på ett idrottssvagt område. Cirka 50 föreningar har tagit del av satsningen samt deltagit på en utbildning om inkluderande ledarskap.

Idrottssvaga områden

Under 2020 identifierade Riksidrottsförbundet sju idrottssvaga områden i Västmanland. Idrottssvaga området definieras av Riksidrottsförbundet som:

“Områden med lågt föreningsdeltagande och/ eller låg närvaro av föreningar ses oftast i kombination med utsatthet i övrigt exempelvis låg inkomststandard, hög kriminalitet, låg livslängd. Idrottssvaga områden är områden där idrottens former och närvaro behöver utökas, breddas och utvecklas utifrån ett inkluderande perspektiv. Andel barn och ungdomar i åldern 7-20 år som har deltagit i föreningsverksamhet under en 12 månadsperiod ska understiga 50% och det ska bo mer än 450 barn och ungdomar i samma ålder på området.”

På dessa områden har vi prioriterat insatser för att främja föreningsutveckling och öka antalet idrottsaktiva. Exempelvis har vi genomfört utbildningsinsatsen ”Hela föreningen” som handlar om att ta ett helhetsgrepp om en förening. Syftet är att skapa struktur och organisation i föreningen, samt att engagera fler. Ett intensivt arbete har gjorts med föreningarna med målsättningen att göra föreningarna mer självständiga och självgående.

Tre föreningar i länet påbörjade arbetet med ”Hela föreningen” under 2020. På grund av coronapandemin har processerna pausats och en del föreningar som stod i stargroparna att påbörja sitt arbete har ännu inte kommit igång.

Mig äger ingen - Loui Sand

Det är drygt ett år sedan beskedet kom. Den 26 år unga Loui Sand hade bestämt sig för att avsluta handbollskarriären. Sand hade brutit kontraktet med den franska klubben Fleury och ställt sig i kö för att utredas för könsdysfori. I mars klev han upp på scenen i Folkets Park i Sala för att berätta sin historia.

- Vilket år det har varit, konstaterar Loui när vi slår oss ner i soffan i ett rum bakom scenen i Sala Folkets Park. Han har precis kollat de sista detaljerna, ljud och bild, inför föreläsningen som alldeles strax ska starta.

-Det är ju det där med tekniken, den brukar alltid strula, säger han med ett leende.

Utanför dörren där vi sitter börjar lokalen så smått att fyllas. Ett härligt sorl blandas med musiken som ljuder ur högtalarna. Loui berättar att föreläsningen som väntar är både bred och tung och vad det är han vill förmedla.

- Det är svårt att vara människa idag. Så är det och det vill jag vara ärlig och säga. Men jag vill också berätta att det kommer att bli bättre för den som vågar vara sann och ärlig mot sig själv.

Alltid känt sig felplacerad

Loui som har mer än 100 landskamper i bagaget började sin handbollsresa i Göteborgsklubben Kärra HF. Via Önnereds HK gick Loui sedan vidare till IK Sävehof innan proffsliv väntade i Brest Bretagne. 2018 skrev Sand på för Fleury Loiret Handball, men i januari 2019 kom

beskedet att Sand valt att bryta sitt kontrakt och sluta spela handboll för att kunna börja en process med utredning om könsdysfori.

- Jag har alltid känt mig felplacerad. Jag adopterades från Sri Lanka när jag var fyra månader gammal och har alltid haft tankar om min adoption. Varför har jag blivit så här? Adopterad, mörkhyad och född i fel kropp?

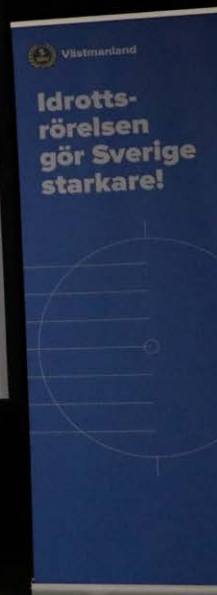
- Jag har alltid haft killkläder, alltid klippt mig kort som en kille och känt mig som Loui och inte som Louise.

Var så human och mänsklig som möjligt

Loui delar med sig av sina minnen och erfarenheter. Om maktmissbruk, psykisk ohälsa och hur dåligt han har mått. Om bemötande från andra och den befriande känslan av att lägga korten på bordet och säga som det är. Han berättar också om vad idrotten har gett och hur viktigt det är att behandla alla på ett bra sätt.

- Jag har mött så många olika ledare under mina år som handbollsspelare. Att vara öppen och inkluderande är det absolut bästa du kan vara. För idrottsrörelsen handlar det om att vara så human och mänsklig som möjligt. Jag väljer hellre en tränare som inte kan ett uns handboll men som är bra på att se människan än en ledare som är superduktig på handboll men som behandlar spelare dåligt. Jag har erfarenhet av båda, förklarar Loui.

Trots att handbollskarriären är över finns suget kvar. Nyligen har det blivit några pass med gamla klubben Sävehof även om målet



med träningen nu är att ha kul och få ta del av det sociala. Handbollsyrket är bytt mot jobbet som föreläsare och publiken i Sala är redo.

- Det är alltid nervöst men den respons jag har fått hittills på mina föreläsningar har varit helt underbar. Sedan kan jag nog vara lite obehaglig att lyssna på och några kanske känner sig träffade, men det här är min historia och jag är väldigt tacksam för alla som vill höra den, avslutar Loui innan han kliver ut på scenen.

Föreläsningen genomfördes som ett samarbete mellan idrottsföreningarna Sala HF, Sala FF, Sala SS, Salaortens Ryttarförening och IBK Sala samt Sala Kommun och RF-SISU Västmanland.



Fritidsbanken

Fritidsbanken erbjuder människor möjlighet att låna sport- och fritidsutrustning helt kostnadsfritt. Vi har under året arbetat med kommunerna för att utveckla Fritidsbanken på de orter där det finns en Fritidsbank samt marknadsfört Fritidsbanken genom våra kanaler.

I länet finns sju stycken; Arboga, Fagersta, Kungsör, Köping, Sala, Surahammar och Västerås. Vi har även fört samtal med resterande kommuner gällande uppstart av Fritidsbanken på de orterna.

Skyhöga favoriter

Under 2020 har vi marknadsfört och administrerat välgörenhetsinitiativet Skyhöga favoriter. 250 stöd har delats ut till barn och ungdomar mellan 7-15 år i Västmanland, som utan stödet kanske inte haft möjlighet att idrotta fullt ut. Stödet har finansierat cupkostnader, tränings- och tävlingsavgifter, medlemskap och utrustning.



Parasport

Under 2020 har vi haft samverkan med 21 föreningar kopplat till folkbildningsverksamhet. Det är både idrottsföreningar som är medlemmar i Svenska Parsportförbundet, men även andra idrottsföreningar som startat eller som har någon form av parasportverksamhet.

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 även en idrottskonsulent som har idrottsansvar för de föreningar som är medlemmar i Svenska Parsportförbundet. Vi har även ett gott samarbete med Parasport Västmanland, både styrelse och konsulenter.

Vi har under 2020 bland annat arbetat med IFK Västerås Konståkningsklubb och Mälarstadens Konståkningsklubb. De har fått medel från Arvsfonden, Västerås Stad, RF-SISU Västmanland och RBU för att sätta in No fall i ishallen Mimerhallen i Västerås. No fall är en fallskyddsutrustning där personer med funktionsnedsättning kan åka skridskor i en sele utan att ramla på isen. Båda föreningarna har även påbörjat arbetet med inkluderingstrappan tillsammans med RF-SISU Västmanland, syftet är att få en mer inkluderande verksamhet samt att utveckla arbetet med hur föreningarna ska arbeta vidare med No fall och personer med funktionsnedsättning.

Under vecka 37 anordnade RF-SISU Västmanland, tillsammans med RF-SISU Stockholm och RF-SISU Sörmland, Parasport Västmanland, Stockholm och Sörmland, en digital Parasportvecka. Veckan innehöll många spännande digitala utbildningar och föreläsningar och RF-SISU Västmanland bidrog med en utbildning via Teams i Inkluderingstrappan med 26 deltagare. En mycket lyckad kväll med många engagerade deltagare. Under veckan deltog runt 170 deltagare på föreläsningar och utbildningar som erbjöds. RF-SISU Västmanland gjorde även ett reportage under veckan för att lyfta en paraidrottare som är en god förebild, Mike Malmer. Det kan du läsa på kommande sidor.



Utan idrotten hade jag hamnat snett

Idrotten spelar en stor roll i många människors liv. Mike Malmer från Västerås går ett steg längre. ”Hade jag inte haft idrotten hade jag hamnat snett. Idrotten betyder allt för mig” berättar han.

Mike kliver in genom dörren med ett stort varmt leende på läpparna. Han är på plats i god tid och fyller omedelbart det tomma och kala rummet med massor av energi.

- Det var länge sedan vi sågs, konstaterar han och så är det. De spontana besök han brukar göra hos oss på Idrottens hus i Västerås är inte lika självklara i en tid då coronapandemin fortsatt har ett stadigt grepp om Sverige och världen.

Vi går in i köket och möts av doften av nybryggt kaffe. Häller upp varsin kopp och småpratar, precis som vi brukar göra när vi ses. Mike berättar att det snart är dags för premiär av Tv-serien ”Heja Sverigelaget!”, där vi får följa honom och ytterligare tre idrottare med intellektuell funktionsnedsättning på resan mot Special Olympics World Games.

- Det är nervöst, men jag är ju bara mig själv. Jag vågar nog inte titta på programmet, skrattar han samtidigt som vi slår oss ner vid ett av borden.

Plötsligt blev jag någon – jag var accepterad
Mike Malmer är en sprudlande frisk fläkt. Han skämtar ofta om och med sig själv, delar med sig av berättelser och vågar vara både öppen och ärlig. Samtidigt bär han på erfarenheter som få av oss andra gör och en känsla av att sällan passa in. Det blir märkbart tydligt när han delar med sig av

sin historia, om idrottens betydelse och vad som format honom till den han är idag.

- Jag är uppväxt ungefär 15 kilometer från Bollnäs och det var skolskjuts som gällde därifrån. Trots att jag stod redo i god tid och väntade på bussen varje morgon hände det flera gånger att bussen inte stannade. Det fanns en rädsla för mig för att jag inte vara som alla andra. Jag var mörkhyad och passade inte in. När bussen åkte förbi utan att stanna fanns ingen annan möjlighet för mig än att springa till skolan. Jag var bra på att springa och blev såklart ännu bättre genom att ta mig till skolan så varje dag.

- Jag gillade idrott, började med friidrott och det gick bra för mig. Genom att visa att jag var duktig på löpning blev jag helt plötsligt någon, jag var accepterad. Jag var bra på något och då var jag också okej som person.

Utan idrotten hade jag suttit inne

Mike berättar att skoltiden var tuff. Han hade svårt att sitta still och hans påhittighet var inte alltid uppskattad. Han gick i vanlig skola upp till årskurs åtta, men när lärarna tyckte att han var svår att hantera placerades han istället i särskola.

- Jag har ADHD och myror i brallan, skrattar Mike och lyfter den vita porslinskoppen som står på bordet framför honom. Han tar en stor klunk av det ljumma kaffet samtidigt som leendet byts mot en betydligt mer allvarlig blick.

- Särskolan var inte alls bra för mig, jag ville utvecklas men kände inte att jag fick chansen.



Hade jag inte haft idrotten hade jag hamnat snett, umgåtts med fel människor och förmodligen suttit inne idag.

Mike har aldrig lärt sig att läsa eller skriva, en kunskap som de flesta tar för givet och något som många gånger har satt käppar i hjulet för honom. Idrotten blev en frizon där han kunde vara sig själv och fokusera på sin prestation. Han visste att om han tränade hårt skulle han lyckas nå sina mål och få möjlighet att resa runt i världen på olika tävlingar. Det var tydligt vad som krävdes och han gillade rutinerna. Dessutom kunde han koppla bort andra utmaningar han mötte i vardagen.

Var nyfiken och våga fråga

Sedan flera år tillbaka är Mike bosatt i Västerås där han är aktiv både som idrottare och ledare. Drömmen är att utveckla sitt ledarskap genom olika utbildningar, men utan att kunna läsa och skriva är det svårt att både hitta och delta i de ledarutbildningar han skulle önska. Att leva med en funktionsnedsättning som inte syns kan vara svårt att förstå och hantera, här har idrotten fortsatt mycket att lära konstaterar han.

- Jag har provat många olika idrotter: friidrott, längdskidor, fotboll, boxning, brottning och nu sysslar jag mest med judo. Jag tycker att

idrottsledare ska bli mer nyfikna och våga fråga när de ser att någon kanske inte är som alla andra. Fråga hur kan jag hjälpa dig och inte ta saker för givet. Alla passar inte in i ramen men alla vill utvecklas utifrån sina förutsättningar.

Just att vara nyfiken och fråga är sådant han har tagit med i sitt eget ledarskap.

- Jag kan inte läsa böcker, tidningar eller mejl men jag är bra på att läsa människor. Jag är inte dum, jag är bara annorlunda!

Mike har en fantastisk idrottskarriär i bagaget och meriter de flesta av oss inte har en chans att mäta oss med. Men framförallt har han glädjen och passionen. Att idrotten har betytt och fortsatt betyder mycket för honom råder det inga tvivel om.

- Idrotten betyder allt för mig. Att träna hjälper mig att må bra i både kropp och själ, jag får en bättre hälsa och slipper ta en massa mediciner. Tack vare idrotten har jag dessutom träffat de grymmaste och bästa människorna jag känner, där alla bär på sin historia. Vi måste bara bli bättre på att fråga och lyssna.

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. I början av mars åkte vi tillsammans med representanter från Köping kommun, Skinnskattebergs kommun och Västerås ishockeyklubb ungdom till Uppsala på ett gemensamt studiebesök hos Uppsala young hockey club, som visade upp sitt anläggningsprojekt "Miniishall". Studiebesöket bjöd på en rundtur i miniishallen samt intressanta diskussioner om vilka effekter projektet har gett för föreningen och omgivande bostadsområde. En bra dag som gav oss nya kunskaper och stärkta dialoger med nämnda kommuner och idrottsförening.

God tillgång till idrottsanläggningar och idrottsmiljöer i städer och bostadsområden bidrar positivt till folkhälsan på flera olika sätt. Det är därför viktigt att idrottsanläggningar och idrottsmiljöer finns med tidigt i planeringsprocessen när städer och bostadsområden utvecklas. För att tydliggöra det har vi under året genomfört kampanjen "Plats för idrott", där vi synliggjort att endast 2 av länets 10 kommuner har en utvecklingsplan för idrottsanläggningar och idrottsmiljöer. I kampanjen lyftes även ett gott exempel med en kommun som utvecklat idrottsanläggningar med hjälp av en långsiktig vision och strategi. Arbetet med att få fler kommuner att ta fram utvecklingsplaner har påbörjats och fortsätter 2021.

Under året har vi delat ut 2 526 000 kr i projektstöd IF anläggning till totalt 13 olika projekt.



Under året har vi delat ut 2 526 000 kr i projektstöd IF anläggning till totalt 13 olika projekt.

Förening	Typ av projekt	Beviljat belopp	Kommun	Idrott
Heds IF	Renovering	187 000	Skinnskatteberg	Fotboll & Skidor
Barkarö SK	Renovering	200 000	Västerås	Fotboll
Kungsör IK	Ny aktivitetsyta	15 000	Kungsör	Ishockey
Föreningen 021 Grappling	Ny aktivitetsyta	117 000	Västerås	Budo & Kampsport
VIK ishockeyklubb ungdom	Ny aktivitetsyta	30 000	Västerås	Ishockey
Föreningen Surahammars kampsällskap	Ny aktivitetsyta	44 000	Surahammar	Budo & kampsport
Fagersta orienteringsklubb	Ny aktivitetsyta	400 000	Fagersta	Orientering
Köpings skytteförening	Ny aktivitetsyta	400 000	Köping	Skyttesport
Budo kai IF Köping	Ny aktivitetsyta	34 000	Köping	Budo & kampsport
SMK Sala	Ny aktivitetsyta	400 000	Sala	Bilsport
IFK Sala	Ny aktivitetsyta	230 000	Sala	Skidor
Norbergs SK	Ny aktivitetsyta	400 000	Norberg	Skidor
Västerås Taekwondoklubb	Ny aktivitetsyta	69 000	Västerås	Budo & kampsport
	Beviljat belopp totalt	2 526 000		

04

Jämställdhet för en framgångsrik idrott

År 2025 har vi en jämställd idrott. Idrottsrörelsen ser en jämställd verksamhet som en förutsättning för, och ett tecken på, en framgångsrik idrott. Män och kvinnor har samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Möjligheterna är lika för alla oavsett kön, att utöva och leda idrott. Alla som vill, oavsett kön, ska få vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

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 gjort under året för att stödja distriktets föreningar och förbund i arbetet för en jämställd idrott

RF-SISU Västmanland har under året stöttat idrottsföreningar i arbetet med att utveckla sin verksamhet till att bli mer jämställd, exempelvis har Kungsörs IK och Gideonsbergs IF startat upp arbete kring normer och attityder i samverkan med oss. Normer är också ett ämne som tas upp i Grundutbildning för tränare som vi genomfört två gånger under året. Vi har även utbildat unga tjejer i ledarskap inom ramen för Barkarö sportklubbs jämställdhetsarbete Flickinitiativet.

Jämställdhet finns med som en del i vårt arbete med att skapa en trygg idrott, där vi kontinuerligt utbildar idrottsföreningar.

I mars genomförde vi en kommunikationskampanj där vi spred information om hur

idrottsföreningarna kan jobba för en mer jämställd idrott samt att vi publicerade två goda exempel i reportageform, dessa var "Här är det självklart att träna tillsammans" med Arboga AK och "Satsning på en mer jämställd domarkår" vilket belyste vårt arbete tillsammans med Västmanlands Fotbollförbund.

Under året har vi aktivt deltagit i Länsstyrelsens jämställdhetsråd och har därigenom kompetensutvecklat delar av personalen i jämställd kommunikation.

Vi har genomfört två föreläsningar där jämställdhet funnits med som ett tydligt fokus. En med inriktning på hållbar sponsring och en med handbollsprofilen Loui Sand, som du kan läsa mer om under inkluderingsresan.

Hållbar sponsring

Vad har företag för incitament att sponsra idrotten och hur kan FN:s globala hållbarhetsmål utgöra en utgångspunkt i idrottsföreningarnas sponsorarbete? Det var frågor

som besvarades i den digitala föreläsningen på temat hållbar sponsring som vi genomförde i november. Ett 30-tal deltagare fick lära sig mer om sponsringens mekanismer och hur sponsorskapet kan aktiveras i praktiken.



Här är det självklart att träna tillsammans



Forskning visar att samtränad idrott kan bidra till jämställda sociala relationer och att samträning har potential att utmana förgivettaganden om pojkar och män som starkare och bättre. Trots det delas barn in efter kön redan i tidig ålder. För ungdomarna på Arboga brottningsgymnasium och Arboga Atletklubb ser det dock annorlunda ut. ”Vi ser bara fördelar med att träna tillsammans”, berättar de.

Torsdagskväll i Sturehallen i Arboga. Några entusiastiska ungdomar har bestämt sig för att träna lite extra. Trots att de inte är så många finns två engagerade tränare på plats för att hjälpa och peppa. Några föräldrar sitter lugnt

vid sidan och småpratar samtidigt som det med jämna mellanrum dunsar i brottarmattan.

Självklarhet med mixade träningsgrupper

Arboga Atletklubb grundades 1932 och har genom åren haft stora framgångar inom både grekisk romersk stil och fristil. Här finns också ett framgångsrikt brottningsgymnasium med riksintag, så kallat RIG. Vi möter Evelina Hulthén och Sebastian Berggren Nygren. Två duktiga idrottare med höga målsättningar och fina framgångar, som är vana att träna tillsammans.

- För oss är det självklart med mixade träningsgrupper, berättar Evelina.

- Det är roligt att träna tillsammans och att det inte är uppdelat på tjej och kille. Det skapar en samhörighet och en teamkänsla som jag inte tror hade funnits annars. Trots att det är en individuell idrott känner jag mig aldrig ensam

Sebastian nickar och håller med.

- Jag ser bara fördelar! Det är jättebra för vi-känslan. Det bidrar både till respekt och förståelse för varandra, gemenskap och sammanhållning. Jag får verkligen en boost av att vi är kompisar och hejar på varandra under tävlingar. Skulle vi vara uppdelade kanske det mer hade blivit att killarna hejar på killar och tjejerna på tjejer, så är det inte alls nu.

Ser möjligheter istället för hinder

Trots alla fördelar som Evelina och Sebastian lyfter fram är det relativt ovanligt inom idrottsrörelsen att träna i mixade grupper. Istället delas barn in efter kön redan i tidig ålder. Ibland har både Evelina och Sebastian fått frågan hur det är att träna tillsammans under gymnasieåren.

- Jag har fått frågor ibland av kompisar som kan tycka att det är konstigt under tonåren att träna med killar, inte minst eftersom brott-

ning är en fysisk idrott, men för oss som tränar är det så självklart. Det har alltid varit så sedan jag var barn och då tänker vi inte ens på det, förklarar Evelina.

- Vi ser nog möjligheter istället för hinder. Tjejer kan ofta vara smidigare och snabbare och då får jag träna extra mycket på det när jag sparrar mot en tjej, säger Sebastian.

- Killar kan ju exempelvis vara starkare istället och då får jag den utmaningen, fyller Evelina i.

Forskning visar att samtränad idrott kan bidra till jämställda sociala relationer och att samträning har potential att utmana förgivettaganden om pojkar och män som starkare och bättre, vilket finns att läsa i Idrottens samhällsnytta. Så kanske finns det något att lära av exempel som Arboga Atletklubb.

- Vi tror att både vi, brottningen och idrotten vinner på att träna tillsammans, konstaterar Sebastian och Evelina innan det är dags att kasta sig ut på brottarmattan

05

Ett stärkt ledarskap

År 2025 har svensk idrott ett starkt ledarskap i alla delar av organisationen. Såväl tränare, ledare och förtroendevalda känner till och leder enligt svensk idrotts värdegrund. Ledarskapet är individanpassat och genomsyras av ett gott bemötande. Förutsättningarna för att vara idrottsledare är anpassade efter olika individers livssituation.

Svensk idrott har attraktiva ledarutbildningar med hög kvalitet på alla nivåer. Samtal om utveckling, normer och värderingar är levande i föreningar och förbund. Att ha varit idrottsledare är en stark merit för framtida karriär och svensk idrott är och uppfattas som Sveriges ledande ledarskola.

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

Under detta mycket speciella år med pandemi då fysiska träffar inte varit möjligt har vi inom resan "Ett stärkt ledarskap" passat på att arbeta med att ta fram nya material, utvecklat material och kompetensutvecklat oss själva.

Elittränarfrukostar eller elittränarträffar där huvudtränare bjuds in för att nätverka med andra huvudtränare har vi valt att skjuta fram då vi inte kunnat träffas rent fysiskt. Likaså med föreläsningen för unga ledare som vi siktar på att genomföra 2021 antingen i fysisk form eller digitalt.

Folksams Ledarcamp flyttades fram pga. pandemin, om den kommer att genomföras 2021 är i skrivande stund oklart.

Pandemin till trots genomförde vi under året två stycken Grundutbildning för tränare. Totalt utbildades 26 nya tränare från 7 olika idrotter vid dessa tillfällen. Några av idrotterna som har varit representerade är simning, amerikansk fotboll, karate och brasiliansk Ju-jutsu.

Grundutbildning för tränare är en icke-idrottsspecifik utbildning där tränarna bland annat får lära sig om vilket sammanhang de befinner sig i. Vi pratar även om hur idrottsrörelsen är uppbyggd samt hur normer påverkar deras aktiva och hur de på bästa sätt planerar en träning. Utbildningen innehåller både teoretiska och praktiska delar och bygger mycket på dialog samt erfarenheter hos tränarna och utbildarna.



Bilder från en dag i idrottsrörelsen

I oktober dokumenterade några av Sveriges bästa fotografer en dag i idrottsrörelsen. Från norr till söder, soluppgång till solnedgång. I Västmanland besöktes Stora Ekeby Ridklubb och Mälärstadens Konståkningsklubb.

Lördagen den 10 oktober blev en unik dag. Några av Sveriges bästa fotografer gav sig ut i landet för att fånga en dag i idrottsrörelsen och skildra det som sker bortom målen, poängen och hundradelarna.

En vanlig dag möts över 150.000 människor runt om i Sverige för att umgås och träna eller tävla ihop i en förening. Det här pågår varje dag året om och känns så självklart att vi ibland tar det för givet. Därför valde Riksidrottsförbundet tillsammans med Bildbyrå och Folkspel att stanna upp och uppmärksamma idrotten i Sverige och vad den betyder för oss som är en del av den.

I Västmanland besökte vi tillsammans med fotografen Adam Wrafter från Bildbyrå två föreningar. Först hälsade vi på hos Stora Ekeby Ridklubb, som är den största ridsportsföreningen i Västmanland.

- Ridning är en idrott som domineras av tjejer. Därför är vi extra stolta att vi får visa hela idrotts-Sverige att klubben har en 'killgrupp' som rider varje vecka, berättar Maria Dellham, ordförande i Stora Ekeby Ridklubb.



En av killarna på plats var Milton Söderqvist Henriksson, som hade tagit med sin egen häst till lektionen. - Det viktigaste är att det är kul, konstaterade han glatt.

Efter några timmar byttes stall mot ishall för att dokumentera en träning tillsammans med Mälärstadens Konståkningsklubb. På plats möttes vi av färgsprakande energi och sprudlande glädje samtidigt som det övades på hopp, piruetter och tävlingsprogram

- Det känns oerhört roligt att vara en av de utvalda föreningarna som får vara med om det här, berättade Anna Iderbring Johansson från Mälärstadens Konståkningsklubb.

- Det är häftigt att ha en fotograf på plats på vår träning, det ska bli så kul att få visa upp vår verksamhet och se bilderna.

Runtom i landet var fotografer ute från tidig morgon till sen kväll för att fånga ett 40-tal olika idrotter. Satsningen kommer att resultera i en fotoutställning i både fysisk och digital form som lanseras under våren 2021.

Idrottsrörelsen gör Västmanland starkare

Personer som idrottar är friskare, begår färre brott och dricker mindre alkohol. Det gör samtidigt att den ekonomiska belastningen på samhället minskar. Forskning visar att regelbunden motion har effekter som minskad dödlighet i hjärt- och kärlsjukdomar, minskad risk för frakturer, förbättrad balans- och koordinationsförmåga, minskad risk för belastningsskador med mera. Idrottande ungdomar har bättre självkänsla, begår färre brott och dricker mindre alkohol än jämnåriga som inte är engagerade i idrottsföreningar. Hos äldre bidrar motion till att minska risken för demens.

I FoU-rapporten "Idrottens samhällsnytta" konstateras att om idrottsrörelsen når ytterligare 100 ungdomar kan följande hälsovinster och besparingar förväntas :

- 5 ungdomar kommer inte drabbas av depression
- 25 ungdomar kommer inte ha symtom som magont, huvudvärk med mera."

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

Den största anledningen till att aktiva och ledare tar sig till idrottsplatsen, hallen eller ut i skogen i ur och skur är att det är roligt. Det är alltså inte enbart träningen eller tävlingen i sig som attraherar, utan gemenskapen och glädjen att göra något tillsammans, som svenskarna anser är föreningsidrottens främsta styrka.

Idrottsrörelsen är viktig för folkhälsan. Det har blivit extra tydligt under coronapandemin och har understrukits av Folkhälsomyndigheten vid återkommande tillfällen. Idrottsföreningarna i Västmanland har gjort ett fantastiskt arbete med att ställa om sin verksamhet under ett annorlunda

2020. Träning tillsammans digitalt, träning individuellt med rapporter till träningsgruppen via sms, Facebook, eller Snapchat. Utomhusträning trots vinter är bara några exempel. Även möten, utbildningar och folkbildning har genomförts digitalt under större delen av året.

En effekt av pandemin är att idrottsrörelsens och föreningslivets egenvärde har synliggjorts. Att bara ha bra idrott i förening betyder mycket för samhället, utan att behöva nå specifika mål eller samhällsutmaningar som ligger i utkanten av idrottens roll.



Samverkan

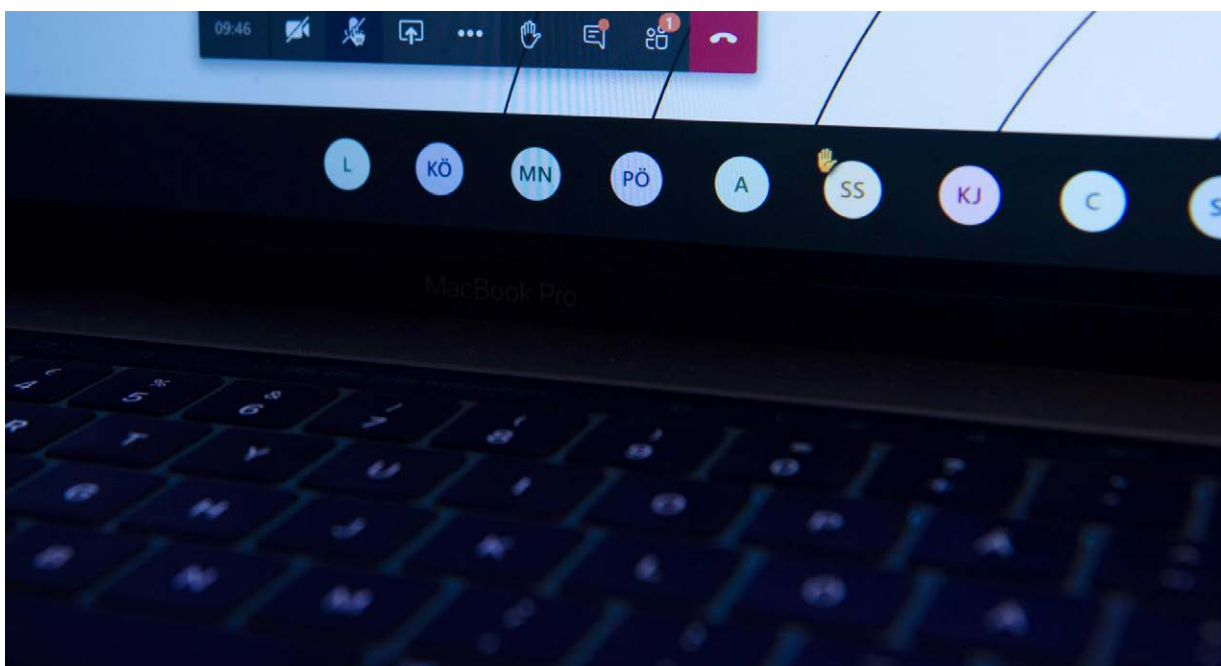
Vikten av samarbeten i länet är stort och vi har god samverkan med många externa parter, exempelvis Länsstyrelsen, övriga studieförbund tillsammans med Länsbildningsförbundet, Arbetsförmedlingen, Rädda Barnen, länets tio kommuner och Region Västmanland, Mälardalens Högskola, turistnäringen med flera.

Tillsammans med kommunerna genomför vi årliga samtal där vi stämmer av behov och utvecklingsområden för att tillsammans stötta föreningslivet i respektive kommun på bästa sätt. Med Västerås Stad har vi en skriftlig överenskommelse när det gäller stöd och utveckling av idrottslivet i kommunen som vi kontinuerligt följer upp för att förbättra

idrottsrörelsens förutsättningar men även förbättra folkhälsan och möjlighet till idrott för alla. Vi samverkar inte bara med idrotts- och friluftsnämnden utan även med skolnämnden, byggnadsnämnden och kommunstyrelsen.

Digitala nätverksträffar och dialogmöten med Västmanlands kommuner har skett regelbundet under 2020. Mycket har kretsat kring frågor om pandemin och hur de allmänna råden och regeringsbesluten påverkat idrotten.

Vi kan konstatera att våra relationer med kommunerna i länet är starka och vi ses som en naturlig och viktig resurs.



Mälardalens Högskola

Vi har under året närvarat i branschrådet för Folkhälsoprogrammet och där diskuterat frågor som rör utbildningen, praktik och uppsatser. Under höstterminen tog vi emot en praktikant från programmet.

Vi har vid ett tillfälle föreläst för studenter på Folkhälsoprogrammet. Föreläsningens tema var RF-SISU Västmanlands arbete med att stödja och utveckla idrotten i Västmanland och hur det arbetet bidrar till förbättra folkhälsa.

Länsstyrelsen

Vi har under året haft en bred samverkan med Länsstyrelsen inom de olika ämnesområdena jämställdhet, ANDT, integration och inkludering. Med anledning av Covid-19 har vi också varit delaktiga i Länsstyrelsens beredskapsarbete.

Region Västmanland

Regional idrottsplan

RF-SISU Västmanland har fått i uppdrag att i samverkan med Region Västmanland skriva en regional idrottsplan. Den regionala idrottsplanen ska ge stöd och vägledning för regionens arbete med idrott- och folkhälsoverksamhet. Programmet ska även kunna vara en stöttepelare för kommunens arbete med idrott och folkhälsa samt skapa samverkan mellan de olika kommunerna i länet gällande idrott och folkhälsa. Slutligen ska det skapa en tydlighet för regionens arbete med idrott och folkhälsa samt vilka utvecklingsområden som ska prioriteras under programperioden. Den regionala idrottsplanen tar sikte på år 2030 men kan komma att revideras innan dess.

Arbetet startade under hösten 2020 med faktainhämtning, där fokus var att identifiera vilka områden planen ska omfatta. Input gavs av såväl politiker, tjänstepersoner, företrädare för idrottsföreningar och övriga intresserade genom digitala dialogforum samt en digital enkät.

Nästa steg i arbetet är att göra en fördjupning inom de områden som identifierats som viktiga för planen. Därefter startar själva skrivprocessen och den regionala idrottsplanen kommer att skickas ut på remiss i maj 2021. Remissunderlaget kommer sedan behandlas politiskt och beslutas i kultur- folkbildningsnämnden inom Region Västmanland.

Liv hälsa ung

Vi har genom den nätverksgrupp som Region Västmanland sammankallar varit delaktiga i dialogen om Liv och hälsa ung enkätens utformning, genomförande och resultatspridning. Vi gästades under hösten av personal från Region Västmanland som gav oss en genomgång av de nya resultaten från Liv och hälsa ung enkäten. Vid tillfället fördes även diskussioner utifrån resultatet om hur vi inom idrotten kan bidra till att förbättra hälsoläget i länet.

Arbetet tillsammans med Region Västmanland fortsätter, exempelvis har en gemensam dialog med en student från Mälardalens Högskola om att analysera resultaten ytterligare utifrån ett idrottsperspektiv inletts.

Arbetsmarknad

RF-SISU Västmanland är ett av sju distriktsförbund som ingår i ett projektnätverk under Riksidrottsförbundet som kallas Idrott och Arbetsmarknad. Vårt uppdrag är att erbjuda jobb och sysselsättning inom idrotten för personer som idag står utanför arbetsmarknaden.

Målgruppen som vi, i samarbete med de lokala Arbetsförmedlingarna, vänder oss till är i huvudsak långtidsarbetslösa och nyanlända men också personer med någon form av arbetsskada eller funktionsvariation kan passa bra in i projektet.

Vi har under 2020 sysselsatt 42 personer i idrottsföreningar runtom i länet. Detta genom att vi spridit information om möjligheten till idrottsföreningarna samt varit länken mellan Arbetsförmedlingen och föreningen. Arbetsmarknadsprojektet avslutades den 31 december 2020.

Kommunikation

När omständigheterna snabbt förändras är det viktigt att nå ut och att kommunicera vid rätt tidpunkt till rätt målgrupp och i rätt kanal. På grund av coronapandemin blev kommunikationsarbetet kanske viktigare än någonsin, både på extern och intern nivå under 2020.

Under året genomfördes nio gemensamma kampanjer tillsammans med övriga distrikt, Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna. Dessa kampanjer har visat utmaningar och möjligheter kopplat till utvecklingsresorna i strategi 2025.

Artiklar

Under året har ett stort antal artiklar och inslag publicerats om vår verksamhet i traditionell Västmanländsk media. Ämnen som lyftes har bland annat varit trygg idrott, rörelsesatsning i skolan, idrott hela livet och frågor kopplat till coronapandemin.

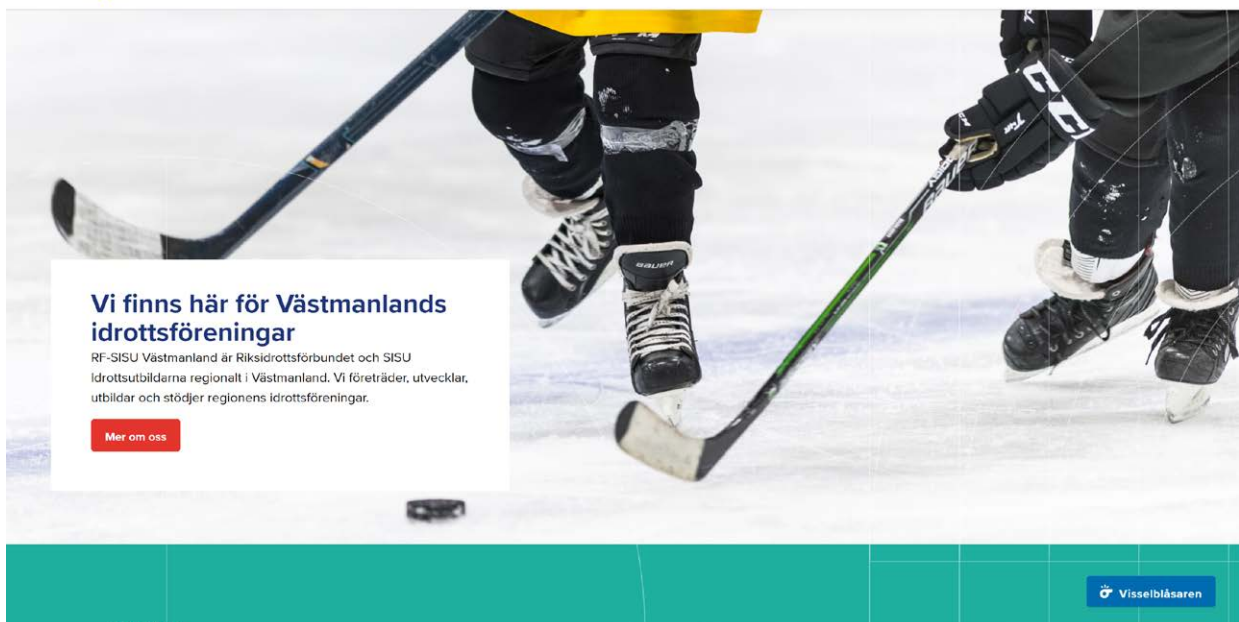
Sociala medier

Vi har under 2020 fortsatt vårt strategiska arbete med sociala medier. Vi finns idag på Facebook, Instagram, Twitter och YouTube där varje kanal har sin specifika målgrupp. 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 och skapa opinion samt för att sprida kunskap om vår verksamhet.

Under 2020 var en stor del av vår kommunikation kopplad till coronapandemin, där Facebook användes som huvudkanal tillsammans med vår webbplats.

Ny gemensam webbplats lanserad

Från och med den 1 januari 2020 är Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna en gemensam organisation på distriktsnivå. För oss i Västmanland betyder det att vi numer heter RF-SISU Västmanland. Vid årsskiftet lanserades en ny gemensam webbplats med nytt format och utseende. Under året har trafiken och antalet besökare ökat kraftigt till vår webbplats. Mycket kopplat till den pågående coronapandemin, där många har hittat relevant och uppdaterad information på vår webbplats.



Vi finns här för Västmanlands idrottsföreningar

RF-SISU Västmanland är Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna regionellt i Västmanland. Vi företräder, utvecklar, utbildar och stödjer regionens idrottsföreningar.

[Mer om oss](#)

[Visa blåsaren](#)

Under året lanserades en ny webbplats för RF-SISU Västmanland.

Nyhetsbrev

Att prenumerera på vårt nyhetsbrev är ett uppskattat sätt att hålla sig uppdaterad om vår verksamhet. Nyhetsbrevet skickas varannan vecka och innehåller aktuell information om vår verksamhet, goda exempel och tips på aktuella utbildningar. Vi har under året sett en uppåtgående trend både gällande antalet prenumeranter och öppningsfrekvensen av vårt nyhetsbrev. Du kan enkelt välja att

prenumerera på nyhetsbrevet direkt från vår webbplats.

Utbildningskatalog

Under 2020 producerades en utbildningskatalog med aktuella kurser och föreläsningar samt information, tips och inspiration till våra föreningar, ledare och aktiva.

Idrott hela livet

Vi lever allt längre och behovet av att vara fysiskt aktiv hela livet växer. Om fler vuxna och äldre skulle idrotta mer skulle många få en högre livskvalitet och samhället skulle spara mycket i hälso- och sjukvårdskostnader. Idrotten kan även spela en viktig roll i att skapa ett socialt sammanhang och på så sätt bidra till minskad ensamhet

Här kan du läsa mer om vårt arbete med att skapa förutsättningar för idrott hela livet.

RF-SISU Västmanland är ett av sex distrikt som ingår i Riksidrottsförbundets satsning Idrott för äldre. En satsning som pågår år 2020–2021 och som syftar till att stödja idrottsföreningar att skapa bättre förutsättningar för äldre (65+) att idrotta och för att bryta ensamhet hos målgruppen i samverkan med seniororganisationerna.

Inom ramen för satsningen har vi under året inlett en dialog med seniororganisationerna PRO och SPF samt genomfört en gemensam workshop med fokus på samverkan och hur vi tillsammans kan förbättra möjligheterna till en aktiv fritid. Vi har även påbörjat en dialog med Region Västmanland om arbetet som

pågår. En del i satsningen är att stötta idrottsföreningar i utvecklingen av deras verksamhet för målgruppen. Vi har genomfört dialog med 6 föreningar och beviljat ekonomiskt stöd till 4. På grund av Coronapandemin har denna del i satsningen inte genomförts i den utsträckning som var planerad.

Under året har idrottsföreningar haft möjlighet att söka ett verksamhetsstöd från Riksidrottsförbundet för verksamhet som genomförts med målgruppen. Vi har jobbat med att sprida information om möjligheten att söka stödet samt stöttat idrottsföreningar i ansökningsförfarandet.





SDF-bidrag

RF-SISU Västmanlands och Region Västmanlands övergripande syfte med stödet till specialdistriktsförbunden är att stimulera till aktivitet och utveckling av verksamheter för

ungdomar i åldern 7-25 år och som ligger i linje med idrottsrörelsens idéprogram ”Idrotten Vill”.

Utbetalning av SDF bidrag under 2020								
SDF	Grund bidrag	Antal		LOK-stöd		Cirkeltimmar		Totalt SDF bidrag
		föreningar		ledarstödstillfällen				
Totalt belopp	44 000	20% per förening	176 000	50% per samman-komst	440 000	25% per studietimme	220 000	880 000
Belopp/antal	5%		329,59		3,28		3,63	max 20 % 176 0
Amrikansk fotboll	1 023	1	330	319	1 045,60	73	265	2 731
Badminton	1 023	6	1 978	855	2 802,46	65	236	6 192
Bandy	1 023	6	1 978	3 226	10 573,98	2 478	8 985	23 131
Basket	1 023	7	2 307	3 673	12 039,12	775	2 810	18 640
Bilsport	1 023	12	3 955	145	475,27	591	2 143	7 789
Bordtennis	1 023	9	2 966	1 140	3 736,62	232	841	8 784
Bowling	1 023	25	8 240	381	1 248,82	28	102	10 882
Brottning	1 023	9	2 966	2 168	7 106,13	1 728	6 266	17 801
Budo & Kamps.	1 023	16	5 273	3 804	12 468,51	273	990	20 255
Bågskytte	1 023	4	1 318	43	140,94	12	44	2 590
Curling	1 023	1	330	0	0,00	0	0	1 387
Cykel	1 023	12	3 955	578	1 894,53	302	1 095	8 169
Danssport	1 023	6	1 978	579	1 897,81	2 211	8 017	13 242
Dart	1 023	5	1 648	0	0,00	0	0	2 739
Dragkamp	1 023	3	989	4	13,11	6	22	2 099
Flygsport	1 023	13	4 285	162	530,99	897	3 252	9 321
Fotboll	1 023	81	26 697	38 246	125 360,29	11 112	40 291	176 000
Friidrott	1 023	15	4 944	7 032	23 049,04	2 089	7 575	37 516
Frisbee	1 023	3	989	0	0,00	0	0	2 063
Golf	1 023	14	4 614	2 507	8 217,28	5 608	20 334	35 054
Gymnastik	1 023	21	6 921	7 457	24 442,08	3 255	11 802	45 307
Handboll	1 023	10	3 296	4 410	14 454,82	2 607	9 453	28 941
Innebandy	1 023	44	14 502	13 661	44 777,15	2 458	8 913	70 966
Ishockey	1 023	13	4 285	7 840	25 697,45	2 995	10 860	42 924
Karate	1 023	7	2 307	1 677	5 496,76	7	25	9 076
Konståkning	1 023	2	659	1 411	4 624,89	328	1 189	7 686
Motorcykel och snöskoter	1 023	13	4 285	362	1 186,54	0	0	6 659
Orientering	1 023	17	5 603	1 340	4 392,17	2 468	8 949	20 472
Parasport	1 023	20	6 592	1 278	4 188,95	572	2 074	14 229
Ridsport	1 023	24	7 910	14 879	48 769,43	13 179	47 786	108 158
Segling	1 023	8	2 637	387	1 268,48	1 531	5 551	10 745
Simidrott	1 023	8	2 637	5 094	16 696,79	948	3 437	24 396
Skidor	1 023	30	9 888	1 423	4 664,22	839	3 042	19 088
Skidskytte	1 023	4	1 318	50	163,89	43	156	2 729
Skridsko	1 023	4	1 318	92	301,55	18	65	2 777
Skyttesport	1 023	26	8 569	893	2 927,02	97	352	13 197
Squash	1 023	3	989	156	511,33	3	11	2 598
Taekwondo	1 023	4	1 318	1 336	4 379,06	105	381	7 281
Tennis	1 023	9	2 966	4 284	14 041,82	362	1 313	19 833
Triathlon	1 023	10	3 296	17	55,72	69	250	4 742
Tyngdlyftning	1 023	1	330	88	288,44	0	0	1 683
Vattenskidor	1 023	4	1 318	676	2 215,75	290	1 052	5 751
Volleyboll	1 023	4	1 318	566	1 855,20	20	73	4 377
TOTALT	44 000	534	176 000	134 239	440 000	60 674	220 000	880 000

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. Våra medarbetare arbetar i alla länets kommuner och bidrar till föreningarnas utveckling.

Här kan du läsa mer om vårt arbete med folkbildning under 2020.

RF-SISU Västmanlands 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 pratar 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.

Vi möter dagligen föreningar, specialdistriktsförbund och föreningar från medlemsorganisationer, utifrån deras unika förutsättningar och behov av bildning och utveckling. Verksamheten bedrivs på alla nivåer inom idrotten. Det gör att våra medarbetare har god överblick av vad som sker på olika håll inom idrotten och vad som påverkar den enskilda föreningen.

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

Statens mål och syften med folkbildningen

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

Tack vare vårt arbetssätt så får våra deltagare stort mervärde inte bara genom att vara aktiv i själva utförandet av idrotten utan också i våra bildningstillfällen. Vårt uppdrag att utbilda ledare för idrottens behov, liksom arbetet med värderingsfrågor är särskilt angeläget.

RF-SISU Västmanland arbetar målstyrt efter våra riktlinjer. Riktlinjerna är grunden till ett gemensamt förhållningssätt och ansvar för hur statsanslaget används. Riktlinjerna är vägledande i vad som är rapporterbart verksamhet och hur vi ska använda våra resurser. Den kontinuerliga kvalitetsgranskningen säkerställer att vi använder våra offentliga finansieringar enligt våra riktlinjer.

Folkbildningen handlar i grunden om att öppna upp mot omvärlden och utforska möjligheterna. Det handlar om ett livslångt lärande med både nyfikna och kritiska frågor i fokus med ständigt ifrågasättande av givna sanningar. Folkbildningen ger perspektiv, inkluderar och bidrar till förändringar. Den ger kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja till att utvecklas. Kärnan består av dialogen i det mänskliga mötet, där varje deltagare är medskapare. I en tid av blixtnabba förändringar bidrar idrottens folkbildning med lärmiljöer där alla tillåts växa i en respektfull interaktion människor emellan. Idrottens folkbildning bidrar till ett fortsatt starkt föreningsengagemang och är den helt nödvändiga nyckeln för att få människor i föreningar att växa. RF-SISU Västmanland är mitt i idrotten. Där sätter vi idéer i rörelse.

RF-SISU Västmanland är medlem i Västmanlands Länsbildningsförbund och distriktsidrottschefen är ledamot i länsbildningsförbundets styrelse.

Vi startade 2020 tillsammans med gemensamma upptaktsdagar och kunde då inte föreställa oss att året skulle bli så annorlunda och extraordinärt. Att hantera vår verksamhet under coronapandemin och ställa om på bästa möjliga sätt utifrån ett osäkert läge har varit utmanande men har också drivit fram lärandet och vår digitala utveckling. Den pågående pandemin och är fortfarande en utmaning för oss alla på olika nivåer.

Tillsammans och laget har varit vår styrka under 2020. Att vi gemensamt på kort tid ställt om, hittat alternativa lösningar, nya verktyg och gemensamt tagit ansvar för att stötta våra föreningar i en annorlunda och osäker vardag.

Att arbeta folkbildningsmässigt med digitala verktyg har utmanat oss och samtidigt utvecklat det digitala lärandet i snabb takt. Det positiva med digital utveckling är att vi suddar ut geografiska avstånd, vi är tillgänglig för fler, det är enklare att delta, effektivare möten, ökad samverkan mellan distrikt, Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna samt olika idrotter. Våra föreningar har fått tillgång till ett större utbud.

Samtidigt finns det utmaningar med ett digitalt arbetssätt, precis som för våra olika idrotter har vi varierande förutsättningar för våra verksamheter. Några hinder för att medverka kan vara digital kompetens, utrustning, ekonomi, verksamhetsformer och tillgång till bra internetanslutning. Kärnan i folkbildningen är mötet och samtalet och att få det lika levande digitalt som när vi kan ses fysiskt är fortfarande något vi arbetar med för att förfinas och utveckla. Digitala föreläsningar och kurser fungerar bra, vi har utvecklingspotential för lärgrupp, processarbete och kulturarrangemang.

Utifrån årets förutsättningar har vi tillsammans med våra föreningar nått ett resultat som vi är mycket stolta över. Resultatet för 2020 blev 55 910 timmar att jämföras med utfallet 2019 som var 63 244 timmar. Antalet arrangemang summerades till 4 041, 2019 var siffran 5 402. Deltagare och publik slutade på 44 813 för året jämfört med 49 498 deltagare 2019.

Vi har under 2020 haft verksamhet i 348 föreningar och andelen unika deltagare har varit 13 070 personer.



Lärgrupp

Lärgruppsverksamheten utgör basen för vår verksamhet. Lärgruppen är en mindre grupp människor som planmässigt genom samtal och dialog bedriver studier. Lärgruppen styrs av deltagarna och där deltagaren tillsammans söker kunskap med varandra, använder studiematerial i någon form och utvecklar färdigheter utifrån sina behov och intressen. Syftet med lärandet är att skapa förutsättningar för utveckling av såväl individ som förening. Stor del av lärgruppernas innehåll har fokuserats på idrottskunskap, föreningsutveckling, ledarskap och värdegrundsarbete för att nämna några.

Året resulterade i 52 086 lärgruppstimmar. De 3 452 lärgrupperna har samlat 24 662 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 folkbildningsanslag är den övergripande kursverksamheten samt den kursverksamhet som genomförs lokalt.

Årets resultat blev 3 371 utbildningstimmar. De 267 kurserna har samlat 3 311 deltagare.

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.

Vi har genomfört 100 kulturarrangemang och i arrangemangen har 289 personer deltagit. Inräknat totala antalet deltagare inklusive publik 12 259.

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 232 föreläsningar med 4 776.

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 10 processarbeten och 82 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 468 registrerade föreningsbesök.



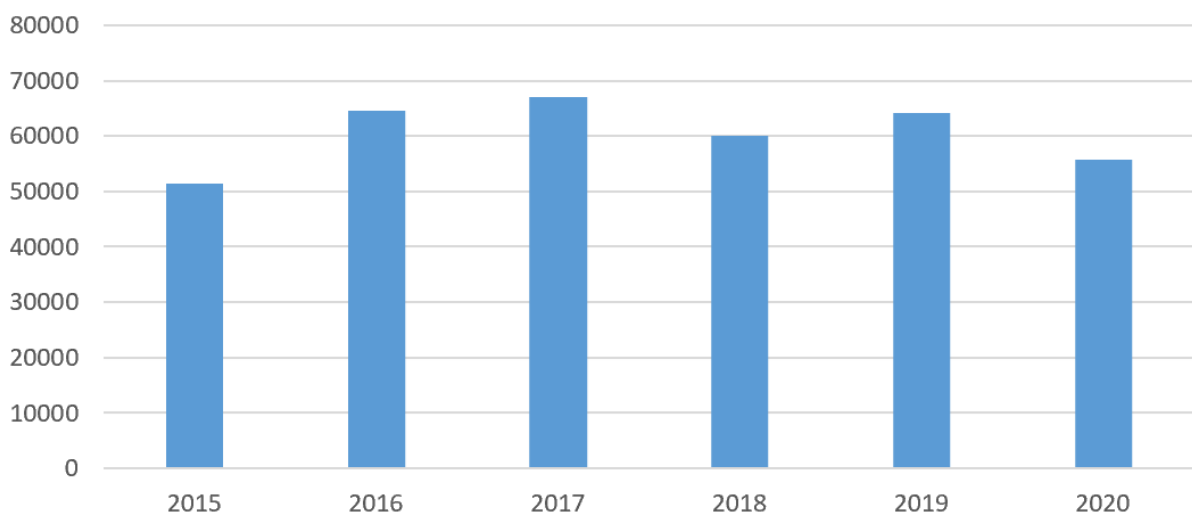
Folkbildning och kvalitetsarbete

Under våren 2018 inleddes ett arbete med att utarbeta en kvalitetsplan för perioden 2019–2021. En utgångspunkt i arbetet har varit att skapa delaktighet och förståelse för att kvalitetsarbetet är ett gemensamt ansvar där distrikt och den centrala ledningen behöver samverka för att flytta fram positionerna ytterligare. Kvalitetsplanen utgår från fem "kvalitetsområden" med totalt 16 konkreta insatser som syftar till att utveckla det interna kvalitetsarbetet. Kvalitetsplanen uppdateras årligen och stärker det interna arbetet med löpande förbättringar i verksamheten.

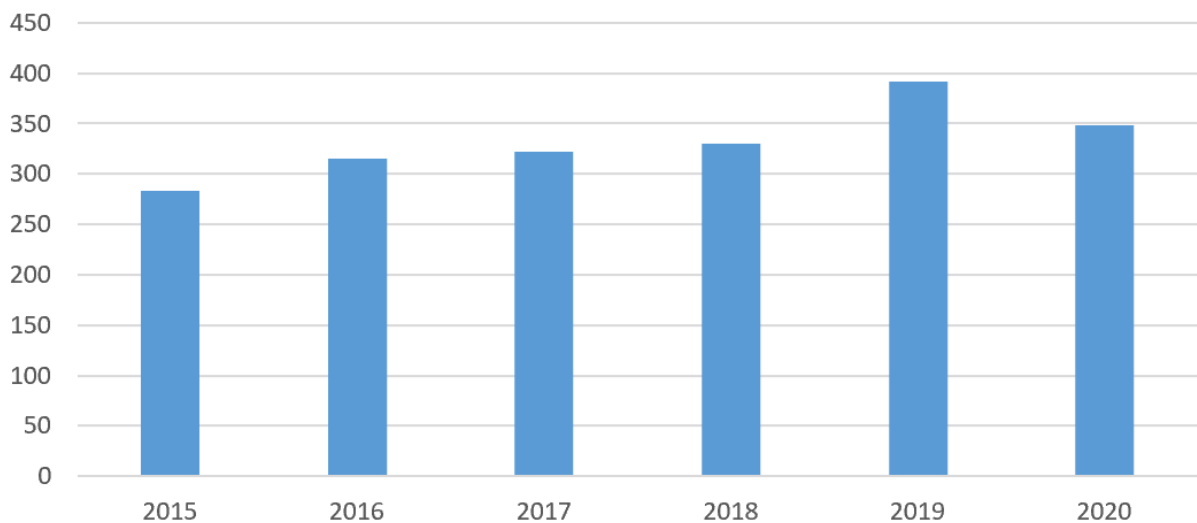
Under 2020 har ett antal kvalitetsuppföljningar genomförts, exempelvis följdes förrapporterad och slutrapporterad verksamhet upp vid tre olika tillfällen under året: 1 juli, 30 september och 30 november.

Vi har sedan tidigare en plan för att starta och rapportera vår verksamhet kontinuerligt under året. Vårens verksamhet 15 juni, sommarens verksamhet 15 september, och hela årets verksamhet 15 december. Vi har följt vår plan och vår verksamhet har i stort sett uppfyllt målen vid uppföljningstillfällena.

Utbildningstimmar 2015-2020



Föreningar med verksamhet 2015-2020



Utbildningstimmar per kommun

Kommun	2020		
	Utb.timmar	Föreläsning	Kultur
Arboga	2 933	19	5
Fagersta	1 616	8	39
Hallstahammar	7 582	17	14
Kungsör	979	20	
Köping	3 876	1	1
Norberg	873		7
Sala	2 801	20	10
Skinnskatteberg	86	3	1
Surahammar	3 523	2	
Västerås	31 641	142	23
	55 910	232	100



Idrotter med över 100 utbildningstimmar

Idrott	2020		2019
Ridsport	14 004	Ridsport	13 433
Fotboll	9 880	Fotboll	11 227
Golf	4 550	Golf	5 801
Gymnastik	2 975	Gymnastik	3 433
Bandy	2 669	Ishockey	2 963
Handboll	2 350	Handboll	2 635
Ishockey	2 138	Orientering	2 530
Orinetring	1 990	Bandy	2 460
Segling	1 838	Danssport	2 274
Friidrott	1 630	Friidrott	2 189
Brottning	1 430	Innebandy	2 125
Danssport	1 295	Brottning	1 733
Bilsport	1 191	Segling	1 553
Innebandy	784	Simidrott	948
Skidor	707	Flygsport	929
Simidrott	663	Skidor	893
Boxning	587	Boxning	793
Cykel	504	Basket	784
Parasport	461	Korpen	642
Flygsport	441	Bilsport	623
Basket	421	Parasport	594
Vattenskidor och Wakeboard	341	Tennis	397
Amerikansk fotboll	336	Konståkning	386
Konståkning	329	Bridge	385
Korpen	319	Cykel	299
Cheerleading	281	Vattenskidor och Wakeboard	291
Budo och Kampsport	241	Budo och Kampsport	288
Tennis	231	Bordtennis	231
Motorcykel och Snöskoter	170	Cheerleading	224
Bordtennis	150	Motorcykel och Snöskoter	193
Sportdykning	126	Klättring	187
Skateboard	120	Kanot	184
		Fäktning	124
		Bangolf	121
		Cricket	118
		Taekwondo	105
		Sportdykning	103

Årsredovisning 2020

RF-SISU Västmanland

RF-SISU Västmanland
878000-6683

Förvaltningsberättelse

Allmänt om verksamheten

RF-SISU Västmanland med sitt säte i Västerås har till uppgift att leda, stödja, företräda, utbilda och bilda Riksidrottsförbundets tillhörande idrotter i distriktet.

Främjande av föreningens ändamål

Idrottsrörelsen gemensamma Strategi 2025 genomsyrar arbetet.

Strategin innehåller fem utvecklingsresor vilka är:

En ny syn på träning och tävling, Inkluderande idrott för alla,

Jämställdhet för en framgångsrik idrott, Den moderna föreningen engagerar samt Ett stärkt ledarskap.

Väsentliga händelser under räkenskapsåret och efter dess slut

Coronapandemin har påverkat årets verksamhet på ett omfattande sätt.

RF-SISU Västmanland har ställt om sin verksamhet och genomfört arbetet i stort sett digitalt.

Detta har inneburit att våra kostnader under året minskat kraftigt.

Verksamhetsplanen har kunnat efterlevas med några undantag genom det omställda arbetet.

År 2020 är också det första året vi verkat som en gemensam organisation.

1 januari 2020 blev det en sammanslagning med SISU Idrottsutbildarna org. 878001-1618 med all personal och kapital till RF-SISU Västmanland

Flerårsöversikten har inte räknats om till följd av detta och ger en bristande jämförelse.

Medlemmar

Riksidrottsförbundet har 72 specialidrottsförbund anslutna till sig och deras föreningar i Västmanland är då också anslutna till RF-SISU Västmanland

Flerårsöversikt	2020	2019	2018	2017
Bidrag	16 032 652	8 649 224	9 242 834	7 757 617
Nettoomsättning	825 955	2 666 817	3 898 368	1 978 784
Årets resultat	711 730	86 383	-106 894	822 479
Eget kapital	4 012 335	2 522 995	2 442 463	2 555 044
Soliditet %	45%	63%	47%	59%

RESULTATRÄKNING	NOT	2020	2019
	1		
Förbundets Intäkter			
Offentligrättsliga bidrag	2	16 032 652	8 649 224
Nettoomsättning	3	825 955	2 666 817
Övriga förbundsintäkter		14 953	10 315
Summa intäkter		16 873 560	11 326 356
Kostnader			
Lämnade bidrag	4	-2 405 539	-2 012 752
Förbunds-kostnader	5	-2 478 633	-1 999 725
Övriga externa kostnader		-1 276 730	-1 884 329
Personalkostnader	6	-9 785 636	-5 130 468
Avskrivningar		-212 845	-212 845
Summa kostnader		-16 159 382	-11 240 119
Verksamhetens resultat		714 177	86 238
Resultat från finansiella investeringar			
Ränteintäkter och liknande poster		185	0
Räntekostnader och liknande poster		-1 704	145
Räntekostnader för skatt och avgifter		-928	0
		-2 447	145
Resultat efter finansiella poster		711 730	86 383

BALANSRÄKNING	NOT	2020	2019
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier	7	363 168	576 013
Förbättringsutgifter på annas fastighet		0	191 099
		363 168	767 112
Summa anläggningstillgångar		363 168	767 112
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		43 706	49 963
Övriga fordringar		16 668	150 558
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		70 990	66 860
		131 364	267 381
<i>Kortfristiga placeringar</i>			
Övriga kortfristiga placeringar		478 254	0
<i>Kassa och bank</i>		8 009 339	2 940 342
		8 009 339	2 940 342
Summa omsättningstillgångar		8 618 956	3 207 723
SUMMA TILLGÅNGAR		8 982 124	3 974 835

BALANSRÄKNING	NOT	2020	2019
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
<i>Eget kapital</i>			
Balanserat kapital	8	3 300 605	2 436 613
Årets resultat		711 730,02	86 383
Summa eget kapital		4 012 335	2 522 995
<i>Avsättningar</i>			
Övriga avsättningar		0	191 099
<i>Kortfristiga skulder</i>			
Leverantörsskulder		343 449	389 535
Skatteskulder		100 099	39 626
Övriga kortfristiga skulder		237 005	162 101
Mottagna ej använda bidrag	9	2 415 278	326 213
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		1 873 958	343 265
		4 969 789	1 260 741
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		8 982 124	3 974 835

TILLÄGGSUPPLYSNINGAR (Noter)

Not 1 Redovisnings-och värderingsprinciper

Årsredovisningen har upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd BFNAR 2016:10 Årsredovisning i mindre företag.

Avskrivningar

Materiella och immateriella anläggningstillgångar värderas till anskaffningsvärde minskat med plan. Avskrivning görs systematiskt över den bedömda ekonomiska livslängden. 5 år tillämpas

Nyckeltalsdefinitioner

Soliditet

Eget kapital i förhållande till balansomslutningen.

Upplysningar till resultaträkningen

Not 2 Offentligrättsliga bidrag	2020	2019
Bidrag:		
Kommun	776 867	200 000
Stat	11 713 677	4 804 787
Region	3 542 108	3 203 000
LAN bidrag	0	441 437
Summa	16 032 652	8 649 224

Not 3 Nettoomsättning	2020	2019
Verksamhetens intäkter	208 996	1 740 157
Idrottens hus	616 958	926 661
Summa	825 955	2 666 817

Not 4 Lämnade bidrag	2020	2019
Bidrag förening (juridiskperson)	1 025 539	632 750
SDF bidrag	880 000	866 395
Parasport	500 000	513 607
Summa	2 405 539	2 012 752

Not 5 Förbundskostnader	2020	2019
Verksamhetskostnader	1 618 824	1 779 128
Idrottens Hus	859 809	220 597
Summa	2 478 633	1 999 725

Not 6 Personalkostnader

Medelantalet anställda	2020	2019
	17	8

Not 7 Anläggningstillgångar	2020	2019
Ingående anskaffningsvärde	1 523 738	1 523 738
Årets investering	0	0
Utg. ackumulerade anskaffningsvärden	1 523 738	1 523 738
Ingående avskrivningar	-947 725	-734 880
Årets avskrivningar	-212 845	-212 845
Utg. ackumulerade avskrivningar	-1 160 570	-947 725
Bokförd värde	363 168	576 013

Not 8	Eget kapital	Balanserat kapital	Ändamålsbestämt	Total Eget kapital
Eget kapital innan årets resultat		3 300 605	2 662	3 303 267
Utnyttjande av ändamålsbestämda medel		0	-2 662	-2 662
Reservering av ändamålsbestämda medel		0	0	0
Årets resultat		711 730	0	711 730
Eget kapital vid årets slut		4 012 335	0	4 012 335

Not 9	Förbetalda bidrag
Inkludering /etablering	418 894
Idrottssvaga Områden	256 642
Idrott för äldre	488 000
Tia medel	438 085
Rörelsesattsning	159 000
Barn och ungdom	107 000
Folkbildning	500 000
Idrott hjärt kultur	23 205
Idrott Hela livet	24 452
Summa	2 415 278


RF-SISU Västmanland
878000-6683

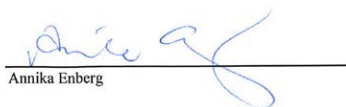
Västerås

2021-02-17



Ordförande Jan Andersson


Vice Ordf Marje Johansson


Tommy Levinsson



Annika Enberg


Marika Hämeenniemi


Muhannad Al-Nuaimi


Mari Högvist

Richard Fallqvist



Lars Svensson

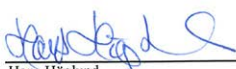
Revisorspåteckning:

Vår revisionsberättelse har avgivits 2021-02-
Adsum Revisorer & Företagskonsulter

Vår granskningsrapport har avgivits 2021-02-26

Marita Lyckstedt
Auktoriserad revisor


Thomas Avelin
Lekmannarevisor


Hans Höglund
Lekmannarevisor

Verifikat

Transaktion 09222115557445890117

Dokument

Årsredovisning RF-SISU 2020
Huvuddokument
7 sidor
Startades 2021-04-27 07:29:20 CEST (+0200) av En kund
hos Lexly (Ekhl)
Färdigställt 2021-04-27 08:17:55 CEST (+0200)

Initierare

En kund hos Lexly (Ekhl)
RF-SISU Västmanland
noreply@lexly.se

Signerande parter

Richard Fallqvist (RF)
Identifierad med svenskt BankID som "RICHARD
FALLQVIST"
Personnummer 7907066752
+46738189830
Signerade 2021-04-27 07:31:26 CEST (+0200)

Marita Lyckstedt (ML)
Identifierad med svenskt BankID som "Helén Marita
Lyckstedt"
Personnummer 6501146945
marita.lyckstedt@adsum.se
Signerade 2021-04-27 08:17:55 CEST (+0200)

Revisionsberättelse

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 2020.

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 2020-12-31 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 de bedömer är nödvändig för att upprätta en årsredovisning som inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller på fel.

Vid upprättandet av årsredovisningen ansvarar styrelsen för bedömningen av föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. De 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 på fel, 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 fel 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:

- identifierar och bedömer vi riskerna för väsentliga felaktigheter i årsredovisningen, vare sig dessa beror på oegentligheter eller på fel, 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 fel, 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 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 2020 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 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



Granskningsrapport

Det är styrelsen som har ansvaret för förslaget till dispositioner beträffande föreningens vinst eller förlust. 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 ersättningskyldighet mot föreningen, eller
- på något annat sätt handlat i strid med lagen om ekonomiska föreningar, årsredovisningslagen eller stadgarna.

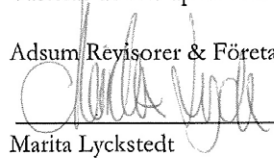
Vårt mål beträffande revisionen av förslaget till dispositioner av föreningens vinst eller förlust, och därmed vårt uttalande om detta, är att med rimlig grad av säkerhet bedöma om förslaget är förenligt med lagen om ekonomiska föreningar.

Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men ingen garanti för att en revision som utförs enligt god revisionsssed i Sverige alltid kommer att upptäcka åtgärder eller försummelser som kan föranleda ersättningskyldighet 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 revisionsssed 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 räkenskaper. 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 den 27 april 2021

Adsum Revisorer & Företagskonsulter AB



Marita Lyckstedt
Auktoriserad revisor



Västmanland