

 **PARASPORT**  
/SÖDERMANLAND

 **PARASPORT**  
/VÄSTMANLAND

# Verksamhetsplan 2022

## Parasportförbundets distrikt har som grundläggande uppgift utifrån stadgarna:

- att med idrott som medel stödja fostran, utveckling, utbildning och re-/habilitering av barn och ungdomar med funktionsnedsättning
- att med idrott som medel göra re-/habilitering av vuxna med funktionsnedsättning mer verksam och lustfylld
- att söka samarbeten inom hela idrottsrörelsen och samhället, för att skapa mer integration och god kontakt mellan människor

## Parasportförbundets distrikt har även i uppdrag utifrån Sverige Parasportförbund uppdraget att arbeta utifrån:

”Strategi 2025 – En stark Parasport” och ”Parasport Sverige – en effektiv organisation”

Förslag på övergripande mål 1: Parasport Sverige – en nytänkande och stark kraft i svensk idrottsrörelse

### **Bakgrund till målet**

Parasport Sverige ska vara trovärdiga och på ett effektivt sätt vara den självklara ledaren i utvecklingen av Parasporten i Sverige. Det betyder att förbundet måste jobba systematiskt och målmedvetet med att positionera våra varumärken. Parasport Sveriges regionala/lokala organisation ska vara självklara kontaktpunkter för paraidrotter ute i landet. Den kompetens och det nätverk som är uppbyggt inom Parasport Sverige hjälper till att utveckla hela den svenska idrottsrörelsen.

### **Övergripande mål 2:**

**Ett livslångt idrottande för personer med funktionsnedsättning.**

### **Bakgrund till målet**

Samhället förändras ständigt och nya krav ställs från såväl paraidrottare som potentiella paraidrottare. För att attrahera fler till parasporten och för att få fler att stanna kvar längre behöver parasporten, men även idrottsrörelsen i stort, utveckla och förändra utbudet och former för såväl träning och tävling.

Det handlar om att rekrytera och behålla ledare, där till exempel föräldrar, personliga assistenter och tidigare aktiva måste ses som en outnyttjad resurs.

Men inte sällan är orsaken till att många personer med funktionsnedsättning står utanför idrotten behov som är relaterade till funktionsnedsättningen. Till exempel transporter till och från idrottsträningen, tillgänglighet i och runt idrottsanläggningar, ledsagning och assistans.

## Övergripande mål 3:

### Parasport Sverige leder paraidrotten till framgångar i Paralympics och andra internationella parasporttävlingar.

#### Bakgrund till målet

Sveriges Paralympiska Kommitté bär fortsatt det största ansvaret för elitparaidrotten inom Svenska Parasportförbundet. I och med att flertalet av de paralympiska idrotterna har sin tillhörighet i andra SF är det av stor betydelse att arbetet och utvecklingen av elitparaidrotten genomförs i nära samverkan.

Elitparaidrottare är viktiga förebilder för den samlande svenska idrottsrörelsen. De representerar sin idrott, sin hemmaförening och sin egen otroliga resa i idrotten. Ofta krävs det att en elitparaidrottare tar medaljer för att bli en förebild. Det är därför viktigt att ge de allra bästa förutsättningarna för att nå medaljerna.

Den internationella konkurrensen inom paraidrotten hårdnar snabbt. Sverige tappar placeringar i medaljligan på Paralympics.

#### ***Under 2022 skall Parasport Västmanland/Södermanland:***

### Distriktssamverkan

- Distriktssamverkan mellan SDF har sedan tidigare påbörjats och under 2019 har även RF-SISU i Sörmland och Västmanland ett samarbete. I RF-SISU Sörmland finns en sakkunnig idrottskonsulent, vi har en dialog med RF-SISU Västmanland vi har en dialog kring möjligheten att utveckla den funktionen även i Västmanland.
- Genom samverkan över distriktens gränser kan vi skapa fler och tydligare vägar för det som vi ser som vårt huvuduppdrag, att fler personer med funktionsnedsättningar också börjar idrotta inom idrottsförening.
- Samarbetet mellan distriktens SDF och RF-SISU gör också att vi med högre kvalitet kan stödja och stärka våra föreningar att rekrytera, genomföra fler arrangemang och stötta i föreningsutveckling, bildning och utbildning.
- Då flera av paraidrotterna redan är inkluderade i idrottens olika specialidrottsförbund (SF), kan vårt gemensamma arbete skapa en modell för hur paraidrotten i framtiden kan stödjas. Att vi tillsammans samverkar för att vara ett stöd till förbund och föreningar.
- Aktiviteter kommer att genomföras i ett antal idrotter tillsammans med andra distrikt. År 2022 kommer bland annat seriespel genomföras inom innebandy, fotboll och friidrott. Ambitionen från distrikten är att utveckla serierna ytterligare vad gäller genomförande, regelverk och ledarutveckling. Här finns även ambitionen att vara stöd när andra idrottsförbund har tagit över administrationen.
- Fortsätta samarbetet med gemensamma AU och styrelsemöten. Förslaget med färre möten med innehåll som framtidsarbete och utveckling ska vara med på agendan. Vid AU deltar också konsulent från RF-SISU Sörmland.
- Vi vill tillsammans fortsätta arbetet för en inkluderad idrott i regionen. Att vi också är fler som bär med oss frågan på t ex föreningsbesök, kommunkontakter och vid politisk påverkan. Vid kommunöverenskommelser och idrottspolitiska program som görs via RF-SISU distrikt kommer parasporten finnas med som en självklar punkt.

## Rekrytering

- Rekryteringsarbetet är parasportens viktigaste arbetsområde. Vi vill vara ett stöd till våra föreningar genom att tillhandahålla ett nätverk för rekrytering och olika forum för rekrytering som information, individuellt stöd, lägerverksamhet och rekryteringstävlingar, etc. Följaktligen alla insatser som ger möjlighet att prova idrott, uppleva att man kan delta och därmed stimulera intresset för att fler ska bli aktiva i en idrottsförening.
- När det gäller skolungdomar är det viktigt med samarbete med föreningar och skolor. Ett gott exempel på rekrytering och ledarutbildning för både unga ledare och aktiva från sarskolor är: Framtidens ledare och Summer Camp i Katrineholm. Ett Idrottsläger under en vecka för alla barn 8-12 år, ferieungdomar som är 17 år och som under 2 veckor utbildas praktiskt och teoretiskt till barn- o ungdomsledare och föreningsledare som finns på plats under veckan. Try it i Västerås där en dag viks speciellt åt paradrotten. Ungdomsledarna förbereds med föreläsning och tips på hur deras idrott ska passa personer med funktionsnedsättning.
- Det finns ett stort intresse att komma på våra aktiviteter som skoltävlingar och Special Olympics school Days. Vi vill stödja föreningar som vill starta ny verksamhet för ungdomarna. Ett bra tillfälle till att också utbilda ledare externt och internt i praktiken vid dessa tillfällen.
- Eskilstuna kommun är från 2019 en av de pilotkommuner som ingår i Vinovaprojekt. Där Eskilstuna kommun, projektledare från Parasport Sverige, RF-SISU Sörmland och Parasport Sörmland i en arbetsgrupp. Nu är projektet avslutat till viss del. Det finns diskussioner att det skall fortsätta i vår regi.
- Att arrangera skoltävlingar i t ex bordtennis, simning, fotboll, innebandy och friidrott. Då tillsammans med föreningar, idrottsförbund och skolor.
- Att tillsammans med SRF och specialpedagogiska skolmyndigheten, lokala föreningar arrangera ett nationellt rekryteringsläger för 60-80 barn och ungdomar med synnedsättning.
- Vi kommer att arbeta vidare med att få fler ungdomar till våra serier och enkla möten i t ex Tuna Spelen och Köping spelen. Det är viktiga tävlingar som ska attrahera och vara på rätt nivå även för nybörjare.
- Vi kommer under slutet av parasportveckan arrangera en camp med prova på olika idrotter i Eskilstuna och Västerås. Det här skall bli en fin avslutning på veckan där vi kommer tillsammans med föreningarna rulla ut röda mattan och bjuda in en idrottsfest. Aktuella idrotter är rullstolsrugby, bordtennis, rullstolsinnebandy, kälkhockey, skytte, friidrott, golf, handboll m fl..
- Idrottsskolor, idrottens dag och prova-på-dagar.

## Projektmedverkan & nationellt ansvar

Vi har fått i uppdrag att vara ett utvecklingsdistrikt för parahockey, rullstolsrugby och friidrott. Syftet är att vara en administrativ resurs för kommittén och framförallt vara en resurs i deras rekryteringsarbete strategier i stort.

## Föreningsstöd och utbildning

Rekrytering är en stor del av Parasport stöd till föreningarna i regionen. Parasporten skall också hålla föreningarna informerade om vad som händer i förbundet och föreningar. Detta vad även gäller prioriterade utbildningsinsatser.

I samverkan med RF-SISU Distrikten, erbjuda utbildning/erfarenhetsutbyte/ nätverksträffar under året.

Det samma gäller att erbjuda aktuella utbildningar och föreläsningar. Ett exempel är utbildning för föreningsledare som hjälper till med Special Olympics Schoolday eller elever som hjälper till på skoltävlingar. En winwin situation. Föreningarna kan få nya medlemmar. Eleverna får kunskap och ofta ändring i attityden mot människor till det bättre.

Parasportveckan v.37

En digital föreläsning per kväll måndag - torsdag kommer att arrangeras tillsammans med RF-SISU och Parasporten i Stockholm, Södermanland, Västmanland och Uppland. Praktiska övningar kommer att erbjudas under helgen. Parasporten:s Camp är planen.

RF-SISU distrikten stöttar föreningarna med kompetens kring IdrottOnline och redovisning av LOK-stöd och utbildningsverksamhet. Något som vi hänvisar våra föreningar till att få information och hjälp med.

Sv. Parasportförbundet genomför just nu en nationell satsning med att arrangera utbildarutbildning för att kunna erbjuda en grundläggande utbildning.

Vi vill stärka vår kontakt med alla föreningar som är medlemmar i vårt förbund, men ser även att vi har ett utökat ansvar gentemot andra föreningar som har personer med funktionsnedsättning.

Vi tillsammans fortsätter att utveckla vårt samarbete och tydliggör ansvars- och rollfördelningar, för respektive prioriterat område. Exempelvis kring Rekrytering, föreningsutveckling, utbildning och idrottspolitiskt. detta ska leda till att vi effektivt tar steg i rätt riktning och når målen i strategiplanen

## Tävlingar

Tävlingar som KöpingSpelen och Tunaspelen är viktiga skyltfönster för Parasporten i regionen som är återkommande. Hitta samverkansformer med Malmö Open, Göteborg Open, Stockholm Paragames och Special Olympics Games för att stärka tävlingsutbudet och skapa bättre resurser och utveckla evenemangen ytterligare.

De olika serierna är viktiga för breddidrotten i distrikten. Det är viktigt att alla ges möjlighet att tävla för att behålla motivationen. MälarSerien är prioriterad att vi måste se till att det blir en fortsättning. Svealandsserien i fotboll är vi arrangörer tillsammans med Dalarnas Parasport och föreningar. Skoltävlingar ska vara en av inkörssportarna att finna sin idrott. Vi samlar mycket över 1000 deltagare till våra tävlingar. Vi måste bli bättre på att fler får möjlighet att kunna komma in i föreningarna.

## Marknadsföring och kommunikation

Namnet parasport börja bli mer etablerat genom att det syns mycket mer i media och andra informationsvägar. Ett bra exempel är våra hemsidor och facebook där vi har i tillsammans Västmanland och Södermanland har många följare.

Fortsatt etablera namnet Parasport och se till att regionens Idrottsförbund lyfter fram Parasporten i sina olika evenemang och marknadsföring av idrotten.

Se till att vara med på platser där människor möts så som utställningar, nära samarbete med kommuner, föräldramöten på skolor och nätverksträffar.

Arbeta med att synas i media.

## Kansli och personal

Parasporten Västmanlands kansli finns i Idrottens Hus på Rocklunda.

Parasporten Sörmland finns i MunktellArenan Eskilstuna

1 personal Södermanland och Västmanland 100 % har gemensam verksamhetschef. Anställningen är hos Västmanlands Parasportförbund.

1 personal 25 % Västmanland.

1 personal 50 % Södermanland.

1 personal 50 % Södermanland.

1 personal 65 % Västmanland. Rullstolsrugby – tidsbegränsad anställning 6 mån.

## Ekonomi och sponsrings

Vi har för avsikt att vara tydliga med att även om vi går mot en förändring av hur organisationen är uppbyggd, kommer det alltid behövas resurser för att jobba med personer med funktionsnedsättning. För att få balans i ekonomin så finns det vinster att samköra distrikten framför allt verksamhetsmässigt. Parasporten har ett stort värde som många företag skulle vilja vara våra medspelare. För att stärka ekonomin kommer vi jobba mer med sponsring och då fler inkomstkällor.

## Folkhälsoarbete

Vårt viktigaste arbete är att få människor att röra på sig, då mår du bättre både fysiskt och psykiskt. För många personer är stillasittande och har inte förmågan att komma igång med en aktivitet. Inom idrotten har vi lösningen för många personers ohälsa. Några exempel är Motionsloppen, samverkan med habilitering. RF-SISU

## Tillgänglighet

Tillgänglig idrott är ett stort arbetsområde där vi med information, påverkan och utvecklingsprojekt vill nå fram till att fler barn och ungdomar- kvinnor och män – med funktionsnedsättning kan och vill delta i idrotten och därmed kan leva ett aktivt liv.

Det är en självklarhet för ett idrottsförbund som företräder de personer som kan vara utsatta för diskriminering att även ta ställning för andra som kan drabbas av utanförskap orsakad av fördomsfulla attityder, det vill säga segregering.

Därför kommer vi år 2022 att fortsätta vårt arbete för att alla ska känna sig välkomna inom vår idrott, oavsett vem eller hur en person är, var man kommer ifrån eller hur man uppfattar sig själv! Ex. tydliga lättlästa inbjudningar till olika evenemang och om man vill delta i olika idrotter ska vi hjälpa personer att komma igång oavsett funktionsnedsättning till inkluderande och välkomnande idrott.

Arbeta mot sexuella trakasserier och övergrepp. Våga ta upp och diskutera det, vara uppmärksam att ingen far illa.