



# 2016

**Fyra distrikt – en verksamhetsplan**



**Parasportförbundets distrikt runt Mälaren genomför 2016 ett ökat antal verksamheter gemensamt.**

**Det gör vi för att på ett bättre sätt kunna ta ansvar för det som vi ser som våra huvuduppgifter;**

- ↻ **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

**Att med utgångspunkt från förbundets värdegrund och framtidsdokumentet "Strategi 2020" sätta särskild fokus mot två områden**

### **Förenings- och ledarutveckling**

- ✓ Vi vill utgöra ett lättillgängligt stöd till våra förbunds medlemsföreningar
- ✓ Vi vill oavsett idrottsgren, ge stöd till alla föreningar som har eller vill starta verksamhet för idrottare med funktionsnedsättningar
- ✓ Vi vill stödja för att rekrytera och utveckla ledare

### **Rekrytering – Idrottsutveckling och individuellt stöd**

- ✓ Med information, läger, rekryteringstävlingar och utvecklingsprojekt, vill vi påverka fler barn, ungdomar och unga vuxna med funktionsnedsättningar – kvinnor och män – så att fler kan och vill delta i idrotten
- ✓ Vi vill vara en vägvisare och ett tydligt stöd till alla med funktionsnedsättningar att börja leva ett mera aktivt liv

# Gemensamma verksamheter

## Mer samverkan

- I samverkan skapar vi fler och tydligare vägar till verksamheter över alla våra distrikts geografi
- I samverkan kan vi optimalt hushålla med våra resurser och därmed rekrytera fler och bättre stödja alla våra föreningar och de ökade antal nya idrottare som vi därmed når

2016 kommer Parasportens distrikt runt Mälaren att samverka i följande arrangemang och utvecklingsarbeten;

### **Mälarserien, Friidrott –**

*En tävlingsserie för alla som vill utvecklas som friidrottare*

22 maj	Norrtälje	SOL-Roslagen
18 juni	Sätra, Stockholm	Norrbacka HIF
27 aug	Arosvallen, Västerås	RBU-Västerås
10 sep	Ekängen, Eskilstuna	Råby Rekarne FiF

### **Mälarserien, Simning**

*En tävlingsserie för alla som vill utvecklas som simmare*

28 Maj	Beckis, Stockholm	Spårvägen Sim
September	Sydpolen, Södertälje	Södertälje SS
November	Munktelbadet, Eskilstuna	Eskilstuna SK

### **Svealands- och Stockholmsserien, fotboll**

Över våra distriktsgränser finns två fotbollsserier där vårt arbete siktar mot att skapa mer gemensamhet gällande regler och genomförande och möjligen, en sammanförd indelning som skapar flera och jämnare divisionsindelningar

### **Mälarserien, innebandy**

Mälarserien samlar lag från alla distrikt runt Mälaren. Inför kommande serie vill distrikten ta ett ökat gemensamt ansvar för verksamheten.

### **Mälarserien, långlopp –**

*Ett nytt initiativ som vill skapa ett "löparteam" som går över alla gränser*

13 maj	Katrineholmsloppet
20 maj	Special Varvet, Göteborg
26 maj	Special Å-loppet, Eskilstuna
14 juni	MälärEnergiloppet, Västerås
18 juni	Å-loppet, Eskilstuna
29 aug	Blodomloppet, Västerås
4 sept	Äventyrsloppet, Södertälje
23 sept	Lidingöruset

 **Mälartouren, Bordtennis,**

*Ett initiativ till utvecklande samverkan från klubbar runt Mälaren*

April	Beckis, Stockholm	IFAH
Aug	Örebro	BTK Safir
8-9 okt	TunaSpelen, Eskilstuna	IFA Eskilstuna
26 nov	Köpingsspelen	Köpings BTK

 **Special Olympics games, 3 – 5 juni**

Vi vill gemensamt locka många att i juni resa till den nationella stortävlingen Special Olympics Games.

 **Svealandsserien, Alpint/längd,**

*En serie av tävlingar och läger som med sikte på vintern 16/17 vill locka fler till skidsporten.*

Planerade arrangemang; Borlänge, Västerås och Flottsbrobacken

 **Paralympic Campaign**

*Paralympic Campaign är en nationell rekryteringssatsning under tiden för Paralympics i Rio.*

Med en särskild satsning i Uppsala – där Parasport Sverige vill åstadkomma något särskilt vill vi också påverka och hjälpa alla våra föreningar att ta chansen att rekrytera fler till sina verksamheter.

Parallellt med detta söker vi andra rekryteringsdagar, utbildningar och administrativa uppgifter som kan planeras och genomföras gemensamt.

## REKRYTERING

Med rekrytering avser vi information, individuellt stöd, lägerverksamhet och rekryteringstävlingar etcetera. 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 idrottsföreningar

### Utbildningar

Med SISU idrottsutbildarna ska vi arbeta för att handikappidrotten Västmanland under 2016 utbildar och utvecklas mer och till SISU Idrottsutbildarna redovisar ett resultat som ökar utbildningstimmarna i lärgrupper och utvecklingsarbeten.

**att** tillsammans med Rullstolsrugbykommittén och Köpings IK arrangera utbildning/rekryteringsläger.

**att** tillsammans med Friidrottskommittén IK arrangera utbildning/rekryteringsläger.

**att** tillsammans med Dalarna HIF erbjuda Basenutbildning

**att** tillsammans med Västerås SLK bygga alpin verksamhet genom utbildning och träningar. God hjälp av Dalarna HIF.

### Info och lobbying

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

### Uppsökande av nya föreningar

Inkluderingsarbete kan starta med att få SISU-konsulenter att ta med frågan på föreningsbesök, där vi sedan är med i processen. Vi ska inte glömma bort föreningar som startar upp verksamhet som inte har idrottsstillhörighet i SHIF som även ser att det är mycket viktigt att vara en förening för alla.

**att** tillsammans med övriga idrotter **som** Golf, cykel m fl stötta dem i deras arbete att organisera paraidrottare i sin idrott

**att** vara en stödfunktion

### Tävlingar, rekrytering skolor

Vid sidan av de många serierna nybörjartävlingar har distriktet också ansvar för ytterligare tävlingsarrangemang.

**att** med fokus på rekrytering genomföra skol-DM tävlingar i friidrott och fotboll

**att** även arrangera skol-DM i simning, innebandy och bordtennis gemensamt med skolorna i Södermanland.

**att** genomföra den 4:e upplagan av rekryteringstävlingen KöpingSpelen.

**att** genomföra Boccia, Pokaljakt, LM, Kolsvaspelen, Fagerstaspelen.

### **Ett resande distrikt**

Med paketlösningar som, förenklade anmälningsrutiner och transportlösningar, etc vill vi fortsätta att stödja och motivera våra idrottare till ökat tävlande.

**att** erbjuda Special Olympics-varvet i Göteborg 2016, Special Olympic Games i Göteborg Lidin-  
göruset, Skol-SM i Bollnäs innebandy, fotboll och friidrott, GöteborgOpen.

### **Läger och prova på**

**att** erbjuda prova på dagar i skidåkning och rullstolsdans mm.

att tillsammans med KFUM veckoläger sommarkul. Rullstolrugbyläger med Köpings IK, Lovlä-  
ger med Köpings BTK.

**att** fortsätta utveckla fotbollen och innebandyn, inriktning att få med fler tjejer.

## **FOLKHÄLSOARBETE**

Vårt viktigaste arbete är att få folk att röra på sig, då mår du bättre både fysiskt och psykiskt. För många personer lider av att vara stillasittande och har inte förmågan att komma igång med en aktivitet. Inom idrotten har vi lösningen för många personers ohälsa.

## **IDROTTSUTVECKLING**

Föreningsutveckling är ett fortsatt prioriterat område där arbetet ska utgå från förbundets värdegrund. Västmanlands HIF vill stärka vår kontakt med alla föreningar som är medlemmar i vårt förbund, men ser även att vi har ett utökade ansvar gentemot andra föreningar med funktionshindrade idrottare.

### **Inkluderad Paraidrott**

Vi vill tillsammans med Västmanlands IF fortsätta arbetet för en inkluderad idrott i Västmanland. Att SISU konsulenter tar med sig frågan på föreningsbesök.

Under 2016 kommer nationella inkluderingsprocesser att accentueras med fyra specialförbund; Fotboll, Bordtennis, Simning och Innebandy.

**att** med Parasportförbundet delta i alla nationella initiativ inom ramen för framtidsplanen "Strategi 2020"

**att** med Södermanland fortsätta arbetet för att rekrytera fler barn- och ungdomar med synskador till idrotten

## **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 funktionsnedsättningar kan och vill delta i idrotten och därmed kan leva ett aktivt liv.

## **Mångfald**

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 2016 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 uppfattar sig själv!

## **Utveckla mediakontakterna mm.**

**att** fortsätta att synas på hemsidor, facebook, tv/radio och tidningar.

**att** inom ramen för rekryteringsprojektet "Paralympic Campaign" genomföra lokala rekryteringsdagar.

## **FINANSERING**

Vi kommer genomföra möten och ha en arbetsgrupp som arbetar med sponsring och för att på andra sätt stärka vår ekonomi för att kunna utveckla vår idrott åt rätt håll. Vi kommer att arbeta med konsulting där vi hjälper bl. a Södermanlands Parasportförbund. Föreläsningar, Idrottsdagar mm.