

Parasport & tips på inkludering

Inkludering handlar om att känna sig delaktig i samhället. Idrotten är ett sätt att känna gemenskap och delaktighet. Detta förutsätter ömsesidig respekt och förståelse mellan människor. Det ger också kunskap om varandras kultur, synsätt och ide om hur samhället kan se ut, vilket medför jämlikhet och samförstånd. Tyvärr finns många trösklar som gör det svårt för många att vara med i gemenskapen som föreningsidrotten erbjuder t ex funktionalitet. Därför vill idrottsrörelsen ytterligare stärka arbetet med mångfald och inkludering i föreningar. Detta är i linje med idrottsrörelsens nya strategiarbete: Livslångt idrottande, Värdegrunden är vår styrka, Idrott i förening, Idrotten gör Sverige starkare.

Nyckelfaktorer för att skapa välkomnande och inkluderande föreningsmiljö

Samverkan, kommunikation, öppet klimat och stödjande miljö. Med det menas att arbetet hålls levande och är en del av föreningens verksamhet och har en stående punkt på styrelsens agenda. Verka för att vara kontaktskapande och dörröppnande.

Konkreta tips för en lyckad inkludering

- Finnas regelbundet på styrelsens agenda vid möten
- Gemensamma aktiviteter så som, cuper, läger, idrottsskolor, matchknaite, spontanidrott, träningar mellan lagen och sociala föreningsaktiviteter
- Finnas med i verksamhetsplan och verksamhetsberättelse
- Finnas med i spelarråd/föreningsråd
- Förebilder och ambassadörer för att skapa ”broar” mellan lag/grupper i föreningen
- Lyfta fram paraverksamheten på hemsidan och i sociala kanaler
- Prata om paraverksamheten på ledarträffar
- Prata om paraverksamheten vid uppstart av nya lag/verksamheter i föreningen
- Samtal i lagen om paraverksamhet (samtalsunderlag finns hos RF-SISU Stockholm)
- Skapa mötesplatser mellan vårdnadshavare för olika lag/grupper
- Vi utgår från föreningens värdegrund

[Klicka här för att komma till inkluderingswebben,](#)

Där hittar du bland annat bra verktyg för en mer välkomnande och inkluderande idrott