



Västmanland

VERKSAMHETSBERÄTTELSE MED ÅRSREDOVISNING

RF-SISU

Västmanland

2022



ORDFÖRANDE JAN ANDERSSON
DISTRIKTSIDROTTSCHEF KRISTIN PLEICK

Idrottsrörelsen gör Västmanland starkare!

Den 9 februari 2022 avvecklades flertalet restriktioner i Sverige, covid-19 upphörde att vara en allmän- och samhällsfarlig sjukdom. Idrottsrörelsen i Västmanland som under hela pandemin visat styrka genom att ställa om i stället för att ställa in sin verksamhet var snabba ur startblocken även den här gången. Föreningarna organiserade sig snabbt. Träningar, matcher och seriespel drog i gång. Energin kom tillbaka. RF-SISU Västmanland arbetade under våren intensivt med att möta föreningarna i länet; fånga upp behov och hjälpa till att starta upp verksamheten. Under våren betalade vi ut återstartsmedel till de värst drabbade föreningarna i länet. Totalt delade vi ut 1 170 000 kronor. Även under hösten delade vi ut återstartsmedel till föreningar som jobbade med ledarrekrytering, att behålla och rekrytera medlemmar eller arrangera föreningsdagar för att ta igen förlorad "tillsammanstid i föreningen". Under 2022 har vi fördelat 1 597 200 kronor totalt i återstartsstöd.

Under och framför allt efter sommarledigheterna började en ny kris kännas vid. Den här gången var det elkrisen som drabbade Sverige och idrottsrörelsen. Även inflationen har slagit hårt mot vissa idrotter. RF-SISU Västmanland har drivit opinionsarbete lokalt där flera föreningar i länet varit behjälpliga i att möta media för att beskriva konsekvenserna. Vi arrangerade under hösten en träff med kommunernas energi- och klimatrådgivare för att kompetensutveckla och byta erfarenheter. Många föreningar och Specialdistriktsförbund tog chansen och deltog. Senare under hösten lovade regeringen att även idrottsrörelsen ingår i de elstödspaket som kommer att delas ut.

Vi har i krisarbetet stärkt vårt arbete och vår samverkan med Länsstyrelsen, Region Västmanland och länets tio kommuner. Vi har haft regelbundna möten och vi är nu en självklar medspelare när viktiga beslut för Regionen ska fattas. RF-SISU Västmanlands position som företrädare för länets samlade idrottsrörelse har lyfts fram i olika sammanhang och förståelsen om att idrottsrörelsen i Västmanland är en viktig aktör med sina cirka 600 föreningar, 20 000 ideella ledare och 100 000 medlemmar har ökat ytterligare.



I april fattade Region Västmanland beslut om den Regionala Idrottsplanen som RF-SISU haft i uppdrag att processleda och skriva fram. Nu ska planen förankras och implementeras i kommunernas strategier och planer. RF-SSU Västmanland har fått uppdraget från Region Västmanland att leda det arbetet med start under våren 2023.

Under 2022 arbetade vi intensivt med valet. Styrelsen fattade beslut om tre prioriterade valfrågor; Plats för idrott, återstart efter coronapandemin och idrottsrörelsens betydelse för folkhälsan. Vi turnerade runt bland länets kommuner och träffade politiker för att diskutera idrottens förutsättningar och arrangerade en träff med länets Riksdagsbank. Vi kan konstatera att det är ett stort och brett engagemang för idrottsrörelsen bland länets kommuner. Däremot är det ekonomiska läget bekymmersamt för många kommuner. Att satsa resurser på idrott är att investera för framtiden. Att bygga starka (fysiskt och psykiskt) samhällsmedborgare med idrott som verktyg kommer sänka vårdkostnader, minska psykisk ohälsa och förbättra folkhälsan. RF-SISU Västmanland behöver tillsammans med idrottsrörelsen i länet fortsätta påverkansarbetet så att politiker vågar fatta modiga beslut och satsa på långsiktiga resultat som gynnar vår folkhälsa och idrotten.

Idrottsrörelsen i Västmanland är helt fantastisk. Varje dag går 4 500 personer i länet till en förening och tränar eller tävlar. Idrotten står aldrig still och fångar barn, unga, vuxna och äldre med målet att få alla att stanna inom idrottsrörelsen hela livet. Vi vill rikta ett STORT TACK till idrotten, länets kommuner, Region Västmanland, Länsstyrelsen Västmanland och alla andra samverkans partners för ett mycket starkt idrottsår!

Nu fortsätter vi resan för att göra idrottsrörelsen och folkhälsan och Västmanland ännu starkare!

Jan Andersson

Kristin Pleick

Organisation

Styrelsen

Ordförande

Jan Andersson, Strömsholm

Vice ordförande

Marie Johansson, Västerås

Ledamöter

Tommy Levinsson, Västerås

Annika Enberg, Västerås

Mari Högvist, Hallstahammar

Muhannad Al-Nuaimi, Köping

Marika Hämeenniemi (tom april), Västerås

Lars Svensson, Västerås

Richard Fallkvist, Arboga

Jenny Boström (from april), Västerås

Adjungerad ledamot

Distriktsidrottschef Kristin Pleick.

Under 2022 genomförde styrelsen 9 protokollfördä sammanträden samt en gemensam styrelsedag tillsammans med RF-SISU Sörmland.

Valberedningen

Ordförande

Lasse Svensson, Västerås

Ledamöter

Maria Kesselring, Västerås

Kenneth Holmberg, Hallstahammar

Revisorer

Adsum Revisorer & Företagskonsulter AB,
Västerås

Lekmannarevisorer

Thomas Avelin, Västerås

Hans Höglund, Västerås Suppleant

Medarbetare

Distriktsidrottschef

Kristin Pleick

Kommunikatör

Anette Fransson

Ekonomi

Margareta Hofgaard

Idrott och samhälle

Verksamhetschef

Verksamhetschef Marie Höljer

Verksamhetsansvarig Anette Fransson

Idrottskonsulenter

Edwin O'Brien-Rodney

Marie Persson

Oscar Uusitalo

Xie Gamboa (t.o.m. december).

Tobias Fahlén (t.o.m. december).

Martin Hammarlund

Salam Alsalte, 50 procent

Hanna Koivisto (fr.o.m. november)

Idrott och folkbildning

Verksamhetschef

Marie Höljer

Idrottskonsulenter

Anna Iderbring Johansson

Anna Meissner

Frida Johansson

Madeleine Lindberg Wall

Marcus Jansson (t.o.m. april).

Mats Vennberg

Sofia Lyckman

Malin Lundqvist (föräldraledig fr.o.m. juni)

Johan Becker, 20 procent.

ÖVERGRIPANDE MÅL

Idrott för alla – hela livet

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

Idrottsrörelsens mål 2025

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

Livslångt idrottande

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

Idrottens värdegrund är vår styrka

- Alla lever och leder enligt svensk idrotts värdegrund.

Idrott i förening

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

Idrotten gör Sverige starkare

- Idrottsrörelsen är en ännu starkare samhällsaktör.

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

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



Utvecklingsresor för att nå målen

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

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

01

En ny syn på träning och tävling

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

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

Sakkuning barn- och ungdomsidrott

I varje RF-SISU distrikt finns en sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott. Inom ramen för sakkunnig inom barn och ungdom har vi framför allt arbetat med tre inriktningar:

- Utveckling av barn- och ungdomsidrott
- Ärenden som kommit in till förbundet, där en åtgärd krävs.
- Samsyn Västmanland

Utveckling av barn- och ungdomsidrotten i länet är något som vi jobbar kontinuerligt med. Detta arbete sker framför allt genom dialog samt genomgång av de riktlinjer som finns inom idrotten och hur föreningen kan utveckla sin verksamhet med fokus på att behålla barn och ungdomar inom sin verksamhet. För många barn- och ungdomsföreningar har fokuset under året legat på att starta upp verksamheten efter coronapandemin och arbeta med återrekrytering, rekrytera och behålla.

Under året har ett antal ärenden inkommit till förbundet där vi behövt träffa föreningen för att hålla en diskussion gällande "Idrotten Vill" och riktlinjer för barn- och ungdomsidrott. I majoriteten av ärendena har vi tillsammans kommit fram till en bra lösning, som ofta leder till någon typ av utvecklingsarbete i föreningen för att stärka organisationen. Målsättningen är alltid att ärendena ska lösas så snabbt som möjligt med fokus på barnets bästa. Ibland krävs flertalet möten under en längre period för att komma framåt i processen. Utgångspunkten i dessa samtal är alltid att barnet är i fokus samt att hitta en lösning som är bäst för barnet.

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

Under våren 2022 har vi genomfört en Samsynskonferens med cirka 15 deltagare. Under hösten har vi bestämt i styrgruppen att vi under våren 2023 ska ta ett omtag kring denna satsning.



Projektstöd barn och ungdom – medel till föreningar

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

Strategi 2025 identifierar två övergripande utmaningar inom barn- och ungdomsidrotten, dessa kan sammanfattas i ”vi når inte alla” och ”vi tappar för många”. För att möta dessa

utmaningar finns det två områden att söka kring:

- Trygga och hållbara utvecklingsmiljöer
- Inkludering av underrepresenterade grupper inom idrottsreölsen

Syftet är att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin barn- och ungdomsidrott i enlighet med Strategi 2025. Målsättningen är en idrottsrörelse för fler där det blir vanligare att stanna länge, oavsett förutsättningar och ambition med sitt idrottande. Målgruppen är barn och ungdomar mellan 7 - 25 år samt ledare och tränare för barn och ungdomsidrott.

Fördelade medel 2020

1. Ungdomar - behålla

Projektstödet ska användas till att få förening-



Fördelade medel under 2022

1. Trygg idrott i er förening

Utveckla föreningsmiljön så att den är trygg för barn och ungdomar.

Vad kan föreningar söka medel för:

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

Utdelade medel 2022: 476 300 kronor.

2. Idrottsövergripande utbildningar

Idrottsövergripande utbildningar som stärker kompetensen hos deltagarna kring barn och ungdomars fysiska, psykiska eller sociala utveckling.

Vad kan föreningar söka medel för:

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

Utdelade medel 2022: 391 900 kronor.

3. Inkluderade föreningsmiljö

Göra föreningsmiljön mer inkluderande för underrepresenterade grupper av barn och ungdomar.

Vad kan föreningar söka medel för:

- Processer, exempelvis inkluderingstrappan och hela föreningen (Idrottens föreningslära).
- Aktiviteter och utbildningar för rekrytering av nya målgrupper för föreningar.

Utdelade medel 2022: 40 000 kronor.

4. Idrottssvaga områden

I områden där föreningsdeltagandet är lågt och där det finns socioekonomiska utmaningar ("idrottssvaga områden").

Vad kan föreningar söka medel för:

- Lovaktiviteter
- Prova på material till kostnadsfria aktiviteter

Utdelade medel 2022: 122 000 kronor.

Trygga idrottsmiljöer

Trygga idrottsmiljöer har varit vårt fokusområde i projektstödet under 2022 och i Västmanland arbetar vi aktivt med att skapa idrottsmiljöer där alla känner sig trygga och välkomna. Det sker både genom uppsökande verksamhet och dialog med våra idrottsföreningar samt genom att vara ett bollplank för idrottsföreningar som hamnar i svåra situationer. Utgångspunkten i allt arbete är: barnet i centrum. Idrotten ska genomsyras av glädje och gemenskap där alla ska känna sig respekterade och inkluderade. Målsättningen är att så många idrottsföreningar som möjligt i Västmanland ska ta fram en handlingsplan inom området. Ett arbete som kommer fortsätta under 2023.

För att skapa en trygg idrottsmiljö arbetar vi med utgångspunkt i Idrotten Vill och våra strategiska målsättningar. Men även i linje med barnkonventionen, som blev lag den 1 januari 2020. Det innebär bland annat att alla ska kunna vara aktiva inom idrottsrörelsen utan att riskera att utsättas för någon form av kränkningar eller övergrepp.

Under 2022 har några idrottsföreningar arbetat med större processer/lärgrupper för att utveckla sitt arbete för en trygg och utvecklade miljö för samtliga barn och ungdomar inom föreningen. Detta arbete kommer fortsätta under 2023.

Föräldrautbildning

Vi har under året tagit fram två utbildningsfilmer för målgruppen föräldrar. En som är riktad mot idrottsföräldrar där fokuset ligger på hur man som förälder kan motivera och behålla barnen inom idrotten på ett tryggt och utvecklande sätt. Den andra filmen vänder sig till samtliga föräldrar och används framför allt till vår satsning mot skolan, filmen lyfter vikten av rörelse samt tips på hur man kan få till mer rörelse i vardagen.

Under året har föräldrautbildningar skett på föreningsnivå. Föräldrautbildning är en viktig del av föreningens verksamhet för att informera och för att skapa en bra dialog inom föreningen.

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 förskoleklass till årskurs 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.”

Under 2022 ingick 34 skolor i satsningen. RF-SISU Västmanlands arbete är fördelat i fyra parallella spår. Dessa är utbildning i rörelseförståelse, föreningssamverkan, nätverksträffar samt Idrottens dag.

Under 2022 utbildades 700 personer ur personalen från skolor i Västmanland i rörelseförståelse. 30 av skolorna i satsningen har under året haft föreningssamverkan där idrottsföreningar visat upp sin aktivitet och erbjudit prova-på-aktiviteter för skolornas elever. Under 2022 genomfördes tre nätverksträffar med representanter från skolorna som ingår i satsningen.



Idrottens dag

Idrottens dag anordnades under två dagar på Lögarängen i Västerås. Den första dagen var en dag riktad till skolelever i årskurs 5 och den andra dagen en öppen familjedag där alla var välkomna. Under båda dagarna fanns 16 idrottsföreningar på plats för att visa upp sin idrott och erbjuda besökarna att prova på. Under skoldagen besökte 500 elever Lögarängen och på familjedagen 400 personer.

I september genomförde vi en Idrottens dag i Norberg. Elever från årskurs fyra, fem och sex deltog och fick möjlighet att prova på ett antal olika aktiviteter som sex olika idrottsföreningar arrangerade. Det blev en bra dag

med mycket rörelseglädje. Dagen arrangerades i samverkan med Norbergs kommun.

I november genomfördes Idrottens dag för årskurs fem i Sala. Sammanlagt deltog nio föreningar från idrottsföreningar i Sala. Dagen genomfördes inomhus på Lärkan och skedde inom ramen för Rörelsesatsningen i skolan.



Återstartsstöd

Återstartsstödet har varit en möjlighet för idrottsföreningar under 2022 för att underlätta rekrytering, återrekrytering och behålla medlemmar efter coronapandemin.

Syfte och målgrupp

Syftet är att stimulera en uppstart av verksamhet efter coronapandemins effekter. Det innebär att stödet ska säkerställa att idrottsföreningar ges möjlighet att rekrytera, återrekrytera och behålla medlemmar.

Målet har varit att kraftsamla och accelerera utvecklingsarbetet för en inkluderande idrott, hållbara föreningar och ett starkt ledarskap i enlighet med Strategi 2025. Stödet har framför allt gått till idrottsföreningar med barn- och ungdomsverksamhet (7 - 25 år) och/eller verksamhet för personer med funktionsnedsättning.

Det första återstartsstödet (2021/2022) var riktat mot de idrottsföreningar som under pandemin tappat mer än 30% av sitt LOK-stöd, men även andra föreningar fick ta del av stödet som vi ansåg hade haft det tufft under pandemin. Det andra stödet var öppet för alla idrottsföreningar i länet.

Under året har två olika omgångar av återstartsstöd varit i gång:

- Återstartsstöd 2021/2022 – summa att fördela 1 170 000 kronor.
Fördelade medel: 1 170 000 kronor inom 57 ärenden.
- Återstartsstöd 2022/2023 – summa att fördela 1 290 000 kronor.
Fördelade medel: 427 200 kr inom 27 ärenden, varav 13 av dem fortsätter under 2023.



SILVA

RAMIRENT

ALEXANDER

02

Den moderna föreningen engagerar

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

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

IdrottOnline

IdrottOnline är ett gemensamt verksamhets-system för idrottsrörelsen och utgör basen för all kommunikation och administration mellan medlem, förening och förbund. Systemet är byggt utifrån att föreningen ska hitta allt på ett och samma ställe, vare sig det gäller hemsida, medlemsregister, ansökan till LOK-stöd, administration av utbildningar, tävlingar och mycket mer. RF-anslutna föreningar får tillgång till allt detta helt kostnadsfritt.

Våra idrottskonsulenter utbildar föreningsvis i IdrottOnline utifrån olika förenings behov.

Från och med 31 dec 2022 finns det inte någon hemsideslösning via IdrottOnline, allt annat kommer att fungera som vanligt.

Idrottens föreningslära

För att en förening ska bli framgångsrik krävs det att samtliga delar fungerar och att det finns kunskap om vad som krävs i ett föreningsarbete. RF-SISU Västmanland och RF-SISU Sörmland har gemensamt tagit fram en utbildningsserie med fyra olika teman. Under 2022 genomfördes digitala utbildningar inom samtliga teman där vi nådde 36 föreningar och 52 deltagare från våra föreningar i Västmanland

Tema: Valberedning

Att hitta rätt person för ett visst uppdrag, eller att engagera fler som ledare och funktionärer i verksamheten generellt är ett ständigt pågående arbete i de flesta föreningar. 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.



Tema Föreningens ekonomi, budget och uppföljning

Vi har genomfört två utbildningar inom detta tema under 2022. Utbildningen vänder sig till hela styrelsen, inte bara kassören. Det är en övergripande utbildning i föreningsekonomi och syftar till att öka kunskapen och förståelsen om ekonomin för hela styrelsen. Det är viktigt att förstå ekonomins betydelse för att kunna uppnå det man vill med en förening. Innehållet vi har pratat om är föreningens ekonomi och koppling till verksamhetsplanen, budget, analys- resultat- och budgetuppföljning, nyckeltal, Skatteverket-IF som arbetsgivare och IF:s inkomstdeklaration.

Idrott och skatter

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

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

LOK-stöd

LOK-stöd kan sökas av varje idrottsförening som är ansluten till något av de specialidrottsförbund som tillhör RF och som bedriver verksamhet för deltagare i åldern 7–25 år. LOK-stödet finns för att stödja föreningsdriven barn- och ungdomsidrott. Idrottsföreningarna i länet har möjlighet att söka LOK-stöd två gånger per år. Sista dag för ansökan för våren är senast 25 augusti och för hösten senast 25 februari. Vi hjälper föreningar kontinuerligt med att komma i gång med LOK-stöd samt hur man administrerar stödet. Under 2022 var det 273 föreningar som mottog LOK-stöd i Västmanland.





Årsmöte - ett viktigt möte

Årsmötet är föreningens viktigaste möte under året. Det gångna året summeras, det kommande året stakas ut och en rad personer väljs till att leda och representera föreningen under det kommande året.

Årsmötet eller årsstämman är det högsta beslutade forumet i föreningen. Alla medlemmar är välkomna och de med rösträtt (se stadgarna) ska utse en styrelse, en valberedning och revisorer.

Föreningens bästa och medlemmarnas intressen ska stå i centrum i de beslut som årsmötet fattar. Oavsett vilka

uppslag, uppgifter eller vilken mandatperiod som gäller i en förening är det på årsmötet som medlemmarna har möjlighet att göra sin röst hörd vid val och vid granskning av de förtroendevalda.

Årsmöten ska genomföras stadgeenligt korrekt och i en demokratisk ordning.

Det finns en hel del att tänka på inför, under och efter årsmötet.

Därför har vi i samarbete med Sörmland tagit fram ett lärgruppsmaterial som underlättar för styrelsen att få till det viktigaste mötet under året på bästa möjliga sätt.

Behovsanpassad stöd i styrelsearbetet

Vi stöttar kontinuerligt våra idrottsföreningar efter deras behov för stunden. Det kan till exempel vara uppdatering av stadgar eller tolkning av stadgar, hjälp med att komma i gång med bokföring, juridiska frågor med mera.

Styrelsehelg

Nytt för året är att vi har erbjudit styrelser att delta tillsammans med andra styrelser för erfarenhetsutbyte samt få utbildning i olika teman under ett dygn. I maj genomfördes den på Kungsörs Torp med 10 olika föreningar och 28 deltagare. Då fokuserade vi på följande områden: Trygg Idrott, Föreningslära, Digital utveckling, samt en föreläsning av Mia Thun kring engagemang. Det kom även en trollkarl och trollade bort oss lite. På kvällen erbjöds det egna aktiviteter i aktivitetshallen, eget arbete eller vila innan middagen.



I december var vi på Orresta Golfklubb, där deltog sju olika IF/Förbund och tjugofem deltagare.

Här fokuserade vi på följande områden:

Digital utveckling, föreningslära med olika ärenden som de fick ha gruppdiskussioner kring och "Trygg Idrott".

Folksam var med på länk och presenterade

sitt samarbete med RF och vilka försäkringar som ingår i avtalen. Även denna gång erbjöd vi aktiviteter innan middagen.

Idén med att ha detta dygn tillsammans är att deltagande föreningar skall få tid till egna reflektioner och grupparbeten samt få nya idéer och arbetssätt från de andra deltagarna.

Alla deltagare fick tillgång till materialet "Grundutbildning för föreningsledare" som är en webbaserad utbildning för alla föreningsledare. Där finns det tillgång till olika lärgruppsmaterial inom olika områden samt reflektionsfrågor som styrelserna kan arbeta med på hemmaplan.

Antidoping

All idrott bygger på rent spel och nolltolerans mot doping inom idrottsrörelsen är en självklarhet. Antidoping Sverige är ansvariga för antidopingarbetet inom idrottsrörelsen i Sverige. De flesta specialidrottsförbunden har egna antidopingprogram och alla RF-SISU distrikt arbetar förebyggande mot doping.

I Västmanland har vi stöttat och uppmanat idrottsföreningar att arbeta förebyggande mot doping genom utbildning. Exempelvis har vi genomfört en utbildning för ledare och aktiva i Arboga atletklubb. I samverkan med Västerås stads samordnare för ANDTS prevention genomförde vi utbildning för aktiva i Västerås Irsta Handboll.

RF-SISU distrikten har tidigare haft i uppdrag att fördela ett antal dopingkontroller i respektive distrikt, så kallade förebyggande kontroller. Dessa kontroller har fördelats i samråd med länets dopingkontrollanter. Antidoping Sverige är numera en helt fristående organisation vilket innebär att RF-SISU:s uppdrag har upphört. För att tacka dopingkontrollanterna från Västmanland för många år av gott samarbete träffade vi dem och åt en bit mat tillsammans.

Vi har fortsatt varit representant i Länsstyrelsen Västmanlands ANDT- nätverk.



Idrott hjärta kultur

Vi på RF-SISU Västmanland använder kultur som ett komplement och redskap i stödet till idrotten. Satsningen #idrotthjärtakultur har etablerat sig väl inom idrottsrörelsen idag.

Detta verksamhetsområde lämnar nyfikenhet och kreativitet till idrottsföreningen, öppnar hjärtan och möjligheter till att tänka utanför vana rammar och arenor. Idrottsföreningarna i Västmanland har under 2022 visat mycket aktivitet och ambition inom området för att stärka mod, lugn och självkänsla bland idrottsaktiva; Trollkarlsshower, forumteater, dans, konst, sång, jubileumsskrifter, skapande av filmer och affischer för marknadsföring samt digitala julkalendrar är några exempel på aktiviteter som genomförts inom ramen för #idrotthjärtakultur under året.

Vi på RF-SISU Västmanland strävar efter att kontinuerligt, tillsammans med idrotten, inspirera till lärande med hjälp av kultur. Utveckling är därför viktigt, insatser som att digitalisera kulturprogrammen för att öka tillgängligheten och berikning av skolgårdar i linje med rörelseförståelse är därav prioriterat. På nationell nivå har vi föreläst om det framgångsrika arbetet vi genomfört med kultur för samtliga RF-SISU distrikt i Sverige.

Se #idrotthjärtakultur för mer info & bilder.

Idrott  Kultur
= Hälsa

Valde att se möjligheterna – nu blomstrar Rytterne IS!

I Rytterne i utkanten av Västerås är idrottsplatsen en samlingsplats över generationsgränserna där knatteträningen i fotboll blandas med mölkkyträning för äldre. Men så har det inte alltid varit. Följ med på resan från en förening i kris till en landsbygdsförening för alla.

Den smala grusvägen leder oss fram till en idyll. Gröna fotbollsplaner med skogsvägar och beteshagar alldeles intill. Den stora parkeringen står redo inför kvällens fordonsträff, en återkommande aktivitet för att fånga in motorintresserade i föreningens gemenskap.

Doften från grillen fyller den vackra men blåsiga majkvällen. Kiosken är öppen och solen skiner fortfarande när Maria Carlsson och Matilda Wennström från Rytterne IS hälsar oss välkomna. Fler föreningsmedlemmar ansluter och vi slår oss ner inne i den röda klubbstugan där en del av historien kan skönjas via foton och pokaler.

Rytterne IS är en anrik förening som fyllde 90 år i januari. Fotbollen har länge varit kärnverksamhet och under 2011 - 2012 stoltserade den lilla landsbygdsföreningen med ett damlag i division1, framgångsrika flick- och pojklag och en brinnande framtidstro.

- Jag tror att det var där, mitt i all framgång, som vi tappade bort oss. Vi glömde bort att arbeta med återväxten och utveckling av föreningen, berättar Maria Carlsson som idag är ordförande i Rytterne IS.

För trots medgång och framtidstro väntade tuffare tider runt hörnet. Det framstående damlaget drog sig ur serien när spelare försvann för studier och arbete på annat håll. Återväxten på ungdomssidan var skral och efter säsongen 2016 lades pojklaget med spelare 01/02 ner samtidigt som spelare i tjejlagen försvann till andra föreningar. Barngrupperna var små och samtidigt kom ännu ett hårt slag mot Rytterne då beslut hade fattats om att skolan skulle läggas ner.

- Det kändes som att hela byn skulle försvinna. Först försvann skolan och nu var det kris i föreningen. Två viktiga kuggar för att bevara möjligheten till att bo och växa upp här, konstaterar Maria Carlsson.

Utmaningarna blev allt större och i april 2017 väntade krismöte för styrelsen och föreningens då 38 betalande medlemmar. Under mötet diskuteras nedläggning av Rytterne IS och försäljning av idrottsplatsen, men samtidigt väcktes frågor om medlemmarna verkligen hade gjort allt som stod i deras makt för att rädda föreningen. En projektgrupp bildades där utgångspunkten var att se möjligheter och anpassa föreningens verksamhet utifrån nya förutsättningar. Att ta ett år i taget och bygga någonting nytt.

Matilda Wennström fångades upp via en Rytterne-grupp och knöts till föreningen med fokus på folkhälsa. En löpargrupp och gruppträningar startades upp i föreningens regi och en boulebana byggdes på idrottsplatsen. Samtidigt växte intresset för Mölkky, ett kastspel med käglor för utomhusbruk som kan spelas av alla åldrar.

- Vi spelade mycket hemma på trädgården och startade ett lag 2018, berättar Eero Laulajainen som såg till att Mölkky blev en del av Rytterne IS verksamhet.

- Aktiviteten fyller en viktig funktion, inte minst socialt. Idag har vi spelare mellan 12-82 år och det är verkligen något som passar alla, fortsätter han.

Utanför fönstret är knatteträningen i fotboll på väg mot sitt slut. På planen bredvid samlas pojkar födda 2012-2013. En träning som leds av 20-åriga Liam Ledin, som själv är uppväxt i Rytterne.

- Jag började träna fotboll här som sexåring och föreningen betydde allt för mig när jag växte upp. Det bästa jag visste var att komma hit. Jag hoppas att de barn som jag tränar här idag känner lika starkt för den här platsen som jag gör, berättar han. Efter att ha varit hjälptränare tog Liam Ledin över huvudansvaret för träningsgrupp 2017 och han slås av hur snabbt deras utveckling går framåt.

- Det är verkligen jättekul! Det är föreningens framtid som tränar här och jag hoppas att de vill vara en del av Rytterne IS hela livet. Även om de försvinner bort några år på annat håll önskar jag att de kommer tillbaka hit till den här platsen, avslutar han och joggar sedan snabbt vidare över planen till sin egen träning med herrlaget.

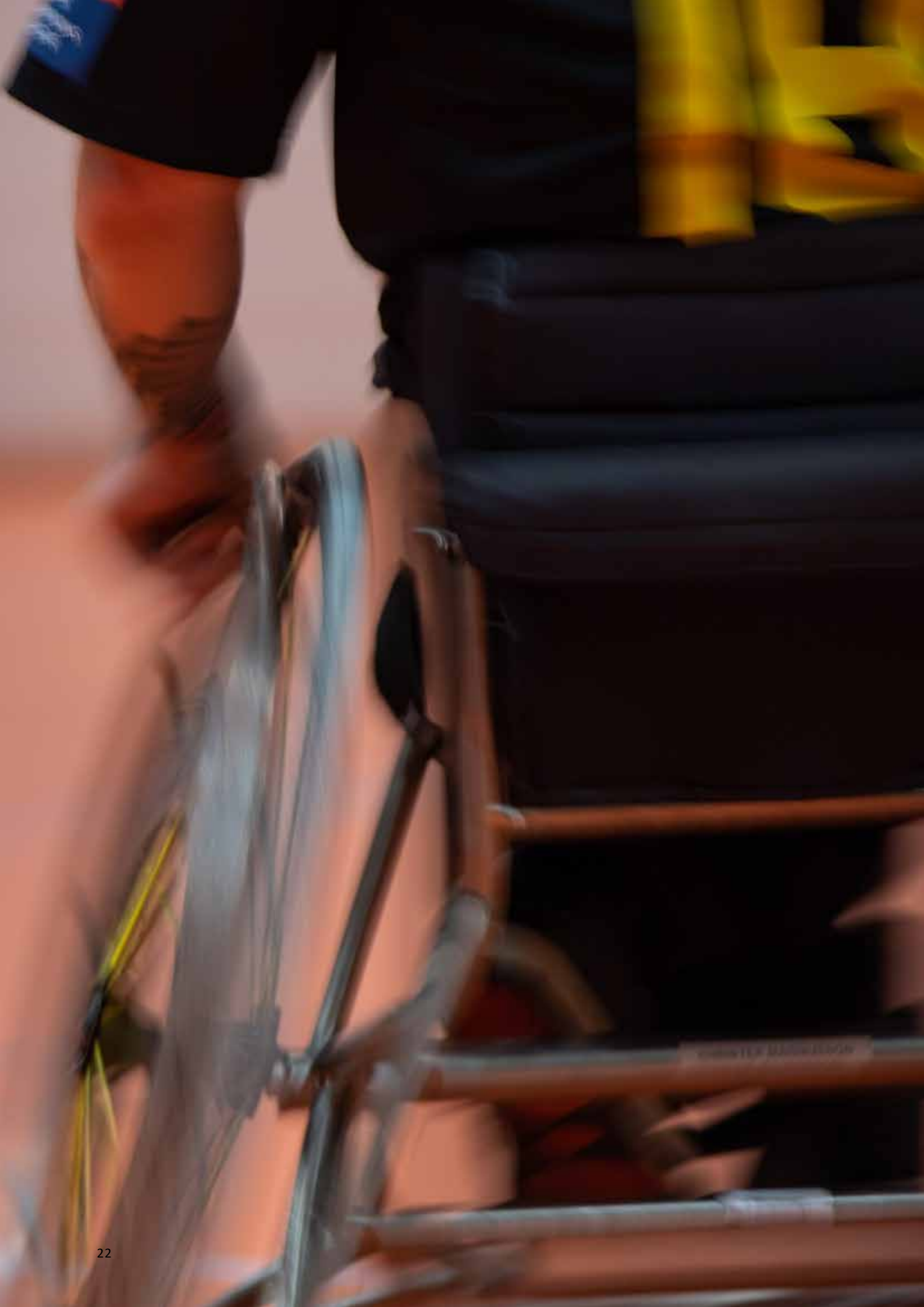
Fotboll, mölkky, löpargrupper, funktionell styrketräning, fordonsträffar, Rytterne Run, Bygdebollen och mycket mer. Idag har Rytterne IS över 200 medlemmar och de allra flesta av dem är aktiva i föreningen på något sätt. Gemenskapen är stark precis som stoltheten och vikten av att alla ska känna sig välkomna. Det där de kallar Rytterne-andan.

- Rytterne idrottsplats lever och det engagerar människor som bor här. När du känner samanhållningen tvekar du inte utan hjälper till. Det är enklare när du har hjärtat i föreningen, förklarar Matilda Wennström.

- Det har verkligen varit en resa och det är klart att vi är stolta över föreningens utveckling, men vi ska inte glömma bort att det har varit utmaningar längs vägen och att vi har jobbat väldigt hårt. Vi tog fram en femårsplan med vision och mål och det finns bara en sak där som vi ännu inte har uppnått. Strukturen har varit tydlig och vi har valt ett arbetssätt där alla har utvecklat sin grej i stället för att alla springer på samma boll. Arbetsgrupper har bildats utifrån intressen och det har varit viktigt för oss att alla ska

känna sig delaktiga. Det ska vara enkelt att engagera sig och alla ska känna sig välkomna att vara med, avslutar Maria Carlsson.





03

Inkluderande idrott för alla

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

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

Inkludering och mångfald

Idrottsrörelsen behöver inkludera fler och sänka trösklarna in i idrotten för att fler ska kunna engagera sig på lika villkor och ta del av idrottens glädje och gemenskap. Pandemin har inneburit stora utmaningar för många av länets idrottsföreningar. Restriktionerna under året har påverkat många föreningars ordinarie verksamhet och kapaciteten att inkludera nya målgrupper har begränsats. Behovet av meningsfulla fritidsaktiviteter har dock varit större än någonsin och därför har många föreningar arbetat aktivt med inkluderingsarbete och hittat nya sätt att inkludera fler. Målgruppen för inkluderingsarbetet har under 2022 fokuserats på personer med migrationsbakgrund och personer bosatta på idrottssvaga områden.

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

Under 2022 har 650 200 kronor betalats ut i stöd, vi har samverkat med 33 föreningar och resurser har fördelats till samtliga.

Idrottssvaga områden

RF-SISU Västmanland har arbetat med tio idrottssvaga områden. Ett idrottssvagt område 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 %”.

I länets idrottssvaga områden har arbetet fokuserats på att främja föreningsutveckling och öka andelen idrottsaktiva genom både direkta och långsiktiga insatser. Exempel på direkta insatser är ekonomiskt stöd till föreningar för att genomföra kostnadsfria aktiviteter, till exempel ”Summer 22”. Långsiktiga insatser och föreningsutveckling har genomförts i form av utbildningsinsatser och processarbeten.

Tidiga insatser för asylsökande (TIA)

Syftet med TIA är att bidra till att bryta passiviseringen, ge ökad hälsa, inkludera målgruppen i idrottsrörelsen och att identifiera asylsökande som vill ta ledaransvar. Vi har lyckats med detta under 2022. Genom att ständigt vara ute på fältet och möta asylsökande har vi kunnat identifiera de behov som finns. Genomförandet av aktiviteter har anpassats efter målgruppens intressen vilket har varit en framgångsfaktor då vi ser ett aktivt deltagande och återkommande besök. I inledningen av projektet hade vi ett tydligt mål; att inkludera asylsökande i idrotten. Idag är asylsökande inte bara medlemmar i idrottsföreningar, många är även ledare. Ledarna planerar, genomför och utvecklar idrottsrörelsen i Västmanland.

Svenska från dag ett (SVD1)

Vi har under året jobbat med att ta fram ett särskilt målgruppsanpassat ledarskapsmaterial på lätt svenska och med bildspråk inom ramen för svenska från dag ett. I Norberg och Skinnskatteberg har vi provat kursen och under fyra veckors tid träffade vi ett tiotal ledare. Vi gjorde lära känna övningar, analyserade deras bostadsområde, diskuterade olika idéer, skapade aktiviteter, pratade värdegrund, tog fram handlingsplaner och marknadsföringsstrategier. Utbildningen har stärkt ledarna, skapat en egenmakt och gett verktyg att ta en aktiv roll i sitt eget liv.

Att asylsökande och nyanlända har fått plane-

ra, genomföra och utveckla aktiviteter på egen hand har gett stora effekter. Vi har upplevt mer skratt än tidigare, självförtroende, nyfikenhet inför uppdrag och stolthet.

Responsen från ledarna var att de tyckte om att kursen utgick från vad de redan kan, exempelvis erfarenheter från hemlandet och i planeringen byggde aktiviteter utifrån deras kompetenser och intressen. Vidare berättar flera ledare att de mår bättre av att driva aktiviteter på egen hand, att det känns som att

de bidrar och känner sig behövda. Andra berättar att de tror mer på sig själva, har blivit mer öppna att träffa nya människor och att de inte behöver sitta hemma och vänta på beslut. Istället kan de fortsätta leva, göra aktiviteter, vara ledare och engagera sig.

Summer 22

Vi har möjliggjort och stöttat föreningar i att arrangera kostnadsfria lovaktiviteter under sommaren. Syftet har varit

att nå nya barn och unga mellan 7- 6 år med ett särskilt fokus på barn och unga med utländsk bakgrund och/eller ungdomar som bor på ett idrottssvagt område.

Summer 22 arrangerades av 42 föreningar under perioden juni-augusti. För att ge föreningar och ledare så goda förutsättningar som möjligt att genomföra aktiviteterna på ett bra sätt arrangerades en utbildning i inkluderande ledarskap och rörelseförståelse där uppskattningsvis 120 ledare utbildades.



Parasport

Under 2022 har vi haft samverkan med 23 föreningar kopplat till folkbildningsverksamhet. Det är idrottsföreningar som är medlemmar i Svenska Parsportförbundet, men även andra idrottsföreningar som startat eller som har någon form av parasportverksamhet. Vi har även samverkat med Västmanlands Parasportförbund under 2022.

Alla idrottskonsulenter hos RF/SISU Västmanland bär med sig frågan om idrott för alla och inkludering av personer med funktionsnedsättning inom idrotten. De idrottskonsulenter som har ett idrottsansvar, har alla i uppgift att ge råd och stöd till föreningar som vill starta eller som har parasport. I Västmanland har vi en idrottskonsulent som har idrottsansvar för de föreningar som är medlemmar i Svenska Parsportförbundet. Vi har även ett gott samarbete med Parasport Västmanland, både styrelse och konsulenter. Vi har under 2022 bland annat arbetat med inkluderingstrappan i Parasportföreningen IF Pluss i Köping.

Under vecka 37 anordnade RF/SISU Västmanland, tillsammans med RF/SISU Stockholm, Uppland och Sörmland, Parasport Västmanland, Stockholm, Uppland och Sörmland, en digital Parasportvecka. Veckan innehöll många spännande digitala utbildningar och föreläsningar och RF/SISU Västmanland bidrog med en föreläsning på temat Självkänsla, Självförtroende och Mervärdet av idrotten. Föreläsare under kvällen var Marlene Falck, Ebba Årsjö och Henrik Eriksson. Det blev en mycket lyckad kväll med många engagerade deltagare, både på plats på Idrottens hus men även digitalt. Under veckan erbjöds digitala föreläsningar och utbildningar inom bland annat senaste nytt från forskningen, vart är parasporten på väg samt möten och erfarenheter med parasporten. Under Parasportveckan besökte RF/SISU Västmanland fotbollsklubben Ekeby BK Stars parasportlag, där vi gjorde ett reportage om

laget och föreningen. De bjöd på mycket glädje, gemenskap och härliga målgester under vårt besök.

Vi har under 2022 startat samverkan med Köpings kommuns LSS verksamhet. Vi har tillsammans med idrottsföreningar i Köping genomfört sommarläger för personer med funktionsnedsättning i Köping. Fortuna Voltige, Köpings Ridklubb, FUB KAK, Kolsva IF Cheerleading, Svenska Handbollsförbundet Region Mitt, IF Pluss, KFF Fotboll och Köpings Simsällskap. Alla idrottsföreningar erbjöds även en utbildning inför deras sommarläger. Samverkande organisationer runt projektet har varit Köpings kommun, RF/SISU Västmanland, Svenska Parasportförbundet, Västmanlands Parasportförbund samt Studieförbundet Vuxenskolan.

Samverkan i Köping

I år samverkade vi med Köpings kommun, Västmanlands Parasportförbund och Parasport Sverige i en särskild satsning för personer boende på LSS i Köpings kommun. Sju stycken idrottsföreningar i Köping erbjöd målgruppen aktiviteter inom ramen för Summer 22.



Ett lysande sportlov

RF-SISU Västmanland genomförde projektet "Ett lysande sportlov" under sportlovet 2022 för att upplysa om vikten med trygga idrottsmiljöer och användbara idrottsytor på ett nytt och innovativt sätt. Genom satsningen erbjöd vi även ett meningsfullt lov även för de som inte hade möjlighet att resa bort.

Ett lysande sportlov genomfördes på basketplanen bakom Pettersbergsskolan. Vi samverkade med Konstnären Tony Lorenzi som ansvarade för en estetisk inramning med batteridrivet ljus på och omkring basketplanen. Projektet genomfördes i samverkan med Pettersbergs fritidsgård och trygghetssamordnare på Pettersberg och Aros Basket. Cirka 70 personer i blandade åldrar deltog på aktiviteterna. På plats hade vi även vår rörelsebanan och en trollkarl.

Syftet med projektet var att belysa vikten av idrottsanläggningar och trygga idrottsmiljöer i människors närområde, skapa förutsättningar för attraktiva miljöer för barn och unga på ett av Västerås idrottssvaga områden samt att åter se idrottsytan på området som en trygg plats för alla.

Vi vet att det finns ett samband mellan social trygghet, gemenskap, psykisk hälsa och människors vilja att röra på sig. Anläggningar och ytor för spontanidrott spelar en stor roll både för folkhälsan och i arbetet att skapa trygga och attraktiva boendemiljöer. Genom att lysa upp områden som känns otrygga både ur ett samhälls- och idrottsperspektiv riktar vi strålkastarna mot de positiva effekter som föreningsidrotten och funktionella idrottsytor har att erbjuda.



Idrott en bra start i livet

I år tog vi fram en utbildning riktad mot personer som står längst ifrån idrotten. Utbildningen syftar till att ge en introduktion till föreningslivet och riktar sig mot aktiva såväl som föräldrar till aktiva. Utbildningen handlar om hur idrotten i Sverige fungerar och hur föräldrar och barn enkelt kan komma in i idrottens gemenskap.

Mamma United

Vi har hållit i utbildningen ”Idrott – En bra start i livet”, på lätt svenska, för Mamma United. Mamma United är en ideell förening som verkar på Bäckby i Västerås och som hjälper mammor att bli integrerade i samhället. Detta genom utbildning och motivationshöjande samtal för att öka kunskapsnivån och självkänsla för att ha möjligheten att påverka sitt och sina barns livssituation.

Rädda Barnen – ”På Lika Villkor”

Vi har i samverkan med Rädda Barnens projekt ”På Lika Villkor” utbildat 13 unga tjejer i åldrarna 13–17 år i ledarskap på Bäckby i Västerås. På Lika Villkor är ett projekt som syftar till att minska diskriminering av barn i social och ekonomiskt utsatta områden samt att stärka deras inflytande över frågor som berör dem.

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 de finns en Fritidsbank samt marknadsfört Fritidsbanken genom våra kanaler. I dagsläget finns det sex fritidsbanker i länet: Arboga, Fagersta, Köping, Sala, Surahammar och Västerås. Kungsörs fritidsbank stängde under året. Vi har haft dialog med Norberg som vill starta upp en Fritidsbank.

Skyhögafavoriter

Skyhögafavoriter är ett välgörenhetsinitiativ som stödjer barn och unga i Västmanland i åldern 7 - 15 år som vill idrotta men som utan ekonomiskt stöd kanske inte har möjlighet att göra det fullt ut. Idrottsstödet, som är på 750 kronor, kan användas till att delbetala medlemsavgift, cup- och tävlingsavgift eller till inköp av idrottsutrustning.

Ansökan görs av vårdnadshavare via www.skyhogafavoriter.se. Initiativtagare till stödet är Mälarlift AB och det administreras av RF-SISU Västmanland.

Under pandemin tvingades många barn och ungdomar sluta idrotta av ekonomiska skäl vilket ledde till att antalet ansökningar ökade.

Vi ser ett fortsatt stort behov av ekonomiskt stöd för att barn och unga ska kunna återvända till idrotten efter pandemin.

Under 2022 har antalet ansökningar och utdelade stöd nästan tredubblats jämfört 2021.

Under året har totalt 772 idrottsstöd delats ut på vardera 750 kronor.



Idrott för äldre - 65 +

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

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

målgruppen. Under 2022 delade vi ut 200 000 kronor i projektstöd till 21 olika idrottsföreningar.

Genom pilotprojektet "Tennis på studs" lär sig alla som vill, 65 år och äldre och som inte spelat tennis tidigare, att på ett enkelt och lustfyllt sätt ta sig an en ny träningsform. TK Aros genomförde under hösten flera prova på tillfällen och fick bra respons. Passen blev fullbokade och flera av deltagarna återkom och ser framemot en fortsättning även till våren.





SWEROB

Se sidorna 66
7 och 8 i den här
Förstaupplagan

1

Vi stödjer VTK och aktivitetshjälp



Söderb
& Part

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2022 | 29

Basreklam
Sök & beställ
Förstaupplagan
Basreklam.se

EA
EA ELAUTOMATION
Automation - Verktyg - Utrustning

Den lilla föreningen med det stora hjärtat

”Vi försöker verkligen vara en förening för alla...på riktigt”. Följ med till Åkra FC, en förening präglad av allas lika värde och samma möjlighet att spela fotboll.

”Den lilla föreningen med det stora hjärtat”, så beskriver ordförande av Rezgar Abdulahi föreningen Åkra FC från Sala. En ideell förening som verkar för att barn och unga ska ha en meningsfull fritid präglad av allas lika värde. Hjärtat av föreningen utgörs av cirka 95 ungdomarna i åldrarna 7-20 år. Runt ungdomarna finns många ideella krafter med målet att skapa bästa möjliga förutsättningar för ungdomarna att utvecklas som både som idrottare och människor. All verksamhet i föreningen ska genomsyras av positivt tänkande och språkbruk, samt ett gott uppförande mot spelare, motståndare, domare, ledare och publik.

- Vi jobbar dagligen med våra ungdomar och ledare utifrån allas lika värde oavsett förutsättningar. För oss är det viktigt att inte bara prata om vad som rätt och fel, vi som vuxna och ledare måste agera därefter och visa vägen, berättar Rezgar Abdulahi.

Här ska alla vara välkomna

Att arbeta med inkludering är en självklar och naturlig del för Åkra FC, som har en god samverkan med RF-SISU Västmanland. Föreningen har bland annat arrangerat kostnadsfria sommaraktiviteter de senaste fyra åren.

- Vi försöker verkligen vara en förening för alla...på riktigt, oavsett förutsättningar. Vi vet att alla föräldrar och vårdnadshavare inte har körkort, god ekonomi, kan språket, har tillgång till bil och så vidare. Det finns många hinder som idrottsföreningar ofta kan glömma bort. I vår förening vill vi vara annorlunda, här ska alla vara välkomna. Det märks också på de som engagerar sig och blir ledare hos oss. I många andra föreningar är det föräldrar till barn i laget som är ledare och tränare, så är det inte här. Våra ledare ställer upp för att de verkligen brinner för att utveckla människor och skapa förutsättningar för alla att vara med.

Det bästa är att utvecklas

För drygt tre år sedan startade föreningen sitt första flicklag med syftet att ge alla samma möjligheter att kunna spela fotboll. Det märktes snabbt att intresset för fotboll var stort bland stadens tjejer. Flickverksamheten, som leds av två unga ledare, Zana Mohammady och Mahnaz Rezai, har utvecklat föreningen på flera olika sätt. Idag är flicklagen en stor del av Åkra FC. Våra tjejer representerar vad vi står för och är viktiga ambassadörer för klubbens värderingar.

- Fotbollen är till för alla och vi vill skapa en miljö där alla känner sig välkomna och sedda, berättar Zana Mohammady och fortätter:

- Vi vet att föreningen inspirerar andra då vi inte bara når ut till de som redan spelar fotboll utan även till barn och ungdomar som aldrig tidigare har idrottat eller varit engagerade inom föreningslivet. Vi märker att intresset är stort och vi hoppas nå ut till ännu fler som vill börja idrotta och bli en del av vår gemenskap.

Rezgar Abdulahi nickar instämmande.

- Vi jobbar aktivt med att försöka uppmärksamma, visa uppskattning och vara ett stöd till våra flickor. För många är våra ledare som deras storebror eller storasyster. De känner ett förtroende för oss som vi förvaltar omsorgsfullt. Våra ledare har även lyckats nå ut till föräldrarna, vilket har underlättat enormt, både för våra ledare och flickorna som tränar hos oss, konstaterar Rezgar Abdulahi.

Yeiby är 14 år och en av spelarna i Åkra FC. Yeiby berättar att hon spelat fotboll förut, men valde att sluta tills Åkra FC startade upp sin verksamhet. Då blev hon motiverad att spela igen.

- Det bästa är att man utvecklas, skaffar nya vänner, bygger upp en lagkänsla och har kul, berättar Yeiby.

- Det roligast är att spela match och visa vad vi går för, som till exempel att göra mål, dribbla, göra mål i krysset och att samarbeta. Min dröm är att bli fotbollsproffs och det kommer jag att bli, konstaterar Yeiby.

Stärker inkluderingen i samhället

Rezgar Abdulahi är stolt över sin förening och dess verksamhet. Som ett ytterligare steg i inkluderingsarbetet har föreningen arrangerat en fotbollsskola för personer med funktionsnedsättning. En lyckad

och uppskattad satsning och något som föreningen kommer att anordnas varje år framöver.

- Vi är en ung förening som verkligen vill bidra till att stärka barnens inkludering i samhället. Speciellt stärka flickornas roll. Vi vill låta våra ungdomar uppleva allt det som är självklart för många andra barn som idrottar i andra föreningar. Att åka på cup, sova borta, vara med på träningsläger, fiska, grilla, paddla kanot, åka skidor och mycket mer. Och att spela fotboll såklart, avslutar Rezgar Abdulahi.



Anläggningar och idrottsmiljöer

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

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. Det finns även ett renoveringsbehov av redan befintliga anläggningar.

Kontaktpersonträff

Som tack för ett fantastiskt idrottsår bjöd vi på RF-SISU Västmanland in drygt 120 av våra kontaktpersoner från idrottsföreningarna i Västmanland till en inspirerande kväll med mingel, trollkarlsshow, föreläsning och middag på Hotel Plaza i Västerås.

Detta år stod ledarskap, värdegrund och inspiration med vår föreläsare Anneli Östberg i fokus. Ämnen som behandlades var ”Hur kan vi tillsammans skapa en miljö i vår förening

Idrottsanläggningarnas betydelse för idrottslig verksamhet och folkhälsan var en viktig fråga som lyftes i det idrottspolitiska arbetet inför valet. Vid olika träffar diskuterades frågan med tjänstepersoner och politiker från länets kommuner samt Region Västmanland.

I augusti genomförde vi kommunikationskampanjen ”lats för idrott” där vi ytterligare en gång belyste frågan.

Under året har vi fördelat 2 870 000 kr i anläggningsstöd till tolv olika projekt. Av totalsumman var 270 000 kr avsatta specifikt till parasport, dessa medel beviljades till RBU Västerås för att köpa in ny utrustning. Även andra projekt under året har skapat ökad tillgänglighet och bättre förutsättningar för parasport.

där vi trivs och utvecklas? Hur kan föreningen bygga en stark och levande värdegrund som gynnar både individernas utveckling och hela klubben? Våra värderingar syns och hörs i våra beteenden som vi har som ledare. Vilken kultur finns hos er?”

Det blev en uppskattad kväll med intressanta samtal, nätverksbyggande, lärande och värme. Allt för att det skulle kännas som en välförtjänt julklapp till alla de, som tillsammans med oss, kämpar för att genom idrotten göra Västmanland starkare.



Kontaktpersonträff, Hotel Plaza



Annelie Östberg



04

Jämställdhet för en framgångsrik idrott

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

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

Jämställdhet

RF-SISU Västmanland har under året stöttat idrottsföreningar i arbetet med att utveckla sin verksamhet till att bli mer jämställd, exempelvis har Västerås Fight club och BK Rapid genomgått en utbildning om normer och samtycke. Utbildningen genomfördes i samverkan med Västerås stad och Länsstyrelsen Västmanland. Normer är också ett ämne som tas upp i grundutbildning för tränare som vi genomfört fyra gånger under året.

Jämställdhet finns med som en del i vårt arbete med att skapa en trygg idrott, där vi kontinuerligt utbildar länets idrottsföreningar. Ämnet tas även upp i flera av de processarbeten som vi genomför tillsammans med idrottsföreningarna.

I mars genomförde vi en kommunikationskampanj där vi spred information om hur idrottsföreningar kan jobba för en mer jämställd idrott. Vi publicerade även ett reportage om Västerås Innebandysällskap ungdom och deras arbete med jämställdhetsutbildningen ”Fifty – Fifty”. I oktober uppmärksammade vi Åkra IF:s arbete med att rekrytera fler tjejer till verksamheten.

I samband med vår kontaktpersonsträff föreläste Annelie Östberg om värdegrundsfrågor i föreningslivet. Under föreläsningen berördes ämnet machokultur.

Under året har vi internutbildat personalen med hjälp av föreningen Fryshuset.

Distriktsidrottschef Kristin Pleick har under året deltagit i Länsstyrelsens Jämställdhetsråd som bland annat är med och utser vinnarna av Västmanlands Jämställdhetspris. Årets vinnare Rädda barnen – tjejforum på Bäckby har vi tidigare hjälpt med utbildning av deras deltagare.

Vi har även varit med och bidragit i arbetet med framtagandet av Länsstyrelsen Västmanlands nya Jämställdhetsstrategi.

Under hösten har vi påbörjat arbetet med att ta fram en film på temat jämställdhet. Filmen kommer släppas under våren 2023.

Fifty/Fifty gav oss tid att reflektera

Inom idrottsrörelsen vill vi att alla ska kunna leva ut sina idrottsdrömmar. Därför är det viktigt att vi tillsammans fortsätter att jobba för ökad jämställdhet. Ett verktyg att använda är utbildningen Fifty/Fifty. ”För oss blev utbildningen ett sätt att ta oss tid att reflektera och se över vår verksamhet”, berättar Annika Enberg ordförande i Västerås Innebandy.

Västerås Innebandy är en förening med cirka 600 medlemmar varav 450 är aktiva spelare. I föreningen finns 18 lag samt en innebandyskola för de yngsta. År 2020 startade Västerås Innebandy ett arbete i samverkan med RF-SISU Västmanland kopplat till föreningsutveckling. En ny värdegrund arbetades fram, liksom en ny verksamhetsidé och värdeord för föreningen. Ett dokument som fått namnet ”Let’s be proud” togs fram, där ordet proud är sammansatt av första bokstaven i varje värdeord.

Små förändringar gör stor skillnad

Stärkta av sitt arbete fortsatte samtalen om att visa att föreningen är till för alla. Annika Enberg, som är ordförande, föreslog att styrelsen skulle genomgå Fifty/Fifty som är en digital utbildning bestående av sex lektioner riktade till förenings- och förbundsstyrelser. Syftet med utbildningen är att få mer kunskap om varför det är viktigt att jobba med jämställdhet och vilka vinster det ger både föreningen och individerna. Ofta handlar det om små försändningar som gör stor skillnad. Utbildningen lanserades av Värmlands Innebandyförbund, RF-SISU Värmland och Svenska Innebandyförbundet, men kan nu användas kostnadsfritt av idrottsrörelsen i hela landet. Västerås Innebandy startade utbildningen hösten 2021.

- Vi bestämde att hålla ett högt tempo med kort tid mellan våra utbildningstillfällen och

är väldigt nöjda att vi tog det beslutet. Dels höll vi diskussionerna varma, samtidigt som det efter utbildningen fanns tid kvar på året för oss i styrelsen att arbeta med de åtgärder vi kom fram till, berättar Annika Enberg. Upplevelsen av Fifty/Fifty var att den innehöll lagom långa pass, ett tydligt upplägg och att de ämnen som togs upp var bra och relevanta.

- För oss som förening var nog den viktigaste punkten att vi faktiskt tog oss tid att reflektera och se över vår verksamhet. Dels för att på så sätt bekräfta det vi redan gör bra, dels för att identifiera enkla förändringar som kan förbättra verksamheten ytterligare, konstaterar Annika Enberg.

Vill se fler tjejer och kvinnor som ledare

Västerås Innebandy arbetade aktivt med jämställdhet redan före utbildningen, exempelvis gällande fördelning av resurser och tider för träningar och matcher. Trots det fanns enkla konkreta saker att ta tag i.

- Efter utbildningen har vi ändrat på hemsidan så att ålder styr i vilken ordning lagen presenteras i stället för kön. Vi har också ökat medvetenheten om behovet att få in fler tjejer och kvinnor på ledarpositioner i föreningen. Det är något vi arbetar aktivt med och har en långsiktig plan för, avslutar Annika Enberg.





05

Ett stärkt ledarskap

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

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

Föreläsningar

Vi har under 2022 arrangerat tre föreläsningar för ledare och tränare. I kvartal ett hade vi Johan Ölund som pratade om ett sunt ledarskap, detta skedde i samband med samsynskonferensen.

Under kvartal två hade vi föreläsning med Patrick Rapp om träningslära. Ett 30-tal ledare från olika idrotter deltog på föreläsningen.

Den sista kvartalsträffen genomfördes i samband med kontaktpersonträffen i december då Anneli Östberg pratade om ledarskap, värdegrund och engagemang.



Föreläsning/workshop för unga ledare

I början av juni genomförde vi en digital träff för unga ledare i Västmanland. Anneli Östberg höll i träffen där ett 70-tal unga ledare deltog. Anneli pratade om ledarskap, delaktighet, engagemang och vikten av att se alla barn och unga.

Vi från RF-SISU Västmanland pratade om folkbildning och visade upp våra material och förklarade hur man arbetar med exempelvis våra affischer på bästa sätt i en lärgrupp.

Material Samla ledarteamet

Materialet är uppbyggt i tre delar. Del ett och två innehåller; utvärdering/analys, förbättringsarbete, mål, planering och avstämning. Del tre består av ett arbetshäfte med arbetsmaterial, övningar och verktyg för respektive område. Materialet fungerar bra för både lagidrotter och individuella idrotter och syftet är att materialet ska hjälpa ledarna och tränarna att strukturera sin verksamhet för att skapa förutsättningar för ett hållbart ledarskap.

Under 2022 har ett tiotal föreningar folkbildat sina ledare genom att arbeta med uppskattningsvis 65 lärgrupper och använda hela eller delar av samla ledarteamet.

Dessutom så ingår ”Samla ledarteamet” som ett av tre material i en ledarförsörjningssatsning som SISU riks leder så samla ledarteamet används från 2022 ute i hela landet.

Grundutbildning för tränare

Grundutbildning för tränare är en utbildning som ingår i RF-SISU:s basuppdrag. Utbildningen är idrottsövergripande och ger en bra grund i ledarskapet oavsett vilken idrott du leder och oavsett ålder på de aktiva.

Utbildningen bygger på aktuell forskning där stor vikt läggs på ledarskapet och att leda i en idé- och värderingsstyrd organisation som idrotten är. Det handlar om att skapa motivation hos sina aktiva, skapa trygga, inkluderande och utvecklande idrottsmiljöer, genom att möta individen där hen är med ett holistiskt och normmedvetet perspektiv som grund.

Utbildningen består av följande delar:

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

Under den valbara delen får deltagarna välja bland åtta kategorier, ett ämne de vill fördjupa sig inom, exempelvis ”Möta idrottare med funktionsnedsättning”, ”Stärk det egna ledarskap” eller ”Skapa delaktighet”. Under 2022 genomfördes fyra utbildningar och totalt utbildades cirka 50 tränare från 13 olika föreningar i länet.

LedarCamp 22

Under helgen 20 - 22 maj var drygt 60 unga ledare från Västmanland, Södermanland, Örebro och Östergötland på plats på Kungsörstorp i Kungsör för Folksam Ledarcamp 2022. Temat var "Jämställdhet för en framgångsrik idrott".

Denna satsning har som syfte att stärka unga idrottsledare i sin roll och deltagarna representerade alla olika idrotter, ledaruppdrag och arenor. Schemat var späckat med föreläsningar, teambuilding, erfarenhetsutbyte, nätverkande, inspiration och folkbildning. Likt tidigare år var stunder fyllda med nya vänskaper, aha-upplevelser, reflektion och säkerligen en och annan kärlekshistoria.



Föreläsare under helgen var Kicki Grunditz från Värdsskapet AB, Madeleine Hasselwander från Folksam (som finansierar satsningen), Maria Rooth, Josefine Arenius från We are mountain och Anneli Östberg.

Förutom föreläsningar fick deltagarna även utföra olika uppdrag, delta i workshops, musikquiz, drillas i teamkänsla, skapande och lekar, allt för att inspirera och stärka de unga ledarna. För en sak är säker – så länge som idrotten lever kommer ungt ledarskap att vara en av de absolut viktigaste pusselbitarna. Alla de som alltid kommer att finnas därute från olika idrotter, ledaruppdrag och arenor med olika erfarenheter, idéer och förväntningar. De som behövs för att bygga världens bästa.





Idrottsrörelsen gör Västmanland starkare

Idrottsrörelsen har historiskt spelat, och spelar fortfarande, en viktig roll i det svenska demokratiska samhällsbygget. Idrotten är en stark samhällsaktör som berör i princip alla politikområden och samhällssektorer.

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

Folkhälsa

Idrottsrörelsen är viktig för folkhälsan. Det blev extra tydligt under coronapandemin och har understrukits av Folkhälsomyndigheten vid återkommande tillfällen. Det är med oro vi ser på hur de restriktioner som coronapandemin innebar på idrottsrörelsens verksamhet. Idrottsrörelsen och RF-SISU Västmanland har därför arbetat intensivt med återstartstöd för att snabbt få i gång idrottsverksamhet i föreningarna efter pandemin. Syftet med återstartstödet är att locka tillbaks idrottsutövare till träning och tävling igen.

Ur ett folkhälsoperspektiv är idrottsrörelsen är också viktig för sammanhållningen, demokratin och som mötesplats för integration genom sin gemenskap över köns-, ålders- och etniska och kulturella gränser. Det är glädjen och gemenskapen i gruppen eller laget, utmaningen och nerven i tävlingen och känslan av att flytta sina gränser som gör att idrottsrörelsen engagerar så många. Glädje, gemenskap och stolthet växer även med framgångar för våra elitidrottare. Ur kraften i vår kärnverksamhet idrott kommer en stor mängd samhällsnytta. Entydig forskning visar att regelbunden motion har omfattande positiva hälsoeffekter, från minskad dödlighet i hjärt- och kärlsjukdomar till bättre självkänsla. Idrott i föreningen ger en meningsfull fritid och ungdomar som tränar och tävlar i idrottsrörelsen begår färre brott och dricker mindre alkohol än jämnåriga som inte är engagerade i idrottsföreningar.

En effekt av pandemin är att idrottsrörelsens och föreningslivets egenvärde har synliggjorts. Bara föreningsidrotten i sig betyder mycket för samhället, utan att behöva nå specifika mål eller samhällsutmaningar som ligger i utkanten av idrottens roll.

Samverkan för idrottens bästa

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

Tillsammans med kommunerna genomför vi årliga samtal som vi kallar ”En timme med idrotten” 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. Syftet med överenskommelsen är att förbättra idrottsrörelsens förutsättningar men även förbättra folkhälsan och möjlighet till idrott för alla.

Flertalet kommuner arbetar med framtagande av kommunala idrottsprogram och folkhälsoprogram. RF-SISU Västmanland bevakar och är ett bollplank i arbetet.

Vi har fortsatt med digitala nätverksträffar och dialogmöten med Västmanlands kommuner under 2022. Dialogen har handlat om el- och drivmedelspriserna påverkan på idrotten i länet.

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

Samverkan med Region Västmanland

Vår samverkan med Region Västmanland har stärkts ytterligare under året. Idrottsfrågorna har i och med den regionala idrottsplanen blivit en naturlig del av regionens arbete med folkhälsa. Vi har under hösten deltagit i den kraftsamling regionen gjort inom ramen för den Regionala utvecklingsstrategin (RUS) ”Kraftsamling – för ett livskraftigt Västmanland” #ökad upplevd hälsa. Vi har medverkat i paneldebatter för att belysa idrotten som en kraft i folkhälsoarbetet samt presenterat RF-SISUs uppdrag och idrottsrörelsen i Västmanland. Kraftsamlingen går in i en operativ fas under 2023 och RF-SISU kommer vara delaktig i arbetet.

Region Västmanland driver ett utvecklingsarbete för att minska stigmatiseringen av psykisk ohälsa. Vi har under året fört en dialog om möjligheterna till samverkan. Dialogen har inneburit både enskilda möten med Regionen samt att vi har deltagit på en workshop tillsammans med andra aktörer från länet. År 2023 går arbetet in i en genomförande fas som vi ser framemot att vara delaktig i. Vi har under året även haft dialog med regionens samordnare för föräldraskapsstöd, något som bland annat möjliggjort att de filmer riktade till föräldrar som vi tagit fram kunde nå ut bredare.

Regional idrottsplan

RF-SISU Västmanland har fått i uppdrag att i samverkan med Region Västmanland skriva en regional idrottsplan.

Den 26 april 2022 antog Regionfullmäktige i Västmanland den Regionala idrottsplanen. Efter det har det tagits fram en slutversion som tryckts upp för att spridas till länets aktörer. RF-SISU Västmanland för en fortsatt dialog med Region Västmanland om framtagandet av handlingsplanen för den Regionala Idrottsplanen. Den Regionala Idrottsplanen tar sikte på år 2030 men kan komma att revideras innan dess.

Arbetet med den Regionala Idrottsplanen har stärkt vår samverkan med Region Västmanland. Vi har nu ett gemensamt styrdokument för utvecklingen av idrotten i länet som är övergripande och långsiktig och syftar till att ge stöd och vägledning för Region Västmanlands arbete med idrottsverksamhet. Planen ska även vara en stöttepelare för kommunernas arbete med idrott samt skapa samverkan mellan de olika kommunerna i länet gällande idrott.

Idrottsrörelsen i Västmanland har under framtagandet av den Regionala idrottsplanen blivit en naturlig del i regionens arbete med idrott och folkhälsa.

Samverkan med Länsstyrelsen

Vi har under året haft en bred samverkan med Länsstyrelsen inom de olika ämnesområdena jämställdhet, ANDT, integration och inkludering. Under Covid-19 har vi också varit delaktiga i Länsstyrelsens beredskapsarbete. Vi har under året haft medel från Länsstyrelsen för att arbeta med Tidiga insatser för asylsökande.

SM-veckan

Tillsammans med Västerås stad och Visit Västerås har vi arbetat vidare med SM-veckan 2024. Vi har under 2022 bildat en lokal styrgrupp bestående av nyckelpersoner från Västerås stad, Visit Västerås och RF-SISU Västmanland. I slutet av året genomförde Riksidrottsförbundet en kick-off för den nationella styrgruppen. Kick-offen genomfördes i Västerås den 23 november.

Under 2022 genomförde vi två studiebesök. Det första besöket gjorde i Piteå under deras vinter SM-vecka. Där deltog RF-SISU Västmanlands distriktsidrottschef Kristin Pleick, Västerås stads idrottschef Magnus Jansson, Visit Västerås utvecklingschef Sofie Lidholm samt Visit Västerås evenemangschef Alf Westerdahl.

I juni arrangerade vi en gemensam studieresa till Linköping för att delta på deras sommar SM-vecka. Ett 30-tal nyckelpersoner från RF-SISU Västmanland, Västerås stad och Region Västmanland deltog vid studiebesöket. Syftet med resan var att skapa förståelse för arrangemanget, få se tävlingsområdena samt erfarenhetsutbyten med Linköpings kommun och projektgrupp.

SM-veckan kommer att bidra med motivation till ideella idrottsentusiaster och eldsjälar, samtidigt som vi rustar länets idrottsföreningar för att på egen hand kunna arrangera större tävlingar och evenemang framöver.

SM-veckan genomförs varje år på olika orter i Sverige, vinter respektive sommar, och är öppen för RF:s medlemmar, 71 specialidrotts-förbund, vilka representerar upp emot 210 olika idrotter.



Elitvänligt lärosäte – Mälardalens Universitet

RF-SISU Västmanland har, tillsammans med RF-SISU Sörmland, Västerås Idrottsallians och Västerås stad, haft dialogmöten med Mälardalens Universitet angående frågan om Elitvänligt lärosäte. Arbetet och dialogen med universitetet har skett med universitetets ordförande Pär Eriksson samt den nya rektorn för universitetet Martin Hellström. Dialogen kommer att fortsätta under 2023 med en förhoppning om att Universitetet ska söka om att på nytt bli ett EVL.

Idéburet offentligt partnerskap

Under 2022 påbörjade RF-SISU Västmanland arbeten med utformning av ett Idéburet offentligt partnerskap (IOP) tillsammans med Hyresgästförening, ABF och Västerås stad.

Ett idéburet offentligt partnerskap är en överenskommelse om samverkan mellan offentlig och idéburen sektor i syfte att uppnå ett visst allmännyttigt samhälligt mål.

Under året medverkade vi tillsammans med flera andra aktörer från civilsamhälle i ett nätverk som anordnades av Västerås stad, i nätverket diskuterade hur vi kunde tillsammans verka för ett starkt civilsamhälle på olika stadsdelar i Västerås. Tanken om ett IOP växte ur dessa diskussioner och det övergripande målet med IOP:n blev ett starkt civilsamhälle och föreningslivet på socioekonomisk utsatta stadsdelar i Västerås.

Under 2023 kommer vi att fortsätta utformning av IOP:n tillsammans med Hyresgästförening, ABF och Västerås Stad.

Kommunbesök och föreningsträffar

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

På träffarna har aktuell information om RF-SISU Västmanlands arbete och stöd till idrottsföreningarna presenterats. Vid flera av träffarna har även något specifikt tema genomsyrat träffen, exempelvis så var temat på en av träffarna i Västerås trygg idrott och en av träffarna i Köping hade temat Värdegrundsarbete.

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



Idrottsrörelsens utmaningar och valet 2022

RF-SISU Västmanland har som uppdrag att skapa och bibehålla goda förutsättningar för länets idrottsföreningar. Det gör vi bland annat genom att företräda och samordna den regionala och lokala idrottsrörelsen gentemot länets tio kommuner, Region Västmanland och andra offentliga aktörer samt intresseorganisationer.

Under året genomförde vi ett omfattande opinions- och påverkansarbete för att, inför valen till kommun, region och riksdag, visa på idrottsrörelsens utmaningar. I nära samverkan med Riksidrottsförbundet bidrog vi till en idrottspolitisk offensiv, fokuserat på tre prioriterade områden: plats för idrott, återstart efter coronapandemin och idrottsrörelsens mervärde för folkhälsan.

Vi bjöd in till och genomförde dialogmöten, dels med länets Riksdagsbänk, dels med lokalpolitiker från länets kommuner och Region Västmanland.

Mats Vennberg, RF-SISU Västmanland, och Denny Hedenström, Sparbanken Västra mälardalen, vid föreningsträffen i Köping. Träffens tema var föreningarnas värdegrundsarbete och föreningar från Arboga, Köping och Kungsör deltog.

SDF-bidrag

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



Utbetalning av SDF bidrag under 2022								
SDF	Grund bidrag	Antal föreningar		LOK-stöd ledarstödstillfällen		Cirkeltimmar		Totalt SDF bidrag
Totalt belopp	44 000	20%	176 000	50%	440 000	25%	220 000	880 000
Belopp/antal	5%	per förening	339,77	per sammankomst	3,79	per studiotimme	4,05	max 20 % 176 000
Amerikansk fotboll	1048	1	339,77	252	954,34	336	1 362	3 882
Badminton	1048	6	2 039	617	2 337	3	12	5 696
Bandy	1048	6	2 039	2 548	9 649	2 669	10 818	24 685
Basket	1048	6	2 039	2 709	10 259	421	1 706	15 775
Bilsport	1048	12	4 077	121	458	1 191	4 827	10 910
Bordtennis	1048	9	3 058	738	2 795	150	608	7 869
Boul	1048	2	680	0	0	0	0	1 810
Bowling	1048	25	8 494	167	632	0	0	10 663
Boxning	1048	6	2 039	1 933	7 320	587	2 379	13 400
Brottning	1048	9	3 058	1 265	4 791	1 430	5 796	15 398
Budo & Kamps.	1048	17	5 776	2 008	7 604	241	977	16 145
Bågskytte	1048	4	1 359	35	133	0	0	2 661
Curling	1048	1	340	0	0	0	0	1 454
Cykel	1048	12	4 077	508	1 924	504	2 043	9 528
Danssport	1048	6	2 039	574	2 174	1 295	5 249	11 014
Dart	1048	5	1 699	0	0	0	0	2 878
Dragkamp	1048	3	1 019	0	0	0	0	2 166
Flygsport	1048	13	4 417	82	311	441	1 787	7 926
Fotboll	1048	80	27 181	37 587	142 344	9 880	40 044	176 000
Frildrott	1048	15	5 097	4 465	16 909	1 630	6 606	31 085
Frisbee	1048	2	680	69	261	0	0	2 084
Golf	1048	14	4 757	2 122	8 036	4 550	18 441	33 833
Gymnastik	1048	20	6 795	5 183	19 628	2 975	12 058	41 429
Handboll	1048	9	3 058	2 780	10 528	2 350	9 525	25 319
Innebandy	1048	40	13 591	9 449	35 784	784	3 178	56 175
Ishockey	1048	13	4 417	6 679	25 294	2 138	8 665	41 318
Kanot	1048	3	1 019	147	557	24	97	2 852
Karate	1048	7	2 378	892	3 378	0	0	7 131
Konstakning	1048	2	680	1 856	7 029	329	1 333	10 574
Orientering	1048	17	5 776	1 353	5 124	1 990	8 066	20 975
Parasport	1048	19	6 456	766	2 901	461	1 868	12 862
Ridsport	1048	24	8 154	16 800	63 623	14 004	56 759	135 810
Segling	1048	8	2 718	340	1 288	1 838	7 450	13 104
Simidrott	1048	8	2 718	4 548	17 224	663	2 687	24 814
Skidor	1048	30	10 193	843	3 192	707	2 866	18 130
Skidskytte	1048	4	1 359	27	102	23	93	2 727
Skridskor	1048	4	1 359	0	0	28	113	2 641
Skyttesport	1048	26	8 834	648	2 454	3	12	12 941
Squash	1048	3	1 019	552	2 090	0	0	4 357
Tennis	1048	9	3 058	4 738	17 943	231	936	24 089
Triathlon	1048	11	3 737	8	30	50	203	5 259
Vattenskidor	1048	5	1 699	528	2 000	341	1 382	6 423
Volleyboll	1048	3	1 019	500	1 894	13	53	4 206
TOTALT	44 000	518	176 000	116 185	440 000	54 280	220 000	880 000

Kommunikation

Gemensamma kampanjer

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

RF-SISU Västmanland i media

Under året har ett stort antal artiklar och inslag publicerats om vår verksamhet i både radio, tidningar och TV. Mycket har varit kopplat till återstarten av idrotten efter coronapandemin, men vi har även pratat om trygg idrott, inkludering, idrottens föreutsättningar, rörelseförståelse, folkhälsa och Idrottens dag.

Sociala medier

Vi har under 2022 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.

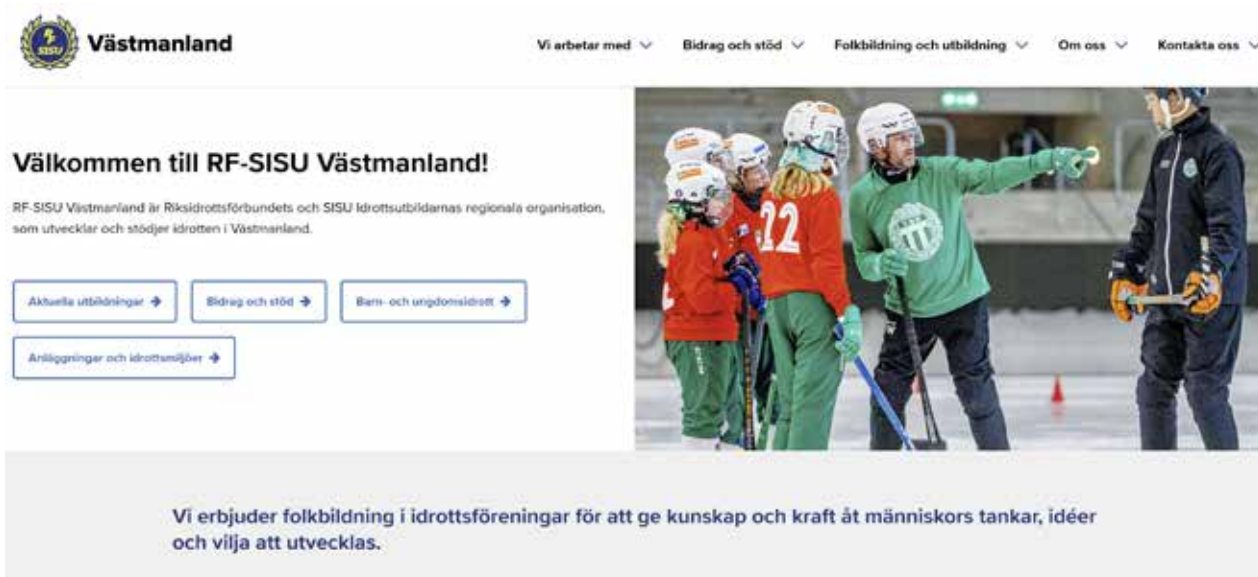
Våra olika plattformar används för att lyfta goda exempel, skapa opinion och för att sprida kunskap om vår verksamhet.

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.

Ny webbplats för RF-SISU Västmanland

Under hösten påbörjades arbetet med en ny webbplats, vilken lanserades i december 2022. Den nya hemsidan finns på en ny webbplats, vilket bland annat innebär ett delvis nytt utseende. Innehållet på webbplatsen är i till stor del detsamma men vissa förändringar har gjorts för att ytterligare öka användarvänligheten.



Välkommen till RF-SISU Västmanland!

RF-SISU Västmanland är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala organisation, som utvecklar och stödjer idrotten i Västmanland.

[Aktuella utbildningar](#) [Bidrag och stöd](#) [Barn- och ungdomsidrott](#) [Anläggningar och idrottsmiljöer](#)

Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.

I december 2022 lanserades en ny webbplats för RF-SISU Västmanland.

Utmärkelser och uppvaktning

IK Westmannia

Den 29 maj firade IK Westmannia i Köping 100 år. RF-SISU Västmanlands ordförande Jan Andersson deltog i firandet och uppvaktade 100 åringen. Diplom och förtjänstplakett i guld delades ut.

Guldmedaljer delades ut till:

Jussi Kallanvaara och Bo Lindqvist för deras 50 åriga engagemang i IK Westmannia och idrotten i länet. NR
Förtjänstmedalj silver
Roger Bertilsson
Christina Hallström
Björn Cederborg
Sören Björk
Kurt Tillman
Ingvar Andersson
Hans olof Ludvigsson
Susanne Åhman
Allan Lundgren
Anders Dahlstedt Nilsson

Förtjänststecken guld

Roger Ellvin

Förtjänststecken silver

Anders Loman
Rune Pelvén
Thomas Walther

Arboga Atletklubb

Arboga Atletklubb har under året firat 90 årsjubileum. I med deras firande uppvaktade vår Distriktsdrottschef Kristin Pleick dem och delade ut diplom och förtjänststecken och medaljer. Vi delade ut till följande ledare:

Guldmedalj

Mats Vennberg
Förtjänstnål guld
Patrik Magnusson

Förtjänstnål guld

Anders Eriksson

Vandraringen

Vandraringen i Västerås fyllde 100 år. Marie Höljer deltog i firandet och delade ut diplom och guldplakett till 100 åringen.

Skinnskattebergs SK

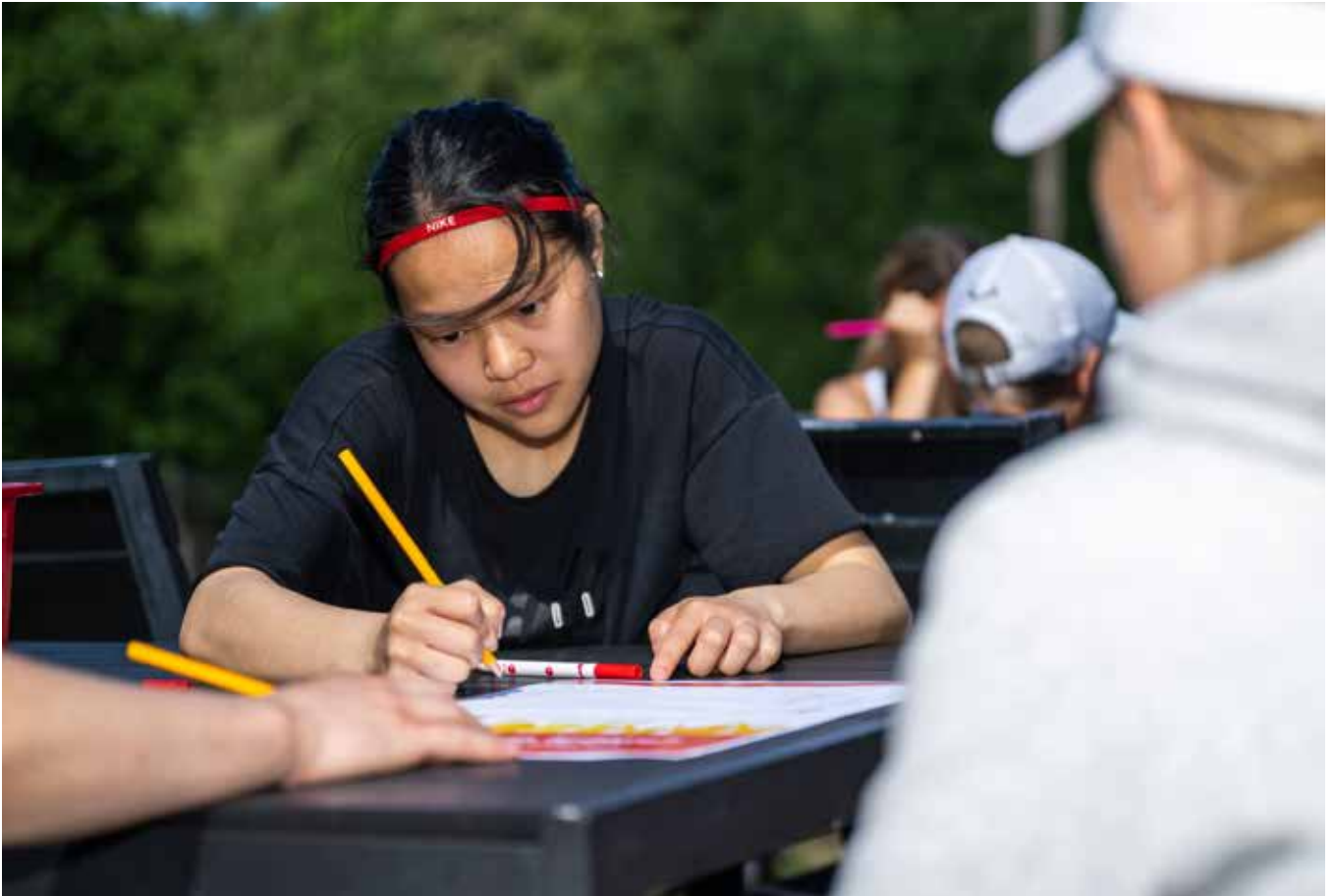
Skinnskattebergs SK firade 100 år under 2022. Anna Meissner som är föreningens Idrottskonsulent deltog i uppvaktningen och delade ut diplom och guldplakett.



Vandraringen firade 100 år.



Skinnskattebergs SK firade 100 år.



Folkbildning

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

Här kan du läsa mer om vårt arbete med folkbildning under 2022.

Idrott och folkbildning

Idrottsrörelsen är så mycket mer än det fysiska idrottsliga utövandet. Genom de goda samtalen kan idrotten förena och utveckla personer. En förening som hela tiden har ett pågående samtal om frågor som till exempel ledarskap, demokratins spelregler, hur man är en bra kompis, trygghet, jämlikhet och allas rätt att vara med, ökar möjligheterna för att medlemmarna mår bättre, utvecklas mer och vill stanna kvar längre.

RF-SISU Västmanland arbetar med folkbildning i alla länets kommuner och bidrar till föreningarnas utveckling.

Till RF-SISU Västmanlands uppdrag hör att:

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

Vårt arbete utgår från folkbildningens mål om att ge alla möjlighet att tillsammans med andra öka sin kunskap och bildning för personlig utveckling och delaktighet i samhället. Genom att medlemmar möts och samtalar

om hur de vill ha det i sin förening stärks medlemsdemokratin, inflytandet och delaktigheten. Människor ges möjlighet att göra en kunskaps- och bildningsresa. Kärnan i verksamheten är alltid samtalet och mötet mellan människor. Att lära av andra och av varandra skapar engagemang.

Statens mål och syfte med folkbildningen

Statens stöd till folkbildningen utgörs av stor tilltro till studieförbundens förmåga att självständigt formulera sin verksamhet. Folkbildningen står fri från staten genom att staten formulerar det folkbildningspolitiska målet och syftet med stödet till folkbildningen, men det är respektive studieförbunds ansvar att formulera sin egen idéprofil och mål för sin verksamhet.

Staten har fyra syften med sitt stöd till folkbildningen:

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

Verksamhet 2022

Under 2022 genomförde RF-SISU Västmanland folkbildningsverksamhet i 285 föreningar. Antalet unika deltagare var 15 757. Folkbildningsresultatet för 2022 blev 53 903 timmar att jämföra med utfallet 2021 som var 51 426 timmar. Antalet arrangemang summerades till 4 639, 2021 var siffran 3 890. Deltagare och publik slutade på 57 111 jämfört med 40 065 deltagare och publik under 2021.

Lärgrupp

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

Året resulterade i 48 912 lärgruppstimmar. De 3 615 lärgrupperna har samlat 26 919 deltagare.

Kurs

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

Årets resultat blev 3 808 utbildningstimmar. De 302 kurserna har samlat 3 734 deltagare.



ord: Hjälpsam
Tydli



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 genomförde 236 kulturarrangemang där 1 488 personer deltog. Det totala antalet deltagare inklusive publik var 17 097.

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 411 föreläsningar med 3 666 deltagare och totalt 8 580 publik

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 75 processarbeten och 536 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 368 registrerade föreningsbesök.





Så blev kulturen en del av kulturen hos Köpings Ridklubb

”Folkbildningen har alltid varit viktig för oss. Vi ser att den ger så många mervärden”. Häng med till Köpings Ridklubb där kulturen har blivit en del av kulturen.

Det är den tid på året då löven färgas gula och röda. Några sitter fortfarande kvar på träden, samtidigt som andra täcker marken fram till ridhuset. I entrén möts vi av glada medlemmar i föräldraföreningen. Det känns direkt att deras engagemang är både starkt och viktigt för Köpings Ridklubb. Josefine Ivarsson, som är verksamhetschef, möter upp och tillsammans slår vi oss ner i ridhusets cafeteria. På väggarna syns tavlor skapade av de aktiva blandat med olika lärande material.

- Folkbildningen har alltid varit viktig för oss och vi ser verkligen att den ger så många mervärden. Möten och samtal skapar gemenskap, tillhörighet och tillit mellan våra medlemmar. Ett sätt som vi arbetar med är att använda lärgruppen som form när vi lär ut hästkunskap och ridlära.

Familjedag med kulturinslag

Förutom lärgruppen som metod har föreningen även anammat kulturarrangemanget för att utveckla sin verksamhet.

- I somras genomförde vi en familjedag där

vi helt enkelt ville att fler skulle upptäcka vår idrott och vår förening. Vi bestämde oss också för att fokusera på kultur för att visa vilka vi är och vad föreningen står för. Vi blandade ponnyridning och stallhäng med trollerishow, skapande aktiviteter som tårtbakartävling, bumperball, loppis och uppvisningar. Vi utmanade verkligen oss själva genom att testa nya sätt att öppna upp dörrarna och sänka trösklarna till vår förening.

- När vi tittar på hela vår verksamhet ser vi att vi använder och har använt kulturarrangemang på flera sätt. Under förra året påbörjade vi ett arbete med att ta fram en värdegrund som också mynnade ut i en slogan - från stallhäng till medaljregn. Även tävlingsryttare har skapat tifo, hejarramsor och collage i kulturens anda. Så kultur finns med på alla plan, precis som vi vill förmedla att det finns plats för allt och alla från stall till medalj.

Månadens häst

Från stallet hörs ljudet av hammerslag blandat med frustande hästar. Hovslagaren är på plats för att rusta hästarna med nya skor så här i



början av hösten. Vi tar en sväng bland boxarna och stannar till vid hästen Daisy. Josefine berättar att ett stående kulturarrangemangslag är att medlemmarna utser månadens häst för att sedan beskriva den och sätta upp en affisch med text och bild i entrén, som en utställning. Ett initiativ som ger lärande, hästkunskap och som når många på ett lätt och tillgängligt sätt.

När vi frågar Josefin om tips att dela med sig av till andra föreningar som är nyfikna på att arbeta mer med kulturarrangemang kommer svaret både snabbt och naturligt.

- Vi människor har olika sätt att lära oss på, där kan kulturen verkligen vara ett viktigt spår. Att våga bryta det traditionella och se de mervärden man får på köpet genom att vara

nyfiken, modig och säga ja till att arbeta med folkbildning på flera olika sätt. Så våga testa! Det bidrar till helheten och utvecklingen av föreningen på alla plan.

Mer om Köpings Ridklubb

En föreningsdriven ridklubb med ridskola som bildades 1953.

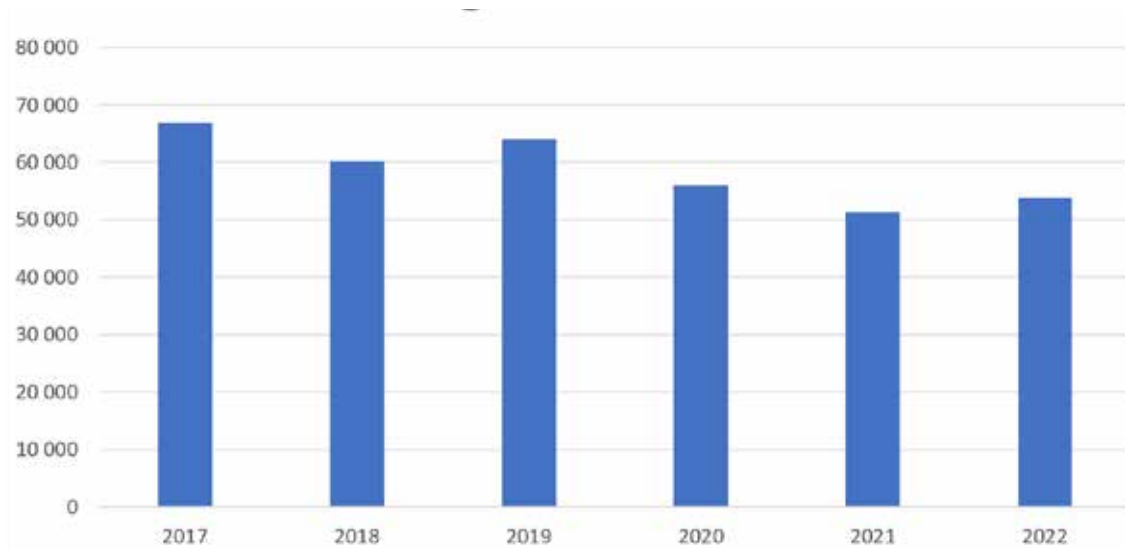
344 medlemmar

220 ridande per vecka

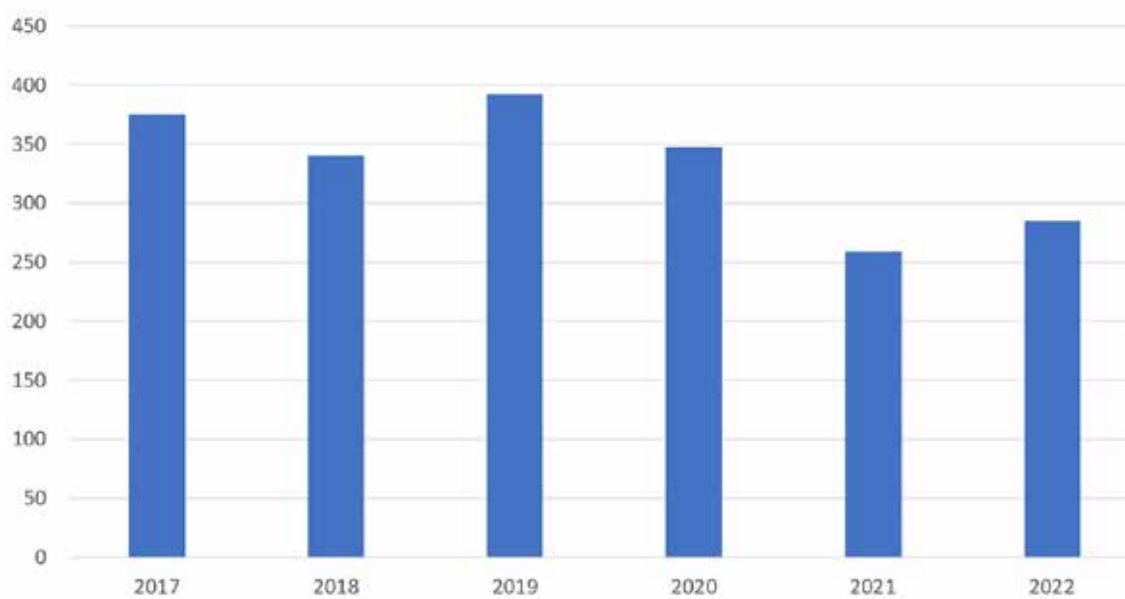
16 ridskolehästar

- Möjligheten att lära sig är oändlig. Vi har byggt en trygghet i vårt lärande där vi vågar testa nya saker och det är något vi kommer att fortsätta med även framöver.

Utbildningstimmar 2017-2022



Föreningar med verksamhet 2017-2022



Utbildningstimmar per kommun

Kommun 2022	Utbildningstimmar	Föreläsning	Kultur
Arboga	2 990	9	14
Fagersta	1 909	25	102
Hallstahammar	6 241	18	21
Kungsör	1 143	6	2
Köping	4 694	19	27
Norberg	1 239	6	22
Sala	2 162	21	14
Skinnskatteberg	347	3	2
Surahammar	3 007	7	7
Västerås	30 171	297	25
	53 903	411	236





Idrotter med över 100 utbildningstimmar

Idrotter 100 timmar	2022	Idrott	2021
Ridsport	11 963	Ridsport	12 267
Fotboll	7 999	Fotboll	8 410
Golf	3 991	Golf	4 004
Gymnastik	3 048	Gymnastik	2 977
Friidrott	2 425	Bandy	2 556
Handboll	2 313	Brottning	1 806
Ishockey	1 992	Handboll	1 744
Orientering	1 945	Segling	1 675
Segling	1 609	Orientering	1 654
Innebandy	1 548	Friidrott	1 592
Brottning	1 518	Ishockey	1 460
Danssport	1 486	Innebandy	1 119
Simidrott	1 267	Danssport	1 061
Bandy	1 247	Simidrott	1 013
Skidor	970	Skidor	717
Motorcykel och Snöskoter	824	Korpen	598
Basket	749	Motorcykel och Snöskoter	598
Cheerleading	694	Flygsport	548
Flygsport	649	Boxning	545
Parasport	514	Bilsport	540
Boxning	373	Cykel	438
Korpen	367	Parasport	420
Konståkning	334	Budo och Kampsport	372
Amerikansk fotboll	279	Cheerleading	330
Cykel	275	Amerikansk Fotboll	306
Bordtennis	259	Konståkning	279
Budo & Kampsport	182	Kanot	241
Vattenskidor och Wakeboard	164	Sportdykning	241
Kanot	149	Vattenskidor och Wakeboard	177
Islandshäst	146	Fäktning	166
Bilsport	145	Bordtennis	145
Tennis	118		



Årsredovisning 2022

Årsredovisning 2022

RF-SISU Västmanland

RF-SISU Västmanland

878000-6683

Förvaltningsberättelse

Allmänt om verksamheten

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

Förbundet har verksamhet i Region Västmanlands 10 kommuner

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

Allmänt om verksamheten

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

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

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

Främjande av förbundets ändamål

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

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

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

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

Väsentliga händelser under räkenskapsåret och efter dess slut

Återstarten av idrotten efter pandemin har varit en prioriterad fråga under året och präglat vår verksamhet.

Vi har i det arbetet fördelat statliga medel i återstartsstöd till de värst drabbade idrotterna och föreningarna.

Vi har kunnat genomföra föreningebesök, utbildningar, kurser och föreläsningar i fysiska miljöer igen.

Vår folkbildningsverksamhet är även i år stark och trots pandemin har vi behållit nivån på våra studietimmar.

Inflationen och elkrisen har påverkat idrotten hårt under året och kommer att påverka delar av idrotten framöver.

Medlemmar

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

Eget kapital	Eget kapital	Årets resultat	Totalt
Ingående balans	4 012 335	990 209	5 002 544
Resultatdisposition enligt stämmobeslut: - Balanseras i ny räkning	990 209	-990 209	
Årets resultat		376 379	376 379
Utgående balans	5 002 544	376 379	5 378 923

Flerårsöversikt

	2022	2021	2020
Offentliggöringsbidrag	17 200 201	18 141 158	16 032 652
Nettoomsättning	1 033 654	813 463	825 955
Årets resultat	376 379	990 209	711 730
Eget kapital	5 378 923	5 002 544	4 012 335
Soliditet %	37	41	45

RF-SISU Västmanland

878000-6683

RESULTATRÄKNING

	NOT	2022	2021
	1		
Intäkter			
Offentligrättsliga bidrag	2	17 200 201	18 141 158
Nettoomsättning	3	1 033 654	813 463
Övriga rörelseintäkter		1 144	2 191
Summa intäkter		18 235 000	18 956 813
Kostnader			
Lämnade bidrag	4	-2 499 278	-3 043 277
Verksamhetskostnader		-1 931 949	-1 674 405
Övriga externa kostnader		-2 890 744	-2 381 161
Personalkostnader	5	-10 416 717	-10 654 108
Avskrivning av materiella och immateriella anläggningstillgångar		-119 617	-212 845
Summa kostnader		-17 858 306	-17 965 797
Verksamhetens resultat		376 694	991 016
Resultat från finansiella investeringar			
Ränteintäkter och liknande poster		72	0
Räntekostnader och liknande poster		-387	-807
		-315	-807
Resultat efter finansiella poster		376 379	990 209
Årets resultat		376 378,80	990 209

RF-SISU Västmanland

878000-6683

BALANSRÄKNING	NOT	2022	2021
	1		
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier	6	30 706	150 323
		<u>30 706</u>	<u>150 323</u>
Summa anläggningstillgångar		30 706	150 323
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		180 028	255 568
Övriga fordringar		27 028	642
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		136 657	27 929
		<u>343 714</u>	<u>284 139</u>
<i>Kortfristiga placeringar</i>			
Övriga kortfristiga placeringar		478 254	478 254
		<u>478 254</u>	<u>478 254</u>
<i>Kassa och bank</i>		13 493 740	11 429 005
		<u>13 493 740</u>	<u>11 429 005</u>
Summa omsättningstillgångar		14 315 707	12 191 397
SUMMA TILLGÅNGAR		14 346 413	12 341 720

RF-SISU Västmanland

878000-6683

BALANSRÄKNING	NOT	2022	2021
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
<i>Eget kapital</i>			
Balanserat kapital		5 002 544	4 012 335
Årets resultat		376 379	990 209
		<u>5 378 923</u>	<u>5 002 544</u>
<i>Kortfristiga skulder</i>			
Leverantörsskulder		1 024 405	622 593
Skatteskulder		103 322	0
Övriga kortfristiga skulder		288 176	959 003
Mottagna ej nyttjade bidrag	7	5 964 120	3 902 690
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		1 587 468	1 854 891
		<u>8 967 490</u>	<u>7 339 176</u>
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		14 346 413	12 341 720

RF-SISU Västmanland

878000-6683

TILLÄGGSUPPLYSNINGAR (Noter)

Not 1 Redovisnings-och värderingsprinciper

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

Avskrivningar

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

Kontorsinventarier 5 år

Nyckeltalsdefinitioner

Soliditet

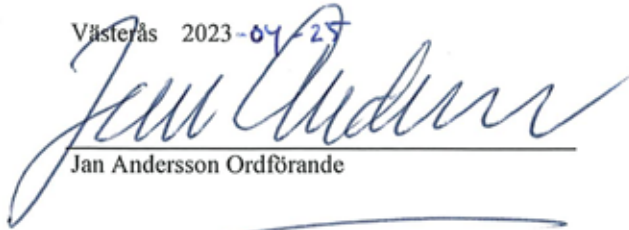
Eget kapital i förhållande till balansomslutningen.

Not 2 Offentligrättsliga bidrag	2022	2021
Anslag från Riksidrottsförbundet	7 440 000	9 412 533
Anslag från SISU Idrottsutbildarna	4 983 000	4 853 000
Kommunala bidrag	749 631	683 362
Statliga bidrag		0
Regionala bidrag	3 729 000	3 679 675
Länsstyrelsen projektbidrag	0	1 000 000
Summa	16 901 631	19 628 570
Återförda mottagna ej nyttjade bidrag	3 902 690	1 915 278
avgår mottagna ej nyttjade bidrag	-3 604 120	-3 902 690
Summa offentligrättsliga bidrag	17 200 201	17 641 158

Not 3 Nettoomsättning	2022	2021
Nettoomsättningen fördelar sig enligt följande:		
Verksamhetens intäkter	346 326	77 600
Övriga sidointäkter	687 328	735 863
Summa nettoomsättning	1 033 654	813 463

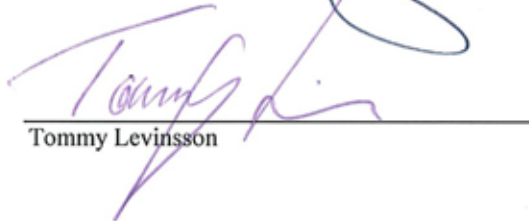
Not 4	Lämnade bidrag	2022	2021
	Ordinarie SDF bidrag	1 379 998	1 380 001
	Bidrag till idrottsföreningar	1 119 280	1 663 276
	Summa lämnade bidrag	2 499 278	3 043 277
Not 5	Medelantalet Anställda	2022	2021
	Medelantalet anställda	16	16
Not 6	Materiella anläggningstillgångar	2022	2021
	Inventarier		
	Ingående anskaffningsvärde	1 523 738	1 523 738
	Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	1 523 738	1 523 738
	Ingående avskrivningar	-1 373 415	-1 160 570
	Årets avskrivningar	-119 617	-212 845
	Utgående ackumulerade avskrivningar	-1 493 032	-1 373 415
	Redovisat värde vid årets slut	30 706	150 323
Not 7	Mottagna ej nyttjade bidrag	2022	2021
	Folksams Ledarcamp	0	100 000
	Ledarsatsning	20 000	0,00
	Idrott för äldre	25 718	0
	Återstart Corona	709 326	0
	Idrott Hjärta kultur	0	0
	Inkludering-Etablering	359 841	832 665
	Inkludering-Idrottssvaga områden	952 786	226 988
	Rörelsesatsningen	956 449	1 233 037
	Tia medel	850 000	1 000 000
	Strategi 2025	600 000	510 000
	Återstart 4	1 490 000	0
	Summa mottagna ej nyttjade bidrag	5 964 120	3 902 690
Not 9	Ställda säkerheter	2022	2021
	Summa ställda säkerheter	0	0

Västerås 2023-04-27


Jan Andersson Ordförande


Muhannad Al-Nuaimi

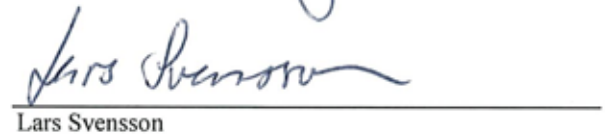

Annika Enberg


Tommy Levinsson


Marie Johansson Vice ordförande


Jenny Boström


Mari Högvist

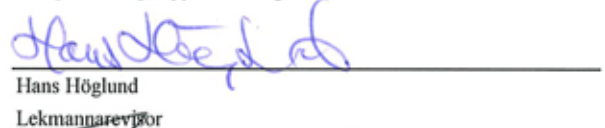

Lars Svensson

Revisorspåteckning:

Vår revisionsberättelse har avgivits 2023-04-27
Adsum Revisorer & Företagskonsulter


Marita Lyckstedt
Auktoriserad revisor

Vår granskningsrapport har avgivits 2023


Hans Höglund
Lekmannarevisor


Thomas Avelin
Lekmannarevisor



1 (3)

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 2022.

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 2022-12-31 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

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

Grund för uttalanden

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

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

Styrelsens ansvar

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

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

Revisorns ansvar

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

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

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

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

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

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

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

Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Uttalanden

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för RF-SISU Västmanland för räkenskapsåret 2022 samt av förslaget till dispositioner beträffande föreningens vinst eller förlust.

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

Grund för uttalanden

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

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



3 (3)

Styrelsens ansvar

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

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

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

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

Västerås 2023- 04- 27

Adsum Revisorer & Företagskonsulter AB

Märta Lyckstedt
Auktoriserad revisor

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



Västmanland

Foto:

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