

 **PARASPORT**
/SÖDERMANLAND

 **PARASPORT**
/VÄSTMANLAND

Verksamhetsplan 2026

Parasportförbundets distrikt har som grundläggande uppgift utifrån stadgarna:

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

Målområde 1 – Idrottsutveckling från bredd till elit Resan mot 2033

Mål fas 1:

- De egna idrotterna utvecklas och växer.
- En mer jämlik, jämställd och tryggidrott.
- En översyn av det regionala stödet genomförs.
- Ökad kunskap och förståelse inom ansvarsförflyttningen SDF/region/SF.



Vad ska vi göra och varför? (aktivitet)	Vem ska ansvara och genomföra?	Hur ska vi följa upp aktiviteten? (mäta utfall)	När ska det vara klart?	Status
Läger för de som satsar.	Joakim Gill och Stefan A.			
Tjejsatsning	Alice Berntsson och Sofia Ahonen.	Lotsa vidare till föreningar.		
Läger för personer med synnedsättning	Samverkan. Riksorganisationen Unga med Synnedsättning.	Tillsammans med antal deltagare.		
LOK-stöd	Kansli.	Föreningar blir bättre att rapportera.		

Målområde 2 – Fokuserat påverkansarbete

Resan mot 2033

Fas 1:

- En ökad kunskap om målgruppernas förutsättningar och utmaningar inom politiken, idrotten och civilsamhället på nationell, regional och lokal nivå.
- En ökad kompetens i verktyg och samarbetsformer för hur man kan underlätta för målgruppen.
- En ökad synlighet för parasport lokalt, regionalt och nationellt.

Vad ska vi göra och varför? (aktivitet)	Vem ska ansvara och genomföra aktiviteten?	Hur ska vi följa upp aktiviteten? (mäta utfall)	När ska det vara klart?	Status
Sociala media	Sofia Ahonen.	Öka följare i fb och instagram.	Pågående varje dag.	
Pressmeddelanden/konferens	Stefan Andersson.	Kan räkna inlägg i media.		
Politikerträff inför valet.	Styrelserna, RF-SISU.	Antal möten.	Under hösten.	

Målområde 3 – Stärkt ledarskap

Resan mot 2033

Fas 1:

- Förbundets idrottsspecifika och målgruppsanpassade utbildningar är efterfrågade.
- Ledare vet hur och var de ska kompetensutveckla sig.
- Fler ledare söker sig till parasporten

Vad ska vi göra och varför? (aktivitet)	Vem ska ansvara och genomföra?	Hur ska vi följa upp aktiviteten? (mäta utfall)	När ska det vara klart?	Status
Parasportens Grunder	Joakim Gill	Hur många tillfällen och antal deltagare.		
Kunskapsarenan.	Joakim Gill	Hänvisa till utbildning.		

Målområde 4 – Hållbar och stark finansiering

Resan mot 2033

Fas 1:

- Förbundets varumärken stärks och möjliggör ökad finansiering
- En regional finansieringsmodell skapas.
- Ökad kunskap om miljömässig hållbarhet.

Vad ska vi göra och varför? (aktivitet)	Vem ska ansvara och genomföra?	Hur ska vi följa upp aktiviteten? (mäta utfall)	När ska det vara klart?	Status
Samarbetspartners (sponsorer)				
Föreläsning partnerskap.	Kansli. Bjuda in till föreläsning. Ev. under v.37 Parasportveckan.			
Stöd föreningar i bidragssökande.	Kansli. Ge mer information om olika bidrag och vara behjälpliga.			
Profilkläder	Personal och styrelser skall ha kläder med våra loggor.			
Uppmuntra samåkning	Tänka på miljön.			

Under 2026 skall Parasport Västmanland/Södermanland:

Distriktssamverkan

- Distriktssamverkan mellan SDF har sedan tidigare påbörjats och har sedan 2019 även varit en del av samarbetet mellan RF-SISU i Sörmland och Västmanland.
- Samverkansplan RF-SISU och Parasporten. I september -25 har alla distrikt fått en matris ifrån RF hur DF och parasporten ska utveckla sitt samarbete. Vi har möten personal ifrån RF-SISU Västmanland Södermanland där vi följer upp arbetet väldigt bra. Förutom nästan daglig kontakt har personalen minst 4 möten/år och längre konferenser med styrelser och personal.
- Genom samverkan över distriktens gränser kan vi skapa fler och tydligare vägar för det som vi ser som vårt huvuduppdrag, att fler personer med funktionsnedsättning också börjar idrotta inom idrottsförening samt att säkerställa bästa möjliga hälsa.
- Samarbetet mellan distriktens SDF och RF-SISU gör också att vi med högre kvalitet kan stödja och stärka våra föreningar att rekrytera, genomföra fler arrangemang och stötta i föreningsutveckling, bildning och utbildning.
- Då flera av paraidrotterna redan är inkluderade i idrottens olika specialidrottsförbund (SF), kan vårt gemensamma arbete skapa en modell för hur paraidrotten i framtiden kan stödjas. Att vi tillsammans samverkar för att vara ett stöd till förbund och föreningar.

- Aktiviteter kommer att genomföras i ett antal idrotter tillsammans med andra distrikt. År 2026 kommer bland annat seriespel/tävling genomföras inom innebandy, fotboll och snöskolopning. Ambitionen från distrikten är att utveckla serierna ytterligare vad gäller genomförande, regelverk och ledarutveckling. Här finns även ambitionen att vara stöd när ansvarsförflyttningen till andra idrottsförbund genomförts.
- Fortsätta samarbetet med gemensamma AU och styrelsemöten för samordning mellan distrikten. Förslaget inför årets verksamhet är att ett möte med innehåll som framtidsarbete och utveckling ska vara med på vår årsplan.
- Vi vill tillsammans fortsätta arbetet för en inkluderad idrott i regionen. Att vi också är fler som bär med oss frågan på t ex föreningsbesök, kommunkontakter och vid politisk påverkan. Vid kommunöverenskommelser och idrottspolitiska program som görs via RF-SISU distrikt kommer parasporten finnas med som en självklar punkt.

Rekrytering

- Rekryteringsarbetet är parasportens viktigaste arbetsområde. Pandemin skapade både en aktivitetsproblematik och en brist i nyrekrytering samt ledarrekrytering. Här vill vi vara ett stöd till våra föreningar genom att tillhandahålla ett nätverk för rekrytering och olika forum för rekrytering som information, individuell stöd, lägerverksamhet och rekryteringsstävlingar, etc. Följaktligen alla insatser som ger möjlighet att prova idrott, uppleva att man kan delta och därmed stimulera intresset för att fler ska bli aktiva i en idrottsförening skall stöttas
- Det finns ett stort intresse att komma på våra aktiviteter som skoltävlingar, rörelsesatsningen och Special Olympics School Days. Vi vill stödja föreningar som vill starta ny verksamhet för ungdomarna. Ett bra tillfälle till att också utbilda ledare externt och internt i praktiken vid dessa tillfällen.
- Att vi ständigt är positiva och stöttar i arrangerandet av skoltävlingar i t ex bordtennis, simning, fotboll, innebandy och friidrott. Att vi aktivt främjar och hjälper ledare och individ initiativ tillsammans med föreningar, idrottsförbund och skolor.
- Vi kommer att arbeta vidare med att få fler ungdomar till våra serier och enkla möten i t ex TunaSpelen och KöpingSpelen. Det är viktiga tävlingar som ska attrahera och vara på rätt nivå även för nybörjare. Vi samverkar med vår interna kompetens till att allt från elitläger till breddläger kan hållas i våra län.
- Vi kommer under hela året arrangera aktiviteter som möjliggör prova på olika idrotter i Södertälje, Nyköping, Eskilstuna, Katrineholm, Fagersta, Arboga, Sala och Västerås samt vid initiativ i andra delar av länen. Vi kommer tillsammans med föreningarna rulla ut röda mattan och bjuda in till idrottsfester.
- Idrottsskolor, Parasportveckan, prova på dagar, läger och tävlingar stöttar vi och medverkar till dess genomförande.
- Vi skall genom nationella satsningar som Idrottslägret för personer med synnedsättning och Start Your Impossible Camp där ungdomar som satsar fullt ut är med på. Då verka för att det får genomslag på lokal nivå.

Projektmedverkan & nationellt ansvar

Styrelsen ansvarsområde utgår från stadgarna, de nationella målbilderna för parasport och innefattar bland annat ansvar för den övergripande utvecklingen av dessa frågor i våra län, Styrelserna har ett samordnande ansvar och gör bedömning av det samlade behovet av insatser i regionerna ur ett medlems förenings perspektiv.

Styrelserna beslutar om fördelning av medel för särskilda insatser inom regionerna samt säkerställer att medel som anslagits till verksamheterna används enligt beslut. Styrelserna även om regionövergripande frågor såsom förändrade uppdrag inklusive finansiella justeringar till föreningar och aktiviteter under året, vilket även omfattar nya eller utökade uppdrag som syftar till att förbättra tillgängligheten och hälsan.

Vi har fått i uppdrag att vara ett utvecklingsdistrikt för parahockey, rullstolsrugby och show-down (avslutas 2025). Syftet är att vara en administrativ resurs för kommittén och framförallt vara en resurs i deras rekryteringsarbete i stort. Vi har sedan en tidigare varit en av de mer aktiva regionerna som gör att vi får tillgång och möjlighet att delta i framtagandet av underlag för nationella projekt

Föreningsstöd och utbildning

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

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

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

Parasportveckan v.37

Fortsätta utveckla Parasportveckan för att lyfta skillnader. Att genom digital föreläsning på dagar och kvällar. Måndag - torsdag kommer att arrangeras tillsammans med RF-SISU och Parasporten i Stockholm, Södermanland, Västmanland och Uppland. Praktiska övningar kommer att erbjudas under veckan.

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

Sv. Parasportförbundet genomför just nu en nationell satsning med att arrangera utbildarutbildning för att kunna erbjuda en grundläggande utbildning. Ju fler utbildade ledare desto bättre verksamhet kan vi genomföra

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

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

Tävlingar

Tävlingar som KöpingSpelen och Tunaspelen är viktiga skyltfönster för Parasporten i regionen som är återkommande. Hitta samverkansformer med Malmö Open, Göteborg Open, Stockholm Paragames och Special Olympics Games för att stärka tävlingsutbudet och skapa bättre resurser och utveckla evenemangen ytterligare. Att vi aktivt använder våra budgetar till att våra medlemsföreningar får möjlighet till att resa och träffa varandra men också föreningar från övriga delar av landet

De olika serierna är viktiga för breddidrotten i distrikten. Det är viktigt att alla ges möjlighet att tävla för att behålla motivationen. MälarSerien Friidrott är inte som organiserar men vi är med och ser att det blir en fortsättning på en oerhört viktig breddtävling. Svealandsserien i fotboll är vi arrangörer tillsammans med Gävleborg Parasport, Dalarnas Parasport och föreningar. Skoltävlingar ska vara en av inkörssportarna att finna sin idrott. Vi samlar mycket över 1000 deltagare till våra tävlingar.

Marknadsföring och kommunikation

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

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

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

Arbeta med att synas i media.

Kansli och personal

Parasporten Västmanlands kansli är i Idrottens Hus på Rocklunda.

Parasporten Sörmland kansli är i MunktellArenan Eskilstuna.

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

En personal är projektanställd av Västmanland på timmar.

En personal är gemensam Administrativ Idrottsutvecklare anställd 75 % av Södermanland.

En personal är Idrottsutvecklare anställd 50 % hos Södermanland. Arbetar även för Västmanland.

Ekonomi och sponsring

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

vilja vara våra medspelare. För att stärka ekonomin kommer vi jobba mer med sponsoring/sambetspartners och då ha fler inkomstkällor.

Folkhälsoarbete

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

Tillgänglighet

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

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

Därför kommer vi år 2026 att fortsätta vårt arbete för att alla ska känna sig välkomna inom vår idrott, oavsett vem eller hur en person är, var man kommer ifrån eller hur man uppfattar sig själv! Ex. tydliga lättlästa inbjudningar till olika evenemang och om man vill delta i olika idrotter ska vi hjälpa personer att komma igång oavsett funktionsnedsättning till inkluderande och välkomnande idrott.

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

Summering verksamhetsplan 2026 (Lista över nyckelaktiviteter)



