



Sörmland



Verksamhetsberättelse
med årsredovisning

2021

INNEHÅLL

Distriktsidrottschefen har ordet	3
Idrotten vill	4
Vår organisation	5
Strategi 2025	5
Vår uppgift	5
Våra verksamhetsformer	6
Vårt basutbud	7
Utvecklingsresor mot 2025	8
En ny syn på träning och tävling	9
Den moderna föreningen engagerar	13
Inkluderande idrott för alla	16
Jämställdhet för en framgångsrik idrott	18
Ett stärkt ledarskap	20
Reportage	22
Bidrag och stöd	27
Idrotten i siffror	28
Personal	34
Styrelsen	36
Årsredovisning 2021	37
Revisionsberättelse 2021	42

FÖRKORTNINGAR

RF - Riksidrottsförbundet
RS - Riksidrottsstyrelsen
FS - Förbundsstyrelsen
SF - Specialidrottsförbund
SDF - Specialidrottsdistriktsförbund
MO - Medlemsorganisationer
IF - Idrottsförening
LOK - Statligt lokalt aktivitetsstöd

Stor oro efter åren med corona

Mer än varannan idrottsförening är orolig för framtiden och för det tapp av medlemmar, ledare och tränare som skett under två år med corona. Störst är oron för att tappa tonåringar. Idrottsföreningarna är även bekymrade för ekonomin.

I Riksidrottsförbundets rapport Två år med corona har närmare 2 500 idrottsföreningar svarat på enkätfrågor, specialidrottsförbund och ytterligare idrottsföreningar har intervjuats om effekterna av pandemin. Tillsammans med statistik från aktivitetsstödet (LOK) är bilden djupt oroande.

Ledare, förtroendevalda och aktiva har kämpat i motvind i över två års tid. De har tagit stort ansvar, är slitna och oroliga för framtiden. Med pandemin i bagaget och dessutom nu oron i världen måste idrotten ändå orka vara den välkomnande plats för alla som vi är och vill vara. Därför måste idrotten få stöd över lång tid för att klara att åter rekrytera, återstarta och välkomna!

Under 2021 minskade antalet deltagartillfällen kraftigt i hela landet och än lite mer i vårt distrikt. De värst drabbade idrotterna i vårt distrikt är innebandy, friidrott, korpiddrott och parasport. Det i en kontext där barn och ungdomar redan innan pandemin rör på sig för lite. Dessutom blev många unga stillasittande hemma då undervisningen i skolan genomfördes digitalt.

Pandemin riskerar att öka hälsoklyftorna och segregationen. Idrottsrörelsen är en stark samhällskraft där människorna möts över gränser, får kompisar och är en del av ett sammanhang. Idrottsrörelsen behövs och får inte tas för given.

Förutom ekonomiskt stöd för återstart efter pandemin behövs också fler och bättre idrottsanläggningar och idrottsmiljöer vilket också lyfts fram av föreningar i rapporten Två år med corona. Varje krona som satsas på idrotten ger mångfalt tillbaka. Varje krona som satsas på idrotten är en investering i ett mer sammanhållet och inkluderande samhälle där vi mår bättre. Vikten av närhet till träning och rörelse är en avgörande faktor för en inkluderande idrott för alla.

Jörgen Hedberg
Distriktsidrottschef



Idrotten vill

Idrottens verksamhetsidé

“Vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet”.

Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna ha roligt, må bra och prestera mera. Idrott består av träning och lek, tävling och uppvisning. Idrotten ger fysisk, psykisk, social och kulturell utveckling. Vi organiserar vår idrott i självständiga föreningar och förbund som tillsammans utgör en fri och frivillig folkrörelse förenad i Riksidrottsförbundet.

Vi delar in vår idrott efter ålder och ambitionsnivå. Med barnidrott avser vi i allmänhet idrott till och med tolv års ålder. Med ungdomsidrott avser vi idrott för tonåringar 13-25 år. Med vuxenidrott avser vi idrott för dem som är över 25 år. I barnidrotten leker vi och ger barnen tillfälle att prova på olika idrotter. Att ge barnen möjlighet till allsidig idrottsutveckling är normgivande för verksamheten. Tävling är en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor. I ungdomsidrotten och vuxenidrotten skiljer vi på breddidrott och elitinriktad idrott.

I den elitinriktade idrotten är prestationsförbättring och goda tävlingsresultat vägledande. I breddidrotten är hälsa, trivsel och välbefinnande normgivande, även om prestation och tävlingsresultat ofta tjänar som sporre. Vi är en samlad idrottsrörelse som verkar för samma vision och värdegrund, den genomsyrar alla förbund och föreningar, såväl bredd som elit. Vi värnar om den svenska idrottsrörelsens tradition där elit- och breddverksamhet sker i en nära samverkan, som ger inspiration, utveckling och livskraft. Inom idrottsrörelsen respekterar alla förbund och föreningar, såväl elit som bredd, varandras roller och verksamhetsvillkor.

Idrotten följer FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna, FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen) och FN:s internationella konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Idrottens vision

Svensk idrott - världens bästa.

Svensk idrott vill vara bäst i världen för alla på alla nivåer. Vi vill ständigt utvecklas och förbättras både till form och innehåll. Det bygger på en självstyrande och samlad idrottsrörelse med starka förbund och föreningar samt en utbildningsverksamhet i världsklass.

Idrottens värdegrund

Glädje och gemenskap. Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och prestera mera.

Demokrati och delaktighet. Föreningsdemokratin innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Allas rätt att vara med. Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

Rent spel. Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramar för överenskommelser och en god etik och moral. Att verka mot fusk, doping och en osund ekonomi, mot mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför idrottsarenan.

Vår organisation

RF-SISU Sörmland är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala organisation i Sörmland. Vårt huvudkansli ligger i Eskilstuna och därutöver har vi lokalkanslier i Södertälje, Nyköping, Katrineholm och Strängnäs. Det är viktigt för oss att vara tillgängliga och vi prioriterar en stark lokal närvaro i syftet att vara nära idrotten i distriktet. Den direkta kommunikationen är en avgörande faktor för idrottens utveckling. Genom marknadsföring, en väl utvecklad hemsida, facebookkonton, instagramkonto och skyltning med mera, ökar vi vår närvaro i den sörmländska idrotten.

Strategi 2025

Svensk idrott befinner sig mitt i en omfattande förändringsresa som resulterat i en ny verksamhetsidé, omskrivna mål och flera pågående utredningar. Det svenska samhället ser inte ut som det gjorde när idrottsrörelsen föddes för drygt hundra år sedan. Ändå bygger svensk idrott på i stort sett samma principer som den en gång formades i. Strategi 2025 ska staka ut vägen för en ännu bättre idrottsrörelse som bidrar till ett ännu starkare samhälle.

Mycket har visserligen hänt: många nya idrotter har tillkommit, kvinnorna utgör idag en självklar del av verksamheten, barn- och ungdomsidrotten har haft en explosionsartad utveckling. Men grunden i både verksamheten och organisatorisk struktur, är i mångt och mycket densamma.

Efter ett tvåårigt strategiskt arbete där samtliga förbund deltog beslutade RF-stämman i maj 2015 om ett strategiskt dokument. I strategidokumentet anges fyra övergripande mål mot 2025 som Svensk idrott strävar efter. De övergripande målen är idrottsrörelsens gemensamma mål:

Livslångt idrottande
Idrottens värdegrund är vår styrka
Idrott i förening
Idrotten gör Sverige starkare

Vår uppgift

Som den samlande idrottsorganisationen i Sörmland har distriktet en viktig roll som företrädare för idrotten. Vi samverkar med Region Sörmland, länsstyrelsen och alla elva kommuner i vårt distrikt. Vi har ett stort ansvar när det gäller att utveckla idrottens förutsättningar i Sörmland i framtiden.

RF-SISU Sörmlands uppgift är att stödja, leda, företräda, bilda och utbilda idrotten i Sörmland. Närmast följer en beskrivning av vårt arbete under 2021 för att närma oss de uppsatta målen 2025.

Våra verksamhetsformer

Idrottsrörelsen är Sveriges största folkrörelse med över tre miljoner medlemmar. Självklart ska RF-SISU Sörmland bidra till att alla dessa inte bara blir bra på att utöva eller leda idrott, utan också tar ansvar och är engagerade samhällsmedborgare. Därför arbetar vi med bildning.

Vi arbetar med fem verksamhetsformer:

Lärgrupp

Lärgruppen är en mindre grupp som planmässigt genom samtal och dialog bedriver studier. Deltagaren söker kunskap tillsammans med andra och utvecklar färdigheter utifrån sina behov och intressen. Syftet med lärandet är att skapa förutsättningar för utveckling av såväl individen som föreningen. Deltagarna ska ges möjlighet till inflytande samt tid för reflektion och eftertanke mellan sammankomsterna.

Kurs

Kursen är en utbildningsform där det i förväg finns en fastställd kurs-/utbildningsplan och där kursen också har ett tydligt utbildningsmål. Den kursverksamhet som rapporteras och finansierar folkbildningsanslaget är den idrottsövergripande kursverksamheten samt den kursverksamhet som genomförs lokalt i föreningen.

Processarbete

Processarbete är den verksamhetsform där föreningen kraftsamlar för att inleda ett utvecklingsarbete mot ett bestämt mål. Processarbetet är avgränsat i tid och ska mynna ut i någon form av dokumentation eller handlingsplan/utvecklingsplan.

Föreläsning

När föreningen vill samla sina medlemmar kring ett tema kan föreläsning vara en arbetsform. En föreläsning ska inspirera och det är temat som står i fokus.

Kulturarrangemang

Kulturarrangemang ska ge deltagarna möjlighet till en kulturupplevelse men också en möjlighet att förvärva ny kunskap. De bärande inslagen under kulturarrangemang är teater, sång, musik, film, dans och utställningar.



Utvecklingsresor mot 2025

Samhället förändras i allt snabbare takt och idrottsrörelsen står inför utmaningar. Det står klart att vi måste göra något annorlunda för att närma oss de övergripande målen inför 2025.

RF-SISU Sörmlands verksamhet utgår från fem utvecklingsresor som har identifierats under den svenska idrottsrörelsens strategiska arbete. Idrottsrörelsen gör en gemensam resa där RF-SISU Sörmland stödjer, leder, företräder, bildar och utbildar idrotten i Sörmland i riktning mot målen. Utvecklingsresorna är en ny syn på träning och tävling, den moderna föreningen engagerar, inkluderande idrott för alla, jämställdhet för en framgångsrik idrott och ett stärkt ledarskap.

01

En ny syn på träning och tävling

RF-SISU Sörmland vill ha en idrottsrörelse där alla får plats att idrotta utifrån sina villkor oavsett ambition, ålder, kön, prestationsnivå eller andra förutsättningar. Träning och tävling ska utformas så att utövaren mår bra, har roligt och utvecklas under hela livet. Under 2021 har vi anordnat många aktiviteter runt om i Sörmland för att komma närmare målet med en ny syn på träning och tävling.

Rörelsesatsning i skolan

Endast 20% av flickorna och 40% av pojkarna rör på sig tillräckligt mycket. Det får stora konsekvenser för bland annat deras hälsa, inlärning samt vilja och kompetens att röra på sig. Vi har fått ett uppdrag att vara med att vända den trenden. Rörelsesatsning i skolan är ett regeringsuppdrag som går ut på att förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten för barn i årskurs F-6. Det gör vi bäst genom att bygga broar mellan skolan, barnen och föreningslivet.

Under året som gått har det interna arbetet med frågan formats om och ett nytt arbetssätt mejslats fram. Vi har två samordnare, där den ena har geografiskt ansvar för norra och östra zonen och den andra ansvarar för södra och västra zonen. Samordnarnas ansvar är att ha den regelbundna kontakten med RF, hålla ihop det interna arbetet i distriktet och leda arbetet mot de uppsatta målen, rekrytera nya skolor samt genomföra de större utbildningsinsatserna kopplat till skolorna. Som en del i det nya arbetssättet har idrottskonsulenter kopplat in i arbetet på ett tydligare sätt då dessa får rollen som processledare för skolornas rörelseteam. Detta möjliggör även en tätare kontakt mellan föreningsliv och skolan.

Nytt för i år är att SF har haft möjlighet att söka medel för att utveckla underlag för inspiration till rörelse och idrott, med målet få fler barn att vilja, våga och kunna vara aktiva i skolan och på fritiden, hitta tillbaka till föreningsidrotten och bli föreningsaktiva. Samtliga samverkansskolor inom rörelsesatsningen i Sörmland informeras löpande om när nya material blivit klara. Arbetet med detta är i sin linda men tros påverka oss mer nästkommande år.

Under året har vi skickat ut sex nyhetsbrev till våra samverkansskolor med information om SF-material, tips på rörelseinspirerande material, läsvärt inom området samt information om våra utbildning- och nätverksträffar. I år genomförde vi fyra skolöverskridande utbildningsinsatser digitalt. Teman var rörelseförståelse, roller på rasten, change the game/ rörelserikedom och rörelse och NPF. Vi genomförde även en större utbildningsinsats tillsammans med RF-SISU Västmanland och RF-SISU Örebro län med fritidspedagogen och föreläsaren Gustav Sundh, även känd som "Skolgårdsläraren". Denna utbildningsinsats lockade över 100 deltagare från skolor i våra tre olika distrikt.

Drygt tio nya skolor har startat upp sitt arbete under året, vilket har inneburit kompetensutvecklingsinsatser för hela personalgrupper, processträffar för att ta fram mål och skapa handlingsplan, samverkansavtal med lokala idrottsföreningar har skrivits och mycket rörelse har skett för barn i och i anslutning till skolans hela dag.

Föräldrautbildning

En del i vårt arbete med att skapa stödjande miljöer inom barn- och ungdomsidrotten är utbildning för distriktets idrottsföräldrar. Förutom att vi genomfört flertalet utbildningsinsatser hos föreningar i distriktet med fokus på bland annat hur föräldrar stöttar sina barn på bästa sätt för att skapa en positiv idrottsupplevelse, så höll vi under hösten ett digitalt Föräldraforum med föreläsaren och utbildaren inom idrottspsykologi och pedagogik, Johan Fallby. Drygt 25 idrottsföräldrar runt om i distriktet deltog under kvällen som bland annat gav svar på vad som skapar idrottsglädje för barn och unga, men också hur en sund elitsatsning kan se ut. Hur du som förälder bidrar till att skapa en sund idrottsmiljö, hur ditt barn får en positiv kontakt med idrotten och vad du gör med ditt barn som inte vill göra annat än att idrotta.

Tränarforum Sörmland

Under 2021 lanserade vi ett nytt utbildningskoncept – Tränarforum Sörmland. Vi genomförde tre Tränarforum under året med målsättningen att stärka och utveckla distriktets tränare och ledare för aktiva från 12 år och uppåt och skapa de bästa förutsättningarna för att de ska bli framgångsrika i sin roll. Till det första tillfället, som genomfördes helt digitalt, bjöd vi in Lisbeth Wikström-Frisén som är lärare vid avdelningen för idrottsmedicin vid Umeå universitet. Hon föreläste kring hur

vi tränar smart för optimal prestationsutveckling hos kvinnor och deltagarna fick lyssna till den senaste idrottsforskningen inom området och ta del av konkreta tips och lösningar.

Årets andra tillfälle genomfördes som en hybrid-föreläsning i Nykvarn där deltagarna kunde delta antingen fysiskt eller digitalt. Temat var hållbart ledarskap samt hur man bygger och utvecklar effektiva ledarteam. Föreläsare var Göran Kenttä som är fil.dr. i psykologi och undervisar vid GIH Stockholm inom ämnesområdet idrottspsykologi.

Det tredje tillfället genomfördes fysiskt i Eskilstuna, men deltagarna hade även denna gång möjlighet att delta digitalt. Temat var hur vi skapar goda prestationsmiljöer och till detta tillfälle fick deltagarna lyssna på fyra korta föreläsningar, komma med egna frågor och inlägg samt under den sista stunden möjlighet att prata enskilt med föreläsarna och andra besökare genom en paneldiskussion. Kvällens föreläsare var Marlene Falck, idrottskonsulent och beteendevetare samt KBT-terapeut, PG Fahlström, forskare vid Linnéuniversitetet, Pär Berg, chefstränare Malmö Kappsimmingsklubb – Simhopp samt William Broman, FD Elitgymnast, Hammarbygymnasterna. Totalt deltog drygt 200 personer från olika platser i vårt distrikt på Tränarforum Sörmland.

Idrottens dag

European School Sports Day är en del av European week of sports och genomfördes den 24 september i hela 30 länder runt om i Europa. I Sverige heter satsningen Idrottens dag och syftet är att höja kunskapen om barns idrottande och bygga broar mellan skolan, barnen och idrottsrörelsen. Målet är att fler ska kunna och vilja idrotta hela livet. Varje barn ska erbjudas 120 minuters fysisk aktivitet under Idrottens dag.

Alla 19 RF-distrikt deltog i denna manifestation för varje barns rätt till idrott och hälsa och i Sörmland arrangerades Idrottens dag på nio skolor fördelade i Eskilstuna, Katrineholm, Södertälje, Trosa, Nyköping och Vingåker. Förutom skolans egna aktiviteter fanns idrottsföreningar på plats och visade upp sina idrotter som barnen fick prova på. Totalt deltog 26 idrottsföreningar utspridda på alla nio skolor i länet och över 2000 barn deltog under dagen. Två av de nio skolorna som deltog på Idrottens dag var sarskolor, varav den ena hade besök av KHIF som spelade innebandy, Sörmlands Parasportförbund som ordnade trekamp samt Föreningen Idrott för alla som arrangerade Supersportis.

#idrottssnack

Det ska vara enkelt att få inspiration och en gnutta idrott i vardagen – därför lanserade vi #idrottssnack under 2021. Konceptet #Idrottssnack består av lättsamma och trevliga livesända lunchsamtal där vi tillsammans med inspirerande gäster samtalar kring aktuella ämnen inom idrottsrörelsen. Samtalen sänds på vår Facebook-sida, pågår i cirka 30 minuter och riktar sig till föreningsledare, aktivitetsledare, tränare, aktiva och andra idrottsintresserade som är verksamma i det sörmländska föreningslivet. Med dessa samtal vill vi på ett enkelt och smidigt sätt sprida goda exempel, nya idéer och beprövad kunskap.

Under 2021 arrangerade vi fem livesända lunchsamtal tillsammans med inspirerande gäster kring aktuella ämnen inom idrottsrörelsen. Årets teman var Kvinnors röst och rätt i idrotten, Hur lockar vi dem som är utanför idrotten, Rörelseförståelse, Idrottens dag, och Hur kan folkbildning vara ett verktyg till att utveckla din förening?







02

Den moderna föreningen engagerar

RF-SISU Sörmland vill ha en stark och levande idrottsrörelse som tar vara på människors engagemang och inspirerar till delaktighet. Vi vill ha ett moderniserat ledarskap och att det ska vara enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar. Under 2021 har vi arbetat för att människor ska få så bra förutsättningar som möjligt att engagera sig och vara stolta över att vara en del av sin förening och av svensk idrott.

Sakkunnig i barn- och ungdomsidrott

RF-SISU Sörmland har precis som övriga RF-SISU distrikt en utsedd sakkunnig i barn- och ungdomsidrott. Funktionen finns där för föreningar och specialidrottsdistriktsförbund att nyttja på flera sätt. Utbildningar genomförs för flera olika målgrupper såsom föräldrar, aktivitetsledare och organisationsledare på teman som Trygga idrottsmiljöer samt Barnens spelregler. De sakkunniga finns även som samtalsstöd vid händelser där barn far illa. Dels som ett reaktivt stöd till inblandade när någonting har hänt, exempelvis en förälder som tar kontakt för att deras barn inte mår bra i laget, och dels som ett långsiktigt förebyggande arbete i föreningen. De sakkunniga kommer ofta in när det finns behov av särskild kompetens kring barn- och ungdomsidrott och finns med i både föreläsningar, processarbeten, utbildningar och samtal.

Skapa trygga idrottsmiljöer

Att varje barn känner sig tryggt borde vara varje idrottsledares högsta prioritet. Med trygghet som grund skapar vi tillsammans möjlighet för såväl längtan efter mer, härliga gemensamma minnen och fantastiska resultat.

Vi fortsatte därför även detta år med vår utbildningsserie inom trygg idrott. En digital utbildning med tre olika perspektiv på hur idrottsföreningar kan skapa en trygg miljö. Utbildningen grundar sig i FNs konvention om barns rättigheter, RFs riktlinjer för barn- och ungdomsidrott samt de stödmaterial som tagits fram för föreningslivet. Vi genomförde totalt åtta tillfällen under året för drygt 120 personer från distriktets föreningar.

Värdskap - konsten att få människor att känna sig välkomna

RF-SISU Sörmland verkar för att skapa en öppen, inkluderande och mer tillgänglig idrott. Under senare år har vi därför prioriterat att arbeta med ett flertal olika områden som möjliggör den idrott vi strävar efter. Ett av dessa områden är värdskap, som sammanfattat betyder "konsten att få människor att känna sig välkomna". I värdskapet gömmer sig ett flertal olika nycklar och värden som med rätt användning kan skapa en mer attraktiv, välkomnande och värdefull förening. Vi har därför gjort ett antal insatser i olika föreningar i distriktet kopplat till värdskapet.

Den 11 maj hölls en digital föreläsning för Sörmlands föreningar. Under utbildningen presenterades värdskapets grunder och konkreta verktyg och metoder för det 20-tal anmälda.

Den 26 oktober genomfördes en digital värdskap-föreläsning i samverkan med RF-SISU Östergötland och Östsvenska basketbolldistriktförbundet. Träffen berörde värdskapets grunder och målgruppen var basketbollföreningar under ÖBDF-flagg.

Under året har Finntorps RK arbetat aktivt med att attrahera och rekrytera nya medlemmar. En tillsatt arbetsgrupp har under processen arbetat med bland annat värdskapet med hjälp av RF-SISU Sörmland, både genom föreläsningar och samtal. Arbetet har mynnat ut i en handlingsplan med utvalda punkter kring fortsatt arbete under 2022 gällande värdskapet.

Ett liknande arbete påbörjades i Järna RK för några år sedan och pågår än idag. Föreningen lägger stor vikt vid att skapa välkomnande och inkluderande miljöer. Under 2021 genomfördes en processdag som ledde till att föreningen tog fram en handlingsplan som innehåller olika åtgärder för att skapa en mer värdskaplig och välkomnande miljö.

I Torshälla genomfördes ett uppföljningsarbete med Torshälla GK som daterar tillbaka till 2019 då föreningen påbörjade ett arbete med Vision 50/50. Årets träff var en tillbakablick och en uppföljning av den tidigare satta riktningen. Föreningen har senaste åren uppfyllt målen om att få in fler tjejer i verksamheten även om man ännu inte är helt nöjd. Kombinerat med det fortsätter man

arbetet med att skapa en mer välkomnande och inkluderande förening.

Kost för aktiva

Under två tillfällen 2021 höll vi utbildningen Kost för aktiva digitalt för totalt drygt 110 personer i distriktet. Utbildningen riktade sig främst till barn och unga i ålder 12-16 år, men vi hade även föräldrar och tränare/ledare som valde att delta för att öka sin kunskap. Genom såväl teori som praktiska övningar fick deltagarna kunskap om grundläggande näringslära. Bland annat vilken typ av mat som passar innan och efter träning och hur en effektiv måltidsplanering ser ut, med tips på bra frukost och mellanmål. Dessutom slogs det hål på en del myter om mat.

Fysisk aktivitet på recept, FaR

Vi vet idag att träning och fysisk aktivitet är bra för hälsan. Ibland är fysisk aktivitet den bästa medicinen där aktiviteten till och med blir huvuddelen av behandlingen av vissa sjukdomstillstånd. Men tyvärr är stillasittande ett stort och växande folkhälsoproblem och det behövs verktyg för att få fler i rörelse. Fysisk aktivitet på recept, FaR är ett av de verktygen.

All vårdpersonal inom Region Sörmland kan ordinera FaR i stället för, eller som ett komplement till läkemedel. Idrottsrörelsen är en viktig aktör i arbetet med FaR. Vi på RF-SISU Sörmland har i uppdrag av Region Sörmland att samordna och utbilda aktivitetsledare för FaR. Både idrottsföreningar och privata friskvårdsaktörer fungerar som arrangörer av FaR-aktiviteter och det är de som tar emot FaR-patienter när de ska börja träna. Det är ett krav att aktivitetsarrangörer har minst en utbildad FaR-ledare för att få ta emot FaR-patienter. Vi på RF-SISU Sörmland ser till att utbilda FaR-ledare och vi sammanställer och presenterar aktivitetsutbudet till FaR-samordnaren inom regionen. Vi är kontaktlänken mellan aktivitetsarrangörer och hälso-och sjukvårdens verksamheter.

Under 2021 anordnade vi digitala FaR-ledarutbildningar vi två tillfällen där 20 nya FaR-ledare utbildades. RF-SISU Sörmland är samordnare för arrangörsnätverket för FaR i länet där vi samlar samtliga certifierade FaR-arrangörer och diplomerade FaR-ledare. Nätverket består av sammanlagt 50 certifierade FaR-arrangörer och 73 diplomerade FaR-ledare. Under 2021 bjöd vi in till två nätverksträffar varav den ena gästades av Maija Eriksson, leg. Psykolog som föreläste om fysisk aktivitet och psykisk (o)hälsa.

Vaccinera klubben

Att vaccinera sin idrottsklubb mot doping innebär att idrottsföreningarna går igenom Riksidrottsförbundets framtagna material för att vaccinera klubben. Föreningen genomför först en antidopinganalys och skapar sedan en egen handlingsplan samt en beredskapsplan för

akuta insatser för antidopingarbetet. Med 121 vaccinerade klubbar är Sörmland det distriktsförbund med flest vaccinationer mot doping under 2021.

Prodis

RF-SISU Sörmland deltar i nätverket PRODIS som arbetar med arbetsmetoden 100% ren hårdträning. Arbetsmetoden syftar till att minska användningen av och tillgången till anabola androgena steroider (AAS) och andra dopningspreparat bland tränande på träningsanläggningar. Styrgruppen för PRODIS har haft löpande möten under hela 2021 och har bestått av RF-SISU Sörmland, Länsstyrelsen Sörmland, Eskilstuna kommun, Katrineholms kommun, Flens kommun, Strängnäs kommun, Oxelösunds kommun och Vingåkers kommun.

Under året har vi genomfört en inspirationsföreläsning med Thomas Eriksson som berättade om sina personliga erfarenheter och upplevelser av doping och anabola steroider och händelserna som förändrade hans liv.

Under hösten deltog vi uppmärksamhetsveckan mot doping. Vi lyfte ämnet i våra kommunikationskanaler, gjorde reportage kring Friskis & Svettis arbete mot doping och bjöd in till en lunchföreläsning med antidopingsexperten Johan Öhman.

Vi har även genomfört en Grundutbildning i 100% ren hårdträning i Strängnäs under året. Fokus under året har varit att försöka få representation från alla kommuner i Sörmland.

Dopingtester

Dopingkontroller är tillsammans med information och utbildning viktiga verktyg i idrottsrörelsens antidopingarbete. Kontrollerna genomförs såväl i samband med tävling som vid träning och RF-SISU Sörmland har fram till och med 2021 haft ansvar för ett antal dopingkontroller som oannonserat åker runt till olika idrottsanläggningar och gör tester på morgondagens stjärnor. Under 2021 har dock dopingkontrollerna varit pausade på grund av pandemin och rådande restriktioner.

Från och med 2022 har inte längre RF-SISU distrikten dopingkontroller i sitt uppdrag så arbetet kommer inte fortlöpa i vår regi framöver.

Webbseminarier hos Skatteverket

Som idrottsförening kan man i vissa fall behöva registrera sig som arbetsgivare och redovisa skatter och avgifter när man betalar ut ersättningar till idrottsutövare eller andra anställda. Alla arbetsgivare och utbetalare ska redovisa löner, förmåner och skatteavdrag med mera månadsvis för varje anställd i arbetsgivardeklarationen.

För att underlätta för idrottsföreningarna har vi tillsammans med Skatteverket erbjudit ett antal webbseminarier som riktar sig till idrottsföreningar under året. Det har handlat om två olika webbseminarier, Idrottsföreningen som arbetsgivare och Idrottsföreningen lämnar inkomstdeklaration.

Idrottens föreningslära

För att skapa en framgångsrik förening krävs det att man har kunskap om idrottens föreningslära och dess olika delar. Därför erbjöd vi även under 2021 en serie utbildningar som riktade sig till de personer som arbetar i föreningens styrelse. Utbildningsserien utgjordes av fem olika temaföreläsningar - Föreningslära Grund, Ny kassör, Föreningens ekonomi, budget och uppföljning, Verksamhetsplanering samt Valberedning. Syftet med utbildningsserien var att öka kunskapen hos föreningarna för att skapa de bästa förutsättningarna för den idrottsliga verksamheten i Sörmland, Alla utbildningstillfällen genomfördes digitalt och deltagarna fick möjligheten att välja om de ville delta på en eller flera av temaföreläsningarna. Utbildningsserien gjordes i samarbete med RF-SISU Västmanland och totalt utbildade vi drygt 80 föreningsledare i vårt distrikt.



03

Inkluderande idrott för alla

RF-SISU Sörmland arbetar för att alla, pojkar och flickor, män och kvinnor i olika åldrar och med olika förutsättningar och bakgrund ska känna sig välkomna till föreningslivet i Sörmland. Föreningens verksamhet ska ge människor med olika förmågor möjlighet att vara med och träning ska utvecklas efter individens kapacitet vilket utvecklar rörelseförmåga. Vi vill att medlemmarna i idrottsrörelsen ska spegla befolkningen i Sverige.

Fritidsbanken

Fritidsbanken är ett bibliotek med sport- och fritidsprylar. Här kan man låna utrustning för en aktiv fritid, som till exempel skidor, pulkor, inlines, flytvästar, fiskespön, snowboards och mycket mer. Utlåningstiden är 14 dagar.

Fritidsbanken bygger på tre grundpelare:

- Alla får låna
- Allt är gratis
- Fokus på återbruk och miljö

De flesta sportartiklarna är skänkta av privatpersoner. Det är bättre att låna utrustning de gånger du behöver, då sparar du både på miljön och din egen plånbok. Visionen är att fler kommer testa idrott genom möjligheten att låna utrustning.

2021 finns Fritidsbanken i Vingåker, Nyköping, Katrineholm, Eskilstuna och Strängnäs. Flera av Fritidsbankerna har även 2021 överträffat alla förväntningar på antal utlån och många skolor vänder sig till Fritidsbanken med resultatet att fler barn får testa på aktiviteter som de aldrig hade testat annars. I skrivandets stund finns det 102 Fritidsbanken i Sverige.

Parasport

Vi vill skapa bättre förutsättningar för att fler personer med funktionsnedsättningar ska kunna delta i föreningslivet för att motverka ohälsan bland personer med funktionsnedsättning. För att skapa långsiktig utveckling, både i specifika parasportsföreningar och i idrottsföreningar med parasport, är det viktigt med samverkan. Vi har under året samverkat med olika SF, SDF och kommuner där vår roll har varit att processleda, utbilda och bilda vid nätverksträffar och gemensamma forum. Dialogerna har handlat om hur vi tillsammans kan skapa bättre förutsättningar för föreningar som vill starta eller utveckla idrott för personer med olika funktionsnedsättningar.

Upptart och utveckling av parasport i förening

Under 2021 har vi gjort 43 föreningsbesök där vi har pratat om inkluderande idrott utifrån parasportperspektivet.

I början av året gjordes en nulägesanalys för att ta reda på behovet av kompetensstöd och föreningsutveckling med inriktning Parasport. Vi har samverkat med 27 unika föreningar i ämnet, kopplat till folkbildningsverksamhet. Det är både idrottsföreningar som är medlemmar i Svenska Parasportförbundet men också flera föreningar som är medlemmar i andra Specialidrottsförbund. Vi har ett gott samarbete med Parasportförbundet och bidrar tillsammans med kompetensstöd kring tillgänglighetsfrågor, utbildning, bildning, utveckling och rekrytering.

Parasportveckan

Under vecka 37 anordnade RF-SISU Sörmland Parasportveckan tillsammans med Parasport- och RF-SISU distriktet Stockholm, Västmanland och Uppland. Parasportveckan är en digital utbildningsvecka där det erbjöds två intressanta programpunkter per dag. RF-SISU Sörmland ansvarade för en Parasportpanel där aktiva idrottare delade med sig av sin kompetens och sina erfarenheter samt en föreläsning kring Trygga idrottsmiljöer inom parasport. Rörelseförståelse var ett annat uppskattat pass. Deltagare i parasportveckan var SF och deras distrikt, styrelser, ledare, aktiva, kommuner, lärare och personal.

Övrigt arbete inom parasport

Inom Rörelsesatsningen i skolan är rörelseförståelse ett viktigt grundfundament för fortsatt delaktighet och ett aktivt liv. Under 2021 har vi jobbat med två samverkande särskolor där riktade insatser har gjorts och vi har också haft dialog med fler skolor kring inkluderande och normmedveten idrott. På en av dessa skolor finns två samverkande idrottsföreningar inom Rörelsesatsningen.

Med Eskilstuna kommun, Parasport Sverige och deras distriktsförbund i Sörmland har vi haft en kontinuerlig process, samverkan och uppföljning gällande utveckling av lotsverksamhet och påverkan inom det idrottspolitiska programmet. Där har det bland annat lyfts flera punkter kring att skapa goda förutsättningar för personer med funktionsnedsättningar att vara en del av idrotten.

Nya förutsättningar för integrationsarbetet

2021 blev ett år med covidrestriktioner och ett år med besked om nedskärningar i budgeten för kommande år. Något vi inte räknat med varför året i mångt och mycket gått till att tänka om, strukturera om och planera för att arbeta på ett nytt sätt. Det resulterade i att vi inte kommer att arrangera egna aktiviteter i våra idrottssvaga områden från årskiftet 2022 utan alla aktiviteter som sker ska genomföras av idrottsföreningar. Det innebär att vi kommer arbeta ännu närmare idrottsföreningarna och förbereda dem på att möta och ta emot de målgrupper de avser att rekrytera. Vi har valt att inte förlänga anställningsavtalet med våra två projektledare för de idrottssvaga områdena i Eskilstuna och Nyköping på grund av de nya förutsättningarna.

Streetgames i Sörmland

Vår egen satsning, Streetgames, där vi utbildar ungdomar från idrottssvaga områden till idrottsledare har fortsatt

under året. Streetgamesledarna praktiserar sina nyvunna kunskaper genom att de leder spontanidrott för barn i området där de bor. Fokus under året har varit att koppla ihop ledarna med idrottsföreningars aktiviteter i de idrottssvaga områdena. HK Eskil, Nyköpings simklubb, Eskilstuna gymnastikförening och NYBY Torshälla ridklubb är några föreningar som arbetar med Streetgamesledare.

HK Eskil har med hjälp av två Streetgamesledare startat ett nytt handbollslag i Årby och de spelade sin första match i september. Ett stort steg mot att inkludera en målgrupp som stått utanför handbollen länge.

I Nyköping har simklubben haft tre Streetgamesledare som simtränarassistenter vid poolkanten och en av dem har stannat kvar och arbetar nu för föreningen.

Ytterligare fyra ledare har gått baskettränarutbildning och för Nyköpings baskets räkning varit basketledare och tränare i Brandkärr samt värdar för Brandkärr Basket Challenge.

När ledarna får vara lotsar och ledare till idrottsföreningar har vi märkt en markant skillnad i hur snabbt föreningsarna når resultat med sin satsning. I bostadsområdet Årby i Eskilstuna startade Streetgamesledarna Årby skol IF. Ett sätt att ta Streetgames vidare till något eget. Styrelse är tillsatt och de driver egna aktiviteter i området.

Stöd för integrationsfrämjande satsningar

Idrotten kan erbjuda en rolig sysselsättning, en hälsosam aktiv fritid och en gemenskap i föreningen som en väg in i det svenska samhället. För att underlätta för föreningar att starta verksamheter så finns möjlighet att söka stimulansbidrag till föreningsverksamhet som är integrationsfrämjande. Målgruppen är främst barn och ungdomar men även vuxna i form av ledare och föräldrar. Verksamheten ska genomföras av idrottsföreningar och främst i barnens/ungdomarnas närområde. Upplägget ska vara långsiktigt hållbart så att föreningen kan inkludera verksamheten i sitt ordinarie verksamhetsutbud efter satsningens slut. 28 st föreningar har fått ekonomiskt stöd under året för olika satsningar, där några valt att vara i Idrottssvaga områden och några har valt att vara på sin egna arena.

Utbildning i normkritik och inkludering

I maj avslutades utbildningen efter åtta heldagsträffar utspridda på tidsperioden september 2020 till maj 2021. Fyra medarbetare från RF-SISU Sörmland har gått utbildningen och besitter specialkompetens inom de olika områdena. Utbildningen tog upp ett ämne per tillfälle med fokus på intersektionalitet och förståelse för normer, vithets- och könsnormen, rasism, sexuell läggning samt språk och diskriminering.



04

Jämställdhet för en framgångsrik idrott

RF-SISU Sörmland vill ha en jämställd idrott. Idrottsrörelsen ser en jämställd verksamhet som en förutsättning för, och ett tecken på, en framgångsrik idrott. Män och kvinnor ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen.

Stöd och verktyg för en jämställd idrott

Vårt jämställdhetsarbete omfattar vår egen organisation samt vårt riktade arbete mot föreningar genom kommunikation och utbildning. Som en följd av att distriktets idrottsföreningar satsar på jämställdhet kommer distriktet på sikt att bli starkare, tryggare och mer attraktivt.

RF-SISU Sörmland stöttar idrottsföreningar och förbund i utvecklingen mot en mer jämställd idrott. I vårt möte med idrottsföreningar är jämställdhet ett centralt fokus. Genom att i samtal reflektera över hur föreningens arbete bedrivs, hur resurser fördelas, vem och vilka som får komma till tals och så vidare, synliggörs vilka normer som råder. Jämställdhetsfrågan ska alltid genomsyra vårt arbete med distriktets idrottsföreningar.

Inkluderandeidrott.se är en webbplats som ofta används i vårt arbete där det finns fakta, kunskap, inspiration, filmer, intervjuer och specifika verktyg för att jobba med jämställdhetsfrågor i idrottsföreningarna.

Normkritisk satsning

Under 2020-2021 har RF-SISU Sörmland gjort en jämlikhetssatsning internt i organisationen där fyra medarbetare har fått möjligheten att tillsammans med andra RF-SISU distrikt delta i flertal utbildningar samt en fördjupningsutbildning i normkritik och inkludering inom idrotten. Ett område i utbildningen var 5 steg till en jämställd och inkluderande idrott.

Tema jämställdhet

Med start den 8 mars genomförde vi, tillsammans med RF, SISU och övriga distrikt, en temavecka med fokus på jämställdhet. Årets tema var kvinnors rätt och röst i idrotten – framför allt kopplat till jämställdhet i styrelser och beslutande och rådgivande organ. I juni 2021 trädde en ändring av Riksidrottsförbundets stadgar i kraft som innebär att inget kön ska vara representerat med mindre än 40 procent i specialidrottsförbundets styrelser och valberedningar.

Jämställdhetsveckan 8–12 mars var ett tillfälle att lyfta dessa frågor och visa på vilka verktyg som finns för att stötta förbund och idrottsföreningar på vägen. Veckan inleddes den 8 mars med Riksidrottsförbundets seminarium Kvinnors rätt och röst i idrotten under 100 år, med anledning av internationella kvinnodagen och 100-årsjubileet av kvinnlig rösträtt i Sverige.

Vi bjöd även in till ett livesänt idrottssnack på samma tema där åhörarna fick lyssna till två föreningar som på olika sätt satsar på att få fler tjejer att börja idrotta och att öka tjejers självförtroende inom idrotten, Södertälje Basketbollklubb (SBBK) och New Mills Indians SK. Under samtalet fick vi även möta unga ledare som gav sin syn på ledarskap inom idrotten. I vår västra zon bjöd vi in till en jämställdhetslunch och tog del av idrottssnacket tillsammans.

Under veckan lyfte vi sedan jämställdhet som tema på facebook, instagram och vårt nyhetsbrev.

Jämställdhetsutbildning av ferieledare

Under en vecka under sommaren utbildade RF-SISU Sörmland 75 unga ferieledare inför MIX-Megapol sportläger som arrangeras av IFK Nyköping och BIS Friidrott. Ett inslag under utbildningsveckan var “Jämställdhet för en framgångsrik idrott” där deltagarna fick diskutera olika frågor i lärgrupper. Frågor som berördes var varför det är viktigt med jämställdhet inom idrotten och hur ledarskapet kan bidra till jämställdhet i en grupp.

Under sommaren utbildades även 65 ferieledare inför Summer Camp i Katrineholm. En del av utbildningen handlade om jämställdhet och normmedveten idrott.

Idrottskonferens med tema jämställdhet

Med våran årliga idrottskonferensen vill vi ge idrottsledare möjligheten att under en heldag stärka och utveckla sig i sin roll inom föreningslivet.

Under 2021 bjöd vi in till en konferens med temat Tänk jämt. Utgångspunkten för konferensen var genusforskning samt Jean Cotés forskning om det transformativa ledarskapet och handlade om hur kvinnor och män tillsammans och genom att stärka varandra kan höja kvaliteten i idrottens olika rum; tränings- och tävlingsarenan, omklädningsrummet och styrelserummet. Vi behöver fundera över hur normer och stereotypa bilder av vem som kan vara ledare, tränare, styrelsemedlem eller föreningsledare inom idrotten påverkar vilka som rekryteras eller tillfrågas.

05

Ett starkt ledarskap

RF-SISU Sörmland vill att idrottsrörelsen ska ha ett starkt ledarskap i alla delar av organisationen. Vi vill att såväl tränare, ledare och förtroendevalda känner till och leder enligt svensk idrotts värdegrund.

Grundutbildning för tränare

Genom att skapa en glädjefylld och trygg utvecklingsmiljö för barn, unga, vuxna och äldre kommer fler välja att stanna inom föreningsidrotten, där tränare har en stark roll i att skapa den miljön. För att stärka ledarskapet i distriktet har vi arrangerat ett flertal Grundutbildning för tränare som skapar en bra grund att stå på i tränaruppdraget, bland annat grundläggande kunskaper i ledarskap och träningslära med ett holistiskt perspektiv av idrottaren som utgångspunkt.

Utbildningen är både bred och djup och en ledarutbildning oberoende idrott. Det ger ett bra utbyte och mer förståelse/mer effekt mellan deltagarna. I utbildningen jobbar deltagarna igenom färdiga moduler, där de även kan påverka sin utbildning genom att välja någon egen modul som hen vill fördjupa sig i. På så sätt kan vi säkerställa effekten att fler tränare har kunskapen för att skapa en utvecklande och inspirerande idrottsmiljö där idrottare har roligt, mår bra och får möjlighet att utvecklas utifrån sina förutsättningar och behov. Under 2021 har vi utbildat över 80 tränare enligt ovan.

Föreläsning kring åldersanpassad fysisk träning för barn och ungdomar

Under året har vi genomfört en digital introduktionsutbildning kring åldersanpassad fysisk träning för barn och unga för ca 70 ledare och tränare från distriktet. Syftet med utbildningen var att ge deltagarna en inblick i vad åldersanpassad fysisk träning för barn och ungdomar är och vad det innebär. Deltagarna fick också kunskap kring hur man som tränare eller ledare kan använda sig

av detta under sina träningspass, bland annat kopplat till styrketräning och uthållighetsträning.

Psykisk ohälsa, ätstörningar och idrottsmiljöer – vägar att hantera och förebygga

På efterfrågan av tränare och ledare i distriktet bjöd vi under våren 2021 in till en digital utbildning över två tillfällen med fokus på psykisk ohälsa, ätstörningar och idrottsmiljöer. Syftet med utbildningen var framför allt att bidra till en kunskapsökning i ämnet och kring hur vi skapar hälsosamma miljöer både fysiskt och mentalt för våra aktiva. Det första utbildningstillfället hade huvudfokus på psykisk ohälsa och ätstörningar inom idrotten och det andra tillfället var en fördjupning i ämnet med särskild fokus på idrottsmiljön. Deltagarna fick lyssna på Klara Edlund, leg. Psykolog, leg. Psykoterapeut och docent i psykologi som presenterade den senaste forskningen inom området, gav handfasta råd för hur du som tränare eller närstående kan agera om du är orolig över en idrottare och lyfte exempel från goda och hållbara idrottsmiljöer.

Södertälje idrottsallians

I Södertälje driver vi sedan 2018 Södertälje Idrottsallians. Syftet är att öka "vi-känslan" och samverka mellan Södertäljes elitidrottsföreningar, RF-SISU Sörmland och andra aktörer i kommunen. Vi har under året träffats en gång fysiskt och haft övriga träffar digitalt på grund av Covid-19. En återkommande punkt på agendan i våra elitidrottsalliansträffar är att alla föreningsrepresentanter fått dela med sig av sitt nuläge. Genom att lyfta det och även prata om sitt önskade nyläge har vi på ett enkelt sätt skapat positiva effekter för idrotten i Södertälje. En tydlig effekt av att få dela med sig av sina erfarenheter och kompetenser har varit flertalet nära samarbeten mellan olika föreningar. Bland annat har Södertälje Basketbollklubb och Syrianska FC etablerat en tätare dialog. Utöver det har Södertälje Basketbollklubb, Södertälje Gymnastik och Sportförening, Södertälje Idrottsförening, samt Södertälje Volleybollklubb startat upp lovlägrat Multisportis. Det har även blivit tydligt att dessa dialoger och samarbeten lett till att man tillsammans sett delar i varandras verksamheter som man kan stötta varandra kring – till exempel kommer gemensamma ledarutbildningar troligtvis genomföras i några av ovannämnda föreningar.

Kontinuerligt har Södertälje kommuns idrottsstrategiska grupp (ISG) varit uppe för diskussion i Södertälje Elitidrottsallians. Önskemål om större insyn och inflytande har varit ett hett ämne. Helt enkelt för att som en förening med relativt stor organisation kunna bidra till den större allmännyttan i staden/kommunen. Än har nog inte en tillräckligt tydlig arbetsgång etablerats mellan ISG och övriga föreningar (däribland Södertäljes Elitidrottsallians) för att kunna uttala sig fullt ut. Men en viktig del i detta elitnätverks fortsatta arbete är att jobba än mer

strategiskt och som en enhet i syfte att skapa mervärden i Södertälje; för dess invånare och näringsliv.

Behovet av att säkerställa en viss nivå av kompetens men också locka unga till att bli ledare har gång på gång fört oss in på att prata om olika varianter på ledarsatsningar i detta elitnätverk. Tillsammans har vi lyckats syna tidigare tillkortakommanden och tankemissar genom att tydligt kartlägga vilka behov som är gemensamma för föreningarna i detta nätverk istället för att stirra oss blinda på vad som vore spännande/bra/nytt att plocka in i en sådan utbildningsserie. Totalt sett var det ett kämpigt år men tack vare en trygghet i nätverket och tidigare samverkan så känns det som att vi kunnat hålla igång i en respektabel takt och med rimliga förväntningar.

Doorstep – utbildning av ledare från idrottssvaga områden.

Två stora utbildningsdagar har ordnats för länets Streetgamesledare. I april utbildade vi dem i värdskap och trygga idrottsmiljöer. Den praktiska utbildningsdelen med Rörelseförståelse fick ställas in på grund av restriktioner utbildningsdagen genomfördes digitalt. I december kunde vi ses fysiskt och drygt 30 Streetgamesledare fick höra en föreläsning med polisen Patrick Thornéus där han tog upp hur viktiga ledarnas engagemang är i våra idrottssvaga områden. Att de gör skillnad, stor skillnad och från en polis synvinkel är aktiviteterna som Streetgames gör en av de bästa brottsförebyggande åtgärderna. Utöver de här två utbildningarna har det skett flertalet lokala lärgrupper där det pratas om allt från ledarskap till planering av aktiviteter.



Reportage från idrottsåret 2021

2021 har varit ett annorlunda år för idrottssörmland där mycket har ställts in till följd av coronapandemin. Men tack vare ett intensivt arbete har det genomförts genomfört mycket coronasäker verksamhet under året. Här följer nedslag i vår och idrottssörmlands verksamhet från idrottsåret 2021.



Historiskt tapp för idrotten

Den organiserade idrotten har gjort ett historiskt tapp vad gäller deltagartillfällena under förra året, och i Sörmland är det extra oroligt.

- Vi har haft en tillbakagång när det gäller aktiviteter på ungefär 10 % nationellt under förra året men i Sörmland är tappet 15 %. Så det är klart att vi har en större utmaning här än i landet i övrigt, säger Jörgen Hedberg.

Anledning till varför Sörmland sticker ut ska enligt Jörgen Hedberg ha med socioekonomiska skillnader att göra. Exempelvis låga utbildningsnivåer, lägre inkomster och högre arbetslöshet vilket gör att fler barn bor i familjer med ekonomisk utsatthet.

- I välbärgade kommuner där man har det bra där idrottar man mera, medan man gör det i mindre utsträckning här i

Sörmland. Det är förstås en utmaning för oss inom idrotten, men även för hela samhället.

Idrotten utgör ett av de här sammanhangen som är så viktiga för barn och ungdomar att vara i när man växer upp, att man har kompisar och vuxna förebilder omkring sig. Och uteblir det så får vi problem framöver och vi får en generation som växer upp nu som inte har fått det som tidigare generationer har, berättar Jörgen Hedberg

- Tappet vi gjorde när det gäller deltagartillfällena under 2020 är historiskt, det har aldrig inträffat inom idrotten tidigare att vi tappat så mycket under ett år. Och tyvärr ser vi ingen ljusning än under 2021 utan nu handlar det om att fokusera på att hålla i det vi har.



Unga krafter leder vägen i sommar

Under sommaren 2021 är det de unga inom föreningslivet som leder vägen när Eskilstuna Kommun och Strängnäs Kommun öppnar upp för idrottsliga kostnadsfria sommarlovsaktiviteter. För att ge ungdomarna en bra start höll vi i två digitala ledarutbildningar.

Tack vare stöd från kommunerna kommer föreningslivet kunna erbjuda idrottsliga kostnadsfria sommarlovsaktiviteter för barn och unga i Eskilstuna Kommun och Strängnäs Kommun. RF-SISU Sörmland har fått förtroende att hjälpa till med såväl samordning som utbildning, där respektive kommuns idrottsföreningar kommer att ha en stor roll.

- Jag är otroligt glad att vi, tillsammans med kommunerna och föreningslivet, får möjlighet att erbjuda sommarlovsaktiviteter för alla barn och unga. Det senaste året har varit tufft för många, inte minst våra unga, och det är ett faktum att stillasittandet och den psykiska ohälsan har ökat. Därför känns det fantastiskt att det kommer att erbjudas möjlighet till rörelse under lovet för alla, säger Patricia Wallén, idrottskonsulent och samordnare av sommarlovsaktiviteterna i Strängnäs Kommun.

Det är framför allt de unga ledarna hos idrottsföreningarna i Eskilstuna och Strängnäs som kommer att leda, ta hand om och hålla i de idrottsaktiviteter som kommer att genomföras i sommar. För att ge alla unga ledare de bästa förutsättningarna bjöd vi den 18 och 20 maj in till två kostnadsfria digitala ledarskapsutbildningar för alla blivande sommarlovsledare.

- Sommarlovsledare är förebilder, motivatorer och inspiratörer för rörelse och träning och därför är det också viktigt att de känner sig trygga och säkra i sin roll. En trygg ledare ger trygga barn. I sin tur har trygga barn roligt och kommer tillbaka. Vi vill att sommarlovsledarna ska bli trygga ledare

som ger och sprider trygghet omkring sig i sommar. För att de ska vara möjligt behöver vi ge dem rätt förutsättningar och rätt förberedelser så de kan genomföra sin uppgift så bra som möjligt, säger Patricia om syftet med utbildningen.

Drygt 130 unga ledare i åldrarna 13–20 år från ett 20-tal föreningar i Eskilstuna och Strängnäs deltog på de två utbildningstillfällena som bland annat kretsade kring värdskap, om att se och möta varje barn, barnkonventionen och hur vi är en bra förebild när vi representerar vår idrottsförening.

En av deltagarna på utbildningen var 18-åriga Tone Stockenberg från Gökstens Bollklubb som i sommar ska leda barn och unga som vill testa på handboll. Tone deltog för att utveckla sina ledarkunskaper, men också för sin egen personliga utveckling och tog med sig bra saker inför sin framtida roll som sommarlovsledare i föreningen.

- Jag tog med mig mycket bra saker från utbildningen, bland annat att man ska vara väl förberedd och ha en bra struktur då barn har starka viljor. Att ha tydliga regler som gör att jag och mina ledarkollegor, men framför allt barnen ska veta vad som gäller, är också viktigt, säger Tone när vi bad henne nämna några bra saker hon tog med sig.

Vi frågade Tone om hon kunde beskriva vad en bra ledare är för henne och hur hon gör för att vara en bra förebild för andra.

- En bra ledare för mig är en engagerad, rolig och trygg ledare som vågar bjuda på sig själv. För glädjen är det som jag personligen drivs framåt av och som får mig att prestera. En bra förebild är den som ser den enskilde individen och hans kvaliteter, och som sprider glädje så alla får sin tid i rampljuset.



Stort intresse för Gnesta idrottsskola

Intresset var stort när föreningslivet i Gnesta fick klartecken från kommunen att man likt tidigare år kunde erbjuda möjligheten för sommarlovslediga barn födda mellan 2008-2014 att delta på Gnesta Idrottsskola.

-Två dygn efter att anmälan öppnade så var både vecka 26 och 27 fulltecknade. Det är naturligtvis väldigt bra att vi kan genomföra idrottsskolan nu i sommar trots den pågående pandemin och vi är väldigt glada att intresset varit så stort. Samtidigt är det såklart tråkigt att vi på grund av pandemin inte kan ta emot fler deltagare detta år, säger Mats Wårdemark, styrelsemedlem i Gnesta Fotbollsförening.

Idrottsskolan, som är ett samarrangemang mellan OK Klemmingen, Smedsta Gymnastikförening, IFK Gnesta, Gnesta Taekwon-Do, Gnesta Tennisklubb och Gnesta fotbollsförening, är en fantastisk möjlighet att prova på flera olika idrotter och se vad man tycker om. Föreningarna samarbetar även med Gnesta kommun och RF-SISU Sörmland inför och under arrangemanget med bland annat marknadsföring och utbildningsinsatser.

Ungdomar med feriearbete i kommunen tar hand om barnen. Det är ungdomar med feriearbete i Gnesta kommun som kommer att vara ledare under idrottsskolan, även om vårdnadshavare och andra vuxna kommer att finnas med under veckan för att stötta alla ledare.

En viktig del av idrottsskolan är att utbilda alla unga ledare så att de ska känna sig trygga med sitt nya uppdrag. Därför arrangerar vi på RF-SISU Sörmland en ledarskapsutbildning idrottskonsulenterna Maria Ståhl och Sarah Wårdemark medverkade under en dag. Så här säger Maria om idrottsskolan och varför såväl den som ledarskapsutbildning är viktig.

- För många barn kan deltagande i en idrottsskola på sommarlovet vara deras första kontakt med idrotten, om vi inom idrottsrörelsen kan visa upp ett gott ledarskap ökar sannolikheten att barnen vill ta klivet in i ordinarie idrottsverksamhet. För de unga ledarna kan detta vara deras första ledarerfarenhet och därför vill vi såklart vara med och ge dem så många verktyg som möjligt för att känna sig trygga och kunna lyckas i sitt ledarskap. Förhoppningen är att ledarna ska uppleva ledarskap som något roligt och givande som de gärna vill göra mer av i en idrottsförening. Vi på RF-SISU vill vara med och bidra till att fler hittar in i idrotten och att idrotten är en trygg plats där vi alla kan utvecklas.



Rörelseförståelse - lika viktigt som att läsa och skriva?

Rörelseförståelse handlar om mycket mer än att bara kunna en mängd olika rörelser. För att reda ut vad begreppet faktiskt innebär och varför det är så viktigt ställde vi några frågor till vår samordnare för Rörelsesatsning i skolan, Maria Ståhl.

Hej Maria! Kan du förklara vad rörelseförståelse är?

Rörelseförståelse är en helhetssyn på fysisk aktivitet, där målet är att fler ska röra på sig hela livet. Genom träning och lek som är utformat utifrån ett rörelseförståelseperspektiv utvecklar du dina färdigheter inte bara fysiskt – utan även socialt, psykiskt och idrottsligt. Rörelseförståelse är mer än att kunna utföra en mängd olika rörelser. Det handlar om att alla ska kunna känna glädjen och viljan att röra sig. Att utveckla alla så att de vill, vågar och kan vara fysiskt aktiva hela livet. Om du vill, vågar och kan vara aktiv får du självförtroende av att röra på dig motivation till att röra på dig kunskap och kompetens om hur det går till förståelse för varför det är viktigt att vara fysiskt aktiv.

Varför är rörelseförståelse viktig?

Ett utvecklat rörelsealfabet ger dig möjlighet att kombinera rörelser på olika sätt, i olika sammanhang och miljöer vilket gör att du kan vara delaktig i så många fler sammanhang. Att ha förmågan att ta sig fram på såväl asfalt, som snö, som grusväg i nedförslut är viktigt. Precis lika viktigt som att ha självförtroende i att ta sig an den där 5-kampen med kollegorna, trots att du aldrig kört just de grenarna. Det självförtroendet kommer ifrån att du har tidigare erfarenheter av att ha lyckats trots att du vart nybörjare. Vi behöver också ge alla, såväl barn som vuxna, förutsättningar att kunna förknippa rörelse med glädje. För vi vet att vi rör på oss för lite och vi vet att rörelse är bra för oss, men ändå så blir det inte av. Vi behöver tänka nytt och tänka om!

Hur jobbar RF-SISU Sörmland med rörelseförståelse?

I vår roll som studieförbund uppmanar vi till folkbildande verksamhet ute i föreningarna där ett tema kan vara just rörelseförståelse. Där kan vi bistå med samtalsunderlag eller rena utbildningsinsatser som stöd. Vi är även med i satsningen Rörelsesatsning i skolan. Tillsammans med skolan ser vi över nuläge, önskat nuläge och en plan för att ta skolan dit. Vi vill utveckla antalet möjligheter till rörelse ett barn har i och under skolans hela dag, samt att vi med hjälp av rörelseförståelseperspektiv vill kvalitetssäkra det som erbjuds, så att de minst aktiva barnen ska få sin chans till positiva erfarenheter av rörelse.



Värdegrundsarbete genom lärgrupper i Katrineholms kanotklubb

Under våren och sommaren 2021 har aktiva, föräldrar och ledare i Katrineholms kanotklubb genomfört ett gediget värdegrundsarbete i samarbete med RF-SISU Sörmland.

Vid sju tillfällen anordnades lärgrupper där klubbens värdegrund och barnens spelregler var fokus. Vissa tillfällen hölls med RF-SISU Sörmlands representanter på plats, vid ett tillfälle gästades klubben av Dennis Kernen, en av Sveriges mest framgångsrika kanotister, och vid ett tillfälle deltog föräldrar på en föreläsning om trygga idrottsmiljöer.

- Värdegrunden är en viktig del av en förening och i och med att det fanns ett så bra material att utgå ifrån, Barnens spelregler, så tyckte vi att det var en bra idé att jobba med värdegrundsfrågorna i lärgruppsform. I och med att vi jobbade i mindre grupper så blev det bra diskussioner, alla fick komma till tals. Det var positivt att barnen själva fick tänka till och komma med inputs, säger Karin Lagmyr, ungdomsledare i Katrineholms kanotklubb.

Ett bra sätt att involvera hela föreningen

Peter Tillqvist, idrottskonsulent hos RF-SISU Sörmland, har funnits med och stöttat i arbetet.

- Det var ett jättebra jobb som gjordes i föreningen, det var klockrent hur de blandade aktiva, tränare, ledare och föräldrar och arbetade med sin värdegrund. Ett mycket bra exempel på hur man kan genomföra ett värdegrundsarbete i hela föreningen så att alla känner till den och blir delaktiga. Föreningen gjorde även en väldigt bra sammanställning efter genomfört arbete så att det de kom fram till, det som gäller, finns dokumenterat.

I sammanställningen står det bland annat:

”Ungdomarnas kloka reflektioner kring de viktiga frågorna beskriver hur vi ska leva efter klubbens värdegrund och förhållningsregler. De är till stor hjälp för klubbens ledare, föräldrar och andra engagerade vuxna för att skapa trygg och inkluderande miljö på kanotklubben där alla blir sedda och accepterade. Ett viktigt steg mot klubbens fortsatta arbete för ökad gemenskap och laganda.”

Karin Lagmyr ser också vinningen i att samla hela föreningen i lärgrupper för att jobba med värdegrunden.

- Uppstår det då situationer med barnen så kan man påminna dem om värdegrunden, hur de ska vara som kompisar. Den som de själva varit med och jobbat fram.



Nyköpings Simssällskap samarbetar med Streetgames för att lära fler barn att simma

Sedan 2019 bedriver Nyköpings simssällskap simundervisning för elever som inte klarat simundervisningen i skolan. Under 2020 började föreningen ta hjälp av ledare från Streetgames i Brandkärr för att nå fler barn.

Förutom att Streetgamesledarna hjälper Nyköpings Simssällskap att nå fler barn utbildas de även till simledare. Muwahib Cabdi och Maimuna Ahmed Gahair är två av Streetgamesledarna som nu är simledare hos föreningen. På frågan varför de valde att bli simledare svarar Muwahib:

- Det är kul och roligt att se hur barnen lära sig simma.

Varje söndag är de med barnen i bassängen och här sätts deras ledarskap på prov. Både Muwahib och Maimuna säger att de utvecklar sitt ledarskap när de är här, samtidigt märker de att barnen känner sig tryggare i bassängen när de också är i vattnet. Maimuna säger:

- Jag har varit simledare i snart ett år och det ger mig så mycket att se hur barnen klarar att simma längre och längre sträckor. Det här är jätteroligt och jag kommer definitivt fortsätta som simledare.

Ledarskapet är viktigt för deltagarna

Rami Mardini och David Gabro är två av deltagarna som kommer och simmar varje söndag. Vi frågar killarna vad som är roligast med att simma? Rami svarar:

- Det är kul när jag märker att jag kan simma längre sträckor, att jag utvecklas.

David fyller på:

- Sen att kompisarna är här. Jag vill bara lära mig mer simning. Nu har jag lärt mig hålla andan under vattnet.



Bidrag och stöd

LOK-stöd

Förkortningen LOK står för Statligt Lokalt Aktivitetsstöd, och är avsett att stödja ungdomsverksamheten (7-25 år) i föreningslivet och föreningar som har idrott för personer med funktionsnedsättningar (alla åldrar). Bidragsberättigad verksamhet kan till exempel vara träning, läger, tävlingar/matcher, trivselaktiviteter och ledarträffar. LOK-stödet är ett värdefullt bidrag då det stärker verksamhetsutvecklingen. Totalt har det delats ut 15 588 104 kr i LOK-stöd i vårt distrikt under 2020.

Verksamhetsbidrag

Verksamhetsbidrag utgår till SDF, MO samt i vissa fall idrottsföreningar. RF-SISU Sörmlands årsstämma har beslutat att två kriterier ska styra fördelningen av verksamhetsbidraget:

1. Utveckla barn- och ungdomsidrotten

Här fördelas 30% av det totala stödet.

2. Det goda ledarskapet

Här fördelas 70% av det totala stödet.

Totalt har 4 088 124 kr i verksamhetsbidrag delats ut i Sörmland under 2021.

Stöd för integrationsfrämjande aktiviteter

För att underlätta för föreningar att starta integrationsfrämjande verksamheter så finns möjlighet att söka stimulansbidrag till föreningsverksamheten. Under 2021 beviljade RF-SISU Sörmland 397 904 kr till integrationsfrämjande verksamheter runt om i Sörmland.

Anläggningsstöd

Tillgången och tillgängligheten till anläggningar och idrottsmiljöer är avgörande för vilken verksamhet som kan bedrivas. Med idrottsmiljöer menas även allt nyttjande av luft, mark och vatten för idrottslig verksamhet. Huvudsyftet med anläggningsstödet är att skapa nya aktivitetsytor och nya idrottsmiljöer som genererar fler idrottsaktiviteter för barn och ungdomar. Under 2021 har RF-SISU Sörmland beviljat 2 885 652 kr i anläggningsstöd till 12 föreningar. Bland föreningar som beviljats anläggningsstöd finns:

- Eskilstuna Badmintonklubb som beviljades 400 000 kr för ett energiprojekt som innebar ny belysning i hall och omklädningsrum samt installation av pump för värmeåtervinning.
- Katrineholms Ryttdäsningsförening som beviljades 219 000 kr för ett energiprojekt som innebar byte av armaturer i stall och ridhus samt byte av radiatorer till luft/luftvärmepump.
- Vattenskidklubben Kringlan som beviljades 400 000 kr för en ny förbättrad båt till barn och ungdomsverksamheten.
- Råby Rekarne som beviljades 30 000 kr för inköp av utrustning, två st frame runner för parasport.

Projektstöd Barn och ungdomsidrott

Syftet med stödet är att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin barn- och ungdomsidrott i enlighet med Strategi 2025. Tre övergripande områden prioriterades under 2021 för att styra idrottsföreningars utveckling mot målen. Dessa är: Idrottssvaga områden, få fler ungdomar att stanna kvar i den organiserade idrotten och utbildade barn- och ungdomsledare i idrottsföreningar. I och med pandemin tillkom även det sökbara området bibehållen verksamhet under tiden för restriktioner med anledning av Coronapandemin. Under 2021 fördelades totalt 531 552 kr varav ca 99 616 kr i bibehållen verksamhet under tiden för restriktioner med anledning av Coronapandemin.

Kompensationsstöd

Föreningar har under 2020-2021 tappat mycket intäkter som en effekt av de restriktioner som införts för att minska smittspridningen av corona. Precis som under 2020 öppnade RF möjlighet för idrottsföreningar och specialidrottsförbund att ansöka om kompensationsstöd som är en del av regeringens krispaket till idrottsrörelsen. Syftet med kompensationsstödet är att ge förbund och föreningar förutsättningar att överleva och fortsatt kunna bedriva idrott och evenemang. Barn- och ungdomsidrotten är särskilt prioriterad. Totalt har 10 218 000 kr fördelats till de sörmländska föreningarna.

IdrottOnline

IdrottOnline är ett gemensamt verksamhetssystem för hela 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 och Idrottslyft, administration av utbildningar och tävlingar och mycket mer sker via IdrottOnline. Föreningar som är anslutna till Riksidrottsförbundet får tillgång till allt detta helt kostnadsfritt.

Våra fysiska drop in-support träffar har under 2021 varit digitala och vi har erbjudit ett flertal workshops, grund- och fortsättningsutbildningar samt föreningsspecifika utbildningar i IdrottOnline. Våra idrottskonsulenter har också hjälpt till med att redovisa föreningarnas folkbildningsaktiviteter i IdrottOnline och utbildningsmodulen, samt informerat om hur föreningen söker LOK-stöd. RF-SISU Sörmland har även telefon- och mailsupport för att snabbare kunna svara på föreningarnas supportfrågor kring IdrottOnline men också för att underlätta för supporten på Riksidrottsförbundet (RIOS). Vi har förutom telefon och mail även använt oss av ärendehanteringssystemet Freshdesk. Under året har vi tagit emot drygt 100 ärenden via Freshdesk som samtliga besvarades inom den uppsatta tidsramen på 48 timmar och samtliga löstes även inom samma tidsram.

Idrotten i siffror

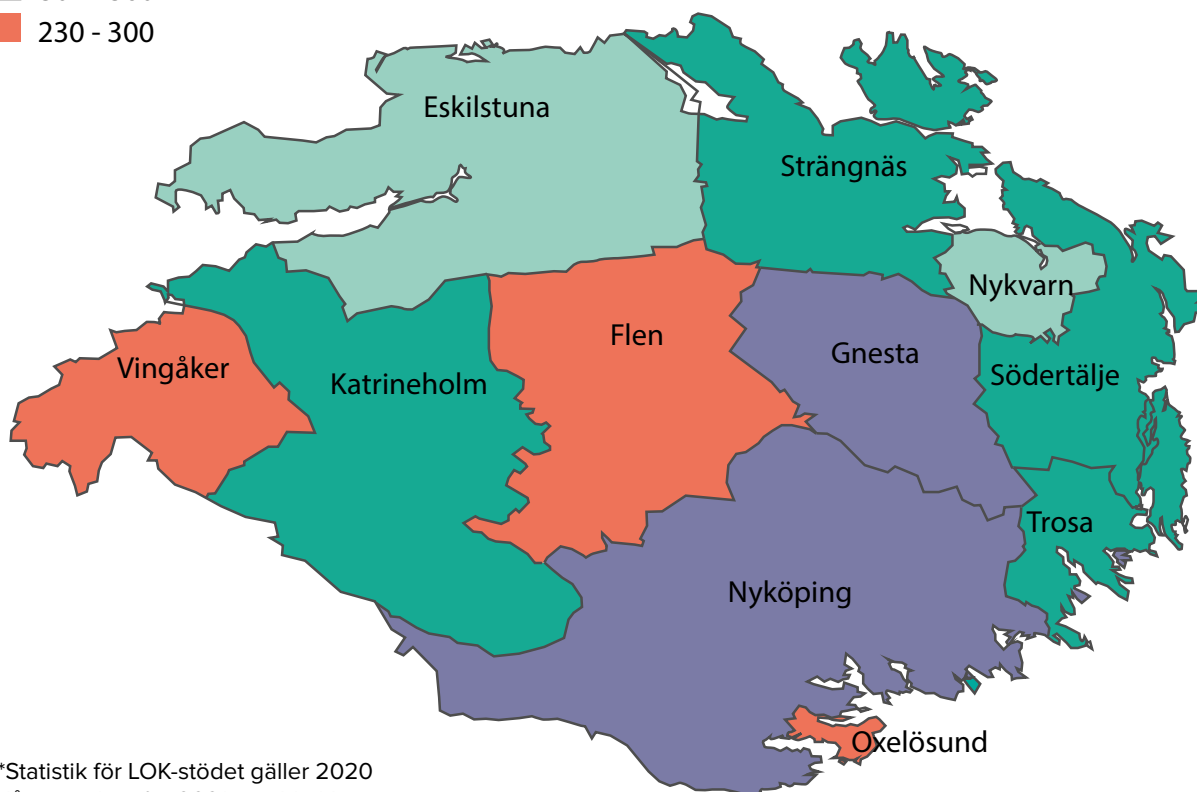
Antal idrottsföreningar och idrotter i distriktet 2021

Kommun	Föreningar	Idrotter
Eskilstuna	159	62
Strängnäs	58	37
Katrineholm	71	25
Flen	44	31
Vingåker	24	19
Nyköping	107	45
Oxelösund	16	19
Gnesta	23	25
Trosa	30	24
Södertälje	103	47
Nykvarn	14	14
Summa	649	

Källa: RF

Antal genomförda LOK-stödsaktiviteter per 1000 invånare i distriktet 2020*

- 431 - 438
- 361 - 430
- 301 - 360
- 230 - 300



*Statistik för LOK-stödet gäller 2020 då statistiken för 2021 inte blir klar innan sommaren 2022.

Källa: RF

Lokalt aktivitetsstöd, antal deltagartillfällen år 2019*, RF-SISU Sörmland

Ålder	Flickor	%	Pojkar	%	Totalt
7-12 år	319 730	41%	460 999	59%	780 729
13-16 år	222 747	38%	359 159	62%	581 906
17-20 år	66 116	29%	163 896	71%	230 012
21-25 år	20 742	20%	82 065	80%	102 807
26>**	1 055	26%	2 961	74%	4 016
	630 390		1 069 080		1 699 470

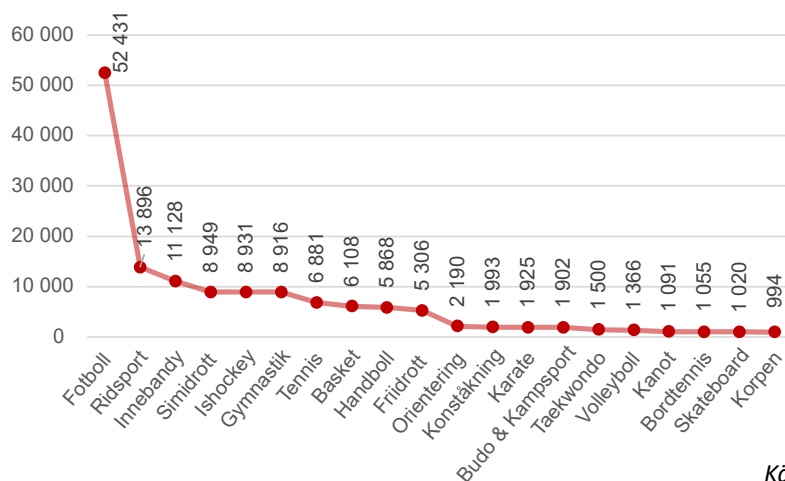
*Statistik för LOK-stödet gäller 2019 då statistiken för 2020 inte blir klar innan sommaren 2021.

**För deltagare med funktionsnedsättning finns ingen övre åldersgräns.

Källa: RF/LOK-stöd

Källa: RF

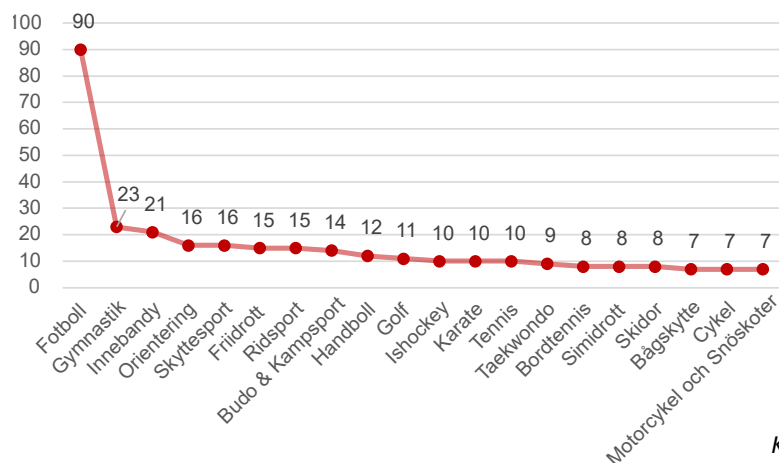
20 idrotterna med flest LOK-stödsaktiviteter



Källa: RF

Statistik för LOK-stödet gäller 2020 då statistiken för 2021 inte blir klar innan sommaren 2022.

20 idrotterna med flest LOK-stödsföreningar



Källa: RF

Statistik för LOK-stödet gäller 2020 då statistiken för 2021 inte blir klar innan sommaren 2022.

Antal utbildningstimmar i Sörmland

2019
59 481

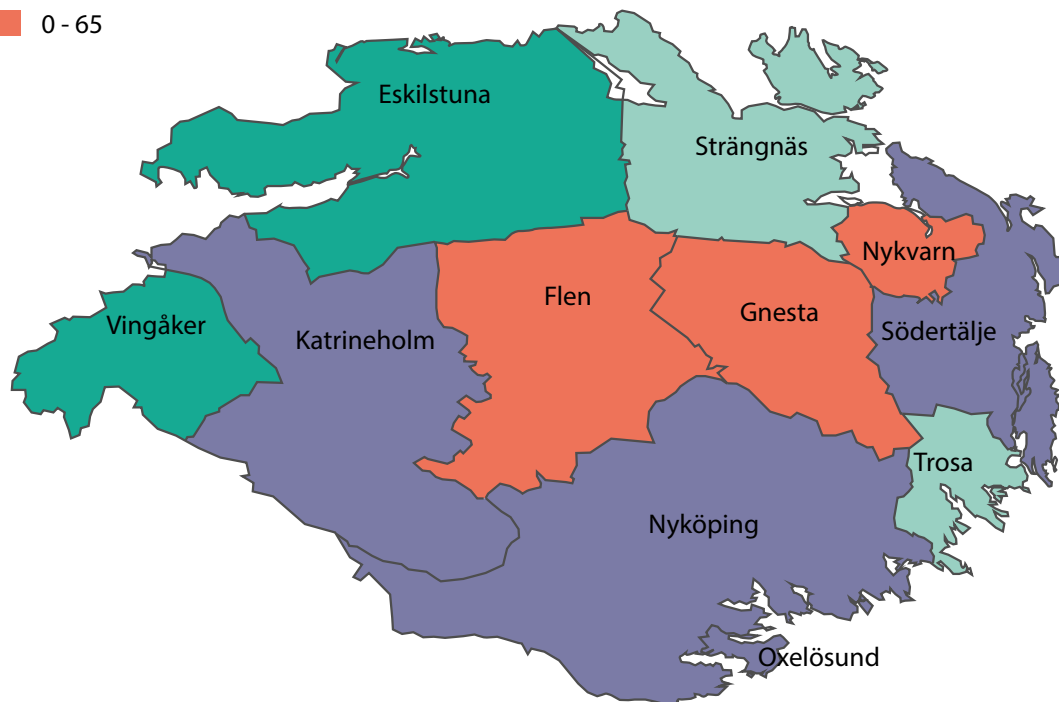
2020
48 563

2021
45 033

Källa: RF

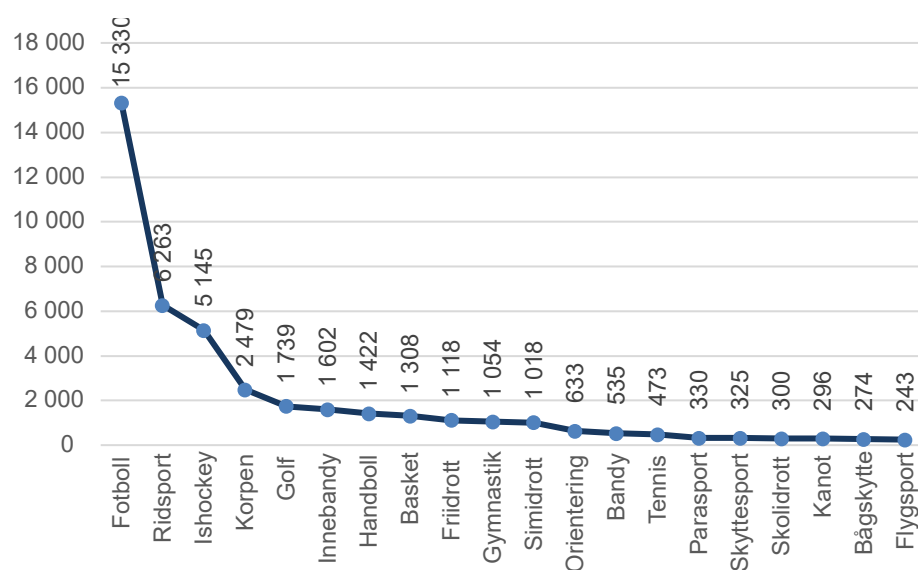
Antal utbildningstimmar per 1000 invånare fördelat över distriktet 2021

- 151 - 184
- 116 - 150
- 66 - 115
- 0 - 65

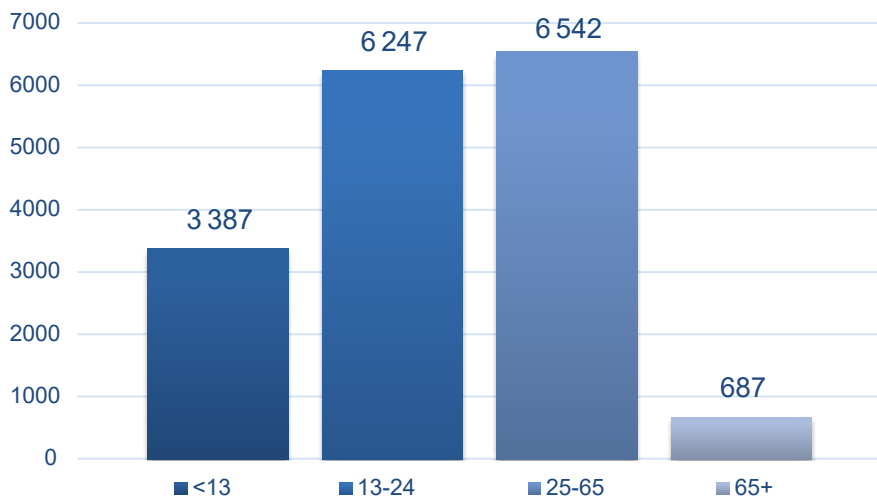


Källa: RF

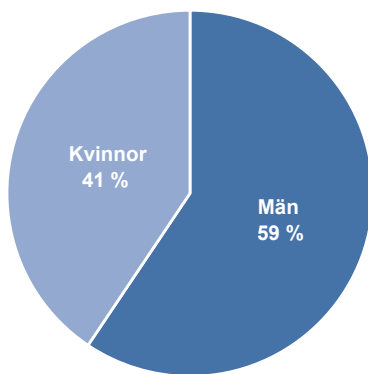
20 största idrotterna när det gäller utbildningstimmar 2021



Källa: RF



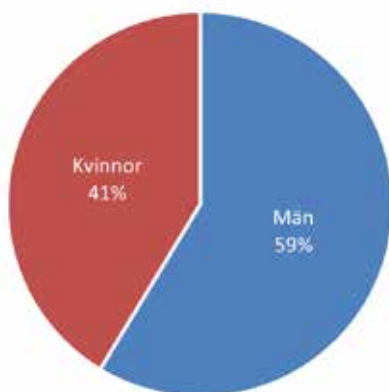
Åldersfördelning utbildade unika ledare och aktiva 2021



Fördelning av kvinnor och män utbildade unika ledare och aktiva 2021

Källa: RF

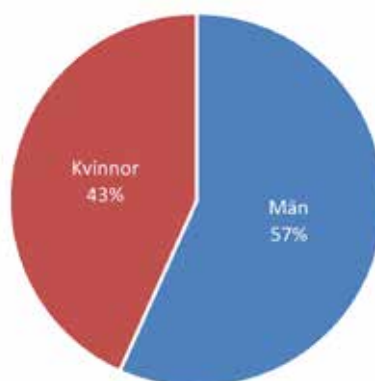
Deltagare i lärgrupp, kurs och processarbete 2021



Totalt:
29 553 st

Källa: RF

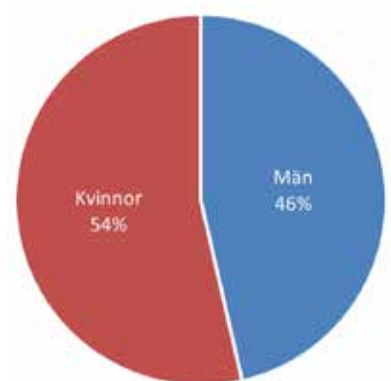
Publik i kulturarrangemang 2021



Totalt:
10 679 st

Källa: RF

Publik på föreläsning 2021

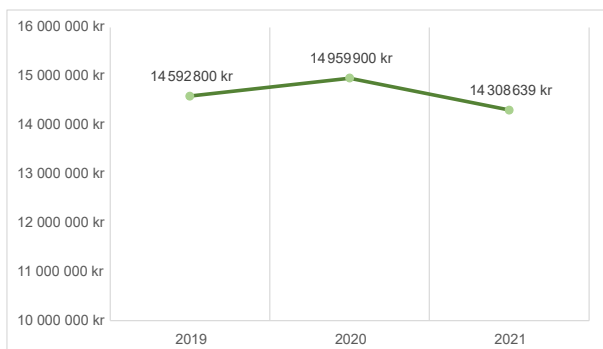


Totalt:
3 065 st

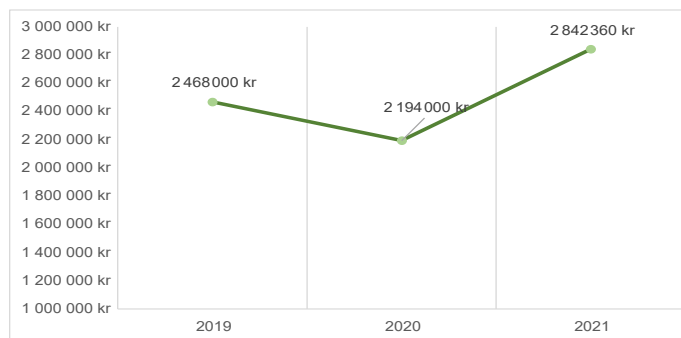
Källa: RF

Medel till RF-SISU Sörmland 2019, 2020, 2021

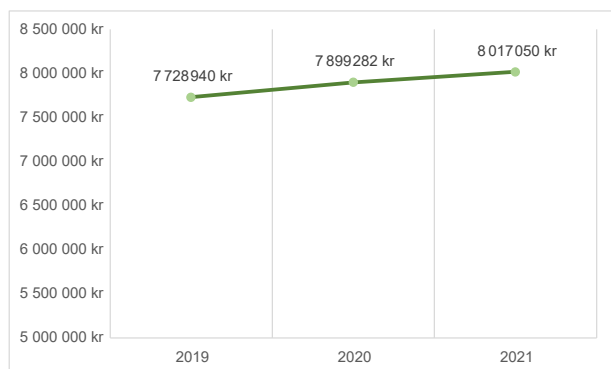
Stadsstöd 2019, 2020, 2021



Kommunalt stöd 2019, 2020, 2021



Regionalt stöd 2019, 2020, 2021

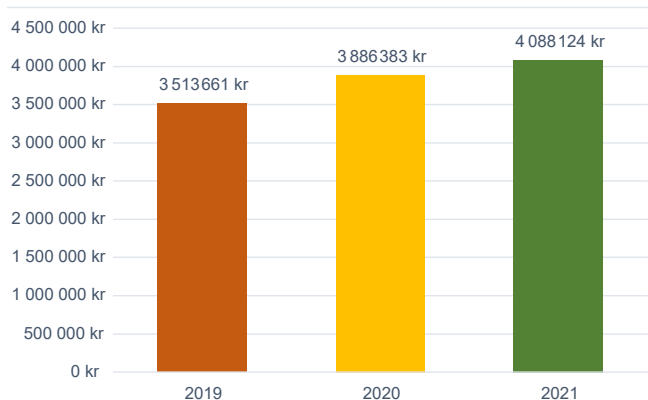


*I och med att de statliga bidragen till kommunerna för sommarlovsaktiviteter upphörde har de kommunala stöden till RF-SISU Sörmland för sommarlovsaktiviteter också minskat vilket påverkat utfallet av det totala kommunala stödet.

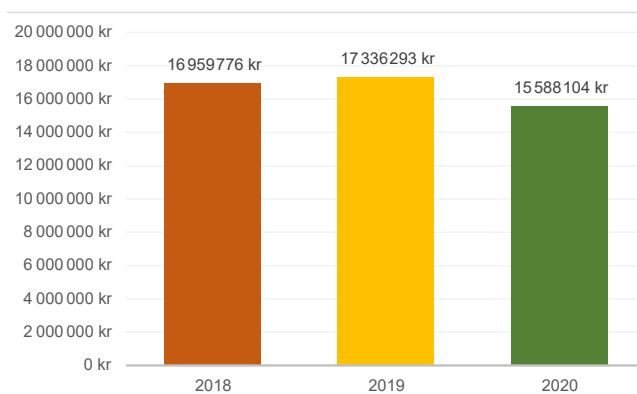
Källa: RF

Fördelning av medel till specialidrottsdistriktsförbund och idrottsföreningar

Utbetalt verksamhetsbidrag till SDF 2019, 2020, 2021

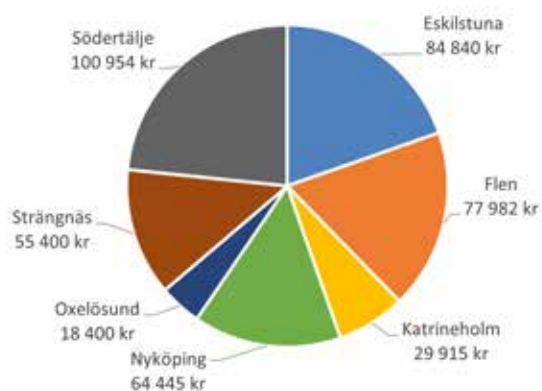


Utbetalt LOK-stöd 2018, 2019, 2020

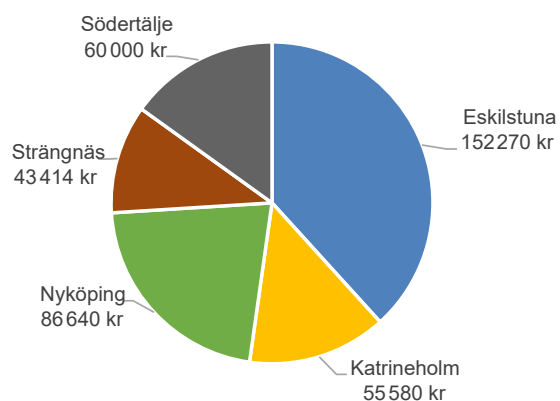


Källa: RF

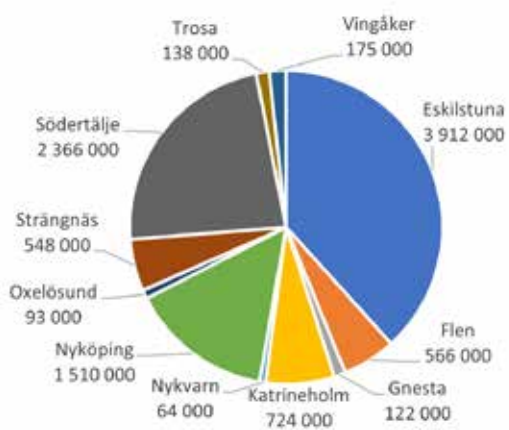
Projektstöd 2021 - totalt 431 936 kr



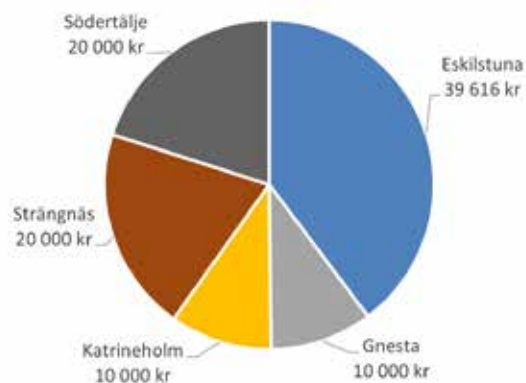
Integrationsstöd 2021 - totalt 397 904 kr



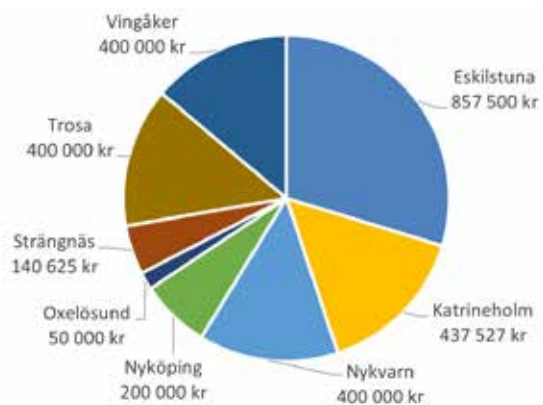
Kompensationsstöd - Corona 2021 - totalt 10 218 000 kr



Bibehållen verksamhet - Corona 2021 - totalt 99 616 kr



Anläggningsstöd 2021 - totalt 2 885 652 kr



Personal



Jörgen Hedberg
Distriktsidrottschef



Malin Gustafsson
Stabschef



Helena Bergkvist
Verksamhetscontroller



Carina Andersson
IT-samordnare



Love Swartz
Sakkunnig i Barn &
Ungdomsidrott



Micael Peterson
Kommunikatör/
Integrationsamordnare



Karin Winblad
Kommunikatör



Caroline Lindeberg
Kommunikatör



Eva Sandeberg
Kommunikatör



Johannes Hedlund
Samordnare Fritidsbanken/
Rörelsesatsningen



Anna Holmén
Ekonom



Carina Andersson
Ekonom



Maria Blomkvist
Administratör



Thomas Westerberg
Vaktmästare



Amanda Hanna
Projektledare



Torbjörn Berglund
Verksamhetschef
Norra zonen



Elin Larsson-Roos
Idrottskonsulent
Norra zonen



Conny Dahlqvist
Idrottskonsulent
Norra zonen



Gabriel Larsson
Idrottskonsulent
Norra zonen



Daniel Eriksson
Samordnare
Norra zonen



Nawwar Aurok
Idrottskonsulent
Norra zonen



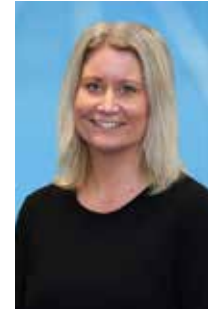
Patricia Wallén
Idrottskonsulent
Norra zonen



Jonas Nilsson
Verksamhetschef
Västra zonen



Sussie Stjernström Olsson
Idrottskonsulent
Västra zonen/
Sakkunnig i Parasport & SPF



Marlene Falck
Idrottskonsulent
Västra zonen



Albin Borg
Idrottskonsulent
Västra zonen



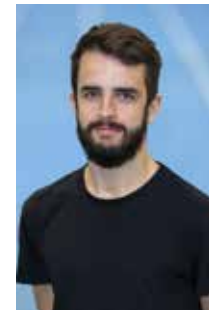
Peter Tillqvist
Idrottskonsulent
Västra zonen



Linda Bengtsson
Verksamhetschef
Östra zonen



Ida Kvist
Idrottskonsulent
Östra zonen



Marcus Fromholz
Idrottskonsulent
Östra zonen



Markus Wetterdahl
Idrottskonsulent
Östra zonen



Amanda Nordlie
Verksamhetschef
Södra zonen



Kerim Sehovic
Idrottskonsulent
Södra zonen



Sarah Wårdemark
Idrottskonsulent
Södra zonen



Maria Ståhl
Idrottskonsulent
Södra zonen



Wilma Brandersson
Samordnare idrottssvaga
områden, Södra zonen

Styrelsen



Anders Caspár
Ordförande



Nina Lindström
Vice ordförande



Joakim Lindholm
Ledamot



Marie Enqvist
Ledamot



Åsa Kullgren
Ledamot



Inger Nordén
Ledamot



Daniel Danon
Ledamot



Mikael Larsson
Ledamot



Claes Bidebo
Ledamot

Valberedning

Alf Svensson, ordförande
Therese Andersson, vice ordförande
Annika Jonerholm
Karl-Anders Siljebråt

Revisorer

Andreas Mathiasen, auktoriserad revisor
Alf Ekström, ersättare
Kent Sedin, lekmannarevisor
Thomas Gustafsson, ersättare

RF-SISU Sörmland
818000-2555

Förvaltningsberättelse

Allmänt om verksamheten

RF-SISU Sörmland är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala organisation i distrikt Sörmland. Förbundet har verksamhet i Region Sörmlands 9 kommuner samt i Nykvarn och Södertälje kommun vilka tillhör Region Stockholm.

RF-SISU Sörmland har sitt säte i Eskilstuna.

Främjande av förbundets ändamål

Vår verksamhetsidé är att stimulera till idrottslig utveckling genom att leda, företräda, stödja, utbilda och bilda den sörmländska idrotten och lyfta fram dess samhällsnytta. Vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet. För att på bästa sätt företräda den sörmländska idrottens intressen och visa på den kraft som den samlade idrotten utgör för vi kontinuerligt en lyhörd och bred dialog med samhällets företrädare på alla nivåer. RF-SISU Sörmland ska vara en eftertraktad resurs inom idrotten som stimulerar människors lärande, stärker engagemanget och utvecklar verksamheten.

Vi genomför ledarutbildningar samt organisations- och idrottsutveckling i vårt distrikt.

Vårt huvudkansli finns på MunktellArenan i Eskilstuna och våra fyra lokalkontor på Scaniarinken i Södertälje på Rosvalla Event- och Idrottscenter i Nyköping, på Smolgården i Strängnäs och på Djulögatan i Katrineholm

Väsentliga händelser under räkenskapsåret och efter dess slut

Coronapandemin har påverkat årets verksamhet. RF-SISU Sörmland har ställt om sin verksamhet och genomfört arbetet i stort sett digitalt. Detta har inneburit att våra verksamhetskostnader under året har minskat. Verksamhetsplanen har dock kunnat efterlevas med några få undantag genom det omställda arbetet.

Medlemmar

I RF-SISU Sörmland finns 649 st idrottsföreningar som tillsammans tillhör sammantaget 68 st SF, samt 20 st medlemsföreningar i SISU:s 3 st övriga medlemsorganisationer som har sin hemort inom distriktets verksamhetsområde.

Eget kapital	Eget kapital	Årets resultat	Totalt
Ingående balans	16 619	23	16 642
Resultatdisposition enligt stämmobeslut:			
- Balanseras i ny räkning	23	-23	
Årets resultat		1 474	1 474
Utgående balans	16 642	1 474	18 116

I enlighet med beslut vid extra distriktstämman i SISU Idrottsutbildarna Södermanland, den 24/4 2019, har överskottet (3 504 tKr) efter sammanläggningen och likvidationen av SISU Idrottsutbildarna Södermanland överförts till RF-SISU Sörmland för nyttjande i folkbildningsverksamheten.

Styrelsen har beslutat att av årets resultat har överskottet från SISU Idrottsutbildarna Södermanland förändrats till 1 189 tKr. (Jämfört med 2 973 tKr för år 2020)

Flerårsöversikt	2021	2020	2019	2018
Offentligrättsliga bidrag	25 168	25 347	14 622	13 158
Nettoomsättning	1 185	464	2 467	2 521
Årets resultat	1 474	23	107	3 255
Eget kapital	18 116	16 642	13 115	13 008
Soliditet %	61%	62%	60%	56%

RF-SISU Sörmland**818000-2555****RESULTATRÄKNING**

	NOT	2021	2020
	1		
Intäkter			
Offentligrättsliga bidrag	2	25 168	25 053
Nettoomsättning	3	1 185	1 290
Övriga rörelseintäkter		716	661
Summa intäkter		27 069	27 004
Kostnader			
Lämnade bidrag	4	-4 719	-4 065
Verksamhetskostnader		-869	-1 497
Övriga externa kostnader		-2 502	-3 470
Personalkostnader	5	-17 578	-17 983
Avskrivning av materiella och immateriella anläggningstillgångar	6	-22	0
Summa kostnader		-25 690	-27 015
Verksamhetens resultat		1 379	-11
Resultat från finansiella investeringar			
Ränteintäkter och liknande poster		106	35
Räntekostnader och liknande poster		-11	-1
		95	34
Resultat efter finansiella poster		1 474	23
Årets resultat		1 474	23

RF-SISU Sörmland
818000-2555

BALANSRÄKNING	NOT	2021	2020
	1		
TILLGÅNGAR			
Anläggningstillgångar			
<i>Materiella anläggningstillgångar</i>			
Inventarier	6	<u>644</u>	<u>0</u>
		644	0
<i>Finansiella anläggningstillgångar</i>			
Andra långfristiga värdepappersinnehav		1	1
Andra långfristiga fordringar	7	<u>11 000</u>	<u>9 000</u>
		11 001	9 001
Summa anläggningstillgångar		11 645	9 001
Omsättningstillgångar			
<i>Kortfristiga fordringar</i>			
Kundfordringar		112	102
Övriga fordringar		0	62
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		<u>321</u>	<u>334</u>
		433	498
<i>Kortfristiga placeringar</i>			
Övriga kortfristiga placeringar		<u>10 000</u>	<u>13 000</u>
		10 000	13 000
<i>Kassa och bank</i>		<u>7 515</u>	<u>4 345</u>
		7 515	4 345
Summa omsättningstillgångar		17 948	17 843
SUMMA TILLGÅNGAR		29 593	26 844
EGET KAPITAL OCH SKULDER			
<i>Eget kapital</i>			
Eget kapital vid årets början		16 642	16 619
Årets resultat		<u>1 474</u>	<u>23</u>
		18 116	16 642
<i>Långfristiga skulder</i>			
Övriga skulder till kreditinstitut		479	0
Mottagna ej använda bidrag		<u>5 804</u>	<u>5 879</u>
		6 283	5 879
<i>Kortfristiga skulder</i>			
Leverantörsskulder		393	515
Övriga kortfristiga skulder		840	1 424
Mottagna ej nyttjade bidrag	8	2 526	793
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		<u>1 435</u>	<u>1 591</u>
		5 194	4 323
SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER		29 593	26 844

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).

RF-SISUs årsredovisning har anpassats till en uppställning i enlighet med nationella riktlinjer, varför vissa belopp för jämförelsetalen har justerats.

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: Bilar 5 år

Nyckeltalsdefinitioner

Soliditet

Eget kapital i förhållande till balansomslutningen.

Not 2 Offentligrättsliga bidrag	2021	2020
Anslag från Riksidrottsförbundet	11 104	10 848
Anslag från SISU Idrottsutbildarna	4 938	4 905
Kommunala bidrag	1 748	1 750
Kommunala projektbidrag	1 094	444
Regionala bidrag	<u>8 017</u>	<u>7 899</u>
Summa	26 901	25 846
Återförda mottagna ej nyttjade bidrag	793	
avgår mottagna ej nyttjade bidrag	<u>-2 526</u>	<u>-793</u>
Summa offentligrättsliga bidrag	25 168	25 053

Not 3 Nettoomsättning	2021	2020
Nettoomsättningen fördelar sig enligt följande:		
Övriga bidrag	0	294
Verksamhetens intäkter	666	464
Övriga sidointäkter	<u>519</u>	<u>532</u>
Summa nettomsättning	1 185	1 290

Not 4 Lämnade bidrag	2021	2020
Ordinarie SDF bidrag, region Sörmland	3 268	3 042
Ordinarie SDF bidrag, region Stockholm	820	845
Bidrag till idrottsföreningar	<u>631</u>	<u>178</u>
Summa lämnade bidrag	4 719	4 065

Not 5 Medelantalet Anställda	2021	2020
Medelantalet anställda	32	32

TILLÄGGSUPPLYSNINGAR (Noter)

Not 6 Maskiner, Inventarier och verktyg	2021	2020
Ingående anskaffningsvärde	0	0
Årets investeringar	666	0
Utgående ackumulerade anskaffningsvärden	666	0
Ingående avskrivningar enligt plan	0	0
Årets avskrivning	-22	0
Utgående ackumulerade avskrivningar enligt plan	-22	0
Redovisat värde vid årets slut	644	0

Not 7 Andra långfristiga värdepappersinnehav	2021	2020
Ingående anskaffningsvärde	8 000	6 000
SISU Idrottsutbildarna	1 000	1 000
Anskaffningar	2 000	2 000
Utgående anskaffningsvärden	11 000	9 000

Not 8 Mottagna ej nyttjade bidrag	2021	2020
Rörelsesatsningen	1 246	175
Återstartsstöd Corona	580	0
Inkludering-Etablering	51	300
Inkludering-Idrottssvagt område Södertälje	489	304
Inkludering-Idrottssvagt område Flen	0	4
Inkludering-Idrottssvagt område Eskilstuna	0	10
Svenska Dag 1	160	0
Summa mottagna ej nyttjade bidrag	2 526	793

Not 9 Ställda säkerheter	2021	2020
Tillgångar med äganderättsförbehåll	644	0
Summa ställda säkerheter	644	0

Eskilstuna 2022-03-21

Anders Caspár	Nina Lindström	Claes Bidebo	Joakim Lindholm
Ordförande	Vice ordförande		

Åsa Kullgren	Daniel Danon	Inger Nordén	Marie Enqvist
--------------	--------------	--------------	---------------

Mikael Larsson	Jörgen Hedberg	Sussie Stjernström Olsson
	Distriktidrottschef	Personal representant

Vår revisionsberättelse har avgivits 2022-

REVISIONSBERÄTTELSE

Till distriktsstämman i RF-SISU Sörmland
Org.nr. 818000-2555

Rapport om årsredovisningen

Uttalanden

Vi har utfört en revision av årsredovisningen för RF-SISU Sörmland för år 2021.

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 31 december 2021 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

Vi tillstyrker därför att distriktsstämman fastställer resultaträkningen och balansräkningen.

Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Revisorernas ansvar enligt denna sed beskrivs närmare i avsnitten "Den auktoriserade revisorns ansvar" samt "Den lekmannarevisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisorssed i Sverige. Jag som auktoriserad revisor har fullgjort mitt 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 upplyser, 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.

Den auktoriserade revisorns ansvar

Jag har utfört revisionen enligt International Standards on Auditing (ISA) och god revisionssed i Sverige. Mitt 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. 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.

Som del av en revision enligt ISA använder jag professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Dessutom:

- identifierar och bedömer jag 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 mina uttalanden. Risken 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 jag mig en förståelse av den del av föreningens interna kontroll som har betydelse för min revision för att utforma granskningsåtgärder som är lämpliga med hänsyn till omständigheterna, men inte för att uttala mig om effektiviteten i den interna kontrollen.

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

- drar jag en slutsats om lämpligheten i att styrelsen använder antagandet om fortsatt drift vid upprättandet av årsredovisningen. Jag 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 jag drar slutsatsen att det finns en väsentlig osäkerhetsfaktor, måste jag i revisionsberättelsen fästa uppmärksamheten på upplysningarna i årsredovisningen om den väsentliga osäkerhetsfaktorn eller, om sådana upplysningar är otillräckliga, modifiera uttalandet om årsredovisningen. Mina 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 jag 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.

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

Den lekmannarevisorns ansvar

Jag har utfört en revision enligt revisionslagen och därmed enligt god revisionssed i Sverige. Mitt mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsredovisningen har upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och om årsredovisningen ger en rättvisande bild av föreningens resultat och ställning.

Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Uttalande

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för RF-SISU Sörmland för år 2021.

Vi tillstyrker att distriktsstämman beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Grund för uttalande

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 revisorssed i Sverige. Jag som auktoriserad revisor har i övrigt fullgjort mitt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

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

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som ansvarar för förvaltningen.

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.

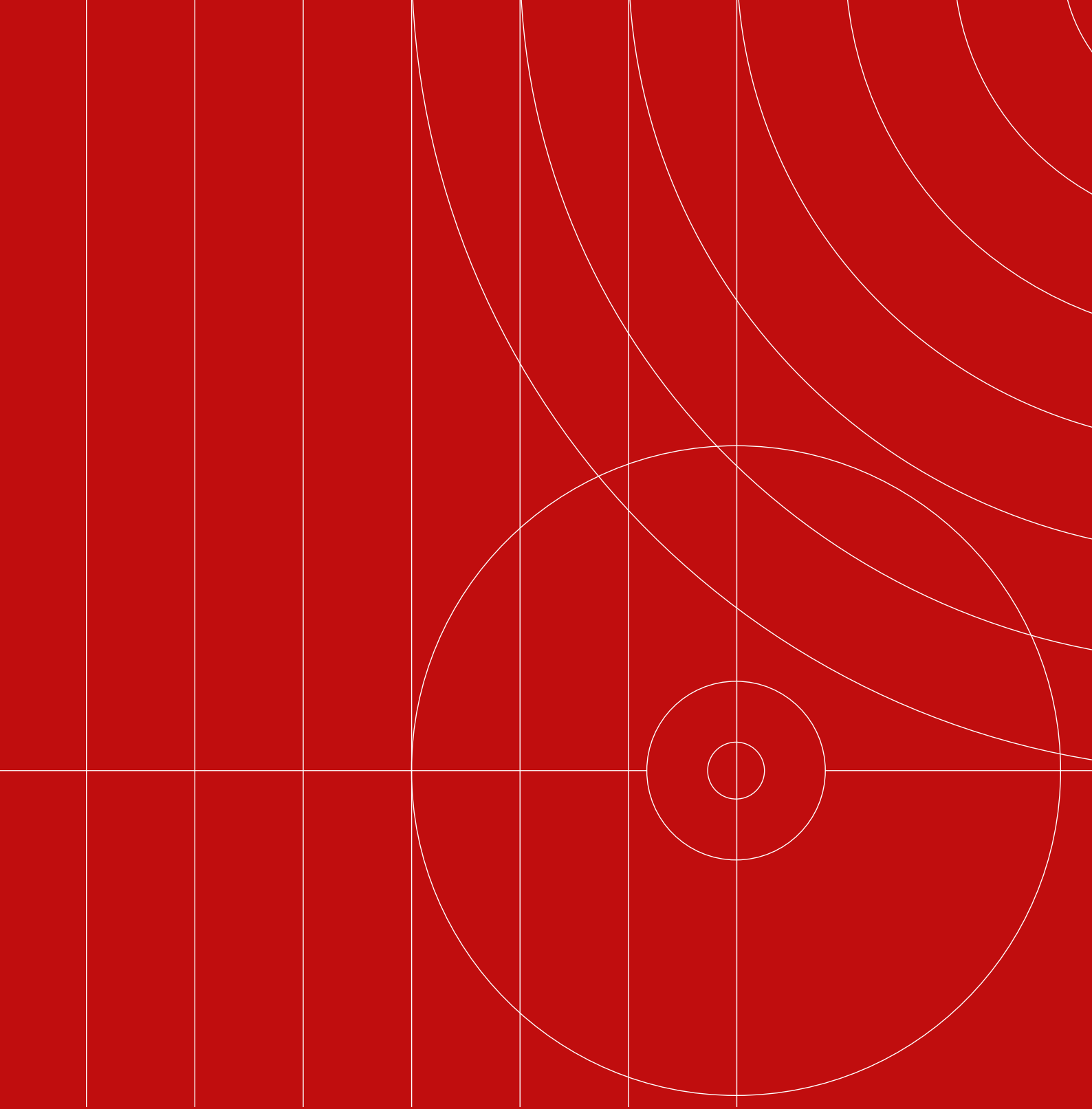
Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men ingen garanti för att en revision som utförs enligt god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka åtgärder eller försummelser som kan föranleda ersättningsskyldighet mot föreningen.

Som en del av en revision enligt god revisionssed i Sverige använder den auktoriserade revisorn professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Granskningen av förvaltningen grundar sig främst på revisionen av räkenskaperna. Vilka tillkommande granskningsåtgärder som utförs baseras på den auktoriserade revisorns professionella bedömning och övriga valda revisorers 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.

Eskilstuna den / 2022

Andreas Mathiasen
Auktoriserad revisor

Kent Sedin
Lekmannarevisor



MunktellArenan, 633 61 Eskilstuna

tfn 010-476 42 99

e-post sormland@rfsisu.se

www.rfsisu.se/sormland