



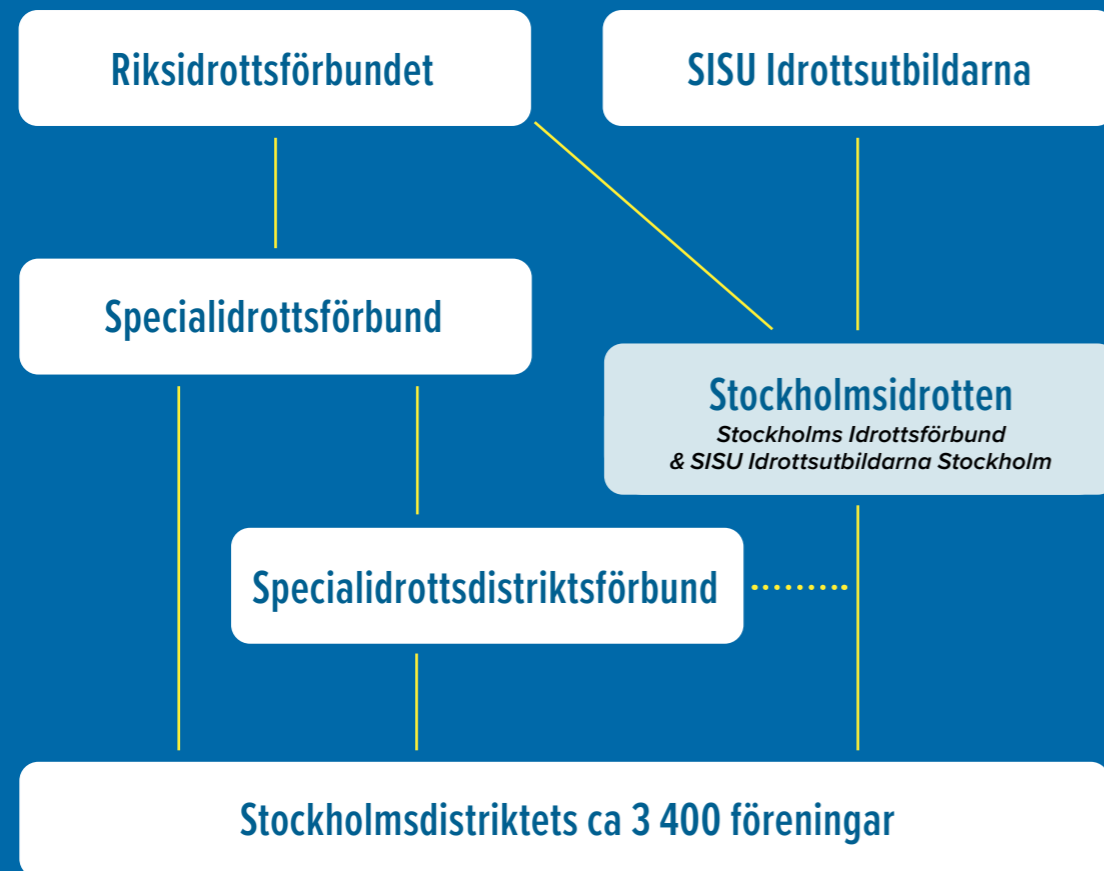
# Verksamhets- berättelse 2019

*Tillsammans är vi  
Stockholmsidrotten!*

STOCKHOLMS  
IDROTTSFÖRBUND

**SISU**  
Idrottsutbildarna

## IDROTTENS ORGANISATION



## Vi samarbetar med 72 specialidrottsförbund inom Riksidrottsförbundet:

Akademisk idrott	Cricket	Kanot	Skridsko
Amerikansk fotboll	Danssport	Karate	Sportdykning
Badminton	Dart	Klättring	Skyttesport
Bandy	Draghundsport	Konståkning	Squash
Bangolf	Dragkamp	Korpen	Styrkelyft
Baseboll & Softboll	Dövidrott	Källsport	Taekwondo
Basket	Flygsport	Landhockey	Tennis
Biljard	Fotboll	Motorcykel & Snöskoter	Triathlon
Bilsport	Fräidrott	Mångkamp	Tyngdlyftning
Bordtennis	Frisbeesport	Orientering	Varpa
Boule	Fäktning	Racerbåt	Vattenskidor
Bowling	Golf	Ridsport	Volleyboll
Boxning	Gymnastik	Rodd	
Brottning	Gång & Vandring	Rugby	
Budo & Kampsport	Handboll	Segling	
Bågskytte	Handikappidrott	Simidrott	
Casting	Innebandy	Skateboard	
Cheerleading	Ishockey	Skidor	
Curling	Issegling	Skidskytte	
Cykel	Judo	Skolidrott	

SISU Idrottsutbildarna Stockholm samarbetar dessutom med följande 4 medlemsorganisationer:

Stockholms Bridgeförbund  
Stockholms Pistolsskyttekrets  
Svenska Livräddningssällskapet  
Svenska Padelförbundet

# Hej!

I handen håller du Stockholmsidrottens Verksamhetsberättelse 2019. Den berättar om hur vi, som Riksidrottsförbundets och Studieförbundet SISU Idrottsutbildarnas förlängda arm, är ett stöd för idrottsrörelsen i Stockholmsdistriktet. Vårt basuppdrag är att företräda, utveckla, stödja, utbilda och bilda idrottsföreningar och specialidrottsdistriktsförbund i vårt distrikt.

Inkludering, mångfald och jämställdhet är självklara ledord hos oss. Vi arbetar aktivt med att stötta föreningar och förbund med exempelvis barn- och ungdomsidrott, parasport, antidoping samt inte minst kring tillgängligheten till idrottens anläggningar och andra idrottsmiljöer. Vi genomför även riktade satsningar i utvalda områden där idrottsrörelsen tidigare inte varit så närvarande. Vi samarbetar med kommuner, myndigheter och andra organisationer.

Det är med stolthet vi lämnar ifrån oss den här verksamhetsberättelsen. Den innehåller ett axplock av allt fantastiskt som vi genomfört tillsammans med idrottsrörelsen under 2019.

/Stockholmsidrottens styrelse och kansli



## Innehåll

<b>2</b>	Stockholmsidrottens styrelse	<b>20</b>	Fokus på trygghet
<b>3</b>	Stockholmsidrottens ordförande	<b>22</b>	Opinion och påverkan
<b>5</b>	Stockholmsidrottens distriktsidrottschef	<b>26</b>	Annat som hänt under året
<b>6</b>	Idrottsrörelsens övergripande mål	<b>30</b>	Idrottsrörelsens folkbildning – världens bästa!
<b>8</b>	Utvecklingsresor för att nå målen	<b>34</b>	Stockholmsidrotten i siffror
<b>18</b>	Särskilda uppdrag		



## STOCKHOLMSIDROTTENS STYRELSE 2019



**Helene Hellmark Knutsson**  
ordförande



**Doris Högne Rydheim**  
vice ordförande



**Stefan Bengtsson**  
styrelseledamot



**Azuka Nnamaka**  
styrelseledamot



**Thabo Motsieloa**  
styrelseledamot



**Mathias Tegnér**  
styrelseledamot



**Lars Lundquist**  
styrelseledamot



**Victoria Escobar**  
styrelseledamot



**Caroline Silverudd Lundbom**  
styrelseledamot

**Valberedning**

Lena Runströmer, sammankallande  
Frej Söderlund, ledamot  
Ylva Frisk, ledamot  
Camilla Norström, ledamot  
Urban Dahlberg, ledamot

**Revisorer**

Lars Lundqvist, auktoriserad revisor  
Bo Eliasson, personlig ersättare

Sune Hellströmer, lekmannarevisor  
Annika Engström, personlig ersättare

**ORDFÖRANDE**  
**HELENE HELLMARK KNUTSSON**

## Tillsammans är vi starka!

2019 års arbete i styrelsen för Stockholms Idrottsförbund och SISU idrottsutbildarna Stockholm präglades av tre frågor: anläggningsfrågan, Vinter-OS och Paralympics i Stockholm-Åre 2026 samt det viktiga folkbildningsuppdraget.

Styrelsearbetet präglades också av att vi var många nya i styrelsen inklusive jag själv som ny ordförande. Vi behövde därför lära känna varandra och vår verksamhet bättre och våga pröva nya vägar. Under våren genomfördes Riksidrottsmötet i Jönköping vilket innebar en del nya beslut som påverkade oss i Stockholmsidrotten. I slutet av året beslutades också om nya fördelningsprinciper för SDF-stödet vid en extra stämma.

**Anläggningar, anläggningar, anläggningar...**

För styrelsen, specialidrottsdistriktsförbunden och föreningarna verksamma i Stockholm har anläggningsfrågan varit högst upp på dagordningen under många år. Stockholmsregionen växer med mellan 30 000 och 40 000 nya invånare varje år. Många av dem är barn och ungdomar. Trots det hänger inte investeringarna i anläggningar och ytor för idrott och rörelse med. Tvärtom minskar ibland tillgången på ytor och hallar när bostäder byggs och när underhållet inte har prioriterats av befintliga anläggningar.

Under de senaste åren har dessutom närboende börjat klaga på buller från framförallt fotbollsplaner vilket lett till att de kan användas färre timmar under dygnet och veckorna. Samtidigt visar studier att barn i Sverige är de som rör sig minst i Norden och att stillasittandet



ökar med sämre fysisk och psykisk hälsa som följd. Vi måste därför fortsätta hålla uppe tempot i anläggningsfrågan.

**Drömmen om ett vinter-OS och Paralympics**

Ett vinter-OS och Paralympics till Stockholm-Åre 2026 hade kunnat vara det lyft för anläggningsfrågan som vi hade behövt. Tyvärr gick Milano och Cortina, Italien segrande ur striden.

**Att lära tillsammans**

Kunskap och bildning är aldrig tungt att bära. För att vi ska kunna ha en fortsatt stark folkrörelseverksamhet under åren framöver är bildningsverksamheten central. Vi ska fortsätta det kvalitetsarbete som har genomförts i verksamheten. Tillsammans kan vi stärka vår verksamhet och vår värdegrund genom att fler deltar i samtalsgrupper och studier. Det är inte minst viktigt nu när barnkonventionen blir svensk lag. Idrottsrörelsens verksamhet ska alltid genomlysas av barnrättsperspektivet. Såväl träning som tävling och föreningsarbetet.

**Tillsammans är vi starka!**

Jag känner djup respekt för vardagsverksamheten i distriktets föreningsliv. Det är ni som är hjärtat i Stockholmsidrotten. Det är även imponerande att följa det ambitiösa arbetet i våra specialidrottsdistriktsförbund. Om vi med respekt för varandras roller, likheter och olikheter, arbetar tillsammans blir resultatet som mest framgångsrikt. Stort tack för alla era fantastiska insatser i med- och motvind!





**DISTRIKTSIDROTTSCHEF  
CINNIKA BEIMING**

## Alla ska känna sig välkomna!

Idrottsrörelsen i Stockholmsdistriktet är fantastiskt stor. Vi är det största idrottsdistriktet i Sverige.

Vi är stolta över att få vara en stödorganisation till distriktets alla idrottsföreningar i uppdraget att leda och företräda samt i uppdraget, att med folkbildningen som metod, stötta ledare och aktiva i sina roller och utveckling.

Vi befinner oss just nu mitt i idrottsrörelsens spännande utvecklingsresa som siktar mot de strategiska målen 2025. Idrottsföreningarna och förbunden står i fokus i denna utvecklingsresa. Vår viktigaste roll som stödorganisation är därför att stötta, inspirera och engagera föreningar och förbund i detta arbete så att fler väljer att idrotta hela livet i förening.

### En sammanlagd organisation

Vid distriktsidrottsstämman i mars tog ombuden ett historiskt beslut om att lägga samman våra två organisationer, Stockholms Idrottsförbund och Studieförbundet SISU Idrottsutbildarna Stockholm, i en juridisk person.

Vi är således sedan 1 januari 2020 en och samma organisation och heter numera RF-SISU Stockholm. Sammanläggningen av våra två organisationer kommer inte att påverka verksamheten eller vårt stöd till föreningar och förbund. I vår gemensamma organisation har vi fortsatt två tydliga uppdrag, ett idrottsuppdrag och ett folkbildningsuppdrag. På riksnivå är dock våra två riksorganisationer, Riksidrottsförbundet och Studieförbundet SISU Idrottsutbildarna, fortfarande två separata organisationer.

### Folkbildningsverksamheten har ökat

Vi har höga ambitioner i att öka folkbildningens positionering inom idrottsrörelsen. Folkbildningen är central för att stimulera mötet och samtalet mellan människor och vi vill att bildningsmetoden ska få fäste i föreningar och förbund. Sedan

några år har vi genomfört ett omfattande förändringsarbete inom SISU Idrottsutbildarna Stockholm för att på ett bättre sätt säkra kvalitet utifrån statens mål och syfte med folkbildningsverksamheten och gällande regelverk. Under 2019 har denna resa fortsatt och vi kan med glädje konstatera att den statsbidragsberättigade folkbildningsverksamheten, som SISU Stockholm anordnar, har vuxit. Detta samtidigt som SISU-Stockholms ekonomi minskat och antalet medarbetare blivit färre. Medarbetare har enträget arbetat med folkbildningsuppdraget för att stimulera det kvalitativt lärande samtalet. Ett samtal som vi är övertygande om att det krävs för att vi gemensamt ska kunna nå målen i Strategi 2025 i hela idrottsrörelsen.

En av våra främsta ledstjärnor är att alla ska känna sig välkomna i idrottsrörelsen. Det är ett viktigt och ambitiöst mål. Under de kommande sidorna i denna verksamhetsberättelse kan ni läsa om distriktets mångfald av insatser tillsammans med föreningar och förbund. Tack hela idrottsrörelsen för ett framgångsrikt idrottsår.





# Mål, vision och värdegrund

## ÖVERGRIPANDE MÅL

# Idrott för alla – hela livet

Inom idrottsrörelsen pågår ett omfattande förändringsarbete: Strategi 2025. 2015 beslutade idrottsrörelsen gemensamt om nya mål (se nästa sida) och två år senare tillkom de utvecklingsresor som ska hjälpa oss att nå dem. Det stora målet med resorna är att alla som vill ska kunna idrotta hela livet i föreningar med fokus på glädje och utveckling. Även om utmaningarna är många har engagemanget och förändringsviljan varit stor. Idrottsrörelsen har tagit sina första steg mot 2025. På vissa områden ser vi redan en positiv trend.

Vi har fortfarande ett stort och viktigt arbete framför oss. Tillsammans gör vi den svenska idrottsrörelsen till världens bästa!

### Idrottsrörelsens vision:

## Svensk idrott – världens bästa!

Vår vision är inte blygsam: Svensk idrott – världens bästa. Den handlar om att välkomna alla in i en idrottsrörelse där varje människa har en plats och en uppgift. En idrottsrörelse med ett enat fokus kring sunda värderingar och en tro om att just dessa skapar grunden för en idrott i världsklass.

Den svenska idrottsrörelsen vill bli 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.

## Vår värdegrund

Varje förening och förbund beslutar själv över sin verksamhet. Idrottsrörelsen har kommit överens om en gemensam värdegrund som all verksamhet ska utgå ifrån. Värdegrundens fyra punkter:

- Glädje och gemenskap
- Demokrati och delaktighet
- Allas rätt att vara med
- Rent spel

## Idrottsrörelsens mål 2025

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

### Livslångt idrottande

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

### Idrottens värdegrund är vår styrka

- Alla lever och leder enligt svensk idrotts värdegrund.

### Idrott i förening

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

### Idrotten gör Sverige starkare

- Idrottsrörelsen är en ännu starkare samhällsaktör.

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

På sidorna 8–17 kan du läsa mer om de utvecklingsresor som vi jobbar med för att nå våra mål.



# Utvecklingsresor för att nå målen

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

Idrottsrörelsen gör en gemensam resa där vi på Stockholmsidrotten, som Riksidrottsförbundets förlängda arm, leder, stödjer och företräder idrottsrörelsen, medan SISU Idrottsutbildarna bildar och utbildar i riktning mot målen.

På följande sidor berättar vi lite kort om vad dessa utvecklingsresor innebär och hur vi på Stockholmsdistriktet har arbetat utifrån dem under 2019.

## 1

### En ny syn på träning och tävling

Träning, tävling och prestation utgör en väsentlig del av idrottsrörelsens själ och stimulerar individer och lag att utmana sig själva. Vi är övertygade om att världens bästa barn- och ungdomsidrott – där träning och tävling är anpassade efter barnets förmåga och utveckling – också på sikt ger världens bästa elitidrott. Vi vill ha en idrott för alla oavsett ambition, ålder och prestationsnivå. En idrott där träning och tävling är meningsfull på lång sikt samtidigt som vi mår bra, har roligt och utvecklas här och nu och resten av livet.

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

#### Samsyn Stockholm

Samsyn Stockholm syftar till att enas om hur vi tillsammans ska möjliggöra en idrott som utgår från barnets bästa med hänsyn till varje enskild individs unika förutsättningar.

Under 2019 har vi tillsammans med specialidrottsdistriktsförbunden (SDF) för handboll, basket, ishockey, innebandy och fotboll gått ut i ett gemensamt uttalande där vi tillsammans förtydligar att vi tycker det är bra att barn håller på med flera idrotter.

Samtidigt som vi för de samtalen har vi även fördjupat arbetet lokalt i samverkan med kommunerna och de lokala idrottsföreningarna i respektive kommun. I detta arbete, som startat upp i sju kommuner, finns ambitionen att alla idrottsföreningar kan vara med, oavsett idrott. Det viktiga med detta arbete är att barnet kommer i fokus och har möjlighet att delta i flera idrotter om de vill.

har varit värdegrund, Barnens spelregler och trygg idrottsmiljö. Som vägledning och kunskapsbank finns "Att skapa trygga idrottsmiljöer".

Under året har vi delat ut 6000 häften med Barnens spelregler. Boo FF har delat ut ett exemplar till alla aktiva i åldrarna 9–15 år. De uppmuntrar ledarna att sätta igång samtal om vad reglerna innebär i deras lag. Ett av många glädjande exempel under året var att Österåker kommun använde materialet på sin invigning av nya friidrottsarenan och Stora idrottsdagen där Moa Hjelmer föreläste.

#### Kontakta oss om ni behöver stöd i frågor som rör barn- och ungdomsidrott

Vi på Stockholmsidrotten har, liksom landets alla distriktsförbund, en sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott. Den sakkunnige är insatt i forskningen och fungerar som kunskapsförmedlare, bollplank och stöd till idrottsföreningar, kollegor, specialidrottsförbund samt till externa aktörer som exempelvis kommuner.

Tveka inte att kontakta oss om ni har miss-tankar om att barn eller ungdomar på något sätt far illa inom idrotten. Kontakta oss hellre en gång för mycket än en gång för lite – ett barn som far illa är ett för mycket.

#### Riksidrotts-gymnasierna (RIG)/Nationella idrottsutbildningar (NIU)

Vi arrangerar årligen mötesplatser för distriktets RIG och NIU. Vid dessa träffar erbjuder vi kunskapsinhämtning och information om aktuella frågor. Under 2019 deltog Skolverket och Riksidrottsförbundet vid en gemensam träff. Tränarna och instruktörerna vid skolorna erbjuds även kompetenshöjning genom våra Tränarforum (läs mer om Tränarforum på sidan 16).

>>>

#### Barnens spelregler

"Barnens spelregler" är Riksidrottsförbundets och Bris initiativ för en tryggare barn- och ungdomsidrott. Spelreglerna utgår från den svenska idrottsrörelsens värdegrund som består av fyra grundläggande principer: Glädje och gemenskap, Demokrati och delaktighet, Allas rätt att vara med och Rent spel. Barnens spelregler tar även upp att inget barn ska bli utsatt för sexuella övergrepp, mobbning, trakasserier eller våld. Vi på Stockholmsidrotten har tagit fram ett eget material där utgångspunkten





## FORTSÄTTNING: EN NY SYN PÅ TRÄNING OCH TÄVLING

&gt;&gt;&gt;

**Möjliggöra elitidrott och studier**

Föreningen Sport Campus Sweden (SCS) grundades 2004 för att ge elitaktiva en möjlighet att kombinera elitsatsning med eftergymnasiala studier. Vi på Stockholms Idrottsförbund var en av grundarna. SCS har byggt på ett samarbete mellan kommuner, lärosäten och specialidrottsdistriktsförbund samt Stockholms Idrottsförbund. Konceptet har gjort det möjligt för elitaktiva att på ett bättre sätt kombinera elitsatsning med studier och inte bara med anpassad studiegång utan även med stöd allt från basbehov som coachning och idrottsmedicin.

De senaste åren har kommuner och lärosäten lämnat SCS, vilket gör att de inte längre har möjlighet att fortsätta verksamheten.

Under 2019 antog vi en ny strategi för hur vi ska arbeta med dubbla karriärer, gymnasialt och eftergymnasialt i Stockholmsdistriktet. Strategin är framarbetad tillsammans med Riksidrottsförbundet och har sin utgångspunkt i "Nationella riktlinjer för elitidrottarens dubbla karriärer".

**Riksidrottsuniversitet Stockholm**

Efter beslut på Riksidrottsmötet 2011 och 2013 utvecklade Riksidrottsförbundet en nationell modell för Riksidrottsuniversitet och Elitidrottsvänliga lärosäten. I Stockholm utsågs KTH och GIH till Riksidrottsuniversitet. Under 2019 har vi inlett ett samarbete med KTH och GIH för att

tillsammans utveckla ett gemensamt forum – Riksidrottsuniversitetet Stockholm. Denna samverkan kommer att marknadsföras och lanseras i början av 2020. Konceptet innehåller tre delar: Stöd till dubbla karriärer, Forskning och Utbildning.

**Farstamodellen**

Farstamodellen är ett projekt som vi arbetat med i över tre år som syftar till att skapa samarbeten mellan skolidrottsföreningar och övriga idrottsföreningar.

Projektet strävar mot tre mål: Daglig fysisk aktivitet i skolorna, fler som stannar kvar i idrottsföreningar efter elva års ålder och att möjliggöra skolidrott under starkt elevflytande i skolidrottsföreningen. Skolidrottsföreningarna i Farsta har nu över 1000 medlemmar med en jämn könsfördelning. Knappt hälften av dem har inte varit med i en förening tidigare, eller har slutat.

Projektet är ett samarbete mellan oss på Stockholmsidrotten, Idrottsförvaltningen och Utbildningsförvaltningen i Stockholms Stad, Farsta Stadsdel och Svenska Skolidrottsförbundet. Eleverna har varit ledare för aktiviteterna med hjälp från Svenska Skolidrottsförbundet i form av utbildning, vuxenstöd och engagemang från fritidsledare och lärare på skolorna.

Utöver skolaktiviteterna har det också arrangerats lovaktiviteter samt Farsta Sportcamp under sommaren, som en del av Farstamodellen.



FOTO: BILBYRÅN

## 2

**Den moderna föreningen engagerar**

Viljan att engagera sig och känna stolthet för sin förening är grunden till en modern och levande förening. De ideella ledarna är helt avgörande i den dagliga idrottsverksamheten och för att de ska vilja fortsätta att engagera sig även i framtiden behöver formerna förenklas och anpassas efter den moderna människans livssituation. Det ska vara enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar. Den moderna föreningen kännetecknas av glädje, gemenskap, öppenhet och enkelhet.

Här nedan kan du läsa om några exempel på saker vi gjort under året för att stödja distriktets föreningar att öka engagemanget hos sina medlemmar.

**Särskilt arbete med mångfald av idrotter**

För att behålla mångfalden av idrotter i distriktet arbetar vi med de lite mindre idrotterna, sett till antal utövare, på ett särskilt sätt. Vi hanterar dessa förbund och föreningar i ett team för att bättre kunna nå ut till fler föreningar och anpassa vårt stöd till deras förutsättningar. Förutom att vi med detta arbetssätt har kunnat möta fler föreningar från dessa idrotter har vi kunnat kraftsamla insatser till förbunden. Den 16 november samlade vi 24 föreningar och 14 förbund för en utvecklingsdag med temat jämställdhet och inkludering. Dagen, som var väldigt uppskattad, resulterade i bra samtal och fortsatta kontakter mellan föreningar och förbund som tidigare inte fanns.

**Ungoteket – en ungdomsledarsatsning**

Ungoteket är en satsning inom Orienteringsförbundet för att erbjuda unga möjlighet att bli ledare. Deras slogan är "Där unga skapar idrott". Vi på Stockholmsidrotten har under 2019 varit med och stöttat Stockholms Orienteringsförbund när de genomfört en stor ungdomssatsning inom Ungotek-konceptet. I denna satsning har 50 ungdomar från 7 föreningar i Stockholmsdistriktet gått en organisationsledarutbildning i sex olika block. Som en avslutande del genomför alla deltagare ett projekt i sin förening. Exempelvis planerade och arrangerade åtta unga ledare från Waxholms OK ett läger för hela klubben med cirka 40 deltagare samt en tävling, som en uppföljning av utbildningen.

Resultatet har varit mycket bra och många som gått utbildningen i Stockholmsdistriktet är i dag delaktiga i den vardagliga verksamheten.

**En modern förening i praktiken**

Vallentuna Handbollsklubb jobbar i samarbete med oss på Stockholmsidrotten med ett aktivt föreningsarbete för att vara en modern förening på det lokala planet.

Klubben vill bedriva en föreningsverksamhet där målet är att klubbens verksamhet ska vara enkel och välkomnande. Det ska vara lätt att engagera sig i klubben oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar.

Medlemmarna är engagerade och stolta över att vara en del av sin förening och den svenska idrottsrörelsen. Klubbens stora föreningsutvecklingsarbete har skapat en egen värdegrund K.R.U.T. (Kamratskap – Respekt – Uppmuntran – Trygghet). Detta har de gjort i samverkan med oss och det har blivit styrkan i klubbens utveckling.

Vallentuna HK samverkar med flera klubbar i närområdet kring ledarutbildningar, som vi på Stockholmsidrotten anordnar, och andra gemensamma satsningar för att stärka idrotten i förening över idrottsgränserna. Allt sker även i linje med den svenska idrottsrörelsens förändringsarbete Strategi 2025.

Klubben har en öppenhet kring sin verksamhet, en gästbok på sin hemsida samt ett aktivt ungdomsråd och ett nytt trygghetsråd.

"Handbollsskoj" som är rörelseglädje med boll, är en aktivitet som görs i samverkan med kommunen och skolorna. Handbollen som barnen använder är liten, mjuk och lätt för barnen att hantera. Utgångspunkten är "street-handboll" en form av handboll som kan utövas oberoende av lokal. Eleverna tränar samarbete genom olika övningar, ofta till musik för att öva musikalitet och taktkänsla.



## 3

## Inkluderande idrott för alla

Inom den svenska idrottsrörelsen ska alla ha rätt att idrotta och alla ska känna sig välkomna. Det innebär att vi behöver göra en resa mot inkludering av människor som inte ses som norm inom idrotten, eller i dagens samhälle. Det gäller samtliga diskrimineringsgrunder som kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder. Möjligheten att träna, tävla och engagera sig ska inte heller styras av var man bor eller hur mycket pengar man tjänar.

Här nedan kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets föreningar och förbund i arbetet med att bli mer inkluderande.

### Arbete i Idrottssvaga områden

Under 2017–2018 hade vi möjlighet att driva Projekt Storstad. En satsning i fem utvalda bostadsområden där idrottsrörelsen tidigare inte har varit så närvarande. Genom ett nytt sätt att organisera idrott fick många barn och ungdomar möjlighet att idrotta i förening. Den organiserade spontanidrotten fick ta stor plats och en av framgångsnycklarna för att nå de som tidigare stått utanför föreningslivet var att utgå ifrån vad barnen/ungdomarna vill göra. Under 2019 har vi tagit tillvara på de erfarenheter vi fått genom projektet som nu ingår i vår ordinarie verksamhet "Stockholmsidrottens arbete i Idrottssvaga områden".

Vi vill att idrott ska vara till för alla oavsett var du växer upp och skapa ett intresse för rörelse hela livet. Vi vill också använda idrotten som ett verktyg för att bryta utanförskap, öka jämställdheten, skapa trygghet och bidra till folkhälsa. Det övergripande målet är att sänka trösklarna till föreningslivet i de områden vi arbetar i och skapa engagemang genom mötesplatser, folkbildning och nya former av idrott. Målet är att stärka det lokala föreningslivet och utbilda fler idrottsledare. Vi ska också arbeta för en spridning av olika idrotter samt utveckla idrottens sätt att organisera träning och tävling. Under vårt första år har vi startat upp cirka 200 aktiviteter.

### Särskilt ekonomiskt stöd till barn och unga

Ett hinder för en del barn ska kunna delta i idrottsrörelsens aktiviteter är kostnader för idrottsutrustning, träning och cuper. För att möjliggöra för fler att delta och minska de ekonomiska trösklarna avsatte vi på Stockholmsidrotten, med start 2017, medel som föreningar kan söka för att ge stöd till enskilda idrottare. Föreningar kan söka max 3000 kronor per person upp till 25 år (åldersgränsen gäller inte Paraidrottare). Under 2019 fick 39 personer från 17 olika föreningar möjlighet att idrotta och delta i aktiviteter genom detta stöd.

### Idrottsrörelsen på Stockholm Pride

Den 3 augusti arrangerades Prideparaden. Nästan 30 idrotter och 2 000 personer deltog i paradens idrottsdel. Nytt för i år var att idrottsrörelsen hade en egen dj på idrottsflaket. Musiken gav extra energi till de omkring 150 personer som deltog från cheerleading vars pyramider och hopp rev ner åskådarnas applåder. Vårt budskap på plats var att idrottsrörelsen gör Sverige starkare. Genom att delta i Stockholm Pride vill vi på Stockholmsidrotten visa på allas rätt att vara med inom idrottsrörelsen.

### Etableringsstödet

Sedan 2015 har vi i en särskild satsning stöttat föreningar att intensifiera arbetet med att utveckla sin verksamhet för att rekrytera och erbjuda nyanlända och asylsökande en plats i idrottsrörelsen. Stockholmsdistriktet är fullt av föreningar som öppnar upp dörrar för nya målgrupper. Under dessa år har Stockholmsdistriktet årligen stöttat cirka 60 föreningar genom etableringsstödet i syfte att fler ska kunna ta del av idrottens gemenskap och därmed öka inkluderingen. Under 2019 har 61 unika idrottsföreningar i 19 olika idrotter fått detta stöd.

### Parasport

Under året har vi arbetat med kommuner där det tidigare inte funnits Parasport. Detta för att skapa bättre förutsättningar för att fler personer med funktionsnedsättningar ska kunna delta i föreningslivet. Tolv föreningar har genomgått en process i Parasport genom oss. För att skapa långsiktig utveckling av all Parasport i Stockholmsdistriktet är det viktigt att skapa en samverkan och gemensam plan med olika Specialidrottsdistriktsförbund. Vi bidragit med processledning, expertkompetens och utbildning. En fokusfråga har varit tillgängliga anläggningar, där det har skapats en arbetsgrupp. Allt arbete sker i samarbete med Parasport Stockholm.





## 4

## Jämställdhet för en framgångsrik idrott

Kvinnor och män ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. En jämställd idrott är en självklarhet! Både för att det är rättvist och för att forskning visar att en jämn könsfördelning höjer kvaliteten. Att arbeta med och tydligt ta ställning för jämställdhet är viktigt för idrottsrörelsens utveckling.

Här nedan kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets föreningar och förbund i det aktiva arbetet för en jämställd idrott.



### Heja ledarskapet!

Under året har vi genomfört "Heja Ledarskapet!" – ett diskussionsforum med temat jämställdhet för kvinnor som är ledare inom idrottsrörelsen. Forumet genomfördes över fyra träffar med frågor som rör deltagarnas erfarenhet av kvinnors villkor inom idrott och ledarskap. Genom att starta samtal som präglats av systemskap med kraft vill vi vara med och bidra till en förändring av ett icke-jämställt samhälle. Ambitionen har även varit att lägga grunden till ett nätverk där vi är med varandra, inte emot varandra. Med kvinnor, för kvinnor.

### Stötta idrottsföreningarna i arbetet med idrottens jämställdhetsmål

På Riksidrottsmötet 2017 togs beslut om att idrottens jämställdhetsmål ska uppnås 2025. Det övergripande målet är att kvinnor och män ska ha samma makt att forma och delta i idrottsrörelsen. Vi på Stockholmsidrotten har stöttat föreningarna i det strategiska arbetet med jämställdhetsmålen. Två fotbollsföreningar som från högsta nivå har angripit frågan är BP (Brommapojkarna) och Spånga IS fotbollsklubb. BP har anställt en jämställdhetsstrateg som bland annat utbildat föreningens ledare. Spånga IS har fokuserat på

att göra en jämställdhetsanalys på sin verksamhet utifrån representation, resurser och kultur/normer.

### Jämställdhetsperspektiv på vårt kansli

Vi på Stockholmsidrotten har under året jobbat med att jämställdhet ska vara med i allt vårt arbete. Detta innebär att vi i alla projekt och arbetsmomentmoment ställer oss frågan om vi kommit ihåg jämställdhetsperspektivet. Detta gäller i planering, genomförande och uppföljning av projekt. Exempelvis har vi tagit fram indikatorer för att mäta fördelningen av idrottslyft och anläggningsstöd.



IK Frej Täby P07 innebandy – ett av alla lag som vi har haft idrottssnack med.

### Arbeta med en normmedveten idrott – idrottsnack

Med grunden i boken Barnens spelregler för en tryggare barn- och ungdomsidrott har vi genomfört samtal tillsammans med barn- och ungdomsgrupper. Syftet med samtalen är att utmana normer, sprida barnrättsperspektivet och förebygga mobbning, trakasserier och dåliga jargonger inom idrotten. Ett förbund som har satsat fullt ut på dessa samtal är Stockholms Innebandyförbund som har döpt detta arbete till Innebandysnack.



## Ett stärkt ledarskap

De ideella idrottsledarna är ryggraden i den svenska idrottsrörelsen. Ledarna är avgörande för att leda och stimulera till en bra idrott där alla känner sig välkomna. Det är i föreningen som förändring måste ske. För att lyckas behöver ledare och ledarskapet i förbund och föreningar stärkas. Duktiga, utbildade ledare – med ett värdegrundsbaserat ledarskap – ser individer och ger alla ett gott bemötande. De fokuserar på glädje och utveckling snarare än på kortsiktiga resultat.

Här nedan kan du läsa om några av de saker vi gjort under året för att stödja distriktets föreningar och förbund med att stärka ledarskapet.



Nadya Hedström, Jonathan Hjelm och Alicia Löwhagen – tre av sommarens duktiga ledare på Farsta Sportskamp.

### Idrottsglädje och ledarskap – Sportcamp i Bromma och Farsta

Bromma och Farsta Sportskamp är sommarläger där deltagarna får prova på många olika idrotter under en vecka. Båda lägren genomförs i samverkan mellan oss på Stockholmsidrotten, Idrottsförvaltningen i Stockholms Stad, stadsdelarna och de närvarande föreningarna.

En del av vårt bidrag är att vi arrangerar utbildning för ledarna. Totalt utbildade vi över 80 unga ledare, en utbildning som inte bara ger verktyg till lägret utan även kompetens för andra ledaruppdrag i framtiden.

Bromma Sportcamp, som hölls på Stora Mossens IP under två veckor, hade 120 deltagare som fick möjlighet att testa åtta idrotter. Farsta Sportcamp, som hölls på Farsta IP under två veckor, hade 600 deltagare och elva olika idrotter att välja mellan.

### Inspiration för unga ledare

Vartannat år är vi med och arrangerar Folksam Ledarcamp. De år vi inte har Ledarcampen upprätthåller vi vårt nätverk med unga ledare genom utbildning och inspiration.

För att stötta utvecklingen av unga ledare genomförde vi den 14 november en inspirationskväll för målgruppen "Ledare mellan 16–25 år".

Kvällen blev en succé med 104 deltagare från 47 föreningar inom 20 idrotter.

Kvällen, med temat *Må bra! Ha kul! Utvecklas!* innehöll erfarenhetsutbyte mellan ledarna, goda exempel på hur ledarskap inom idrotten öppnar dörrar och ger viktiga livserfarenheter samt en inspirerande föreläsning med Jim Turesson.

### Tränarforum Stockholm

Tränarforum Stockholm är vår mötesplats för tränare inom föreningsidrotten i Stockholmsdistriktet som vill uppdatera sig med allt som rör träning och prestationsutveckling för barn/ungdomar från 12 år.

Genom Tränarforum Stockholm arbetar vi aktivt med att nå målbilden i Strategi 2025 – "Så många som möjligt, så länge som möjligt, i så bra verksamhet som möjligt" – genom att erbjuda distriktets tränare kvalitativ vidareutbildning och kompetensutveckling på en hög nivå.

Under året har vi anordnat tre Tränarforum;

- Frukostseminarium – Optimerar träningen med Janne Carlstedt.
- Workshop – Pedagogiken i praktiken med Jennie och Ingemar Linnell.
- Heldagsseminarium – Hållbara idrottare, psykisk ohälsa inom idrotten med föreläsningar av Sanna Kallur, Göran Kenttä, Helen Alpstig samt Emil och Johan Bjarnestad. Azuka Nnamaka modererade oss genom dagen.

Vi har blandat föreläsningar, workshops, fysiska aktiviteter och erfarenhetsutbyte mellan våra föreläsare och deltagare – oavsett vilken idrott de är aktiva i. Tillsammans har vi inlett intressanta och viktiga samtal för att skapa ett hållbart ledarskap.

Under 2019 har 279 unika ledare från 140 unika föreningar deltagit i Tränarforum Stockholm.





*”Rörelseförståelse är lika viktigt som läs- och skrivförståelse. Därför är skolan en självklar plats att jobba utifrån”*



## Särskilda uppdrag

Utöver löpande verksamhet i enlighet med Riksidrottsförbundets uppdrag arbetar vi även med specifika projekt för att bidra till att uppfylla idrottsrörelsens gemensamma mål.

Det handlar om satsningar som bedrivs i projektform under en begränsad tid för att uppnå tydliga effekter – från ett nuläge till ett önskat nyläge. Det kan exempelvis handla om att skapa nya former för idrott, mer rörelse i skolan eller att skapa mer plats för idrott.

På nästa sida beskriver vi kortfattat Rörelsesatsningen i skolan och Idrottens dag – uppdrag som vi genomfört under året.

## Rörelsesatsningen i skolan

År 2018 fick Riksidrottsförbundet i uppdrag av regeringen att göra en satsning för mer rörelse i skolan. Rörelsesatsning i skolan syftar till att förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten. Det innebär att vi på Stockholmsidrotten genomför uppdraget under 2019 och 2020.

Samverkan med skolan ökar chansen att nå även inaktiva barn. Satsningen riktar sig till alla barn i förskoleklass till och med årskurs 6 – framför allt de som inte rör på sig tillräckligt idag. Under dessa år skapar barn vanor som har stor inverkan på deras mående och även hälsa senare i livet. Vi samarbetar i första hand med kommuner och skolor i utvalda områden där behovet kan antas vara störst. I mån av resurser kan vi även stödja andra skolor som söker samarbete.

Det är viktigt med rörelseuppmuntrande skolgårdar och miljöer, samt att vi sprider rörelseförståelse för att få fler att vilja, våga och kunna röra sig hela livet. 2019 etablerade vi samverkan med skolor i Nynäshamn, Upplands Väsby och Haninge kommun. Stockholmsidrotten kompetensutvecklar och inspirerar skolpersonalen genom föreläsningar, workshops och handledning. Elever får utbildning om varför rörelse är viktigt, och om hur även de kan leda rörelseaktiviteter i klassrummet och på raster.



Fler än 300 pedagoger kom till Eriksdalshallen och deltog på vår inspirationsdag med professor Dean Kriellaars, Kanada.



Genom Rörelsesatsningen i skolan besökte artisten Pidde P 19 skolor i distriktet för att inspirera eleverna till rörelse.



Strålände sol på Spånga IP under Idrottens Dag.

## Idrottens dag

Vi på Stockholmsidrotten arrangerade Idrottens Dag i samarbete med lokala idrottsföreningar den 15 juni på Spånga IP, samtidigt som Järvaveckan. Idrottens Dag är ett nationellt koncept som arrangeras på 25 platser i 18 av Riksidrottsförbundets distrikt, utspridda från norr till söder. Det är en dag med roliga aktiviteter och nya idéer där besökare i alla åldrar får

prova på, uppleva, tänka och prata om hur framtidens idrott kan se ut.

Syftet med Idrottens Dag är att inspirera till idrott hela livet och visa en ny syn på träning och tävling. Totalt hade vi 500 besökare som provade på olika idrotter. Dagen uppmärksammades även av statsminister Stefan Löfven som var på plats för att tala på Järvaveckan.





## Fokus på trygghet

Under året har vi haft extra fokus på idrottsföräldrar/vårdnadshavare, trygg idrott och antidoping – allt för att skapa en bättre och tryggare miljö för barn, unga och andra aktiva – och för att få fler att stanna kvar inom idrotten.

## Föräldrar i idrotten

För att komma i mål med strategi 2025 krävs att alla inom idrottsrörelsen är med på vår resa. Under 2019 har vi fokuserat lite extra på målgruppen föräldrar och vårdnadshavare. Vi har skapat ett nytt bildnings- och utbildningsmaterial inom områdena Trygga idrottsmiljöer och Barnens spelregler. Vi har samverkat med flera Specialidrottsdistriktsförbund där vi fört samtal om hur vi tillsammans kan hjälpas åt för att på ett bättre sätt vara

ett stöd till föräldrar och vårdnadshavare samt till andra i föreningen, genom ökad kunskap hos denna viktiga målgrupp. Arbetet har bland annat resulterat i en arbetsmetod för föreningsutveckling inom trygg idrott samt en ökning i antal insatser tillsammans med föreningarna. Från 2018 till 2019 har vi ökat i antal arrangemang från 59 till 126. När det gäller deltagare på arrangemang för föräldrar och vårdnadshavare har vi ökat från 1 086 till 2 301.

## Trygg idrott

Barn och unga idrottare i en tryggare, mer positiv och utvecklande idrottsmiljö – är självklart bra även för vuxna! Under hösten 2019 genomförde vi flera utbildningar under temat Trygg Idrott i samarbete med experter från UNICEF, Rädda Barnen och Röda korset. Syftet med detta viktiga arbete är att säkra en trygg

idrottsmiljö, att ingen utsätts för mobbing, trakasserier, våld eller sexuella övergrepp. Till föreningarnas hjälp och stöd finns materialen "Att skapa trygga idrottsmiljöer", "Barnens spelregler" och UNICEFs handbok för föreningsidrotten. Till flera av materialen har Stockholmsidrotten tagit fram lärgruppsplaner.

## Antidoping

Under året har vi arbetat med ANDT-arbetet (alkohol, narkotika, doping och tobak) i Stockholms län. Tillsammans med Socialförvaltningen i Stockholm Stad har vi skapat utbildningsinnehåll för flera olika stadsdelar. I Haninge kommun har vi med socialförvaltningen utbildat idrottslärare/instruktörer. Vi har samarbetat med nätverket PRODIS (Prevention av Doping i Sverige) och 100% Ren Hård Träning. Under 2019 har vi genomfört 60 förebyggande A-prov. Förutom fastställda generella riktlinjer och distriktsförbundens (DF) regionala provplaner gällde

följande inriktning och prioriterade målgrupper och tävlingsnivå för 2019:

- Morgondagens elit genom förebyggande utbildning med efterföljande dopingkontroll på Nationella Idrottsutbildningar (NIU)
- Andra lovande ungdomar och juniorer (testas under träning)
- Utövare på seniornivå strax under elitnivå
- Idrottsföreningar/klubbar där DF fått tips om att det förekommer doping



Svensk Antidopings snifferdog Molly tillsammans med Joanna Sjö under ett arbetspass på Friskis & Svettis vid Skanstull.





FOTO: CAROLINE BERG, STOCKHOLMS STAD

I augusti iår invigdes en ny specialhall för Gymnastik i Mälarhöjden. Detta är en mycket efterlängtdad hall som ökar kvalité och tillgång för gymnastik i hela regionen. Vi på Stockholmsidrotten har bidragit med anl gningsst d till hallen.

## Opinion och påverkan

Den viktigaste frågan f r oss är att bedriva ett aktivt opinions- och påverkansarbete om idrottsföreningarnas tillgång till idrottsanläggningar och idrottsmiljöer. Vårt distrikt har växt betydligt de senaste decennierna både genom förtätning av våra stadsdelar samt genom att bygga helt nya. Effekten är att allt fler barn och unga måste trängas ihop på de idrottsytor som finns. Under 2019 har vi genom olika aktiviteter arbetat för att uppmärksamma kommunala beslutsfattare på den akuta anl gningsbristen. Några av dessa kan du ta del av h r.

### Regionalt planeringsverktyg

Tillväxt- och planeringsf rvaltningen i Region Stockholm har huvudansvaret för långsiktig regional planering, exempelvis planering gällande infrastruktur som berör många kommuner. Vi har tillsammans med några pilotkommuner och Region Stockholm deltagit i ett arbete att utveckla deras planeringsverktyg – en karta med många olika lager – genom att komplettera med ett lager där alla idrottsanläggningar synliggörs. Det innebär att idrottens anläggningar och behov synliggörs mycket tidigare i planeringsprocessen.

### Kommuntorn 

Medarbetare hos oss på Stockholmsidrotten träffar distriktets kommuner ofta och i många olika sammanhang. Främst tillsammans med de lokala idrottsföreningarna. En gång om året har vi ambitionen att träffa ledningen för respektive kommuns kultur- och fritidsförvaltning för att diskutera samarbetet och utvecklingsmöjligheterna. Fokus under dessa träffar  r hur vi tillsammans kan stärka idrottsrörelsen.

### Kommunernas Idrottschefsnettverk

Under året har vi fortsatt vårt arbete inom Föreningen Storstockholms kultur- och fritidschefer (FSKF). Tillsammans med kommunerna har vi jobbat med att utveckla och underlätta för idrottsrörelsen att samverka över kommungränserna.

Målet är att skapa fler regionala idrottsanläggningar.



Heja Stockholm/ re!  
Cinnika Beiming, Distriktsidrottschef Stockholmsidrotten och Anna König Jerlemyr, Stockholms finansborgarråd, ingick i den svenska delegationen på plats i Lausanne.

### OS och Paralympics i Stockholm 2026

Under första delen av 2019 fortsatte vi samtalen med Sveriges Olympiska Kommitté (SOK) och Parasportförbundet om förarbetet kopplat till ansökan om att få arrangera OS och Paralympics 2026 i Stockholm/ re. Detta genom att träffas tillsammans med Specialdistriktsf rbunden för att diskutera och se möjligheterna för idrottsrörelsen med ett sådant arrangemang.

Den ansökan som lämnades in utifrån Internationella Olympiska Kommitténs nya riktlinjer var av hög kvalité men i slutändan räckte det inte i konkurrens med Italien. Konkret har projektet lett till positiva effekter som exempelvis planer på att utveckla nya idrottsanläggningar.



*"Idrottens mötesplatser med ett aktivt f reningliv skapar en levande, hälsosam och trygg närmiljö i våra st der!"*

### Anl gningslyftet 2.0

Anl gningslyftet 2.0  r en kartläggning av tillgången till anläggningar för idrotter med färre idrottare än de "stora" idrotterna. Kartläggningen  r dels genomförd som en undersökning om idrotternas behov och utmaningar samt även kommunernas tillgångar och eventuella ambitioner. Målet med kartläggningen  r att se var det finns behov och m jligh-

het att skapa en regional samverkan kring idrottsanläggningar. De idrotter som ingick i denna undersökning var amerikansk fotboll, bandy, baseball/softball, bilsport, bågskytte, cricket, flygsport, fäktning, kanot/rodd, konståkning, parasport, rugby, längdskidor/ alpint och skytte. Kommande år kommer arbetet att fortsätta.





### Anläggningsforum

Under 2019 träffades Anläggningsforum vid två tillfällen. Totalt har 25 Specialidrottsdistriktsförbund (SDF) deltagit i forumet under året. Anläggningsforum är ett nätverk där SDF möts för att lyfta och byta erfarenheter kring anläggningsfrågor.

Vid det första tillfället deltog Martin Englund, Riksidrottsförbundet, som berättade om projektet ”Plats för idrott” där målet är att öka tillgången till ändamålsenliga idrottsanläggningar och idrottsmiljöer. Vid den andra träffen presenterades en pilotstudie på den digitala kunskapsbanken samt resultatet av anläggningslyftet 2.0. Kopplat till forumet finns ett antal arbetsgrupper, några av dessa presenteras nedan:

#### Arbetsgrupper

##### Luft, mark och vatten

Vi har startat en arbetsgrupp med fokus på tillgången till idrottsmiljöer i mark, på vatten och i luften. Detta med bakgrund att utrymmet och tillgången till dessa ytor blir alltmer naggade i kanten på olika sätt. Medverkande i arbetsgruppen är vi på Stockholmsidrotten, Stockholms flygsportförbund, Stockholms orienteringsförbund och Stockholms segelsportförbund.

#### Idrottslyftets anläggningsstöd

Tillgången till idrottsytor är en viktig faktor och prioriterad fråga. Genom anläggningsstödet har idrottsföreningar bland annat kunnat skapa helt nya idrottsytor, renoverat existerande anläggningar och energi- och miljöprojekt. Vi har under 2019 tagit emot 62 ansökningar och fördelat cirka 13 miljoner

#### Parasport och idrottsanläggningar

Tillsammans med Parasport Stockholm jobbar vi för att det ska bli fler specialanpassade idrottsanläggningar för Parasport i distriktet. Detta arbete utgår från att det främst inte är nya idrottsanläggningar, utan att det handlar om mindre kompletteringar av redan existerande anläggningar som behövs. Det första steget är att precisera vilka kompletteringar som behövs för respektive idrott samt i vilka anläggningar.

#### Kampsport och dess anläggningssituation

Av de cirka 3400 idrottsföreningar som finns i vårt distrikt tillhör ungefär tio procent något av kampsportsförbunden: boxning, brottning, budo-kampsport, judo, karate eller taekwando. Dessa idrottsföreningar finns i många fall i större idrottsanläggningar, men också ofta inhysta i en källarlokal, industrilokal eller annan lokal som inte är byggd eller anpassad för träningsverksamhet. I ett antal fall de senaste åren har kampsportsföreningar tvingats till korttidskontrakt och stora hyreshöjningar. Tillsammans med dessa kampsportsförbund har Stockholmsidrotten under 2019 startat en undersökning för att få en bättre kunskap om hur situationen ser ut för kampsporten. Detta kommer resultera i en rapport som är klar våren 2020.

kronor till våra idrottsföreningar. Några exempel på projekt som fått stöd är MHM Klättringsförening i Haninge för utbyggnad av befintlig klätterhall; MTB Täby Mountainbike club för att anlägga en cykelcrossbana och High Five idrottsförening i Sundbyberg för bygga ett nytt kampsportsrum.

### Kunskapsbanken

Under hösten lanserade vi på Stockholmsidrotten ”Kunskapsbanken för idrottsanläggningar och idrottsmiljöer” på vår hemsida. På denna plats har information, dokument, rapporter och annat samlats runt denna viktiga fråga. Utgångspunkten är att många specialidrottsförbund, specialdistriktsförbund, kommuner och andra tar fram material, men att det saknas en samlad plats att hitta dessa. Det som lanserades under hösten är endast en första start och målsättningen är att Kunskapsbanken ständigt ska uppdateras och utvecklas.



### Regional kartingbana

Under de senaste två åren har vi tillsammans med Stockholms bilsportförbund, Järfälla motorklubb, Stockholm stad, Sollentuna kommun och Järfälla kommun arbetat för att skapa en regional samverkan kring en kartinganläggning. Bakgrunden är att motorklubbens arrendekostnad ökade kraftigt och ansträngde ekonomin så mycket att den skulle tvingas stänga kartingbanan. Efter ett omfattande arbete har en struktur och samarbete skapats. Totalt har åtta kommuner i vårt distrikt, baserat på antal medborgare som är aktiva på denna idrottsanläggning, gått in med finansiellt stöd. Detta är ett positivt tecken på att modellen regional samverkan fått fäste och fungerar.

### Strategiskt seminarium om ökad regional samverkan

Tillsammans med nätverket för kultur- och fritidschefer i Stockholms län arrangerades ett seminarium kring idrott, kultur och regional samverkan. Cirka 70 chefer, strateger och specialister samlades denna dag för att utbyta erfarenheter. På programmet var slutrapportering av det projekt som vi deltagit i – Regional tillgång till idrottsanläggningar och kulturskola.



Statsminister Stefan Löfven besökte Idrottens Dag/Järvaveckan på Spånga IP.

### Järvaveckan

Järvaveckan, som arrangerades 12–16 juni på Spånga IP, handlar om att minska avståndet mellan politiker och medborgare. En av många olika delar som var på plats under veckan för att öka engagemanget var idrotten. Vi på Stockholmsidrotten, tillsammans med Idrottsför-

valtningen i Stockholms stad och det lokala föreningslivet, erbjöd möjligheten att prova på elva idrotter inom evenemangsområdet. Cirka 200 personer besökte idrottsområdet och provade på idrotter varje dag.





Barnkanalens Leila Trulsen ledde oss med säker hand genom "Den stora idrotts(rörelse)konferensen".

## Annat som hänt under året

Förutom vårt vardagliga arbete med föreningsträffar, utbildningar, kommunträffar med mera – har vi under året haft en ordförandeträff för distriktets Specialidrottsförbund, arrangerat Distriktsstämman och en extra stämma. Under våren arrangerade vi "Den stora idrotts(rörelse)konferensen" – en fantastisk dag med 300 deltagare från Stockholms idrottsföreningar. I samband med konferensen passade vi på att dela ut utmärkelser till "Årets barn- och ungdomsledare", "Årets barn- och ungdomsförening" samt Förtjänstmedaljer.

Under hösten har förberedelserna inför sammanläggningen av Stockholms Idrottsförbund och Studieförbundet SISU Idrottsutbildarna Stockholm intensifierats.

## Den stora idrotts- (rörelse)konferensen

Den stora idrotts(rörelse)konferensen för tränare och ledare inom Stockholmsdistriktet arrangerades av oss på Stockholmsidrotten för tredje året i rad i mars månad.

På plats var drygt 300 deltagare som fick lyssna på bland annat forskaren Jean Coté från Kanada, den svenska författaren Fredrik Backman, som skrivit böckerna "Björnstad" och "Vi mot er", samt Parasport Sveriges ordförande Åsa Llinares Norlin.

Föreläsarna hade alla olika infallsvinklar på den svenska idrottsrörelsens förändringsresa Strategi 2025 och de fem utvecklingsresorna.



Åsa Llinares Norlin – gjorde ett bejublat framträdande.



Haninge Cheer Elite Paracheer inledde dagen med bravur!



### Utmärkelser 2019



#### Förtjänstmedaljer

Doris Högne Rydheim, Yvonne Claesson, Pelle Kotschak och Lena Runströmer tilldelades Stockholms Idrottsförbunds förtjänstmedalj på den stora idrottskonferensen.



#### Årets barn- och ungdomsförening

Huddinge Brottarklubb tilldelades utmärkelsen Årets barn och ungdomsförening 2019 för sitt viktiga arbete med att ge barn och ungdomar möjligheten att "bli sitt allra bästa jag" i stadsdelen Flemingsberg.



#### Årets barn- och ungdomsledare

Det finns massor av barn- och ungdomsledare i vårt distrikt som gör ett fantastiskt arbete. Genom vår nya utmärkelse vill vi uppmärksamma ledare som genom sitt ledarskap skapar en trygg, lustfylld och välkomnande miljö för barn och ungdomar. Den första utmärkelsen tilldelades Malin Andersson, Hässelby SK IBF, för sitt viktiga och envisa arbete med att möta varje barn efter dess förutsättningar.





## Distriktsstämman

Distriktsstämman arrangerades samtidigt som den stora Idrottskonferensen på Clarion Hotel i Stockholm den 16 mars. Stämman tog beslut om verksamhetsinriktning för det kommande året och om en sammanläggning av Stockholms Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna Stockholm. Helene

Hellmark Knutsson valdes till ny ordförande. Peter Larsson avgick efter 12 år som ordförande. Även tre nya ledamöter valdes in i styrelsen: Thabo Motsieloa, Victoria Escobar och Lars Lundqvist. Lena Runströmer, Mats Hasselgren och Pelle Kotschak lämnade styrelsen.



## Översyn av SDF-stödet – Extra distriktsstämma

Den andra december deltog 42 ombud från 33 specialidrottsdistriktsförbund på en extra distriktsstämma för beslut om ny fördelningsmodell för SDF-stödet. Styrelsen beslutade redan 2017 att genomföra en översyn av fördelningsmodellen för SDF-stödet. Översynen genomfördes i nära process med SDF:en genom

arbeten i workshops och i en enkätundersökning. Utifrån dessa inspel samt besluten på Riksidrottsmötet, om idrottens ekonomiska stödformer, så arbetade styrelsen fram förslag till nya principer avseende ny fördelningsmodell. Förslaget diskuterades och antogs vid denna extra stämma.



## Sammanläggning av Stockholms Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna Stockholm

Vid Riksidrottsmötet (RIM) i Uppsala 2011 beslutades att det i varje regionalt idrottsdistrikt ska finnas ett kansli som är gemensamt för distriktsidrottsförbundet (DF) och SISU-distriktet (SISU-d). Stockholms Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna Stockholm har därför sedan 2012 utgjort ett gemensamt kansli med en gemensam chef.

På RIM 2017 beslutades att utreda förutsättningarna för att sammanlägga DF och SISU-d till en juridisk person. Under hösten 2018 fattade ett extra Riksidrottsmöte beslut om ändringar i RF:s stadgar respektive SISU:s stadgar kring distriktet. Mötet beslutade också att det nya distriktsnamnet ska vara RF-SISU följt av distriktets

namn. Vårt nya namn blir alltså *RF-SISU Stockholm*. I mars 2019 beslutade Distriktsidrottsstämman formellt att denna sammanläggning ska gälla från och med den 1 januari 2020.

Sammanläggningen av de två organisationerna kommer inte att påverka vår verksamhet. Den gemensamma organisationen kommer fortsatt att ha två tydliga uppdrag – ett idrottsuppdrag och ett folkbildningsuppdrag. SISU Idrottsutbildarna är fortsatt ett fristående studieförbund och den statsbidragsberättigade folkbildningsverksamheten har ett specifikt ändamål.

På riksnivå fortsätter Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna som två juridiska personer.

## Ordförandeträff med specialidrottsdistriktsförbunden

Styrelsen bjöd i februari in till den årliga träffen för SDF:ens ordföranden. Detta forum är en viktig årlig mötesplats över idrottsgränserna. Över 30 idrotter var på plats för att gemensamt samtala kring viktiga strategiska beslut som är på gång i idrottsrörelsen. På agendan stod även information inför distriktsstämman samt den kommande verksamhetsinriktningen. Inför träffen uppmanades även deltagarna att lyfta två utmaningar som finns i respektive idrott.





”Bildning är det som är kvar sedan vi glömt allt vad vi lärt oss.”

Ellen Key



SISU IDROTTSUTBILDARNAS NYA VISION:

# Idrottsrörelsens folkbildning – världens bästa!

SISU är idrottsrörelsens studie- och utbildningsorganisation som verkar för att bidra till idrottsrörelsens utveckling genom folkbildning. Idrottsrörelsens folkbildning bidrar till ett fortsatt starkt föreningsengagemang och är en nödvändig nyckel för få människor i föreningar att växa. SISU Idrottsutbildarna är mitt i idrotten. Genom folkbildning sätter vi idéer i rörelse i Stockholmsdistriktet.

## Uppdrag

Som studieförbund utgår vi från folkbildningens kärna att deltagarna fritt ska kunna välja att delta i någon av SISU Idrottsutbildarnas verksamhetsformer och en frihet utifrån sätta studieplaner. SISU är den lokala anordnaren av all verksamhet som rapporteras som statsbidragsberättigad folkbildningsverksamhet.

## SISU Idrottsutbildarnas verksamhet

SISU bedriver sin verksamhet såväl utifrån idrottsrörelsens idé och mål samt statens mål och syften. De båda uppdragen stärker idrottsrörelsens utveckling. I praktiken innebär det att verksamheten ska beakta både ett individperspektiv och ett föreningsperspektiv. Individperspektivet innebär att möta den enskilda människans intresse, behov och möjligheter att utvecklas. Föreningsperspektivet har mer sin utgångspunkt i föreningens vilja och möjlighet att utvecklas.

Under 2019 beslutade riksidrottsmötet om en ny verksamhetsidé ”Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas”. Den nya verksamhetsidén signalerar att vi vill bygga in en ny kraft i folkbildningen samt bevisar att den moderna folkbildningen engagerar och att den är angelägen.

## Folkbildningsverksamheten i Stockholm har ökat markant

SISU Stockholm har 2019 fördubblat den redovisningsbara statsbidragsfinansierade

verksamheten. Detta är effekten av ett flerårigt kvalitets- och förändringsarbete. Ett arbete som endast varit möjligt med handfasta beslut och mycket mod. Det har inte varit en enkel resa, med mindre resurser. Men den har varit mödan värd. Studieförbundet SISU idrottsutbildarna ska erbjuda och anordna folkbildningsverksamhet som ger ett mervärde för individer och idrottsföreningar. Omtaget har varit mycket betydande för att säkra kvaliteten utifrån statens mål och syfte med folkbildningen samt gällande regelverk i SISU.

Under 2019 har vi särskilt fokuserat på Föräldrarollen, Trygg idrott och Normmedvetenhet samt Föreningskunskap.

## Kvalitetsstudie

I början av november genomfördes en riktad kvalitetsenkät riktad till anmälda deltagare i folkbildningsverksamheten. Denna enkät påvisar glädjande att deltagarna i Stockholmsdistriktet har en hög kunskap om sitt deltagande i en av SISU anordnad verksamhetsform.

>>>



Rörelsepaus under Tränarforums heldagsseminarium i november ”Hållbara idrottare – psykisk ohälsa inom idrotten”.



## FORTSÄTTNING: IDROTTSRÖRELSENS FOLKBILDNING – VÄRLDENS BÄSTA!

&gt;&gt;&gt;

**Studieförbundets verksamhetsformer**

Den statsbidragsberättigade folkbildningsverksamheten inom SISU Idrottsutbildarna bedrivs inom ramen för nedanstående verksamhetsformer. Folkbildningsanslag får enbart användas till kostnader som är direkt kopplade till verksamheten redovisad i dessa verksamhetsformer.

**Lärgrupp**

Lärgrupp kan på många sätt jämföras med studiecirkele. Metodiken är självlärande, där initiativ och planering görs gemensamt inom gruppen.

**Processarbete**

Processarbete syftar till att utgöra en resurs för att stärka föreningens organisation, struktur och utveckling av styrdokument.

**Kurs**

SISU tillhandahåller gränsöverskridande kurser som kan beställas av föreningar och förbund eller initieras av SISU. Det ska finnas en i förväg fastställd kursplan och ett tydligt utbildningsmål.

**Föreläsning**

SISU erbjuder inspirations- och temaföreläsningar utifrån föreningens och/eller förbundets behov och önskemål.

**Kulturarrangemang**

Kulturarrangemang avser teater, sång, musik, film, dans och utställningar. De ska ge deltagarna möjlighet att förvärva ny kunskap samtidigt som de erbjuds en kulturupplevelse.

**Föreningsbesök**

Föreningsbesöket är en uppsökande verksamhet där ett syfte är att motivera och inspirera till att påbörja eller fortsätta ett pågående bildnings- och utbildningsarbete.

Förberett för höstens första *Grundutbildning för tränare*, tidigare *Plattformen*. *Grundutbildning för tränare* är en ny utbildning uppdaterad enligt de senaste forskningsrönen. Den riktar sig till alla tränare, oavsett vilken idrott du är engagerad i eller om du tränar barn, ungdomar eller vuxna.

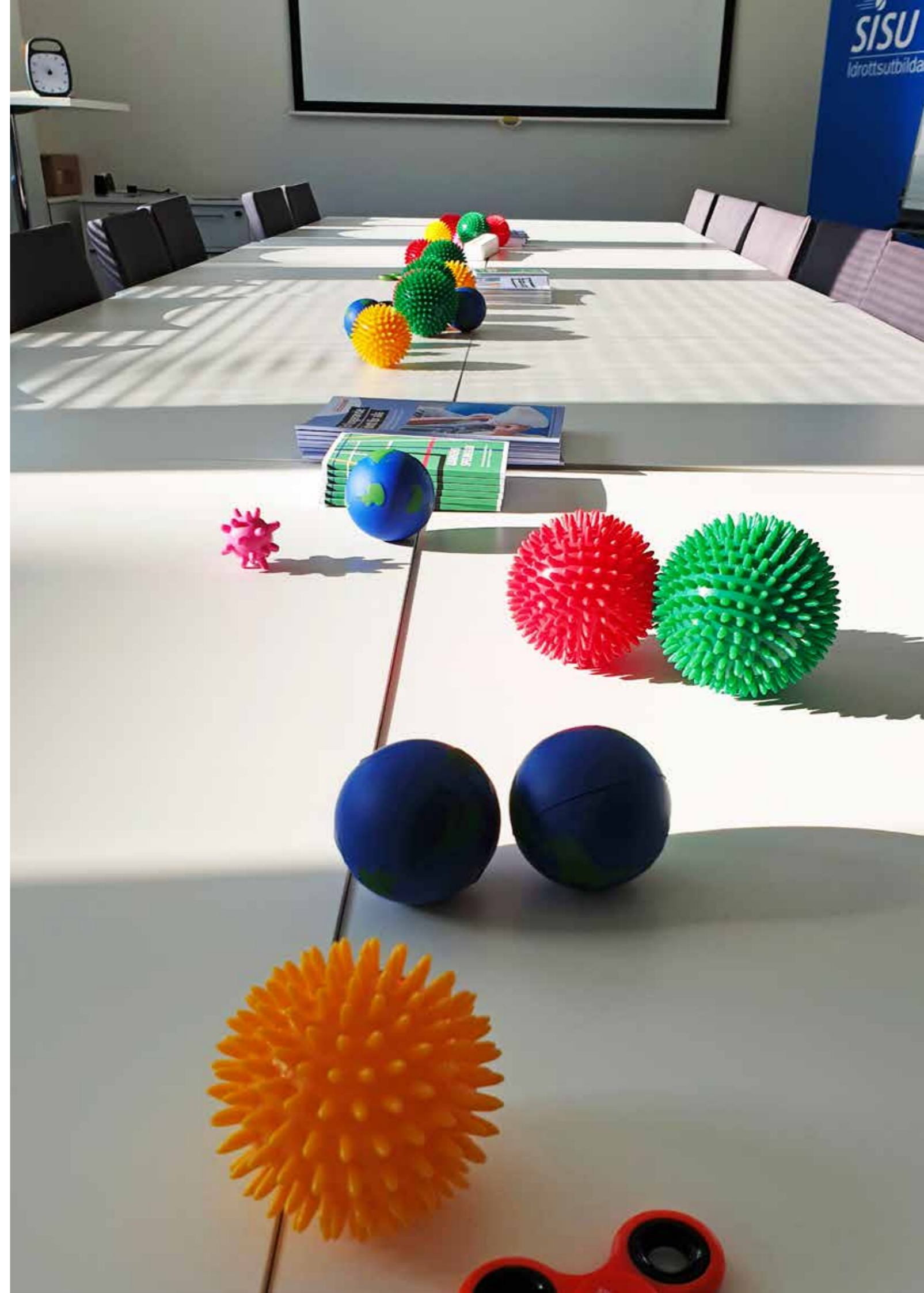
Sammanlagt har cirka 350 tränare gått utbildningen under 2019.

## Folkbildning 2019

Den statsbidragsberättigade folkbildningsverksamheten som SISU Idrottsutbildarna Stockholm anordnat tillsammans med idrottsföreningar och förbund i distriktet under 2019.

Folkbildning	Antal 2019	Antal 2018	Unika deltagare 2019	Unika deltagare 2018	Utbildningstimmar 2019
Kurser	694	575	8 329	6 371	4 777
Föreläsningar	225	279	5 097	4 202	523
Lärgrupper	3 574	1 558	14 162	8 302	29 737
Processer	114	99	1 100	889	901

Antal samverkande idrottsföreningar: 747 stycken inom 63 specialdistriktsförbund





## Föreningars idrottsaktiviteter och aktiviteter med Stockholmsidrotten fördelat per kommun

Kommun	Antal sektions- föreningar med LOK-stöd (HT-18/VT-19)	Antal deltagar- tillfällen* för sektionsföreningar (HT-18/VT-19)	Antal sektions- föreningar som beviljats ekonomiskt stöd** (inom kommunen 2019)	Antal sam- verkande sektions- föreningar*** (inom kommunen 2019)
Botkyrka	74	480 698	21	37
Danderyd	29	473 558	9	15
Ekerö	35	172 563	8	13
Haninge	61	512 260	19	38
Huddinge	62	714 803	15	41
Järfälla	38	431 729	9	24
Lidingö	38	419 973	5	14
Nacka	96	867 692	17	57
Nynäshamn	26	119 051	3	13
Salem	14	92 646	3	7
Sollentuna	39	616 129	8	25
Solna	57	557 394	15	35
Stockholm	482	5 154 835	156	263
Sundbyberg	32	243 293	12	20
Tyresö	36	449 262	13	25
Täby	58	722 670	16	32
Upplands Väsby	34	219 938	6	18
Upplands-Bro	31	122 392	7	17
Vallentuna	33	177 924	10	14
Vaxholm	16	94 860	7	5
Värmdö	46	296 391	9	21
Österåker	41	278 589	5	13
<b>Summa:</b>	<b>1 378</b>	<b>13 218 650</b>	<b>373</b>	<b>747</b>

\* totala antalet deltagare i åldern 7-25 år under alla gruppstillfällen inom nämnd period.  
Verksamheten ska vara bedriven i ideell förening kopplad till ett specialidrottsförbund inom RF.

\*\* föreningen har sökt och beviljats ekonomiskt stöd i form av idrottslyft, etableringsstöd eller anläggningsstöd.

\*\*\* med samverkande sektionsförening menas att en sektionsförening antingen samverkat i ett föreningsbesök eller arrangerat och slutrapporterat utbildningsverksamhet.

## Sektionsföreningars idrottsaktiviteter och aktiviteter med Stockholmsidrotten fördelat per förbund

Förbund	Antal sektions- föreningar med LOK-stöd (HT-18/VT-19)	Antal deltagar- tillfällen* för sektionsföreningar (HT-18/VT-19)	Antal sektions- föreningar som beviljats ekonomiskt stöd** (inom kommunen 2019)	Antal sam- verkande sektions- föreningar*** (inom kommunen 2019)
Akademisk Idrott	10	14 463		1
Amerikansk Fotboll	11	46 294	3	7
Badminton	19	142 986	4	8
Bandy	6	45 533	1	6
Bangolf	0	0	2	1
Baseboll och Softboll	6	9 203		3
Basket	43	1 269 963	18	31
Biljard	2	316	2	2
Bilsport	1	593		1
Bordtennis	28	166 790	3	8
Boule	0	0	2	3
Bowling	15	10 447	1	2
Boxning	18	129 347	7	17
Brottning	8	36 015	4	7
Budo och Kampsport	92	392 542	24	43
Bågskytte	13	5 951	3	6
Casting	2	447		
Cheerleading	0	0		2
Cricket	7	11 403	4	5
Curling	2	1 170	1	1
Cykel	7	7 972	3	9
Danssport	15	34 614	1	5
Dart	0	0		
Draghundsport	0	0		
Dragkamp	0	0		
Dövidrott	2	19 243		1
Flygsport	4	345		3
Fotboll	196	4 582 219	85	157
Friidrott	46	289 038	19	24
Frisbee	4	2 227	2	1
Fäktning	12	41 044	3	3
Golf	32	54 473	5	17
Gymnastik	85	1 019 194	21	24
Gång/Vandring	0	0		
Handboll	41	551 970	12	27
Innebandy	77	899 952	14	38
Ishockey	42	894 075	21	34
Issegling	1	16		1
Judo	18	53 320	3	3



## >>> Sektionsföreningars idrottsaktiviteter och aktiviteter med Stockholmsidrotten fördelat per förbund

Förbund	Antal sektionsföreningar med LOK-stöd (HT-18/VT-19)	Antal deltagartillfällen* för sektionsföreningar (HT-18/VT-19)	Antal sektionsföreningar som beviljats ekonomiskt stöd** (inom kommunen 2019)	Antal samverkande sektionsföreningar*** (inom kommunen 2019)
Kanot	6	9 466	2	4
Karate	74	292 031	6	28
Klättring	4	12 647	3	2
Konståkning	34	214 053	6	18
Korpen	7	66 063	6	5
Källsport	3	796		1
Landhockey	2	5 108		1
Motorcykel och Snöskoter	6	12 020		4
Mångkamp	5	879	1	3
Orientering	27	61 830	13	18
Parasport	30	35 678	9	26
Racerbåt	0	0		
Ridsport	61	405 810	8	23
Rodd	5	5 365	2	
Rugby	8	17 931	1	2
Segling	27	28 201	4	11
Simidrott	32	580 714	8	18
Skateboard	1	14 515	2	2
Skidor	25	63 023	3	8
Skidskytte	2	1 060		1
Skolidrott	26	26 725	2	7
Skridsko	2	2 063		2
Skyttesport	15	6 281	2	7
Sportdykning	4	3 483	1	1
Squash	5	3 026	2	4
Styrkelyft	4	20 226	1	4
Taekwondo	25	127 017	6	10
Tennis	44	407 624	10	29
Triathlon	3	2 097	1	2
Tyngdlyftning	9	6 859		1
Varpa	0	0		
Vattenskidor och Wakeboard	3	617	2	
Volleyboll	14	52 277	4	4
<b>Summa:</b>	<b>1 378</b>	<b>13 218 650</b>	<b>373</b>	<b>747</b>

\* totala antalet deltagare i åldern 7-25 år under alla gruppstillfällen inom nämnd period. Verksamheten ska vara bedriven i ideell förening kopplad till ett specialidrottsförbund inom RF.

\*\* föreningen har sökt och beviljats ekonomiskt stöd i form av idrottslyft, etableringsstöd eller anläggningsstöd.

\*\*\* med samverkande sektionsförening menas att en sektionsförening antingen samverkat i ett föreningsbesök eller arrangerat och slutrapporterat utbildningsverksamhet.



## Tack 2019 – hej 2020!

Från och med den 1 januari 2020 så är Stockholms Idrottsförbund och Studieförbundet SISU Idrottsutbildarna Stockholm en och samma organisation. Vi heter RF-SISU Stockholm.

Sammanläggningen av de två organisationerna påverkar inte vår verksamhet. Den gemensamma organisationen har liksom tidigare två tydliga uppdrag – ett idrottsuppdrag och ett folkbildningsuppdrag. Nedan ser du vår nya logotyp.



# Stockholm



*Tillsammans är vi  
Stockholmsidrotten!*

**STOCKHOLMS  
IDROTTSFÖRBUND**

**SISU**  
Idrottsutbildarna