

Hållbar Förening



GLOBALA MÅLEN
för hållbar utveckling

Föreningens namn:

Projektgruppen:

Idrottskonsulent RF-SISU Uppland:

Bakgrund

Hållbar utveckling är ett måste i dag och framöver. Det är en del i den förändringsresa som svensk idrott just nu gör. Dessutom är det en förutsättning för fortsatt idrottsutveckling. För idrottsrörelsen betyder hållbar utveckling att vi ska ta ansvar för vår miljöpåverkan och bidra till folkhälsa, demokrati, inkludering, människors egenmakt och en sund ekonomi. Det innebär att vi har valt att definiera hållbar utveckling utifrån social, ekonomisk och ekologisk hållbarhet.

Det finns gemensamma utvecklingsområden för ökad hållbarhet för alla inom idrottsrörelsen, till exempel mat, resor, kläder, utrustning, idrottsytor, energi, natur och inkludering.

Totalt finns det 17 mål och 169 delmål i FN:s globala hållbarhetsmål. De globala målen är integrerade och odelbara och balanserar de tre dimensionerna av hållbar utveckling: den ekonomiska, den sociala och den miljömässiga.

Idrottsrörelsen har, precis som resten av världen, ett ansvar att bidra till de 17 hållbarhetsmålen. Idrotten lyfts fram som en möjliggörare för att nå dessa mål. Vi kan bidra till alla mål och framför allt till de mål som handlar om hälsa, demokrati, inkludering, integration och hållbara städer och samhällen.

Syfte

Att skapa hållbara föreningar där varje liten del räknas i arbetet kring en hållbar förening. Utifrån de tre dimensionerna skapa en hållbar förening.

RF-SISU Uppland vill, genom en tydlig riktad satsning, stödja fler idrottsföreningar att påbörja utvecklingen av sin verksamhet för att bli en hållbar förening. En viktig del av satsningen är att inkludera barn och/eller ungdomar i arbetet.

Långsiktiga mål

Våra långsiktiga mål är att göra idrottsrörelsen i Uppland mer hållbar utifrån Agenda 2030. På längre sikt ska satsningen leda till att:

- föreningar är medvetna om de globala målen och Agenda 2030
- föreningar arbetar aktivt för att förbättra de tre dimensionerna av hållbar utveckling: den ekonomiska, den sociala och den miljömässiga.

RF/SISU och Agenda 2030

1. Vad vi gör: Vår kärnverksamhet och det arbete vi direkt bidrar till
2. Hur vi arbetar: Målen som vi bidrar till genom vårt sätt att arbeta
3. Våra stödmål: Mål som inte ligger i vår kärnverksamhet men som vi måste ta hänsyn till i vårt uppdrag och i våra verksamheter för att säkerställa att de inte motverkas.



Deltagare

Styrelsen och föreningsledare, tränare och instruktörer.

Genomförande – fyra steg inom Hållbarhet

1. Ökad kunskap genom utbildningar/föreläsningar med efterföljande samtal.
2. Identifiera nuläget genom en nulägesanalys/självskattning, val av utvecklingsområde att fördjupa sig inom.
3. Ökad medvetandegrad genom interna lärgrupper.
4. Skapa en handlingsplan för föreningens hållbarhet

Innehåll och material

Steg 1: Introduktion till hållbar idrott och Agenda 2030

Idrotten och Agenda 2030

I det här avsnittet redovisas hur idrottsrörelsen jobbar med och kan jobba för att bidra till de globala hållbarhetsmålen, Agenda 2030, inom ramen för vår idrottsvardag.

Filmen beskriver mer ingående Agenda 2030 och de olika målen. Filmen nedan är framtagen av Svenska FN-förbundet.

Film:

<https://utbildning.sisuforlag.se/rfsisu/idrottens-webbar/organisation/hallbar-idrott/idrottsrorelsen-och-agenda-2030/>

Goda exempel

Vi har samlat goda exempel från specialidrottsförbund, idrottsföreningar, evenemang, den internationella idrotten samt några projekt och riktade insatser som genomförts inom idrottsrörelsen. Syftet är att lära och inspireras av varandra.

Info:

<https://utbildning.sisuforlag.se/rfsisu/idrottens-webbar/organisation/hallbar-idrott/goda-exempel/>

Steg 2: Nulägesanalys - självskattning

Självskattning

För att veta var du och din organisation ska börja och var ni behöver göra insatser för att bli mer hållbara, behöver ni veta ert nuläge. Använd självskattningen för att skatta ert nuläge. Genom att svara på några korta frågor om er verksamhet har ni möjlighet att få en bild av era utmaningar och förslag till insatser framåt.

<https://utbildning.sisuforlag.se/rfsisu/idrottens-webbar/organisation/hallbar-idrott/borja-har/sjalvskattning/>

Steg 3: De tre dimensionerna Ökad medvetandegrad genom interna lärgrupper.

1. Beskrivning av lärgrupp:

Information om att jobba i lärgrupp hittar du längst bak i den här filen, som bilaga 1.

Lärgruppsplanen om hållbarhet hittar du längst bak i den här filen, som bilaga 2.

Du kan även ladda hem dessa dokument från SISU förslags webbplats

2. Lärgruppsmaterial:

Samtalsduken om hållbar idrott hittar du längre bak i den här filen, som bilaga 3.

Samtalsduken finns även att ladda hem från SISU förlags webbplats.

Fakta och fördjupning

<https://utbildning.sisuforlag.se/rfsisu/idrottens-webbar/organisation/hallbar-idrott/idrottsrorelsen-och-agenda-2030/>

<https://www.globalamalen.se/>

Steg 4: Skapa en handlingsplan för föreningens hållbarhet

- Målsättning och handlingsplan utifrån samtalsduken i steg 3
- Handlingsplanen ska innehålla minst en aktivitet som riktar sig till barn och/eller ungdomar. Handlingsplanen finns längre bak i den här filen, som bilaga 4.

Rapportering och utvärdering

Deltagande föreningar ska

- Rapportera alla planerade och genomförda aktiviteter i IdrottOnline, utbildningsmodulen.
- Utvärdera sitt projekt genom återrapport i IdrottOnline.

RF-SISU Uppland ska

- Granska och frikoda rapporteringen med frikoden: DF17 Den moderna föreningen engagerar, DF17S Hållbarhet.
- Administrera ansökan och återrapport av föreningarnas projekt i IdrottOnline.

Projektstöd

20 000kr per förening.

Projektledare

Respektive konsulent projektleder föreningens projekt tillsammans med föreningens projektgrupp.



Fysiska grundegenskaper



Välkommen som deltagare i en lärgrupp!

Lärgrupp är en del i din förenings utvecklings-
arbete i samverkan med RF-SISU

Vad är en lärgrupp?

Viljan att lära och nyfikenheten att upptäcka tillsammans är det som kännetecknar lärgruppen. I en idrottsförening finns det mycket som är bra att känna till och lära sig mer om. En hel del som inte har med själva träningen att göra. Det kan handla om *hur en bra ledare ska vara, vad som är bra att äta när man tränar eller hur man skapar delaktighet och ökar engagemanget i föreningen.*

När ni har bestämt er för vilket ämne som just ni vill prata om är det dags att starta en lärgrupp. Lärgruppen är bra när man vill få igång ett samtal och öppna upp för utbyte av erfarenheter, olika perspektiv och upplevelser.

Lärgruppen och lärande material

I lärgruppen kan man ta hjälp av material från RF-SISU i det ämne som man vill prata och lära mer om. Det kan till exempel vara böcker, filmer, poddar, dialogdukar eller varför inte tidningsartiklar. I lärgruppen finns ingen uttalad expert utan alla bidrar med kunskap och sina erfarenheter.



Lärgruppen och lärgruppsplanen

En lärgruppsplan är ett stöd till lärgruppsledaren eller utbildningsansvarig i föreningen. Även om alla i en lärgrupp förväntas delta aktivt behöver någon ta på sig ledartröjan. Vi kallar denna någon för lärgruppsledare. I en lärgrupp kan till exempel föreningsledare, föräldrar eller aktiva i föreningen vara deltagare.

I lärgruppsplanen finns frågor som underlättar för er när ni ska komma igång med ert samtal och reflektera utifrån ett ämne. Ett ämne som just ni har valt med koppling till er idrott och verksamhet i föreningen.

Ni bestämmer sedan hur er lärgrupp ska genomföras. Hur, när och var ni ska träffas och vad ni vill samtala om.

Regler för att genomföra en lärgrupp

Om en lärgrupp ska godkännas som bidragsberättigad verksamhet i er förening gäller följande:

- ✓ Den måste pågå under minst 3 utbildningstimmar.
En utbildningstimme = 45 minuter. Det går att dela upp denna tid på fler tillfällen.
- ✓ Det måste vara minst 3 deltagare.
- ✓ Deltagarna måste vara minst 13 år. Avsteg kan göras och låta deltagare från 7 år vara med. En förutsättning då är att lärgruppen är anpassad för just denna grupp.

Så här anmäler du er lärgrupp

Logga in i IdrottOnline (från föreningens IdrottOnline-hemsida).
Gå till "Utbildning" > Gå till "Anmälan" och välj "Lärgrupp".

Under fältet "Studieplan" väljer du aktuellt namn för den lärgruppsplan ni jobbar med. Fyll i de övriga fält som hör till er planering av lärgrupp.

TIPS!

Hör av dig till en idrottskonsulent på ditt RF-SISU distrikt om det verkar krångligt eller om du inte förstår. Då får du hjälp med allt kring vad en lärgrupp och lärgruppsplan är och hur man gör. Enklare än så kan det inte bli.



Lärgrupp är folkbildning, men vad är folkbildning?

Folkbildning är en form av lärande där deltagarna själva bestämmer vad de vill lära och veta mer om. I folkbildningen är mötet mellan människor och att lära av varandra genom samtal det viktigaste. Folkbildning utgår ifrån frivillighet, lust att delta, närhet och tillgänglighet. Perfekt för alla i en förening.



Berätta att ni gör det här tillsammans med RF-SISU

Det är viktigt att alla i din förening som deltar i RF-SISU:s folkbildningsverksamhet känner till att den genomförs tillsammans med just RF-SISU. Det är viktigt då det handlar om att säkerställa att din förening fortsatt ska kunna ta del av de resurser som RF-SISU har för att genomföra folkbildning i förening (läs mer nedan). Så, berätta gärna för alla i föreningen att ni gör det här tillsammans med RF-SISU.

RF-SISU distriktet – en resurs för såväl lärgrupp som föreningsutveckling

RF-SISU distriktet är SISU Idrottsutbildarnas och Riksidrottsförbundets regionala och lokala organisationer. Vi delar gärna med oss av erfarenheter, ger stöd och kraft till utvecklingsarbetet i just din förening. Ett samarbete som ni har både nytta och glädje av. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel RF-SISU distriktet genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.

Kontakta gärna RF-SISU så berättar vi mer om hur ett samarbete kan gå till.





RF-SISU distrikt är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala och lokala organisationer. Vi har två uppdrag, idrott och folkbildning. Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.



LÄRGRUPPSPLAN

Hållbar idrott

Den här lärgruppsplanen vänder sig till dig som är styrelseledamot i föreningen.

Om lärgruppsplanen

Det här är lärgruppsplanen till dialogduken för en hållbar idrottsrörelse och webbplatsen Hållbar idrott.

Er lärgrupp

Förbered er genom att i grupp göra den självskattning som finns på webbsidan Hållbar idrott. Samtala sedan vidare genom att ses fysiskt eller digitalt i er lärgrupp.

Hur ni kan använda dialogduken

Att arbeta med dialogduk är en uppskattad metod som skapar stora möjligheter till interaktion mellan deltagarna. Resultatet är beroende av allas aktiva deltagande. Metoden innebär att man i en liten grupp, fem till sju personer, arbetar aktivt och involverar samtliga gruppdeltagare. Arbetet utgår ifrån dialogduken. Där finns tydliga uppgifter och frågeställningar.

Gruppen samlas runt dialogduken.

Instruktioner, uppgifter och frågor är skrivna så att de som deltar på ett enkelt sätt tillsammans kan läsa och förklara så att alla deltagare involveras. En eller flera i gruppen kan göra noteringar. Dialogduken för en hållbar idrottsrörelse består av fyra frågeställningar och tre områden att arbeta igenom. Alla lösningar och svar kräver dialog och engagemang. Samtidigt som alla dras med i arbetet är man gemensamt ansvariga för resultatet. Duken kan också ses som ett stort anteckningsblock. Skriv därför upp alla svar på duken. Anteckningarna på dialogduken kan sedan sammanställas och utgöra underlag för fortsatt arbete. Arbetet med duken ska underlätta för er att prioritera vad som är viktigast för just er förenings hållbarhetsarbete i nutid med sikte på framtiden.

Gör så här

1. Inled med att tillsammans samtala om de frågeställningar som är till höger i dialogduken.
2. Välj sedan vilka eller alla av dialogdukens områden som ni prioriterar att arbeta vidare med.
3. Arbeta i nästa steg igenom de prioriterade områdena, ett i taget. Samtala utifrån följande: Vad ska vi i vår förening prioritera att göra inom detta område för att komma i gång med vårt hållbarhetsarbete och på sikt nå vår målbild? Lägg fokus på er verksamhet i närtid och verksamhet som ska bedrivas inom de närmaste månaderna.
4. Bestäm tillsammans vilka av de punkter som ni ska prioritera inom respektive område.

Arbeta gärna vidare i lärgrupp.

Att fortsätta mötas i en lärgrupp är ett bra sätt att ta samtalen kring just era prioriteringar och föreningens återstartsarbete vidare.

SISU Idrottsutbildarna – en resurs

SISU Idrottsutbildarna delar gärna med sig av erfarenheter, ger stöd och kraft till just ert utvecklingsarbete. Ett samarbete som ni kommer ha både nytta och glädje av. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel SISU Idrottsutbildarna genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera. Kontakta gärna SISU Idrottsutbildarna lokalt så berättar de mer om hur ett samarbete kan se ut. Kontaktuppgifter hittar du på www.sisuidrottsutbildarna.se.

Tips för dig som vill veta mer:

På webbsidan <https://www.rf.se/RFarbetarmed/hallbarutveckling/> finns det mer information om ekologisk, social och ekonomisk hållbarhet inom idrottsrörelsen. Där finns också en hänvisning till webbsidan Hållbar Idrott där ni hittar mer information om hur ni kan komma igång rent praktiskt och hur ert arbete är en del i ett större globalt sammanhang.



Hållbar utveckling

Idrotten har listat följande hållbarhetsområden som idrottsgemensamma. Låt de inspirera och vägleda er i ert arbete men komplettera gärna med egna och mer verksamhets-specifika hållbarhetsområden.

Ekologiskt

- Mat
- Inköp
- Resor
- Anläggningar och biologisk mångfald

Socialt

- Hälsa och idrott hela livet
- Folkbildning
- Inkludering
- Jämställdhet

Ekonomiskt

- Ekonomiska möjligheter och placeringar
- Transparens

Fundera på hur det påverkar, och hur ni kan involvera, styrelse, aktiva, ledare och medlemmar i arbetet. Fundera också på hur frågorna finns med i olika delar av er verksamhet, till exempel evenemang och ordinarie verksamhet.

Vad vill vi uppnå med vårt hållbarhetsarbete?

Vad är vårt nuläge i förhållande till vad vi vill uppnå på området?

Vilka områden behöver vi prioritera för att nå dit?

Finns det andra hållbarhetsfrågor som är relevanta för oss?

Ekologisk hållbarhet

- Vad behöver vi prioritera att göra?
- Vem ska göra det?
- När ska det göras?

Social hållbarhet

- Vad behöver vi prioritera att göra?
- Vem ska göra det?
- När ska det göras?

Ekonomisk hållbarhet

- Vad behöver vi prioritera att göra?
- Vem ska göra det?
- När ska det göras?

Hållbar Förening

SWOT – analys

Handlingsplan



GLOBALA MÅLEN
för hållbar utveckling

Hållbar Förening!

SWOT - analys

Styrkor Vad gör ni kring hållbarhetsfrågan idag? Vilka fördelar har ni som förening för att arbeta med hållbarhet?	Svagheter Vad kan ni förbättra? Var har ni mindre resurser jämfört med andra? Vad ser andra föreningar som er svaghet?
Möjligheter Vilka möjligheter finns för er? Vilka trender kan ni ta fördel av? Hur kan ni vända styrkor till möjligheter?	Hot Vilka hot kan skada er? Vad konkurrerar med er verksamhet? Vilka hot exponeras era svagheter mot?

Hållbar Förening!

Handlingsplan

Vad ska uppnås?

Hur ska det uppnås?



Handlingsplan

När ska det göras?

Vem/vilka ska göra det?

Hur följs det upp?



Uppland

RF-SISU Uppland är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala och lokala organisationer. Vi har två uppdrag, idrott och folkbildning. Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.