



Östergötland



Verksamhets- berättelse 2022

RF-SISU Östergötland



Östergötland

E-post: ostergotland@rfsisu.se | Hemsida: www.rfsisu.se/ostergotland

Innehållsförteckning

Ordförande har ordet	4
Distriktsidrottschefen har ordet.....	6
Organisation	7
Mål och uppdrag.....	8
Ny syn på träning och tävling	9
Ett stärkt ledarskap	11
Den moderna föreningen engagerar	12
Inkluderande idrott för alla	13
Jämställdhet för en framgångsrik idrott.....	16
Idrottens finansiering.....	17
Projektstöd IF	18
Folkbildningsstatistik	19-20
Utmärkelser	22

Ordförande har ordet

Idrotten har sedan över 50 år varit ”min arena” i livet och jag har fått uppleva både fantastiska framgångar och mindre fantastiska saker.

Framförallt har jag bland mycket annat lärt mig att ta både med och motgångar, kommit tillbaka från överträning, skador och ätstörningsproblematik, varit med på VM och OS, tagit SM-medaljer i alla valörer, varit styrelseledamot i två olika Specialförbund, ansvarig för tre av de allra största evenemangen som vi har i Sverige inom större motionslopp.

För ca två år sedan fick jag frågan om att bli ordförande för RF-SISU Östergötland, ett uppdrag jag haft sedan dess och blivit oerhört fascinerad av. Organisationen verkar över alla grengränser inom idrotten och stöder och bidrar till alla föreningar i Östergötland – en resurs som bidrar till att utvecklingen tar steg framåt för föreningarna. Jag är mycket glad och tacksam att jag tackade ja till detta uppdrag då jag har lärt mig att se, och ännu mer uppskatta idrotten, från ett annat perspektiv än jag gjort tidigare i livet.

Är det något jag blivit varse under dessa två år i denna position så är det att det är i alla föreningar idrottsverksamheten äger rum runt om i vårt län – inte hos RF-SISU. Vår uppgift är i stället att, till exempel, underlätta för och stödja föreningarna så de kan ta emot fler barn och ungdomar i sina respektive verksamheter, hitta ledare och andra som vill engagera sig i föreningarna, stötta i arbetet med att utbilda sina medlemmar och utveckla föreningarnas arbetssätt och grundläggande värderingar.

De senaste åren har vi kunnat stötta idrotten i Östergötland med arbetet för att komma tillbaka efter den tuffa pandemiperioden, ett

arbete som kommer fortsätta även under 2023 och säkert även kommande år.

Revorna i den svenska idrottsrörelsen är stora och vi behöver kraftsamla inom rörelsen för att komma vidare i vårt viktiga arbete som vi gör bäst TILLSAMMANS.

Alla föreningar, specialdistriktsförbund och specialförbund behöver samarbeta i ännu större utsträckning med de stödfunktioner som finns i RF-SISU, både på nationell och distriktsnivå. Samarbetet mellan föreningarna och dess specialdistriktsförbund och RF-SISU fungerar generellt bra i Östergötland men det finns ännu mer att utveckla i samarbeten som både finns och som ännu inte har utvecklats. Tveka inte att kontakta RF-SISU:s konsulenter om du/ni behöver hjälp ute i er förening eller specialdistriktsförbund – VI FINNS FÖR ER!

Under 2022 hölls ett riksdagsval i Sverige, idrotten är en fråga som i stort sett alla politiker tycker är viktig och är inte jättekontroversiell. Det är både bra och mindre bra och gör att det är viktigt att vi själva inom rörelsen hela tiden berättar om allt det vi åstadkommer inom idrottsrörelsen och vad det betyder för hela vårt samhälle. Innan valet i september var vi ute i samtliga kommuner i Östergötland och informerade och debatterade om idrottens betydelse. Detta är en av de viktigaste arbetsuppgifterna som RF-SISU distrikten har runt om i landet, att ha kontinuerlig dialog och kontakt med våra kommuner för att idrotten ska finnas högt upp på alla kommuners agendor.

En fråga som är aktuell i alla kommunkontakter, och i många andra också, är idrottens behov av anläggningar. Detta är mycket stort, både på grund av att många anläggningar behöver restaureras men också på grund av att det behöver byggas många nya. Detta är en av svensk idrotts viktigaste frågor, både för 2023 och kommande år, och en av de frågor som RF-SISU Östergötland enträget kommer att fortsätta arbeta med.

Idrotten har många utmaningar inför framtiden, för att kunna utveckla verksamheten är det av stor betydelse att vi arbetar TILLSAMMANS inom rörelsen, det finns ett stort värde av att bibehålla en sammanhållen svensk idrottsrörelse och det gör vi bäst genom ett gott samarbete mellan dess olika delar.

Till er alla föreningsledare vill jag säga ett stort TACK för all tid och allt engagemang ni lägger ner och visar, utan er skulle den östgötska idrotten inte finnas.

Fortsätt det härliga arbetet som pågår och utvecklas där på er respektive hemmaplan och ta den hjälp som finns att tillgå inom ramen för RF-SISU Östergötland verksamhet. Tillsammans kommer detta att utveckla den östgötska idrotten ännu mer!

Personligen kommer jag att avgå som ordförande i samband med årsmötet under våren då jag flyttat från länet men jag kommer att följa den östgötska idrotten, med stort engagemang, även framledes.

I samband med detta vill jag tacka er alla i föreningar och distriktsförbund, personal och styrelsekamrater, det har varit en ynnest och få leda RF-SISU Östergötland och jag har lärt mig oerhört mycket, TACK!

Jag önskar er alla ett varmt Lycka Till framöver!

***Idrottshälsningar
Eva-Lena Frick***



DISTRIKTSIDROTTSHEFEN HAR ORDET

2022 var året då vi började skönja slutet av pandemin och idrottens återhämtning kunde börja på allvar.

Pandemin och restriktionerna har skapat stora revor i idrottsrörelsen med minskade antal aktivitetstillfällen, aktiva, ledare och funktionärer. Den preliminära aktivitetsstatistiken visar på att idrotten är på väg att återhämta sig, men mycket arbete återstår. Och väldigt mycket arbete är gjort för att idrotten ska kunna komma tillbaka ännu starkare än innan. Många av föreningarna jobbar målmedvetet för att utveckla sig och blir ännu mer attraktiva för de olika målgrupperna, något som avspeglar sig i vår studieförbundsverksamhet som ökar för tredje året i rad. Vi når 2022 över 20 000 unika individer med utbildning och utvecklingsinsatser, vilket känns fantastiskt bra!

2022 var också ett valår där RF-SISU Östergötland företrädde idrotten i viktiga frågor, bland annat genom att bjuda in lokala politiska företrädare och idrottsföreningar till möten där gemensamma utmaningar och lösningar diskuterades. Uppskattat av såväl politiker som föreningar. Vid alla sådana möten hamnar frågan om plats för idrott högt upp på agendan. Idrotten bidrar med så mycket gott i samhällsbygget, men vi behöver någonstans att vara! Då är det ytterst förvånande att inte en tydlig anläggningsstrategi för investeringar och underhåll av idrottsytor och anläggningar är en självklarhet i samtliga kommuners framtidsplanering. Att denna strategi saknas stod klart i många av mötena med politikerna under året, vilket gör att vårt arbete med att sätta anläggningsfrågan på kommunernas agenda ännu viktigare.

I vårt arbete för att fler ska välja att idrotta i förening hela livet är det glädjande att se att allt fler skolor väljer att samarbeta med idrottsrörelsen i att skapa rörelseglädje hos våra barn och unga. Nu finns RF-SISU Östergötland med vår rörelsesatsning i tolv av våra tretton kommuner. Jag vill också lyfta fram vårt framgångsrika arbete i så kallade utsatta områden.

Sedan 2018 har RF-SISU Östergötland intensifierat sitt stöd till föreningslivet i utsatta områden, ett arbete som vi nu börjar se resultat av i form av mer hållbara föreningar och flera barn och unga som är aktiva i en idrottsförening. Långsiktigt arbete och samarbete med lokala aktörer är framgångsfaktorer.

2022 har vi också för första gången kunnat ge projektstöd till föreningar som har aktiva som är +65 år som målgrupp. Vi möttes av ett stort intresse och engagemang från föreningarna att kunna inkludera målgruppen på ett ännu bättre sätt.

Under hösten stod det klart att nya utmaningar väntar idrottsrörelsen genom en allmän kostnadsökning och kraftigt höjda energipriser. Genom ett gott samarbete med kommunerna har vi kunnat stötta många föreningar i det akuta skedet, men de ekonomiska utmaningarna kvarstår. Vi vill tacka kommuner, bostadsbolag, Sparbanksstiftelsen och Region Östergötland för de extra medel som skjutits till under året, bland annat för att täcka ökade driftkostnader och för att kunna genomföra rekryteringsaktiviteter under sommaren.

Med ett starkt offentligt stöd kommer idrotten bli ännu starkare och fungerar som en viktig pusselbit i att bygga ett starkare och friskare Östergötland som håller ihop.

Till sist, stort och varmt TACK till alla föreningar med ledare, aktiva, föräldrar och funktionärer som varje dag gör fantastiskt insatser för idrotten i Östergötland.

**Kristin Lönnqvist, Distriktsidrottschef
RF-SISU Östergötland**

ORGANISATION

Styrelse

Eva-Lena Frick, ordförande

Ledamöter

Sanna Detlefsen

Carl Fredrik Graf

Tomas Forsberg

Elaine Lundman

Therese Malakow

Mats Johansson

Anwar Samuelsson

Anna Wallentinson

Hedersledamöter

Elsie Bogren

Sven Hagman

Marianne Andersson Sager

Gillis Persson

Valberedning

Karin Ahl

Åsa Hjærtstrand

Jonas Svensson

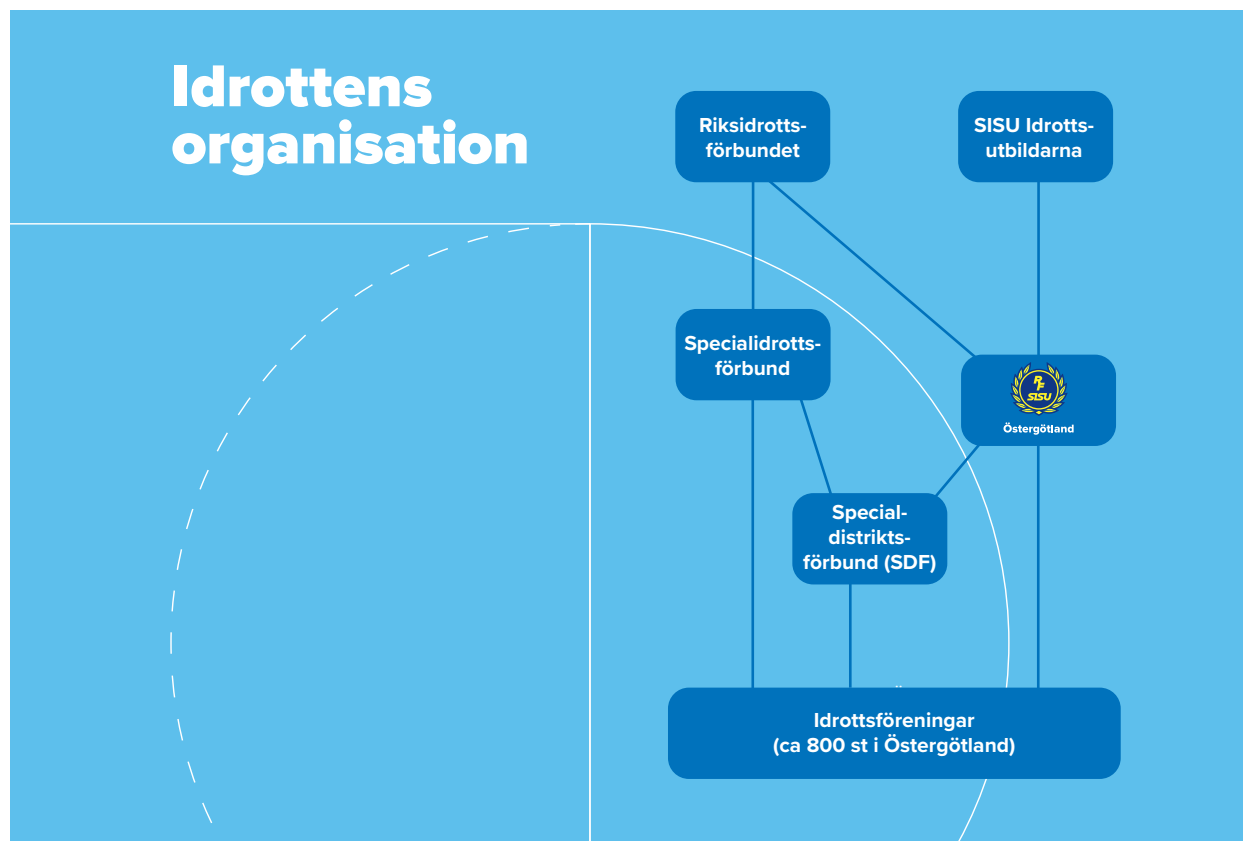


Revisorer

Utses av Ernst & Young

Sammanträden

Styrelsen har under verksamhetsåret haft nio protokollförda sammanträden.



RF-SISU Östergötlands personal 2022

Kristin Lönnqvist, Distriktsidrottschef

Tina Nilsson, Verksamhetschef

Ulrika Smith Svenstedt, Verksamhetschef/Kommunikationschef

Johan Råsbrink, Idrottsstrateg/Anläggning och idrottsjuridik

Idrottskonsulenter

Marcus André

Robert Axelsson

Lolita Bladh

Carl Blomqvist

Ida Blomstrand

Ellenor Hjalmarsson Ekman

Maggan Hagman

Erik Henriksson

Patrik Johansson

Mikael Kempe

Ayar Shekha

Kjell Storm

Fredrik Sundberg

Cathrine Tibbling

Hans Wetterhall

Elisabeth Wiström

Joakim Bååth

Joakim Eriksson

Idrottsservice

Eva Andersson

Anneli Björkman

Ida Kellström

Steve Maguire

Anna-Karin Sunnerstam

Mål och uppdrag

VERKSAMHETSIDÉ

Idrottsrörelsens verksamhetsidé beskriver idrottsrörelsens gemensamma uppdrag och varför rörelsen finns till:

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

Idrottsrörelsens mål 2025

Målen anger riktningen för arbetet fram till 2025 och tillsammans med de prioriterade utvecklingsområdena, eller utvecklingsresorna som vi valt att kalla dem, bildar de kärnan i den strategiska planen.

Strategiska områden och mål mot 2025**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.

Uppdrag

RF-SISU Östergötland är en av Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas 19 regionala organisationer. Vi vill verka nära idrotten och varje idrottsförening har en kontaktperson

hos oss som finns till för att stödja föreningarna i strävan att nå idrottsrörelsens visioner:

- *Svensk idrott - världens bästa*
- *Idrottsrörelsens folkbildning – världens bästa*

Utifrån idrottsrörelsens önskade läge 2025, de insatser som beskrivs i den strategiska planen samt de mål som styrelsen satt upp för vår verksamhet, har vi under 2022 arbetat med mål och fokusområden som finns beskrivna här i vår verksamhetsberättelse.

I våra stadgar står det:

1 § Uppgift

RF-SISU distriktsförbund har till uppgift att sköta idrottsrörelsens gemensamma angelägenheter inom distriktets gränser samt att enligt SISU:s stadgar planera, leda, samordna och utveckla studie-, bildnings- och utbildningsverksamheten inom distriktet. RF-SISU distriktsförbund ska arbeta i enlighet med RF-stämmans och SISU-stämmans samt RS och SISU:s förbundsstyrelses (FS) beslut.

Basuppdrag

RF-SISU distrikten ska stödja, företräda, leda och samordna idrottsrörelsens gemensamma frågor regionalt och lokalt samt bidra till idrottens utveckling genom folkbildning och utbildning.

NY SYN PÅ TRÄNING OCH TÄVLING

I syfte att fler barn- och unga ska få idrotta i goda utvecklingsmiljöer fortsätter vi vårt samarbete Samsyn med ett antal specialdistriktsförbund och idrottsföreningar. Vi har kommit överens om att tillsammans underlätta för att barn och ungdomar som vill utöva flera idrotter att inte tvingas välja bort idrott i för tidig ålder. Totalt har 62 idrottsföreningar skrivit under överenskommelsen.

”Jag tror att mötet mellan idrotterna är otroligt viktigt. Så om det ska bli något positivt av Samsyn så är det i slutänden ledarna, inom de olika idrotterna i samma ålderskull, de måste mötas. Det är nog nyckeln till om det ska bli ett riktigt bra resultat av det.”

En viktig del i att skapa utvecklande idrottsmiljöer är att öka kunskapen hos tränare och ledare om vikten av helhetssyn på träning och fysisk aktivitet - rörelseförståelse. I utbildningen Åldersanpassad fysisk träning, ÅFT, ges tränare grunder för att bedriva en allsidig träning. Under 2022 har tolv föreningar genomfört 13 utbildningar med sammanlagt 128 deltagare.

Vi har fortsatt ge föreningar möjlighet att tillsätta en Ledarcoach med hjälp av idrottens projektstöd. Syftet är att behålla och rekrytera ledare samt utveckla den idrottsliga verksamheten i föreningar med barn- och ungdomsidrott. Satsningen möjliggör stöd för föreningen att utveckla sina ledare genom att utse en mentor som har rollen att coacha och utveckla de andra ledarna i föreningen. Tanken är att det ska bli enklare, tryggare och attraktivare att bli och vara ledare i Östergötland. En ledarcoach i föreningen kan till exempel ge positiv feedback och bidra med tips och idéer till tränare och gemensamt diskutera om det finns utvecklingsmöjligheter. Ledarcoachen kan även bjuda in till gemensamma samtal i lärgrupper för att skapa utveckling och lärande för aktiva och ledare i föreningen. Det kan vara



ledarträffar, samtal om Barnens Spelregler med barn och ungdomar eller utbildningar för tränare.

2022 utsåg tio nya idrottsföreningar en ledarcoach. Distriktets ledarcoacher bjöds under våren in till lokala träffar på den västra, centrala och östra länsdelen för erfarenhetsutbyte och genomgång av Riktlinjer för barn och ungdomsidrott. På hösten genomfördes en gemensam träff i Motala då föreningarna fick lyssna på en av de ledande forskarna inom idrott och talangutveckling; PG Fahlström.

Under 2022 påbörjades arbetet med att återstarta idrotten efter pandemin. Statistik från våren 22 visar att något färre IF redovisar barn- och ungdomsverksamhet och att det totala antalet deltagartillfällen minskat med 6% i jämförelse med 2019. Allra störst är minsk-

ningen av aktivitetstillfällen inom Parasport och för den äldsta tjej-gruppen, 21–25 år. Dock är skillnaderna mellan idrotterna och mellan de olika föreningarna stora. Några föreningar har ökat sin verksamhet under pandemin och andra kämpar för sin överlevnad. Inomhusidrotterna har drabbats mer än utomhusidrotterna, och de äldre åldersgrupperna mer än de yngre, men skillnaderna är stora mellan föreningarna. RF-SISU Östergötland har därför arbetet uppsökande och utgått från varje föreningsbehov av insatser och stöd i återstartarbetet. Som en ekonomisk stimulans så har vi under hela året kunnat bevilja ett ekonomiskt återstartsstöd till föreningarna. Totalt har 2 113 291 kr betalats ut till 98 föreningar (112 satsningar). Viktiga insatser för föreningarna har varit tex rekryteringskampanjer, ledarutbildningar och att få stöd i att utveckla sina styrelser.

Många föreningar förstår vikten av allsidig träning. Flera fotbollsföreningar, bland annat IFK Norrköping och Smedby AIS, har med vår hjälp implementerat ÅFT, Åldersanpassad fysisk träning, som en del av sin spelarutbildningsplan.

Hävla SK har genom RF-SISU Östergötlands projektstöd i grunden genomfört en föreningsutvecklingsprocess som inneburit en återkomst av barn- och ungdomsverksamhet efter 25 år i träda. Lek- och idrottskolan 'Gäddan' innebär att barnen och

ungdomarna får testa på många olika idrottsaktiviteter såsom Disc-Golf, fotboll, streetbasket, innebandy, mini-biljard, bordtennis och mini-volleyboll. Aktiviteterna sker året runt både inne och ute i och runt klubbhuset. Hävla SK deltog också 2022 på ledarutbildningen Åldersanpassad fysisk träning för barn och konventet för landsbygdsföreningar i Norrköping där workshops kring rekrytering, ideella engagemanget, ekonomi och sponsring samt kommunikation stod på agendan.

Genom ett tätt samarbete mellan RF-SISU och Linköpings GIF Friidrott de senaste åren ökat sitt medlemsantal trots pandemin. En framgångsfaktor har varit att föreningen har utbildat fler ledare och på så sätt kunnat starta fler träningsgrupper och eliminera köerna in i föreningen. Satsningen på ledare och olika utvecklingsarbeten har genomförts med stöd från RF-SISU, Svenska Friidrottsförbundet och Linköpings kommun.

Under Sportis Camp i Mjölby arbetade 27 Unga idrottsledare från 17 unika idrottsföreningar och 11 unika idrotter. Inför lägret deltog samtliga ledare på Introduktionsutbildning för föreningsledare med extra fokus på bemötande, samt Rädda Barnens webbutbildning "Tryggare tillsammans" alternativt Folkhälsomyndighetens webbutbildning "Ledare som lyssnar". De ledare som arbetade sitt andra år på Sportis Camp genomförde också en HLR-utbildning.

ETT STÄRKT LEDARSKAP

Under 2022 sju sattes Samverkansmodellen som är ett samarbete mellan SF/SDF och RF-SISU distrikten. Modellen ser olika ut beroende på hur varje SF vill samverka med distrikten, men syftet är att få en samsyn mellan vilka områden som ska prioriteras och hur man på bästa sätt samverka och tillföra resurser till föreningarna. Under året har några SF kommit igång med samverkansmodellen, vilket gör vår dialog med föreningarna om årsplanering enklare och mer effektiv. Under året har idrottskonsulenterna haft ett särskilt fokus på att bygga och arbeta efter utbildningsplaner för att bland annat stärka ledarskapet i föreningarna.

Viktiga och efterfrågade utbildningar för att stärka ledarskapet i föreningarna är Grundutbildning för tränare och Fortsättningsutbildning för tränare. Grundutbildningen är till för alla tränare, oavsett vilken idrott och åldersgrupp man leder. Utbildningen är det första steget som sedan följs av den fördjupande fortsättningsutbildningen för tränare. Det har genomförts sju Grundtränarutbildningar för tränare under året och genom ett lyckat samarbete med bland annat basketens SF ledde det till ett större deltagarantal. Totalt under året har 249 personer deltagit i tränarutbildningarna.

För förtroendevalda föreningsledare finns introduktionsutbildning för föreningsledare som en webbaserad introduktionsutbildning att arbeta med på egen hand eller tillsammans med andra. Vissa delar går alla igenom och andra är valbara. Sättet att arbeta har inspirerat

nya målgrupper att gå igenom utbildningen och har varit mycket lyckad. Under 2022 introducerades Grundutbildning för föreningsledare som är nästa steg efter introduktionsutbildningen och kommer att användas av våra konsulenter som ett verktyg för föreningsutveckling.

Trygg idrott har varit en viktig fråga för hela idrottsrörelsen under året. Våra idrottskonsulenter arbetar med att med folkbildningen som verktyg skapa trygga och utvecklande idrottsmiljöer, fri från kränkningar. Vi arbetar på olika sätt med olika målgrupper. För de yngsta finns lärgruppen Barnens spelregler där man jobbar i lärgruppsform på tex idrottsskolor och läger. För vuxna finns tex utbildningen Trygga idrottsmiljöer som genomfördes i 30 föreningar. Vi har också stöttat föreningar att upprätta policys, skapa rutiner för att hantera utdrag ur belastningsregistret med mera.

När det gäller den reaktiva delen av trygg idrott, när en negativ händelse redan skett, så finns den nationella idrottsombudsmannen och visseblåstjänsten. Under året har också regionala kompetenscentra skapats för att kunna erbjuda ett bättre reaktivt stöd. Det har fungerat bra och har frigjort resurser för Barn- och ungdomsansvarig i Östergötland att stötta föreningarna då något inträffat.

Att rekrytera nya ledare är en ständig prioriterad fråga för föreningarna och där är de unga en viktig resurs. Unga ledare ger ju också ett naturligt ungdomsinflytande, vilket underlättar föreningens arbete med att bli en modern

förening. En bra bas för rekrytering är länets olika idrottsskolor och läger. Till sommaraktiviteterna 2022 utbildade RF-SISU Östergötland drygt 150 unga ledare.



DEN MODERNA FÖRENINGEN ENGAGERAR

Under valåret 2022 genomförde RF-SISU Östergötland idrottspolitiska träffar i flertalet av de östgötska kommunerna där föreningslivet och politiken möttes och diskuterade angelägena idrottsfrågor med RF-SISU som moderatorer. Frågorna varierade självklart i de olika kommunerna, men i stort sett alla kommuner lyfts anläggningsfrågan och plats för idrott som en av de viktigaste att jobba med. De flesta kommunerna saknar en anläggningsstrategi och bristen på idrottsytor är stor, vilket RF-SISU påtalat i sitt påverkansarbete i olika media. Under hösten blev också driftsfrågan för föreningar som driver egen anläggning än mer viktig med tanke på el- och energipriserna. RF-SISU har bedrivit påverkansarbete i alla kommunerna för att verka för oförändrade hyror i kommunala anläggningar och ökade driftsbidrag för föreningar som driver egen

anläggning. RF-SISU har också bjudit in till ett antal workshops bland annat med kommunernas energirådgivare för att ge råd om hur föreningarna själva kan göra energibesparande åtgärder.

En viktig roll för RF-SISU Östergötland är att lyfta och kommunicera goda exempel där föreningar lyckats att engagera utöver det vanliga. Under 2022 har många landsbygdsföreningar visat att genom att verkligen lyssna på medlemmarna och utveckla verksamheten utifrån det kan engagera fler och mer.

Under pandemin genomgick idrotten, precis som övriga samhället, en kraftig digitaliseringsutveckling. Det har medfört nya sätt att arbeta, utbilda sig och mötas i föreningarna. RF-SISU har fortsatt att erbjuda digitala lunchföreläsningar, något som varit mycket uppskattat.

Brokinds IF är en förening som arbetar aktivt med att se varje individ utifrån sina förutsättningar och samtidigt få dem att känna en gemenskap och samhörighet. Som en motpol till tidig selektering och tidig specialisering erbjuder föreningen en mångfald av aktiviteter och uppmuntrar och möjliggör utövande av flera aktiviteter som fotboll, gymnastik, innebandy, kajak, tennis, badminton, cykel och löpning.

Det breda utbudet av aktiviteter har också inneburit en jämställd och inkluderande förening där pojkar och flickor, män och kvinnor i alla åldrar tränar och tävlar på lika villkor.

RF-SISU har bidragit till BIF:s föreningsutveckling med hjälp av Samsyn och Ledarcoach. Vid ledarträffar har RF-SISU inspirerat och informerat om fördelarna med dubbelidrottande och fungerat som ett bollplank för ledarna.

Administration är en del av föreningarnas arbete som ofta är svårt att hitta engagemang för. RF-SISU försöker därför att underlätta och minska onödig administration i våra kontakter med föreningarna. Vi erbjuder också hjälp med att ”få ordning och reda” i bokföring och administration, oftast på plats i klubbstugan. Något som vi också arbetar med i föreningsutvecklingen är att tydliggöra och beskriva föreningens olika roller för att lättare kunna dela på ansvar och arbete. Att hjälpa föreningen att dela upp krävande uppgifter i ”mikro-uppdrag”, är en annan viktig del. Under året har vi sett en ökning av behov av hjälp att se över och revidera stadgar, något som ofta kan upplevas som svårt och krångligt, men som underlättas med hjälp från RF-SISU.

När Borgia BK under en period saknade kassör tog man hjälp av RF-SISU för att hantera de ekonomiska frågorna. Borgia BK har en kanslist som sköter den löpande verksamheten och RF-SISU har stöttat kring avstämningar, arbetsgivardeklarationer och bokslut, vilket underlättat för styrelsen att fatta rätt beslut.

INKLUDERANDE IDROTT FÖR ALLA

Sedan 2018 har vi haft ett större fokus och avsatt mer resurser i några bostadsområden där den organiserade idrottsrörelsen har svårt att få fäste. Områdena är Hageby, Navestad och Klockaretorpet i Norrköping, Charlottenborg, Väster och Ekön i Motala och Skäggetorp och Ryd i Linköping. När vi började hade föreningarna stora utmaningar organisatoriskt och ekonomiskt. Det fanns ingen större kunskap för föreningslivet vilket gjorde det svårt för föreningarna att driva verksamheten på rätt sätt. Väldigt få föreningar sökte de kommunala och övriga bidrag, mestadels på grund av okunskap om vilka bidrag som fanns och svårigheten med att förstå hur man söker bidrag. Föreningarna

hade knappt årsmöten, vilket gjorde det svårt för dem att ha de årliga handlingarna på plats för att söka stöd.

Vi har under de här åren systematiskt arbetat för att stärka och stödja det engagemang som finns och utgått från att bygga på de föreningar som finns i områdena. Vår satsning med ökade resurser har möjliggjort en ökad närvaro av våra konsulenter. I år har vi förstärkt närvaron även med ekonom när så behövts. Många gånger handlar det om att operativt delta i föreningarnas verksamhet och visa på exempel på hur man till exempel kan arbeta med styrelsemöten eller redovisning av LOK-stöd.



Idag har vi starkare föreningar i områdena. Vi har föreningar som sakta har byggt upp en föreningsstruktur och jobbat med att sätta en bra grund i föreningen. Detta har lett till att föreningarna har en mer långsiktig och hållbar plan för sin verksamhet. Nu söker föreningarna även de kommunala och statliga bidragen som gör att man får föreningen att gå runt ekonomiskt.

En viktig del i att inkludera och välkomna nya grupper till idrotten är att erbjuda kostnadsfria prova-på-aktiviteter. Dessa tillfällen ger föreningarna möjlighet att visa upp sin verksamhet och skapa relationer med nya medlemmar. En aktivitet som sänker trösklar för att börja idrotta i förening. Flera av våra kommuner ger riktade bidrag för att arvodera och utbilda ledare som leder dessa aktiviteter, vilket också ger möjlighet att rekrytera nya ledare till föreningen.

Region Östergötland gav 2022 ett riktat stöd på 750 000 kr till organiserad spontanidrott i socioekonomiskt utsatta områden. Bidraget fördelades till 41 olika föreningar i sju kommuner.

Tillsammans erbjöd föreningarna 32 olika typer av idrotter/aktiviteter så som futsal, boxning, rodd, volleyboll med mera.

Idrott för personer med funktionsnedsättning är en verksamhet som tappat såväl medlemmar som aktiviteter efter pandemin. Redan innan var målgruppen underrepresenterad i idrotten, vilket gör riktade rekryteringskampanjer ännu viktigare. I samverkan med kommunerna i Vadstena, Mjölby, Motala och Linköping har parasportdagar genomförts där målgruppen fått träffa föreningar och prova olika idrotter, vilket varit mycket uppskattat.

Linköpings Segelsällskap - Parasegling:
Tack vare anläggningsbidrag från RF-SISU och Linköpings kommun har föreningen kunnat tillgänglighetsanpassa segelbåts-hamnen och på så sätt möjliggöra parasegling. Genom att man tagit bort förtöjningsstolpar i hamnen, anlagt en ramp ut till bryggorna och införskaffat en speciell parasegelbåt har föreningen kunnat starta upp parasegling på ett säkert sätt.

Västers BTK är kända för sin elitverksamhet inom parasport, men inför Parasportdagen 2022 så gjorde de en breddsatsning med start på Parasportdagen 24 september för att sedan bjuda in målgruppen på en specifik träning. Nu har de en grupp på tio personer som tränar varje onsdag där ledarna är de aktiva från elitgruppen.

Motala Bowlingförening gjorde en återstart inom sin paraverksamhet där Parasportdagen var startskottet där dem marknadsförde sin verksamhet och bjöd in till ett öppet hus i sina lokaler. Föreningen lyckades att få 15 nya parabowlare efter Parasportdagen och har nu totalt ca 40 bowlare på tre olika tider i veckan. Planeringen för återstarten är klar fram till 2024.

Under sommarlovet anordnade Champions Taekwondo ett kostnadsfritt kampsportslägret, tre dagar i veckan under tre veckor. Syftet med kampsportslägret var att skapa en meningsfull fritid och en minnesvärd sommar för barn och ungdomar från Skäggetorp och Berga. Under lägret fick barnen testa på idrotter som taekwondo, kung fu, boxning samt andra roliga idrotter och aktiviteter. Kampsportslägret bestod av 40 tjejer och 35 killar samt sex ledare varav fyra tjejer. Det var en majoritet tjejer både bland deltagare och ledare. Föreningen bjöd på mat varje dag, maten lagades av barnens föräldrar som är aktiva i föreningen.

Under SM-veckan i Linköping arrangerade RF-SISU Östergötland Barnens SM-vecka i Trädgårdsföreningen med syfte att låta barn prova på olika idrotter. Under dagarna passerad smått fantastiska 7 000 personer Trädgårdsföreningen och Barnens SM-vecka!

Ett av målen för SM-veckan var att integrera parasport i SM-tävlingarna. Målet uppnåddes genom tre parasportgrenar som genomfördes som egna deltävlingar och tre parasportgrenar som genomfördes som integrerade tävlingar.

För att nå och inkludera även de barn vars familjer inte naturligt söker sig till idrottsrörelsen är skolan en viktig samarbetspartner. Rörelsesatsningen i skolan är ett regeringsuppdrag till RF-SISU-distrikten som startade 2018 med uppdrag att jobba för bättre folkhälsa, välmående, skolresultat och bygga broar mellan skolan och idrottsföreningar. Satsningen riktar sig från förskoleklass till årskurs 6. Grunden är rörelseglädje och Rörelseförståelse som handlar om att våga, vilja och kunna vara aktiva hela livet.

Under 2022 har Rörelsesatsningen i skolan än mer fokuserat på föreningssamverkan och ett flertal föreningar har varit ute på skolor och haft aktiviteter, både under idrottslektioner, men också under raster och under fritidshemets tid för att locka fler barn till idrotten.

Under 2022 var 73 skolor med i RF-SISU Östergötlands Rörelsesatsningen i skolan i kommunerna Söderköping, Norrköping, Motala, Finspång, Kinda, Linköping, Mjölby, Vadstena och Ydre.

Den 30/9 ledde RF-SISU Östergötland Idrottens dag i skolan där 9000 barn i Östergötland idrottade med 41 föreningar - mycket lyckat!

Idrott +65 var en ny satsning 2022 då distrikten för första gången fick ekonomiska stöd att fördela till föreningar som riktar sig mot målgruppen. I Östergötland var satsningen efterlängtd och stödet gick snabbt åt till verksamhet ute i föreningarna. För att säkerställa att vi arbetade på rätt sätt startade arbetet med en kartläggning av läget och förutsättningarna regionalt. Vi nådde våra mål med god marginal då stöd för ny - eller utvecklad verksamhet landade hos tretton föreningar inom nio olika idrotter i fem kommuner. Bland projekten i föreningarna finns vintergolf, parasport, bollkul på äldreboende och Seniorpower.

En annan satsning som genomfördes var "Seniortouren" där prova-på-verksamhet i pop-up-format erbjöds på flera platser i Motala kommun.

JÄMSTÄLLDHET FÖR EN FRAMGÅNGSRIK IDROTT

En jämställd idrott är en förutsättning för en framgångsrik idrottsutveckling. RF-SISU Östergötland arbetar för att vi alltid har med oss jämställdhetsperspektivet i vårt arbete, till exempel genom vårt projektstöd där förening- en uppmanas att göra en analys av sitt projekt utifrån ett jämställdhetsperspektiv.

RF-SISU strävar alltid efter att vara goda förebilder till exempel genom en jämn könsfördelning när det gäller våra utbildare, vi eftersträvar alltid att ha jämställdhetsglasögonen på oss i vår kommunikation och i framtagande av olika lärande material och liknande. En viktig del av arbetet för en jämställd idrott är att samarbeta med relevanta aktörer för att på så sätt kraftsamla för såväl kunskapsinhämtning som att väcka medvetenhet och opinion. Ett viktigt forum för samarbete är Jämställdhetsrådet i Östergötland, koordinerat av Landshövdingen och med representanter från såväl näringsliv som offentlig sektor och civilsamhälle.

Ett av målen för SM-veckan i Linköping var att bli den mest jämställda SM-veckan någonsin, vilket man sett till antal idrotts- grenar lyckades med, andelen kvinnor/ män slutade på 45%/55%. Temat för Mötesplats SM-veckan var bland annat jämställd idrott där Linköpings Kommun och RF berättade om vad som krävs för ett jämställt arrangemang. SVT sport berättade om sin resa mot en jämställd sportbevakning följt av en paneldebatt om Jämställd idrottsrapportering i Östergötland.



IDROTTENS FINANSIERING

LOK-stöd

LOK-stöd Totalt 440 föreningar sökte statligt aktivitetsstöd, LOK-stöd, under 2022. En ökning med 10 föreningar jämfört med 2021 då 430 föreningar sökte. Under 2022 har LOK-stöd utbetalats med totalt 18 800 545 (2021: 17 631 995) kronor i länet.

Det extra ledarstödet bestod av 116 183(2021: 113 187) kronor. Totalt redovisade föreningarna i Östergötland 183 626 (2021: 180 247) godkända aktiviteter och 1 919 100 (2021: 1 906 881) deltagartillfällen under 2022.

(Notera att siffrorna för hösten 2022 inte är helt färdiggranskade när denna statistik sammanställdes vilket kan innebära att de kommer att justeras. 2021 års siffror är justerade och uppdaterade mot föregående års verksamhetsberättelse).

Flest antal LOK-stödsaktiviteter per förening

Placering	Förening	Antal smk
1	Linköpings Allmänna SS	5 000
2	Linköpings konståkningsförening	3 921
3	Smedby Allmänna IS	3 914
4	Norrköpings kappsimmingsklubb	3 760
5	IFK Norrköping fotbollsklubb	3 644
6	Eneby bollklubb	2 656
7	Linköping hockeyclub	2 574
8	Svärtinge sportklubb	2 282
9	KFUM Linköping	2 264
10	Linghems sportklubb	2 191
11	Bollklubben Kenty	2 080
12	Norrköpings Gymnastikförening	2 051
13	Norrköpings fältrittklubb	1 893
13	GF Nikegymnasterna	1 859
15	Idrottsklubben Sleipner	1 838
16	Åby Idrottsförening	1 812
17	Rimforsa Idrottsförening	1 750
18	Mjölby AI Fotbollsförening	1 621
19	Hjulsbro Idrottsklubb	1 619
20	Norrköpings basketförening	1 586
21	Skogslottens ryttaförening	1 425
22	Norrköpings Tennisklubb	1 424
23	Linköping Innebandyclub ungdom	1 286
24	Lindö fotbollsförening	1 242
25	RP Idrottsförening Linköping	1 153

Flest antal LOK-stödsaktiviteter per idrott

Placering	Idrott	Antal IF	Antal smk
1	Fotboll	114	60 042
2	Ridsport	34	15 766
3	Innebandy	34	12 238
4	Simidrott	8	10 889
5	Gymnastik	18	9 083
6	Ishockey	9	6 448
7	Handboll	11	5 853
8	Tennis	13	5 816
9	Konståkning	2	4 576
10	Basket	6	3 699
11	Friidrott	12	3 461
12	Golf	9	2 520
13	Karate	8	2 214
14	Bandy	6	2 211
15	Orientering	18	2 191
16	Taekwondo	6	2 127
17	Bordtennis	9	1 960
18	Budo och Kampsport	13	1 858
19	Volleyboll	5	1 602
20	Boxning	9	1 588
21	Akademisk idrott	10	1 424
22	Badminton	6	1 130
23	Korpen	6	1 049
24	Skidor	12	880
25	Brottning	6	803

Projektstöd IF Barn- och ungdom

Under året 2022 har RF-SISU beviljat projektstöd till idrottsföreningar (IF) projektstöd IF Barn- och ungdom med prioriterade områden: inkludering av underrepresenterade grupper, trygga och hållbara utvecklingsmiljöer. Där har 108 IF nåtts och 138 projekt avslutats.

I Projektstöd IF Återstart ska stödet framför allt tillgängliggöras för föreningar med barn- och ungdomsverksamhet och/eller verksamhet för personer med funktionsnedsättning. Där har 65 IF nåtts och 69 projekt avslutats. Projekttiden för stödet avslutades 31 oktober 2022.

Projektstöd IF Anläggning

För att skapa nya och utveckla befintliga idrottsmiljöer för barn och ungdomar finns Riksidrottsförbundets bidrag till anläggningar och idrottsmiljöer.

Projektstödet IF Anläggning riktar sig till satsningar med följande fem inriktningar:

- Stöd till idrottsytor - mindre projekt
- Stöd till energi- och miljöprojekt
- Stöd till renovering
- Stöd till säkerhetsprojekt
- Stöd till utrustning för Parasport

Projekttiden avslutades 30 november och vi har fördelat 3 890 000 kr till 31 unika föreningar



FOLKBILDNINGSTATISTIK 2022**Riksstatistik**

	UNIKA SAMVERKANDE SF-FÖRENINGAR EXKL FÖRENINGSBESÖK	UNIKA DELTAGARE	UTBILDNINGSTIMMAR
BLEKINGE	223	12 808	52 604
DALARNA	334	13 242	32 138
GOTLAND	124	4 945	13 164
GÄVLEBORG	399	19 774	69 396
HALLAND	327	16 807	40 760
JÄMTLAND-HÄRJE-DALEN	192	7 679	16 383
NORRBOTTEN	266	14 716	61 298
SKÅNE	714	33 364	105 953
SMÅLAND	962	63 122	214 391
STOCKHOLM	304	22 080	19 925
SÖDERMANLAND	282	17 770	47 251
UPPLAND	244	14 200	51 194
VÄRMLAND	372	16 322	46 562
VÄSTERBOTTEN	393	23 409	57 974
VÄSTERNORRLAND	306	12 750	47 165
VÄSTMANLAND	285	15 561	55 201
VÄSTRA GÖTALAND	1 414	91 453	313 562
ÖREBRO LÄN	249	19 494	82 841
ÖSTERGÖTLAND	306	20 038	38 828

Kommunstatistik

	UNIKA SAMVERKANDE SF-FÖRENINGAR EXKL FÖRENINGSBESÖK	UNIKA SAMVERKANDE SF-FÖRENINGAR INKL FÖRENINGSBESÖK	UNIKA DELTAGARE (LÄRGRUPP, KURS, FÖRELÄSNING OCH PROCESSARBETE)	UTBILDNINGSTIMMAR
ÖSTERGÖTLAND	306	418	20 038	38 828
BOXHOLM		9		297
FINSPÅNG		20		1 533
KINDA		13		874
LINKÖPING		123		9 009
MJÖLBY		30		1 947
MOTALA		60		5 637
NORRKÖPING		106		14 353
SÖDERKÖPING		14		607
VADSTENA		11		822
VALDEMARSVIK		4		603
YDRE		15		584
ÅTVIDABERG		8		828
ÖDESHÖG		5		403

Utbildningstimmar/idrott

	UNIKA SAMVER- KANDE SF-FÖR- ENINGAR INKL FÖRENINGSBESÖK	UTBILDNINGS- TIMMAR
Akademisk Idrott	4	55
Amerikansk Fotboll	2	439
Badminton	1	3
Bandy	6	268
Bangolf	1	
Baseboll och Softboll		
Basket	4	476
Biljard		
Bilsport	11	633
Bordtennis	5	75
Boule	1	
Bowling	4	37
Boxning	7	139
Bridge	1	274
Brottning	6	48
Budo & kampsport	9	169
Bågskytte	6	166
Cheerleading	1	145
Cricket	1	
Curling	2	12
Cykel	10	143
Danssport	5	787
Dart		
Dragkamp	2	24
Dövidrott	1	4
Flygsport	1	
Fotboll	94	16 999
Friidrott	7	924
Frisbee		
Fäktning	1	16
Golf	11	1 027
Gymnastik	15	1 028
Gång och Vandring	1	16
Handboll	8	784
Innebandy	21	1 031
Ishockey	7	1 911

	UNIKA SAMVER- KANDE SF-FÖR- ENINGAR INKL FÖRENINGSBESÖK	UTBILDNINGS- TIMMAR
--	--	------------------------

Islandshäst	5	305
Judo	3	3
Kanot	1	
Karate	6	149
Konståkning	1	150
Korpen	7	225
Motorcykel och Snöskoter	10	825
Orientering	11	449
Padel	5	30
Parasport	3	106
Ridsport	41	5 713
Rugby	2	
Segling	4	322
Simidrott	5	333
Skateboard	2	9
Skidor	17	422
Skidskytte	1	21
Skolidrott	5	25
Skyttesport	11	328
Sportdykning	1	17
Squash	1	
Styrkelyft	1	9
Swesports	1	
Taekwondo	3	50
Tennis	7	211
Triathlon	4	54
Tyngdlyftning	1	
Varpa		
Vattenskidor & Wakeboard	1	32
Volleyboll	2	76



UTMÄRKELSER

RF-SISU:s förtjänstdiplom

Kjell Karlsson	Åtvidabergs TK
Elisabeth Börjesson	Gammalkils IF
Carina Eriksson Grennberger	Gammalkils IF
Per Anund	Gammalkils IF
Per Lazarus	Gammalkils IF

RF-SISU:s förtjänsttecken i silver

Carina Eriksson Grennberger	Gammalkils IF
Elisabeth Börjesson	Gammalkils IF
Elisabeth Magnusson	Gammalkils IF
Karin Linden	Gammalkils IF
Irene Johansson	Gammalkils IF
Per Anund	Gammalkils IF
Per Lazarus	Gammalkils IF
Per Johansson	Gammalkils IF

RF-SISU:s förtjänsttecken i guld

Yngve Johansson	Gammalkils IF
Irene Johansson	Gammalkils IF





Östergötland

E-post: ostergotland@rfsisu.se | Hemsida: www.rfsisu.se/ostergotland