



Örebro län



**Verksamhetsberättelse  
med årsredovisning**

**2022**

# Innehåll

<b>2</b>	Föredragningslista	
<b>3</b>	Röstlängd	
<b>4</b>	Samverkan för och med idrotten	
<b>5</b>	Ordförande har ordet	
<b>6-7</b>	Övergripande mål	
<b>8</b>	Utvecklingsresor för att nå målen	
<b>9-11</b>	Ny syn på träning och tävling	
<b>12-14</b>	Den moderna föreningen engagerar	
<b>15-21</b>	Inkluderande idrott för alla	
<b>22-24</b>	Jämställdhet för en framgångsrik idrott	
<b>25-27</b>	Ett stärkt ledarskap	
<b>28-29</b>	Ett levande Idrottens hus	
<b>30-33</b>	Intressepolitik, kommunikation & media	
<b>36-37</b>	Framgångar & Utmärkelser	
<b>40-41</b>	Om RF-SISU Örebro län	
<b>42-49</b>	Idrotten i siffror	
<b>50-61</b>	Ekonomisk rapport	

## Välkommen till RF-SISU Örebro läns Distriktsidrottsmöte 2023

Dag | Torsdag 30 mars 2023  
Tid | 19:00  
Plats | Restaurang Goda Rum, Kyrkogatan 45, Kumla

### PROGRAM

17.45 | Dörrarna öppnas  
18:00 | Middag, restaurang Goda Rum  
18:30 | Föredrag av Kumla kommunstyrelsens ordförande Andreas Brorsson berättar om Kumla och idrotten.  
19:00 | Distriktsidrottsmötet RF-SISU Örebro län. Mötesordförande Andreas Brorsson.

### FÖREDRAGNINGSLISTA

- 1 Distriktsidrottsmötet öppnas.
- 2 Parentation.
- 3 Fastställande av röstlängd för distriktsidrottsmötet.
- 4 Val av mötesordförande.
- 5 Val av protokollsekreterare.
- 6 Val av två protokolljusterare att jämte mötesordföranden justera mötets protokoll.
- 7 Val av rösträknare.
- 8 Fråga om kallelse till mötet har skett i den ordning 2 kap. 1 § föreskriver.
- 9 Fastställande av föredragningslista för mötet.
- 10 Styrelsens verksamhetsberättelse med årsredovisning.
- 11 Revisorernas berättelser.
- 12 Fråga om styrelsens ansvarsfrihet.
- 13 Styrelsens förslag samt inkomna motioner.
- 14 Styrelsens arvoden för 2023.
- 15 Styrelsens förslag till verksamhetsinriktning med ekonomisk plan för kommande verksamhetsår.
- 16 Val av distriktsordförande, tillika ordförande i styrelsen för en tid av ett år.
- 17 Val av halva antalet övriga styrelseledamöter för en tid av två år.
- 18 Beslut om att på ett år utse ett revisionsbolag med uppgift att granska räkenskaper och förvaltning.
- 19 Val av lekmannarevisor med personlig ersättare för en tid av ett år.
- 20 Val av ordförande på ett år och halva antalet övriga ledamöter på två år i valberedningen.
- 21 Övriga frågor.
- 22 Distriktsidrottsmötet avslutas.

## RÖSTLÄNGD FÖR RF-SISU ÖREBRO LÄN

Enligt 9 kap. 5 § rf:s stadgar och 6 kap. 5 § sisu:s stadgar

IDROTT	OMBUD/RÖSTER	IDROTT	OMBUD/RÖSTER
Akademisk idrott	1	Mångkamp	1
Amerikansk fotboll/flaggfotboll	1	Orientering	2
Badminton	1	Padel	1
Bandy	1	Parasport	1
Bangolf	1	Ridsport	2
Baseboll och Softboll	1	Rodd	0
Basket	1	Rugby	1
Biljard	1	Segling	1
Bilsport	2	Simidrott	1
Bordtennis	1	Skateboard	1
Boule	1	Skidor	2
Bowling	2	Skidskytte	1
Boxning	1	Skolidrott	1
Brottning	1	Skridsko, käll- och rullidrott	1
Budo och Kampsport	1	Skyttesport	2
Bågskytte	1	Sportdykning	1
Casting	1	Squash	1
Cheerleading	1	Styrkelyft	1
Cricket	1	Taekwondo	1
Curling	1	Tennis	1
Cykel	1	Triathlon	1
Danssport	1	Tyngdlyftning	1
Dart	1	Varpa	0
Draghundssport	1	Vattenskidor och Wakeboard	1
Dragkamp	0	Volleyboll	1
Dövidrott	1	Stämman	80
Flygsport	1		
Fotboll	4		
Friidrott	2		
Frisbee	1		
Fäktning	1		
Golf	1		
Gymnastik	2		
Gång och vandring	0		
Handboll	1		
Innebandy	2		
Ishockey	1		
Islandshäst	1		
Issegling	1		
Judo	1		
Kanot	1		
Karate	1		
Klättring	1		
Konståkning	1		
Korpen	1		
Motorsport	2		

YTTERLIGARE MEDLEMSORGANISATIONER (MO) REPRESENTERADE INOM DISTRIKTET.	
Bridge	
Svenska Livräddningssällskapet	
Svenska Pistolskytteförbundet	
SISUd-stämman totalt:	80+





## Samverkan för och med idrotten

En nationell modell för samverkan, den sk "Samverkansmodellen" beslutades vid Riksidrottsförbundets och SISU:s stämma 2021 har under året tagits fram och implementerats med gott resultat. Det är ett samarbete som ofta inkluderar hela kedjan från SF, till SDF och förening.

Vi upplever att vi i Örebro läns distrikt tillsammans har blivit duktigare på att samordna oss och kombinera våra resurser och insatser med föreningarna i centrum. Sju idrotter har genomfört satsningar inom "Samverkansmodellen", bland annat ishockey och innebandy.

Vårt reviderade basuppdrag har steg för steg börjat sätta sig och kommer att underlätta för föreningar och SDF, inte minst de SDF som har flera distrikt inom sin geografiska indelning. Basuppdraget hjälper oss i RF-SISU distrikt att erbjuda mer likvärdigt stöd, även om våra förutsättningar är olika.

Under året har vi även fortsatt att utveckla dialogträffarna för vårt distrikts SDF. Den täta frekvens som utvecklades under pandemin har hållit i sig. 22 SDF har deltagit vid ett eller flera av våra dialoger under året som gått.

Idrottens Hus på Karlsgatan är en samlingsplats som betyder mycket för samverkan mellan länets idrotter. Här samlas 25 idrottsorganisationer med totalt 85 personer som har sina kontor och arbetsplatser i huset. Våra möteslokaler står till förfogande både dag- och kvällstid för utbildningar och träffar, och bidrar till samverkan.

Vi ser fram emot 2023 och att fortsätta vår positiva utveckling och samarbete för att vara det bästa stödet för alla våra 647 föreningar i idrottsdistriktet.

## "En fantastisk comeback"

Verksamhetsåret 2022 började i uppförbacke. Corona klassades fortfarande som en pandemi och restriktioner styrde våra liv. Trots det kan vi glädjande konstatera att uppförbacken under året har planat ut och till och med blivit till nedförbacke, på vissa delar. Förklaringen heter återstartsarbete – med fokus på återrekrytering. Stora insatser har mobiliserats för att få tillbaka barn, unga och ledare i verksamhet igen. Ett arbete som fortfarande görs och behövs även under 2023. Det är ett viktigt arbete. Undersökningar visar att barn och ungdomar som är medlemmar i en idrottsförening mår bättre än de som inte är det.

Återstartsarbetet har sett olika ut i våra föreningar. Örebro Simallians har haft ett "Välkommen tillbaka"-projekt där man arbetat systematiskt för att få tillbaks ledare i verksamhet. Det har resulterat i nio nya ledare. Ledare är ju förutsättningen för att också kunna rekrytera tillbaka de 305 medlemmar som föreningen tappade i samband med pandemin. Dövidrottsföreningen IF Nerike har fokuserat sina insatser på att kunna återstarta sina olika verksamheter, behålla och rekrytera nya medlemmar, samt stärka gemenskapen genom nya och utvecklade inslag i verksamheten. Det har de gjort genom att bland annat att arrangera en överlevnadskurs för barn och ungdomar med teckenspråkiga instruktörer, samt prova på verksamhet.

Och som vi alla vet. När vi klev ur pandemikrisen i början av 2022 kom nästa kris. Kriget i Ukraina resulterade i att drygt tusen personer flydde till vårt län, främst kvinnor och barn. Det som känns värmande i den situationen är att se hur föreningar öppnade sina dörrar och människor skänkte skridskor, fotbollsskor och boxningshandskar. Ett ljus i mörkret skapades, en stund för de drabbade att tänka på andra saker än det fasansfulla som sker i hemlandet. Ännu en gång fick idrottsrörelsen visa hur stark den här. RF-SISU Örebro län har stöttat sju föreningar att starta integrationsprojekt, med särskilt fokus mot ukrainska flyktingar. Verksamheten har varit avgiftsfri och man har använt sig av folkbildningens metoder. Insatserna har lett till ökad språkutveckling hos deltagarna, ökad förståelse för demokratin i vårt samhälle och hur föreningslivet fungerar.

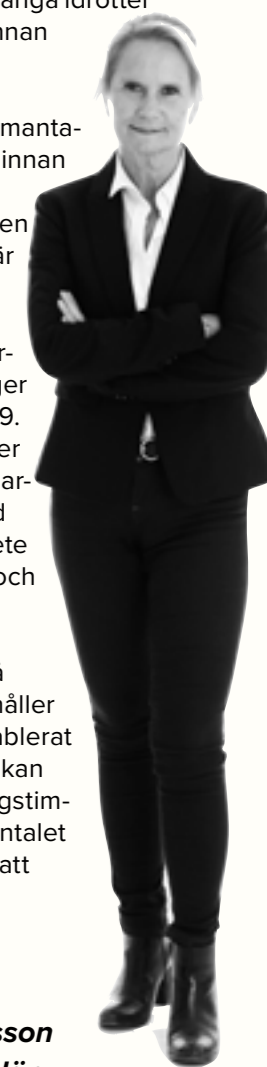
Ja, sen kom el och energikrisen. Som en del av kriget stängdes leveransen av gas till EU och el blev en efterfrågad handelsvara. Med ökad efterfrågan steg priserna och vi drog återigen igång organisationens krisberedskap för att stötta föreningar. Vi såg framförallt att de med egna anläggningar skulle drabbas hårt. Vi arrangerade ett möte och bjöd in kommunens energirådgivare, föreningar och SDF. Armaturer släcktes, bastubaden kallnade och ishallar stängdes. Idrottsrörelsen hittade andra vägar när de vanliga stigarna blockerades. Förmågan till snabb omställning är en styrka som jag är otroligt stolt över att bidra till och vara en del av.

Men trots alla kriser så har idrotten hämtat sig i år. Det visar inte minst aktiviteter för barn och unga baserat på LOK stödet. Den sjunkande aktivitetstrenden som syns under pandemin har brutits och många idrotter är tillbaka på samma nivåer som innan pandemin.

Vårterminen 2022 hade sammantaget fler deltagartillfällen än innan pandemin 2019. Ett mycket positivt tecken som visar att idrotten verkligen är tillbaka. Lika positivt är det på antalet aktiviteter, där vi också ligger på en högre nivå än innan pandemin. Även på deltagartillfällen för funktionsnedsatta ligger vi högre 2022 än vårterminen 2019. Och när det gäller flickor 7–12 år ser vi en positiv trend, med fler deltagartillfällen 2022, än 2019. Vi har med andra ord gjort ett fantastiskt arbete tillsammans med våra föreningar och SDF.

Andra saker att skriva upp på glädjelistan är att vi också håller ställningarna som ett väletablerat folkbildningsdistrikt i landet. Vi kan konstatera en ökning på utbildningstimmar, antalet unika deltagare och antalet föreningar vi når. En indikation på att idrotten återhämtar sig.

**Marie-Louise Forsberg Fransson**  
Ordförande RF-SISU Örebro län



## 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 2017 tillkom de utvecklingsresor som ska hjälpa oss 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 går det redan att skönja en positiv trend, men rörelsen har fortfarande ett stort och viktigt arbete framför sig.

## Idrottsrörelsens mål 2025

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

### 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 livslång idrott i förening, behöver svensk idrott stärka arbetet med värdegrunden och vidareutveckla föreningsidrotten genom att sätta fokus på engagemang och medlemskap. Sammantaget kommer det att göra Sverige starkare. De tvååriga verksamhetsinriktningarna utgår från den strategiska planen och målen 2025.

### Idrottsrapporten

För att på en övergripande nivå följa idrottsrörelsens utveckling mot målen 2025 har RF tagit fram ett antal indikatorer, kvantitativa mått som kan peka på hur ett område förändras över tid. I november 2018 släppte RF för första gången Idrottsrapporten. Där redovisas hur indikatorerna ser ut från 2015 då strategiarbetet tog sin början. Idrottsrapporten 2020 lyfter även aktuell forskning, inspirerande människor, idrottsföreningar och förbund som har påbörjat sin egen resa. Och viktiga – ibland kritiska – perspektiv som alla bidrar till att idrottsrörelsen ska nå sina mål år 2025.





## KAPITEL 1

# 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 RF leder, stödjer och företräder idrottsrörelsen, medan SISU Idrottsutbildarna bildar och utbildar i riktning mot målen.

# 01

## En ny syn på träning och tävling

2025 är målet att alla får plats att idrotta i idrottsrörelsen utifrån sina villkor oavsett ambition, ålder, kön, prestationsnivå eller andra förutsättningar. Träning och tävling utformas så att utövaren mår bra, har roligt och utvecklas under hela livet. Ledarskapet fokuserar på glädje och prestation snarare än på resultat. Utveckling av rörelseförståelse gör att fler får fysiska förutsättningar att idrotta mer. Det ger fler utövare totalt sett och även fler internationella medaljer.

### Insatsområde 1

*Samordna, stödja och leda regionala förbund och föreningar i utvecklingsarbetet med en ny syn på träning och tävling.*

### Folkbildning och utbildning - en viktig nyckel

Idrottsrörelsen är mycket mer än det fysiska, idrottsliga utövandet. Genom de goda samtalen kan idrotten förena och utveckla människor. En förening som hela tiden har ett pågående samtal om frågor som exempelvis ledarskap, demokratins spelregler, kamratskap, trygghet, jämlikhet och allas rätt att vara med ökar möjligheterna för att medlemmarna mår bättre, utvecklas och stannar kvar längre. Vårt arbetssätt är konsultativt och flexibelt. Vi strävar efter hög pedagogisk kvalitet, där varje förening möts utifrån sina unika förutsättningar. RF-SISU Örebro län har ett uppdrag att med stöd och utbildningsinsatser underlätta för föreningar och förbund att utvecklas i den riktning de önskar. Folkbildning är lärande som anpassas efter deltagarnas behov och önskemål. Det finns olika sätt att utvecklas och lära sig, men folkbildningens grundtankar om att deltagarna lär av varandra, söker och bygger sin egen kunskap är centrala.

### Insatsområde 2

*Folkbilda och utbilda tränare, ledare, föräldrar, barn och unga om en idrott där alla har möjlighet att träna och utvecklas på sina villkor.*

### Grundutbildning för tränare (GUT)

Grundutbildning för tränare (GUT) är en idrottsövergripande tränarutbildning som riktar sig till den som är eller vill bli tränare för barn, ungdomar och/eller vuxna. Utbildningen är det första obligatoriska steget inom Riksidrottsförbundets utbildningsutbud men den finns även med som obligatorisk del i tränarutbildningsstegar inom andra specialidrottsförbund. Grundutbildning för tränare bygger på aktuell forskning och är till stor del webbaserad i en digital utbildningsplattform, detta gör att utbildningens innehåll kan uppdateras kontinuerligt. Idrottens tränarutbildningsstege startar med Introduktionsutbildning och/eller Grundutbildning för tränare. Introduktionsutbildning för tränare är en helt digital utbildning som kan genomföras av den egna föreningen eller den enskilda tränaren på egen hand. Grundutbildning för tränare genomförs av, och tillsammans med, deltagare från olika föreningar och hålls i en av SISU Idrottsutbildarna godkänd utbildare. Grundutbildning för tränare ger ledare en bra grund att stå på i tränaruppdraget. Utbildningen innehåller bland annat grundläggande kunskaper i ledarskap och träningslära samt viktiga utgångspunkter för att skapa en utvecklande och inspirerande idrottsmiljö där idrottare har roligt, mår bra och får möjlighet att utvecklas utifrån sina förutsättningar och behov. Under 2022 har RF-SISU Örebro län genomfört tre grundutbildningar och utbildat totalt 42 ledare och tränare i länet.

### Psykisk hälsa

Barn och unga som är medlemmar i idrottsföreningar visar på en bättre psykisk hälsa än de barn och ungdomar som inte är det. Det visas, exempelvis, i den regionala undersökningen Liv och hälsa ung. Att behålla barn inom idrotten är därför en viktig insats, men idrotten behöver också utvecklas för att bli en ännu mer främjande arena, samtidigt som den hanterar de situationer som kan uppstå, som kan leda till en psykisk ohälsa. Vi på RF-SISU jobbar med generella insatser för att främja psykisk hälsa, exempelvis ledarutbildningar och föräldraskapsstödsinsatser, men även mer specifika insatser, som vårt arbete med trygg idrott, föreläsningar om psykisk hälsa kopplat till idrotten och utbildningen Mental health first aid (MHFA).

**Insatsområde 3**

*Utveckla samverkan och samarbeten med rörelseförståelse i fokus, inom idrottsrörelsen och i Rörelsenätverket.*

**Ny syn på träning & tävling - rörelseförståelse**

De flesta är medvetna om att fysisk aktivitet är viktigt för hälsan och hur fysiskt aktiva de bör vara. Trots det är den långsiktiga utvecklingen negativ då allt färre når rekommendationen om fysisk aktivitet. Det är här Rörelseförståelse (Physical Literacy) kommer in i bilden. Rörelseförståelse handlar om att utveckla en mångfald av rörelsekompetenser i olika miljöer genom lagom stora utmaningar. Denna utveckling leder till ökat självförtroende och tillit till sin fysiska kompetens. Ett ökat självförtroende med god egen tillit till och känsla av fysisk kompetens i många olika situationer och miljöer ger förutsättningar för och ökad motivation att delta. En känsla av kompetens, möjligheten att välja samt känslan av tillhörighet är viktiga hörnstenar för att skapa motivation. Rörelseförståelse handlar om att skaffa sig rörelsekompetens för att både kunna delta och dessutom göra det på ett tryggt och säkert sätt. Genom utvecklad rörelseförståelse får människor de verktyg som utvecklar kunskap, kompetens och motivation till att kunna delta i alla fysiska aktiviteter de vill genom livet, en utvecklad rörelserepertoar skulle man kunna säga. Rörelseförståelse är lika viktigt att utveckla som att lära sig att läsa, skriva och räkna. Rörelseförståelse handlar om både fysiska och psykologiska faktorer med ett fysiskt aktivt deltagande som mål. Rörelseförståelse kan vara en nyckel till att få människor att gå från att veta att fysisk aktivitet är viktigt till att de faktiskt blir mer aktiva. Rörelseförståelse är ett genomsyrande perspektiv i RF SISU:s verksamhet och återfinns därmed också i våra generella utbildningar och utåtriktade insatser, men vi har även genomfört många specifika föreläsningar inom området under 2022.

**Rörelsenätverket - samverkan för ökad rörelseförståelse**

Rörelsenätverkets arbete med att skapa en god, jämlik och jämställd folkhälsa genom en rörelserik och aktiv befolkning i Örebro län fortskrider. År

**Noterbart folkbildning**

- 6 % av landets folkbildning genomförs av idrottsföreningar i vårt distrikt.
- 42 ledare har gått grundtränarutbildningen.

2022 var sista året för Rörelsenätverket utifrån den initiala överenskommelsen. Första delen av året handlade därför om att dra lärdomar från tidigare samverkan och ta beslut om framtida arbete. Detta visade att majoriteten av parterna ville fortsätta samverka enligt ett liknande upplägg som tidigare, men önskade vissa organisatoriska förändringar samt att arbetet blev mer fokuserat på ett särskilt område per år snarare än att jobba mer övergripande hela tiden. Således tecknades ett nytt treårigt samverkansavtal mellan parterna Region Örebro län, Örebro kommun, Länsstyrelsen, Örebro kommun, Örebro universitet, RF-SISU Örebro län, Handelskammaren Mälardalen, Askersund kommun samt Ljusnarsbergs kommun. Det valda fokusområdet för 2022 blev fysiska miljöer för rörelseförståelse. Inom fokusområdet har det genomförts flera olika typer av insatser och aktiviteter. Bland annat har flera samverkanspartner deltagit på kunskapshöjande konferenser "Leken först" och "Change the game". Nätverket har även genomfört ett seminarium och bjudit in personer som planerar, utvecklar och förvaltar miljöer. Syftet med den var kunskapspåfyllnad, information och erfarenhetsutbyte kring rörelsefrämjande miljöer med rörelseförståelse som kompass. Seminariet resulterade i en länsövergripande grupp som fortsättningsvis ska träffas 2-3 gånger per år. Under året har nätverket även kopplats in i ett antal specifika satsningar där ett exempel är ÖBO:s arbete med att skapa en cykellekpark som ska byggas mellan Varberga och Oxhagen. Kännedom om nyfikenheten på nätverket har bidragit till att två nya kommuner anslutit sig till Rörelsenätverket Örebro län. Ljusnarsbergs kommun i samband med ny överenskommelseperiod och Lekebergs kommun under hösten 2022. Vad gäller Rörelsenätverkets kommunikativa arbete har en Facebook-sida skapats under året. Utöver det har kommunikationen skett genom de befintliga kanaler som är Instagram och nätverkets hemsida. Aktiviteten i de kommunikativa kanalerna har ökat markant detta år i samband med att en ny koordinator för nätverket anställts och där denna även fått ansvaret för det kommunikativa arbetet.

**Lägg märke till**

- Rörelsenätverket växer. Under 2022 har Lekebergs kommun tillkommit. Sedan tidigare ingår RF-SISU Örebro län, RÖL, ÖU, LS, Handelskammaren, Hällefors, Ljusnarsberg, Askersund och Örebro kommuner i nätverket.





# 02

## Den moderna föreningen engagerar

2025 är målet att idrottsrörelsen tar vara på människors engagemang och inspirerar till delaktighet. Medlemskapet är moderniserat. Det är enkelt och välkomnande att engagera sig oavsett bakgrund, ålder, kön eller andra förutsättningar. Människor vill engagera sig och är stolta över att vara en del av sin förening och av idrottsrörelsen. Föreningen har antagit nya former där grunden är människors vilja att vara med och bidra i föreningen.

### Insatsområde 1

*Folkbilda och utbilda i ideellt ledarskap för att öka engagemanget och utveckla former för medlemskap och demokratiska processer.*

### Projektstöd skapar förutsättningar för utveckling

Projektstöd skapar förutsättningar för utveckling av föreningsverksamhet. Under 2022 har idrottsföreningar kunnat söka projektstöd för sin verksamhet. Syftet med våra olika former av projektstöd är att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin verksamhet i enlighet med idrottsrörelsens gemensamma vision; Strategi 2025. Projekten ska följa barnkonventionen, vilket innebär att barnens tankar och åsikter ska tas i beaktande. Projektstödet syftar till att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin verksamhet.

Det har under 2022 funnits fyra olika typer av projektstöd för förening att ansöka om; anläggningsstöd, projektstöd med inriktning mot barn- och ungdomsidrott, återstart med fokus på föreningar som tappat verksamhet under tiden för restriktioner med anledning av Corona samt idrott 65+. Inom barn- och ungdomsidrott har det funnits tre sökbara områden, inkludering av underrepresenterade grupper, trygga hållbara utvecklingsmiljöer och idrottssvaga områden.

En extra underpott till projektstöden skapades i samband med att kriget i Ukraina bröt ut. Meningsfulla aktiviteter för barn på flykt. Detta för att kunna möjliggöra deltagande i föreningsverksamhet för barn och ungdomar som behövt fly kriget i sitt hemland. Totalt fördelades 4,3 miljoner kronor till idrottsföreningar i Örebro län under 2022.

### Insatsområde 2

*Erbjuda digitala lösningar och administrativt stöd för att förenkla regionala förbund och föreningsadministration.*

### IdrottOnline-utbildningar

IdrottOnline är idrottens administrativa och kommunikativa system. Under 2022 kunde vi återigen arrangera utbildningar i fysisk form men trots det arrangerade vi en hel del digitala utbildningar för att minska resandet. Fokus låg på stöd till idrottsföreningar som behövde byta hemsideslösning från Episerver till annan leverantör samt på LOK-stödshandling. Inför de båda ansökningsperioderna för det statliga LOK-stödet har vi förstärkt arbetet kring hantering och ansökan för att underlätta arbetet för distriktets idrottsföreningar.

## Lägg märke till

- Supporten för IdrottOnline har tagit emot cirka 500 ärenden.
- 177 föreningar har tagit del av olika projektstöd.

## Noterbart folkbildning

- 149 föreningar har deltagit i folkbildningsaktiviteter.
- I snitt genomförde varje förening 330 utbildningstimmar.

### IdrottOnline-support

RF-SISU Örebro län har i samverkan med RF-SISU Värmland och RF-SISU Västra Götaland bildat en regional support för de tre distriktens idrottsföreningar. Distrikten ansvarar för supportfrågor olika dagar i veckan. Syftet med denna regionala indelning är att distriktets support inte ska vara lika personbunden samt att frigöra mer tid för distriktens Idrott Online-ansvariga.

### Ekonomisupport

Tjänsten ekonomisupport för idrotten erbjuder idrotten att hantera dess ekonomi till fördelaktiga priser. Ekonomisupport erbjuder ekonomianalys, bokföring, bokslut, årsredovisning, fakturahantering, löneadministration, skattedeklaration och utbildning. Hanteringen sker via medarbetare inom verksamhetsområdet Idrottsservice. Ekonomisupport har under året nyttjats av 14 förbund och föreningar. Några samarbeten med de befintliga organisationerna har utökats under året

### Insatsområde 3

*Samordna, stödja och leda regionala förbund och föreningar i att utveckla arbetssätt som stärker barns delaktighet ur ett barnrättsperspektiv.*

### Fokus på barnrättsperspektivet

Vi på RF-SISU Örebro län jobbar för en trygg idrottsmiljö där vi har nolltolerans mot alla former av trakasserier och övergrepp. Ingen; barn, ungdom eller vuxen, ska fara illa inom idrotten, varken känslomässigt eller kroppsligt. RF-SISU Örebro län har år 2022 mottagit och hanterat tolv ärenden som inkommit till rollen "sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott". Ärendena har varierat i allvarlighetsgrad och krävt olika former av uppföljning. Under året har fem föreläsningar och processarbeten utförts inom trygg idrott där sakkunnig varit ansvarig för, eller medverkat vid, genomförandet av det proaktiva arbetet. Inför 2022 förändrades rollen "sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott" där ett tätare samarbete mellan distrikten initierades. Örebro län har under året ingått i samma regionsgruppering som RF-SISU Värmland och RF-SISU Västra Götaland, samarbetet har varit viktigt för stöd inom rollen samt för att skapa en samsyn mellan Riksidrottsförbundets distriktsförbund. Ett exempel på samarbete som genomförts under året är tillsammans med Örebroalliansen och We & sports, under Örebrocupen i fotboll. Materialet Barnens

spelregler (framtaget av Riksidrottsförbundet och BRIS) användes som underlag för att skapa samtal och medvetandegöra föräldrar, ledare och domare om barns rätt inom idrotten. Syftet var att skapa en trygg och utvecklande idrottsmiljö för alla parter. Barnens spelregler är ett material som lyfter viktiga frågor och ger nytt liv till samtal, som ska skapa en trygg idrott utifrån barnets rättigheter, med ett språk som riktar sig till barn och unga.

### SF-uppdrag

Som stödorganisation till idrottsrörelsen hjälper vi specialdistriktsförbund (SDF) och idrottsföreningar att utvecklas. Det kan handla om att jobba tillsammans med utveckling och satsningar från SF (special idrottsförbund) ut mot både SDF och förening. Vi stöttar SDF genom att exempelvis genomföra utvecklingsarbeten, ta fram utbildningsplaner, anordna utbildningar på hemmaplan, medverka som coacher och samtalspartner och mycket mer. Kort sagt medverkar vi till allt som har med lärande och utveckling att göra. Förbunden och föreningarnas behov styr vår verksamhet. Alla SDF har ett nära samarbete med idrottskonsulent. RF-SISU Örebro län ansvarar också för att fördela ekonomiskt stöd i form av SDF-bidrag. Syftet är att ge Specialdistriktsförbunden ett grundbidrag för sin verksamhet och stimulera till aktivitet och utveckling av förbunden inom distriktet. Exempel på utvecklingsarbeten under 2022 är ishockeyns Hemmaplansmodell. "Hemmaplansmodellen är en vägvisare för tränare, föreningar och föräldrar med målet att skapa ett livslångt intresse för hockey, personlig utveckling och prestationer i världsklass. Att komma in i hallen ska vara som att komma till sitt andra hem och när det krävs – sitt första". RF-SISU Örebro har under 2022 haft träffar tillsammans med ishockeyförbundet och övriga RF-SISU distrikt för att sedan ta arbetet vidare med föreningarna i Örebro län utifrån deras behov. Arbetet har lett till samarbete och utbyte mellan föreningar i länet som kommit ungefär lika långt i sina utvecklingsarbeten. Ett annat exempel på utvecklingsarbeten under 2022 är Örebro Läns Innebandyförbund. Där har RF-SISU Örebro stöttat ÖLIBF med en satsning för att utbilda och utveckla de aktivas kompetens inom flera områden utöver det specifika idrottsutövandet. Inom ramen för satsningen har fyra temaföreläsningar genomförts; psykisk ohälsa, mental träning, kost samt ett tillfälle med RF-SISU Örebro läns idrottskonsulent Axel Wettéus om helheten i att bli en bättre idrottare.





# 03

## Inkluderande idrott för alla

2025 är målet att alla i olika åldrar och med olika förutsättningar och bakgrund känner sig välkomna till idrottsföreningen. Träningen utvecklas efter individens kapacitet, vilket utvecklar rörelseförståelse. 2025 speglar medlemmarna i idrottsrörelsen befolkningen i Sverige. Möjligheten att träna, tävla och engagera sig i en förening är inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar eller var du bor.

### RF-SISU:s folkhälsouppdrag

Idrotten i Örebro län har sedan mitten på 90-talet varit en aktiv part i länets folkhälsoarbete. Arbetet har dock förändrats över tid och gått från avtal initialt till idag då samverkan formaliseras genom den överenskommelse som heter Överenskommelse om samverkan för en god, jämlik och jämställd folkhälsa i Örebro län 2018–2023. Denna utgår exempelvis från idrottens egen värdegrund, Idrotten vill, och Strategi 2025 samt den Regionala utvecklingsstrategin 2018 – 2030. Den verksamhetsinriktade delen av överenskommelsen tydliggör att RF-SISU ska arbeta med folkhälsoperspektivet i sin ordinarie verksamhet vilket konkretiseras med att vi, utifrån ett jämlikt och jämställt perspektiv, ska verka för ökad fysisk aktivitet i befolkningen, främja goda levnadsvanor samt stödja och lyfta fram idrottsföreningarna som en resurs och arena i det hälsofrämjande arbetet. För att kunna göra detta ska RF-SISU säkerställa en hög folkhälsokompetens inom idrottens alla led. Internt på RF-SISU är arbetet organiserat i verksamhetsområdet Folkhälsa & Samhälle med 13 medarbetare som genomför insatser över hela länet. Representationen lokalt sker via en samordnare med ansvar att planera, genomföra och utveckla aktiviteter tillsammans med övriga folkhälsoaktörer i

kommunerna, Region Örebro län och Örebro läns bildningsförbund. De insatser som genomfördes under 2022 utgår från de samverkansplaner som tagits fram mellan parterna. Dessa finns både på regional nivå genom samverkansplan mellan RF-SISU och Region Örebro län och på länsdelsnivå där alla parter i överenskommelsen är involverade. Insatserna redovisas under flera resor och insatsområden i denna verksamhetsberättelse.

### Insatsområde 1

*Verka för fler och tillgängliga miljöer och anläggningar för idrott och fysisk aktivitet.*

### Rörelsesatsningen i skolan

Rörelsesatsningen i skolan är ett regeringsuppdrag med syfte att ge barn och ungdomar goda möjligheter till fysisk aktivitet under och i anslutning till skoldagen. Uppdraget är en nationell kraftsamling som ska bidra till mindre stillasittande, mer rörelse, ökat välbefinnande samt att skapa möjligheter till både förbättrade skolresultat och folkhälsa. Sedan starten 2018 har över 1400 skolor medverkat i arbetet för mer rörelse och aktivitet under skoldagen. Under 2022 fortsatte RF-SISU:s arbete med satsningen i Örebro län att utvecklas och vi samverkade med 38 skolor i flera olika kommuner. Arbetet på skolorna innefattade bland annat processstöd, miljöskapande ytor på skolgårdar, samverkan med Fritidsbanken för lån av material, utbildning i rörelseförståelse för personal på skolorna samt flertalet rörelseledarutbildningar för elever så de själva kan, vågar och vill hålla i rastaktiviteter och leda varandra. Dessa insatser har tillsammans skapat mer rörelse och ökade möjligheter och förutsättningar för elever att vara aktiva och känna rörelseglädje. Under året samarbetade också skolorna med idrottsföreningar på olika sätt med syfte att väcka nyfikenhet, få fler barn i rörelse och minska tröskeln till föreningslivet. För att stödja pedagogerna på skolorna har det också anordnats gemensamma träffar. Nätverksträffar där fokus varit på erfarenhetsutbyte och att lyfta/dela med sig av goda exempel samt inspirationsträffar där olika specialidrottsförbund har visat upp sina "skolkoncept" för att inspirera till mer rörelse under och i anslutning till skoldagen. Rörelsesatsningen i skolan ingår i distriktsförbundets ordinarie verksamhet och är idag en naturlig del av Strategi 2025.

**Idrottens dag**

Idrottens dag arrangeras av Riksidrottsförbundet tillsammans med alla RF-SISU distrikt som en del av EU-satsningen European Week of Sport. Syftet med Idrottens dag är att inspirera till rörelse och lyfta upp fysisk aktivitet på agendan och målet är att så många elever som möjligt ska röra på sig minst 120 minuter denna dag. I Örebro län bjöds alla skolor som är med i Rörelsesatsning i skolan in. Att få med idrottsföreningar är en central del och därmed skickades även en inbjudan till samtliga idrottsföreningar i länet som är verksamma i en kommun där en skola tackat ja till att vara en del av Idrottens dag. Under Idrottens dag 2022 deltog 20 skolor och 23 idrottsföreningar och tillsammans med 28 medarbetare från RF-SISU Örebro erbjöds olika aktiviteter på respektive skola med fokus på rörelseglädje och rörelseförståelse. Idrottens dag är en möjlighet att tillsammans stå upp för alla barns rätt till rörelse och idrott. Målet är att visa hur man uppmuntrar till lek och rörelse, höja kunskapen om barns idrottande, visa alla positiva effekter det för med sig på både skolresultat och hälsa samt bygga broar mellan skolan, barnen och idrottsrörelsen. Vi vill fortsättningsvis utveckla Idrottens dag och skapa en ökad medvetenhet om idrottsrörelsens strategiarbete.

**Anläggningar & Idrottsmiljöer**

Arbetet med anläggningsfrågor är ett prioriterat område. Sedan flera år finns en anläggningsgrupp med styrelserepresentanter som bland annat behandlar ansökningar om stöd för anläggningsprojekt samt arbetar strategiskt för att synliggöra behovet av fler, bättre och mer tillgängliga anläggningar och idrottsmiljöer. Under våren 2022 genomförde RF en nationell kartläggning av hur idrottsföreningar upplever sin anläggningsituation. Resultaten visar främst på brist på tillgång till tider och ytor samt renoveringsbehov. Projektledaren på RF bjöds in och presenterade resultaten på ett möte med länets kommuner. Med avstamp i de lokala resultaten för Örebro kommun genomförde RF-SISU Örebro län även en idrottspolitisk debatt den 16 augusti, knappt en månad före valet. Ett 100-tal deltagare från olika idrotter och föreningar samlades på Tegelbruket för att lyssna till debatten när ledande politiker gav sin syn på plats för idrott i Örebro. Debatten livesändades och fick också stort genomslag i olika media.

**Projektstöd IF – Anläggning.**

RF-SISU Örebro län fördelar varje år medel via RF som ska bidra till att skapa nya och utveckla befintliga idrottsmiljöer för barn och ungdomar, Projektstöd IF Anläggning. Föreningarnas intresse för anläggningsstödet är stort. Totalt har RF-SISU Örebro läns Anläggningsgrupp fördelat drygt 2,5 mkr till 15 föreningar fördelat på 13 olika idrotter (SF) och 7 kommuner med god spridning i hela distriktet. Två områden inom anläggningsstödet har under året haft extra fokus:

- Utrustning Parasport/Tillgänglighetsanpassningar: Inför 2022 tilldelades distriktet extra anläggningsstöd för att stärka återstarten av idrott för personer med funktionsnedsättning. Totalt har 4 projekt (ca 732 000 kr) beviljats stöd för utrustning för parasport och/eller tillgänglighetsanpassningar. Samverkan har också skett med Örebro läns Parasportförbund som bland annat bidragit med kompetensstöd.

- Energiåtgärder: Många föreningar som äger och driver sina anläggningar har drabbats hårt av energikris och stigande elpriser. Fler ansökningar om energiåtgärder har kommit in jämfört med tidigare år och totalt har 4 projekt (ca 955 000 kr) beviljats. I november har även två digitala föreningsträffar med länets energirådgivare genomförts för att stötta föreningar med kunskap och information.

Anläggningsgruppen har också genomfört den årliga turnén för uppföljning och lärande av tidigare beviljade projekt. Besöken uppskattas av föreningsledarna som får beskriva sin verksamhet. Årets rundtur genomfördes i Örebro kommun med besök hos SMÅ IF, Östra Almbys FK samt Glanshammarsryttarna. Vidare har gruppen varit representerade i samband med invigningar av Kilsmo IK:s utegym och Hällefors Discgolfbana.

**Insatsområde 2**

*Utveckla idrottens roll i folkhälsoarbetet inom ramen för Överenskommelse om samverkan för en god, jämlik och jämställd folkhälsa.*

**Samverkan idéburet offentligt partnerskap**

RF-SISU Örebro län har under 2022 haft projektmedel från Delmos där en del av projektet handlade om att tillsammans med Örebro kommun och Region Örebro län ta fram ett underlag för att ingå ett nytt idéburet offentligt partnerskap (IOP). Under våren 2022 hölls en konferens för politiker och tjänstepersoner som dels syftade till att beskriva det tidigare arbetet och processen fram till konferensen, dels

syftade till att få ytterligare inspel och information till utformningen av det kommande IOP:et. Under hösten 2022 färdigställdes underlaget och gick vidare till beslutsprocessen. Både RF-SISU Örebro län och Region Örebro län kunde fatta beslut på tjänstepersonsnivå och ställde sig positiva till förslaget. Då Örebro kommun behövde ta beslutet på politiska nivå och det är längre ledtider vid en sådan process är inget slutgiltigt beslut taget.

**FaR - Fysisk aktivitet på recept**

RF-SISU är en samverkanspart i Hälso- och sjukvårdens arbete med Fysisk aktivitet på recept, FaR. Arbetet innefattar kartläggning av lämpliga aktivitetsarrangörer, kvalitetssäkring av aktiviteter, kontakt och utbildning av aktivitetsarrangörer. Under två års tid har vi i samarbete med Region Örebro län fortsatt utvecklingsarbetet med vår gemensamma modell och utvecklingen av den digitala aktivitetskatalog där såväl patienter, hälso- och sjukvårdspersonal och övriga samhällets medborgare ska finna utbudet från föreningar, kommunerna, regionen och andra aktörer som erbjuder möjlighet till fysisk aktivitet.

**Goda matvanor**

Hur maten påverkar vår hälsa och prestation fortsätter att väcka stort intresse. Våra medarbetare har genomfört ett stort antal föreläsningar och andra uppdrag inom området. Målgrupperna för dessa uppdrag spänner sig brett utifrån ålder, idrott, skola, arbetsplats och allmänhet. Uppdragen har genomförts både i länet samt nationellt och omfattar bland annat mer än 50 föreläsningar under året. Sen tidigare är också RF-SISU delaktiga i ett forskningsprojekt för att utveckla goda matvanor och ökad fysisk aktivitet hos äldre.

**Fritidsbanken**

Fortfarande har Fritidsbanken i Örebro kommun ännu ej upplevt ett helår utan påverkan av coronapandemin. Även 2022 inleddes med vissa begränsningar och restriktioner och det satte sin påverkan på verksamheten såväl positivt som negativt. Många verksamheters nedstängning och den ihållande kylan bidrog förmodligen till att fler personer hittade till Fritidsbanken för att låna utrustning och därigenom vara aktiva på egen hand utomhus. Antalet lånetillfällen och utlånade artiklar har ökat kraftigt för tredje året i rad och översteg 10 000 utlånade artiklar under 2022, vilket är glädjande. I början av november genomfördes

en regional nätverksträff med studiebesök i Eskilstuna, där flertalet av länets fritidsbanksarbetare deltog. Under året har inga nya verksamheter öppnats i länet, men dialog förs på flera håll och förhoppningen är att vi i framtiden ska utöka och bli ännu fler i Fritidsbanksfamiljen.

**Mänskliga Rättighetsdagarna**

RF-SISU Örebro län har för fjärde året varit engagerad i projektgruppen för Mänskliga rättighetsdagar Örebro, som arrangerades av civilsamhället i samarbete med Örebro kommun 18–23 oktober. Genom samverkan vill vi öka idrottsrörelsens delaktighet i evenemanget och belysa mänskliga rättigheter kopplat till idrott. RF-SISU fanns på plats med infobord i samband med invigningen i Kulturkvarteret. Genom vår sakkunniga i barn och ungdomsidrott Isabel Olsson kunde besökarna få veta mer om Trygg idrott och barnrättsfrågor inom idrotten. Vår integrationskoordinator Jasmin Benca var en av talarna vid den avslutande Fredsvandringen i Svenska kyrkans regi. Vid stoppet i Baronbackarna gav han exempel på idrottens inkluderingsarbete och varför det är så viktigt för att ge alla barn lika möjligheter att komma in i idrotten och i samhället.

Barnklinikerna i Region Örebro län, RF-SISU och, i vissa länsdelar, även folkhälsoteamen har ett samarbete kring barn som går i behandling för övervikt och obesitas. En del av det samarbetet är rörelsegrupper där dessa barn får vara fysiskt aktiva i organiserade form varje vecka. Syftet med rörelsegrupperna är att bidra till en ökad rörelseförståelse och rörelseglädje genom fysisk aktivitet och social gemenskap utifrån barnens förutsättningar. Under 2022 har grupper genomförts i Örebro, Hallsberg och Karlskoga. Personal från Region Örebro län och RF-SISU har dessutom haft föreläsningar för barnens vårdnadshavare. Ett intressant exempel från detta arbete där en idrottsförening varit involverad är i Hallsberg där Hallsbergs GF inkluderat gruppen i sin verksamhet. Utvärderingar av rörelsegrupperna har visat att barnen har haft en mycket positiv upplevelse av aktiviteterna. Under ledning av Region Örebro län genomförs nu ett arbete för att utveckla rörelsegrupperna i länet för att kunna erbjuda mer jämlika insatser.



**HPSC**

RF-SISU och Örebro universitet har under flera år haft olika former av samverkan gällande hälsofrämjande idrottsförening. Under 2022 har Örebro universitet ansökt om att vara en part i ett europeiskt forsknings-samarbete som ska fokusera på hälsofrämjande idrottsförening – HPSC (health promotion in sport clubs). För RF-SISU är hälsofrämjande idrottsförening ett av våra grundläggande folkhälsouppdrag och har därmed sagt ja till att vara en part i arbetet om ansökan skulle beviljas.

**Samverkan med psykiatri**

Under första halvan av 2022 har personer som har eller haft kontakt med psykiatri och eller socialpsykiatri i Örebro kommun erbjudits gruppträning vid två tillfällen i veckan. Insatsen har varit mycket uppskattad av deltagarna, men det har funnits en svårighet i att få personer att delta. Erfarenheten från arbetet är att det krävs ett relativt stort stöd för att dessa personer ska komma till träningstillfällena och den typen av stöd har delvis saknats i projektet. På grund av detta avslutades satsningen under sommaren 2022. Inom området har RF-SISU även varit involverade i en forskningsstudie som vänder sig till personer med depression och ångestproblematik. Insatsen från RF-SISU har varit att vi haft en anställd gruppleddare som hållit i dessa pass. Forskningsstudien har pågått under hela 2022 och kommer även fortsätta under våren 2023 2023.

**Insatsområde 3**

*Utveckla, samordna och stödja arbetet med inkluderande idrott avseende integration och idrottssvaga områden.*

**Idrott för nyanlända och asylsökande**

RF-SISU Örebro län har under 2022 stöttat sju idrottsföreningar i uppstartandet av integrationsprojekt. Fem olika idrotter deltog och fick tillsammans 221 532 kronor i projektstöd. Arbetet har inbegripit föreläsningar i form av föreningslära på lättsvenska som genomfördes digitalt pga. rådande omständigheterna med restriktioner. Målsättningen var att samordna det arbete som görs, finna nya lösningar, stödja etablerad verksamhet, fungera som en länk mellan samhälle och idrottsförening, samt hjälpa föreningarna att hitta mer hållbara lösningar. Särskilt fokus låg på att nå, informera och koordinera flyktingar från Ukraina. Översatt material spreds runt om i distriktets kommuner och vi har matchat målgruppen med våra

idrottsföreningar, både på individuell nivå och gruppnivå. Övriga samverkansparter har varit Länsstyrelsen, Örebro Föreningsråd, Region Örebro län, kommunerna, Tegelbruket och ett flertal studieförbund.

**Idrottssvaga områden**

RF-SISU Örebro län har under 2022 haft fokus på föreningar i de idrottssvaga områdena. Syftet är att stärka eller bilda nya föreningar i området. I satsningen ingår också att identifiera, utbilda och mobilisera unga ledare från dessa områden (Brickebacken, Vivalla, Varberga, Oxhagen och Baronbackarna). Strategin har bland annat varit att stötta föreningsutveckling i dessa områden med hjälp av två föreningsutvecklare med fokus på Varberga, Oxhagen och Brickebacken. Övriga insatser som stöttades har varit sommaraktiviteterna på VOX Badet och spontanidrottsaktiviteter i Brickebacken (IFK Örebro sommarskola). Under sommaren genomfördes också satsningen Sommaridrott (f.d. Nattfotboll) tillsammans med Örebroandan (ÖLFF) där tusentals barn och ungdomar deltog i olika aktiviteter. RF-SISU Örebro län har under 2022 skrivit ett samarbetsavtal med Örebroandan för fortsatt samarbete. Under årets gång genomfördes också ledarskapsutbildningen (Next Generation Leadership) för unga ledare från idrottssvaga områden.

**Svenska från Dag 1**

Satsningen ska underlätta för målgruppen asylsökande och vissa nyanlända invandrare att stärka sina kunskaper i svenska språket. Syftet har varit att visa på en meningsfull sysselsättning och påskynda den framtida etableringen i arbetslivet och samhället. Verksamheten har varit avgiftsfri och har använt sig av folkbildningens metoder. Insatserna har lett till ökad språkutveckling hos deltagarna. Genom idrotten har deltagarna fått ökad förståelse för demokratin i vårt samhälle och hur föreningslivet fungerar. Deltagarna har fått kontakt med nya nätverk och personer. Vår metod har varit att via en idrottsrelaterad verksamhet genomföra aktiviteter som både kan leda till meningsfull sysselsättning och en positiv språkutveckling. Vi har över tid sett att kombinationen av idrottslig aktivitet och utbildningsinsatser har gett deltagarna språkliga framsteg. Exempel på grupper som genomförts under året har varit simskola och pingis för nyanlända kvinnor i Lindesberg samt prova på-aktiviteter för asylsökande i Örebro och Pålsboda med fokus på ett lärande kring fysisk aktivitet med samtal och diskussioner samt praktiskt utförande för

att stärka fysisk och psykisk hälsa. Deltagarna har fått prova på diverse olika fysiska aktiviteter exempelvis fotboll, zumba, vattengymna, cirkelträning, pulkaåkning, stavgång, brännboll och gymträning. Satsningen ska underlätta för målgruppen asylsökande och nyanlända att stärka sina kunskaper i det svenska språket. Syftet har varit att visa på en meningsfull sysselsättning och påskynda den framtida etableringen i arbetslivet och i samhället. Verksamheten har varit avgiftsfri och har använt sig av folkbildningens metoder. Insatserna har lett till ökad språkutveckling hos deltagarna. Genom idrotten har deltagarna fått ökad förståelse för demokratin i vårt samhälle och hur föreningslivet fungerar.

**Kvinna i Fokus**

Kvinna i Fokus har bedrivits sedan hösten 2017 och finansierats av integrationsmedel från Länsstyrelsen. Under 2022 har projektet riktat sig till asylsökande och nyanlända kvinnor i kommunerna Hallsberg, Laxå, Lindesberg och Örebro baserat på var RF-SISU identifierat de största behoven och samtidigt sett en möjlighet att kunna genomföra insatsen. Syftet med projektet har varit att stärka kvinnorna fysiskt och psykiskt genom att erbjuda gruppverksamhet med en variation av fysiska aktiviteter och social gemenskap som kan bidra till en meningsfull sysselsättning under asylperioden och i tiden som ny i vårt samhälle. Vidare har projektet också velat ge en inblick i det ideella föreningslivet i vårt samhälle och bidra till språkträning. Under 2022 har, utöver själva verksamheten, ledare utbildats av RF-SISU för grupperna i Örebro och Laxå. I Örebro fortsätter gruppen vidare i föreningen VOX IF. Projektet avslutas i december 2022, men metoden Kvinna i Fokus kommer att finnas kvar i RF-SISU:s ordinarie verksamhet.

**Insatsområde 4**

*Stödja och leda regionala förbund och föreningar för att skapa möjligheter för äldre och personer med funktionsnedsättning att delta i föreningsidrott.*

**Idrott hela livet - för äldre**

Hälsosamt åldrande och äldres hälsa är ett av RF-SISU:s prioriterade områden. I norra, södra och västra länsdelen samt i Örebro kommun finns RF-SISU representerade i sammanhang och grupperingar som arbetar för att främja äldres hälsa. I Södra länsdelen arbetas det sedan flera år bland annat med Seniorskraft, som

är ett samarbete mellan kommun, Sydnärkes folkhälsoteam, vårdcentral, RF-SISU och civilsamhället. Syftet med Seniorskraft är att stärka samverkan kring äldres hälsa, tillvarata befintliga resurser inom kommun, primärvård och civilsamhället för att erbjuda äldre personer stöd enligt de fyra hörnparterna för ett hälsosamt åldrande, fysisk aktivitet, goda matvanor, social gemenskap och meningsfullhet. I Örebro kommun startades under 2020 Seniorpuls - en social investering, i samverkan mellan RF-SISU och Örebro kommun. Syftet med insatsen är att, med utvecklade seniorskrafter som metod, bidra till ökad jämlikhet i hälsa bland äldre personer genom att främja ett hälsosamt åldrande i bostadsområden med socioekonomiska utmaningar. Målgrupp för satsningen är personer som är 65 år eller äldre och som bor i ordinärt boende i områdena Varberga eller Oxhagen.

**Idrott för äldre**

2020–2021 fick idrottsrörelsen för första gången medel av regeringen för att satsa på idrott för äldre. Idrott för äldre-satsningen resulterade i både utvecklad och nystartad verksamhet för målgruppen. Tack vare nya medel från regeringen har vi fortsatt möjlighet att stötta föreningar att nå den äldre befolkningen. De medel som idrottsföreningar kan söka för att starta upp eller utveckla verksamhet för äldre går under benämningen Projektstöd IF 65+. Under 2022 har sju föreningar tagit del av dessa medel och cirka en tredjedel av potten har nyttjats och kan fortsatt fördelas fram till den 31 oktober 2023. Merparten av föreningarna har sökt medel för att utveckla befintlig verksamhet men ett par föreningar har startat upp ny verksamhet, exempelvis Kumla kampsportsförening som har startat upp fallteknikträning för äldre.

**Idrott barn & unga med funktionsnedsättning**

Under 2022 har RF-SISU, i samarbete med Örebro läns Parasportförbund, Örebro kommun och Tegelbruket, återupptagit arbetet med Fredagssport. Det är ett koncept där barn och unga med funktionsnedsättning i åldern 12–25 år varannan fredag får komma och prova på en aktivitet som leds av en förening med syfte att rekrytera dessa barn till föreningen samt skapa en mer meningsfull fritid. Under 2022 har det främst varit planering och förberedelser för att komma i gång 2022 och sätta ett schema för våren 2023.



Under 2022 har RF-SISU Örebro län, tillsammans med Örebro läns Parasportförbund, dessutom genomfört Parasportens dag. Det är en dag då föreningar som har aktiviteter riktat till personer med funktionsnedsättning får möjlighet att visa upp sin aktivitet för målgruppen och där syftet är att rekrytera dessa personer till föreningen. Under Parasportens dag arrangerades 18 olika aktiviteter med flera idrottsföreningar på plats.

### Dövidrott

Dövidrotten i Örebro ska ge döva och hörselskadade i alla åldrar möjlighet att må bättre både psykiskt och fysiskt i en idrottslig och teckenspråkig gemenskap. Dövidrottsföreningen IF Nerike har under året fått projektstöd inom Återstartsstöd där syftet har varit att behålla befintliga medlemmar men även rekrytera nya medlemmar till föreningen. Under året har föreningen haft fokus att öppna upp sin verksamhet och låta medlemmar prova på det stora och breda utbudet som finns inom föreningen. Under 2021 introducerades barngympa för döva och hörselskadade barn mellan 2-4 år och 5-8 år vilket var ett uppskattat inslag som har lett till att verksamheten har fortgått under 2022. I samband med barngympan har olika träffar genomförts med syfte att stötta och utveckla föräldrarna för döva och hörselskadade barn. Under hösten 2022 har en arvsfondsansökan beviljats för Svenska Dövidrottsförbundet för att arbeta mer aktivt med att få döva och hörselskadade ungdomar att fortsätta att idrotta även om de flyttar till Örebro för att gå riksgymnasiet. IF Nerike är en naturlig part i detta projekt men även RF-SISU Örebro har en aktiv roll i projektet där tydligare uppdrag och roll kommer preciseras under våren 2023. Örebro Dövas Pensio-

närsförening arbetar aktivt med att erbjuda verksamhet för seniorer genom gymna, boule och promenader. Ett inslag i verksamheten som fortsatt även efter pandemin är att föreningen har genomfört onsdagsträffar med syfte att bryta ensamheten och få ett socialt utbyte för målgruppen.

### Cherries Laxå

Projektet CHERRIS i Laxå kommun med syfte att hitta innovativa lösningar som kan leda till ett mer hållbart hälso- och sjukvårdssystem fick en förlängning under 2022 och avslutades i oktober. Den specifika insatsen i Laxå kommun handlade om att förebygga och motverka ofrivillig ensamhet hos äldre. Projektet bygger på samverkan, att knyta ihop civilsamhället med offentliga sektorn genom insatser och resurser som finns att tillgå i kommunen och på vårdcentralen. Under året har flera insatser planerats och genomförts av arbetsgruppen bestående av civilsamhällesorganisationer och offentliga sektorn. Arbetet med uppsökande verksamhet har fortskridits för att nå ut och få en personlig kontakt med målgruppen som erbjuds sociala och fysiska aktiviteter. Andra insatser som genomförts under året är uppstart av Seniorkraft tillsammans med idrottsföreningen Finnerödja IF, utbildningsinsats kring ofrivillig ensamhet, medborgardialog, screening på vårdcentralen, ett samlat aktivitetschema av aktiviteter som erbjuds i kommunen och utvärdering av projektet. Projektets har bidragit till att ofrivillig ensamhet har uppmärksamats och att civila och offentliga krafter har uppmärksamats, en starkare och bredare samverkan har byggts upp med förhoppning att fortsätta i ordinarie verksamhet framöver.

## Lägg märke till

- 20 skolor och 23 idrottsföreningar medverkade på Idrottens dag.
- 15 föreningar inom 13 olika idrotter har tagit del av projektstöd anläggning, på totalt 2,5 miljoner.

## Noterbart folkbildning

- 198 utbildningstimmar har genomförts inom Svenska från dag 1.
- Fotboll, hockey, handboll, innebandy och ridsport är idrotter som ökat mest inom folkbildningen 2022.



Antalet utlån på Fritidsbanken ökade med drygt 50 procent.



Ett 20-tal olika skolor från tre kommuner deltog på Idrottens dag den 30 september.



Invigning av nytt utegym i Kilsmo, som möjliggjorts med bland annat anläggningsstöd från RF.



# 04

## Jämställdhet för en framgångsrik idrott

2025 är målet att idrottsrörelsen är jämställd. Möjligheterna är lika för alla oavsett kön, att utöva och leda idrott. Idrotten utformar verksamheten så att den ger alla som deltar en trygg gemenskap. Män och kvinnor har lika stort inflytande i beslutande och rådgivande organ. Arbetsformer och fördelning av uppdrag utformas så att män och kvinnor har lika stora möjligheter att medverka. Idrottsrörelsen tillämpar jämställdhetsintegrering i sin verksamhet.

### Så här jobbar RF-SISU med jämställdhet

Under 2022 har ett omtag gjorts kring RF-SISU Örebro läns jämställdhetsarbete. Arbetsgruppen som jobbar med dessa frågor består sedan hösten 2022 av Daniel Alsarve, Hanna Fernlund, Lotta Kulju och Axel Wettéus. Det övergripande syftet är att främja en trygg, inkluderande och jämställd idrott i Örebro län och tanken är att hela organisationen ska bära dessa frågor. Arbetsgruppen ska bland annat bevaka kunskapsläget och bistå kollegor och föreningar med kunskap, tips och inspiration. Vidare ska gruppen identifiera utvecklingsområden och utifrån dessa initiera och genomföra folkbildningsinsatser och specifika projekt som bidrar till att länets idrottsföreningar blir mer jämställda (t.ex. EQUIP och Schysst snack). Representanter ur gruppen ingår också i mer länsövergripande nätverk kopplade till jämställdhet och mäns våld mot kvinnor.

### Insatsområde 1

*Erbjuda kompetensstöd för att stärka jämställdhetsarbetet i regionala förbund och föreningar.*

#### Maskulinitet och idrott

Under året har RF-SISU:s sakkunnige i jämställdhet, Daniel Alsarve, medverkat i planeringsgruppen för konferensen Maskulinitet i förändring som hade temat Risk, risktagande och riskfaktorer. Konferensen är ett samarbete mellan Länsstyrelsen i Örebro län, Region Örebro län och RF-SISU och hölls den 20 oktober med över 100 deltagare. Under året avslutades även forskningsprojektet "Ishockey i förändring: maskulinitetsideal och våldsnormer I svensk hockey ca 1965 till idag", finansierat av Centrum för idrottsforskning. Inom ramen för detta har Daniel bland annat publicerat artikeln "Historicizing Machoism in Swedish Ice Hockey" och "Hockey Dads, Party Boys and Devoted Players? Digital Representations of Men and Masculinities Amongst Norwegian and Swedish Ice Hockey Players" (med Anne Tjønndal och Frida Austmo Wågan, Nord Universitet, Norge). Daniel har också föreläst om och presenterat sin forskning om ishockey/idrott och machokultur/maskulinitet på olika platser i Sverige och i Norge och Finland. Under hösten 2022 har Daniel också arbetat tillsammans med Susanne Strand, Örebro universitet, i framtagandet av en handbok för hur idrottsrörelsen kan arbeta för att förebygga våld i nära relationer.

#### Equip

Under året har RF-SISU deltagit i det europeiska inkluderingsprojektet EQUIP – for Equality in Practice med deltagare från åtta andra idrottsorganisationer. Utifrån praktiska förändringsarbeten har bland annat handlingsplaner och utvärderingsverktyg tagits fram och anpassats för olika europeiska idrottskontexter. Tre idrottsföreningar från länet är involverade i detta samarbetsprojekt.

#### Utlånad kompetens till Svenska Fotbollförbundet

Svenska fotbollsförbundet (SvFF) och RF/SISU:s distriktsorganisationer diskuterar samverkan och har tagit fram en handlingsplan för att tillsammans kunna ge det bästa möjliga stödet till fotbollens föreningar och deras medlemmar i utvecklingen mot fotbollens Strategi 2018–2022. RF-SISU Örebro län bidrar utifrån sitt folkbildningsuppdrag med bildnings- och utbildningsinsatser för utveckling av fotbollsförening samt individ. Vi finns med i roller som processledare och utbildare vid behov för att stödja föreningar i sitt utvecklingsarbete. Vi är också behjälpliga i att tillhandahålla pedagogiska metoder och utbildningsmaterial. Detta i ett tätt samarbete med ÖLFF för föreningarnas bästa. Genom ett nära gemensamt arbete skapar vi en effektivare resursanvändning i

arbetet med våra fotbollsföreningar och vi stärker den gemensamma kommunikationen och kompetensen. Ett exempel på ett utvecklingsarbete som vi arbetar tillsammans med ÖLFF med är diplomerad förening. Diplomerad Förening är ett projekt skapat av Svenska Fotbollförbundet som sätter fokus på en föreningsmiljö där barn och unga har roligt, är trygga, mår bra och får lära sig spela fotboll. Fotbollsföreningar genomför arbeten inom sex olika områden; ledning, ledarförsörjning, spelarutbildningsplan, ekonomi, kommunikation och demokrati/delaktighet och allt arbete utgår från en självskattning som föreningens ledare, aktiva och vårdnadshavare tagit fram via en enkät. Fotbollsföreningarna i länet är många och arbetet med diplomerad förening och planering av fotbollsutvecklare har tagit fart. För att det arbetet ska flyta på och förankras i både föreningarna och respektive organisation har ett samarbete inletts 2021 mellan ÖLFF och RF-SISU Örebro där Isabelle Olsson från RF-SISU Örebro län arbetat i ÖLFF:s verksamhet på 50 %. Arbetsuppgifterna har fokuserats kring just diplomerad förening och planering av fotbollsutvecklare. Isabelle är väl insatt i föreningsutvecklingsfrågor och har fört sin kompetens vidare inom båda organisationerna. Hon har också verkat som sammanhållande i fotbollsteamet. Det här samarbetet har föranlett mer folkbildande och utbildande aktiviteter i fotbollsföreningarna och ytterligare förstärkt samarbete mellan ÖLFF och RF-SISU Örebro län.

### Insatsområde 2

*Folkbilda och utbilda i jämställdhets- och maskulinitetsfrågor.*

#### Kvinnors idrott

Kvinnors idrott är projektet som tog fart under hösten 2018 när idrottskvinnor från länet bjöds in till skivastugor och inspirationsträffar för att skriva berättelsen om "Mitt idrottsliv". Drygt 40 kvinnor och deras berättelser ligger till grund för boken Pionjärerna med tillhörande bildutställning som lanserades den 8 mars 2020 på Örebro slott. Efter pandemiuppehållet har projektet vaknat till liv och den turné som planerades under 2020 har äntligen tagit fart. Under våren 2022 har bildutställningen återinvigts i både Hällefors och Laxå. Örebro läns idrottshistoriska sällskap har ansvarat för planeringen av dessa träffar som har genomförts tillsammans med RF-SISU Örebro län. I både Hällefors och Laxå föregicks återinvigningen av ett politikertal. Temat för dessa var bland annat förutsättningar för en jämställd idrott och i sann folkbildningsanda baserades samtalen delvis på de samtalskort som är framtagna inom ramen för projektet. Distriktdrottsschef Charlotta Stenheim bjöd in till träffarna som genomfördes med medarbetare och styrelsemedlemmar från RF-SISU Örebro län tillsammans med kommunala kultur- och fritidspolitiker.

Under hösten 2022 anordnades en träff på Kulturkvarteret i Örebro på temat Kvinnors idrott och fotbollens utveckling i länet. Inledningsvis presenterade Charlotta Stenheim och Daniel Alsarve idrotten i Örebro län ur ett jämställdhetsperspektiv, därefter presenterade Hanna Fernlund projektet Kvinnors idrott och författarintervjuer genomfördes. Avslutningsvis guidade Håkan Bågenvik deltagarna genom en historisk vandring med hjälp av före detta fotbollsspelare som representerade olika föreningar och olika händelser som bidragit till fotbollens utveckling i länet.

#### Schysst snack

Schysst snack började som ett samverkansprojekt med Örebro rättighetscenter 2018. Efter den inledande projektiden blev Schysst snack en del av ordinarie verksamhet. Under pandemin gick satsningen på sparlåga och fokus var att utveckla metoden samt ta fram verktyg för utvärdering. Under 2022 har en ny arbetsgrupp tagit form och en pilotomgång påbörjades i Adolfsbergs IK. Målet är att skapa trygga idrottsmiljöer genom att folkbilda idrottsledare och idrottsaktiva i normförändrande frågor med fokus på attityder och beteenden. Metoden bygger på tre träffar på olika teman: 1) normer och idrottskultur 2) lagets normer och känsla av (o)trygghet 3) verktyg till beteendeförändring (feedback). Målgruppen är ungdomar 12-18 år i lagidrotter samt deras ledare.

#### Strategisk samverkan

Under året har RF-SISU varit representerade i flera olika grupper inom länets övergripande arbete för ökad jämställdhet och i förebyggandet av mäns våld mot kvinnor. Tillsammans med representanter från RF deltog också RF-SISU:s sakkunnige i jämställdhet i ett strategiskt samtal om hur idrottsrörelsen kunde tillvarata lärdomar från Jesper Fundbergs och Inger Eliassons utvärdering "Att förändra problematisk maskulinitet i pojkar idrottande: En studie av Locker Room Talk:s utbildningsinsatser."

### Insatsområde 3

*Tillämpa jämställdhetsintegrering i styrande processer, planer, utredningar, utbildningar, mötesplatser samt kommunikation.*

#### Jämställdhetsintegrering

Jämställdhetsintegrering ska vara en självklarhet i de arbetssätt och beslutsfattande processer som RF-SISU bedriver internt och stöttar externt. Internt bär varje medarbetare här ett egenansvar och ledningsgruppen ett övergripande ansvar. Förutsättningarna för jämställdhetsintegrering ser väldigt olika ut i olika föreningar men i det externa arbetet har ett par föreningars jämställdhets- och inkluderingsarbete stöttats av RF-SISU.

Öka kunskap om jämställdhet  
Samtliga insatser beskrivna under insatsområde 1 och 2 kan även användas för att beskriva hur RF-SISU har arbetat för att öka kunskapen om jämställdhet i förening, förbund och i andra sammanhang. I projektet Sätt bollen i rullning anordnades en digital spridningskonferens med inledning av dåvarande idrottsministern Anders Ygeman och föredrag av Stefan Bergh, generalsekreterare, RF och Patrik Hofbauer VD, Svenska Spel.

Konferensen finns dokumenterad på Youtube:

"Sätt bollen i rullning"



Ta del av konferensen på Youtube

## Lägg märke till

- Jämställdheten inom barn och ungdomsidrott har ökat. Nu genomförs 40% av idrottsverksamheten av flickor och 60% av pojkar.

## Noterbart folkbildning

- 8 190 kvinnor och 11 310 män har deltagit inom folkbildningsverksamheten.



Utställningen Kvinnors idrott och boken pionjärerna fick nytt liv efter pandemin.

# 05

## Ett stärkt ledarskap

2025 är målet att idrottsrörelsen har ett starkt ledarskap i alla delar av organisationen. Tränare, ledare och förtroendevalda leder enligt idrottsrörelsens värdegrund. Ledarskapet är individanpassat och förutskattningarna för att vara idrottsledare är anpassade efter olika individers livssituation. Samtal om utveckling, normer och värderingar är levande i föreningar och förbund. Att ha varit idrottsledare är en stark merit och idrottsrörelsen är Sveriges ledande ledarskola.

### Insatsområde 1

*Samordna, stödja och leda regionala förbund och föreningar att omsätta Strategi 2025, idrottens värdegrund (Idrotten vill) och uppförandekod (etisk kod).*

### SDF-Dialoger

Under 2022 har SDF:en bjudits in till digitala dialogmöten vid fyra tillfällen. RF-SISU Örebro läns ordförande, vice ordförande och övriga ledamöter har lett och medverkat i samtalen med de regionala förbunden. På årets första möte i mars deltog RF-ordförande Björn Eriksson via länk för att ge sin och RF:s syn på idrottens framtidsfrågor. I takt med att pandemin avtagit har fokus för dialogerna flyttats från coronaläget till återstartsarbete och andra utvecklings- och samverkansfrågor. Lägesbeskrivningar för respektive SDF/idrott är ett återkommande och viktigt verktyg för att fånga aktuella utmaningar, behov och frågor i länets idrott. När vi summerar året ser vi att närvaron och deltagandet i dialogerna är fortsatt högt. Sammanlagt har drygt 20 olika SDF deltagit vid ett eller flera tillfällen. Deltagande förbund är: Bandy, Basket, Bilsport, Boule, Bowling, Fotboll, Friidrott, Golf, Gymnastik, Handboll, Innebandy, Ishockey, Konståkning, Motorsport, Orientering, Parasport, Ridsport, Segling, Skateboard, Skidor, Styrkelyft, Tennis.

### Insatsområde 2

*Folkbilda och utbilda ledare på alla nivåer och erbjuda attraktiva utbildningsmöjligheter i samarbete med regionala förbund och föreningar.*

### Maxpuls

Efter Maxpuls Ledarfestival 2021 som genomfördes digitalt kunde vi äntligen 2022 genomföra arrangemanget Maxpuls Pulshöjaren fysiskt. Över 100 Idrottsledare runt om i Örebro län blev inbjudna till Elite Stora hotellet 17 november. Kvällen bjöd på mingel, trerätters middag, inspirationsföreläsning med Tobias Karlsson "Inte alltid en dans på rosor", livemusik med Freddie Liljegren och information från Folksam. Syftet med Pulshöjaren var att inspirera och tacka för det fantastiska arbetet som alla idrotts- och föreningsledare gör ute i idrottsföreningarna. Maxpuls Pulshöjaren var helt nytt för 2022 och är en upptakt till Maxpuls Ledarfestival som kommer äga rum 5–6 maj 2023 på Kulturkvarteret.

### Insatsområde 3

*Erbjuda kunskap, metoder och arbetssätt kring trygga idrottsmiljöer och en idrott fri från doping.*

### Podcast - "Här pågår föreningsidrott"

I podcasten "Här Pågår Föreningsidrott" lyfter vi folkbildningen på ytterligare ett sätt. Ledare har möjlighet till kunskapsinhämtning och avsnitten fungerar också som diskussionsunderlag i föreningar runt om i idrottssverige. Det finns ett diskussionsunderlag som kan användas till samtliga avsnitt och dessutom speciellt framtagna underlag till utvalda avsnitt. Podden startades i Örebro 2016. Den ägs sedan två år tillbaka av SISU Idrottsutbildarna, men den projektleds fortfarande från Örebro. Förutom de tre programledarna i Örebro så finns det även reportrar stationerade i Växjö, Lidköping, Östersund, Stockholm, Nyköping och Umeå. Under året har 20 avsnitt publicerats. Totalt sedan podden startade har 174 avsnitt lagts ut. Vi har under året bland annat gästats av två årsfärska OS-guldmedaljörer i form av Nils van der Poel och Sandra Näslund, sportjournalisten Olof Lundh och Magnus Kliger som är universitetslektor inom barn- och ungdomsvetenskap på Stockholm Universitet. Totalt strömmades podden vid nästan 20 000 tillfällen under kalenderåret 2022, och det avsnittet som fick flest lyssningar var "145 – Skol IF – utbildning i ledarskap" med Ilma Liljegren och Isak Betzholtz.



**ANDT**

RF-SISU har under många år arbetat förebyggande kring alkohol, narkotika, tobak och doping. Kring ANT frågorna har arbetet mest bestått i att vara en resurs och ett kunskapsstöd mot idrottsföreningar samt specialdistriktsförbund, främst genom föreläsningar kring hur ANT påverkar prestationen och hälsan negativt. För dopingfrågan har mycket fokus riktats mot vissa kategorier av kosttillskott (PWO, testoboosters, fettförbrännare, växtpreparat) och risken för doping.

**Idrott fri från doping**

RF-SISU tillhandahåller rådgivning och utbildning till idrottsutövare, ledare och föräldrar i frågor som rör doping inom idrotten. En del av arbetet handlar om vägledning för att söka dispens för läkemedel som finns med på

dopinglistan och information och utbildning om risker med att använda kosttillskott. RF-SISU ingår också i ett länsnätverk (med flera viktiga samhällsberörande aktörer) som arbetar för ett dopingfritt Örebro län

**Vaccinera klubben**

Som idrottsutövare ska det vara självklart att kunna delta och tävla i en idrott fri från doping. Men ansvaret ligger också på varje idrottsutövare att känna till och följa dopingreglerna. För att höja kunskapsnivån kring doping i länets idrottsföreningar och för de tävlingsaktiva arbetar RF-SISU med att implementera antidopingutbildningarna Vaccinera klubben och Ren Vinnare. Målet är att höja kunskapsnivån inom tävlingsidrotten och att minimera idrottsutövarnas risk att lämna ett positivt dopingprov på grund av okunskap i dopingfrågan.

**Noterbart folkbildning**

- 360 lärgruppstimmar genomfördes med temat Återstart - ledare.
- 100 ledare deltog på arrangementet Maxpuls Pulshöjaren.

**Lägg märke till**

- Totalt har 22 olika SDF deltagit vid ett eller flera SDF-dialoger.



Bilder från Maxpuls Pulshöjare den 17 november på Elite hotell, Örebro





# 06

## Ett levande Idrottens hus

Målet är att RF-SISU Örebro län har ett fortsatt levande Idrottens hus, som är den självklara arbets- och mötesplatsen för länets idrott. Under 2022 har vi fortsatt utvecklingsarbetet med att erbjuda gott värdskap, hög tillgänglighet, väl fungerande teknik, samt trygg och säker arbetsmiljö. Idrottens hus som arbetsplats har underhållit utvecklingsarbetet för samverkan, kunskapsutbyte och informationsflöden. Vi har fortsatt erbjudit kunskapsstöd inom ekonomihantering och tjänsten ekonomisupport för föreningar och regionala förbund. I Idrottens hus kan förbund och föreningar samverka och bidra till utvecklingen mot målen i strategi 2025.

### Insatsområde 1

Skapa förutsättningar för medarbetare och besökare att verka i en trivsamt och effektiv arbets- och mötesmiljö.

### Idrottens hus - en viktig mötesplats för länets idrott

Arbetet med att skapa förutsättningar för medarbetare och besökare att verka i en trivsamt och effektiv arbets- och mötesmiljö är ett ideligt pågående arbete. I början av 2022 lättade restriktionerna av en långvarig pandemin och traditionella strukturer på Idrottens hus återgick successivt. På Idrottens hus har RF-SISU Örebro län sin arbetsplats tillsammans med 24 andra idrottsorganisationer med totalt 85 medarbetare. Alla medarbetare erbjuds service såsom reception, telefonväxel och bokning, nio möteslokaler utrustad med modern teknik och möjligheter samt en studio för livesändningar. Det finns gemensamma mat- och fikarum samt ett välutrustat gym. Under vardagar erbjuds alla medarbetare enklare frukostmacka och eftermiddagskaffe. Under året beslutades att efter första kvartalet av 2023

avslutas erbjudandet om allmänna parkeringsplatser att inkluderas i servicen. Beslutet grundar sig i ökade kostnader. Driften och servicen av Idrottens hus hanteras av distriktsförbundets enhet Idrottsservice. Idrottsservice har totalt 8 medarbetare som arbetar med funktionerna: reception, mötesverksamhet, IT och vaktmästeri, kommunikation samt ekonomi och ekonomisupport. På Idrottens hus sker dagliga interaktioner genom samtal, bokningar och möten samt support inom servicefunktioner. Husets medarbetare har under 2022 erbjudits tre husmöten samt olika sociala trivsammankomster. Personalen håller en hög nivå av värdskap och leds av verksamhetschefen Lena Granlund.

### Idrottens hus och hållbarhet

Hållbar utveckling handlar om att långsiktigt bevara vattnets, jordens och övriga ekosystems produktionsförmåga och att minska den negativa påverkan på naturen och människors hälsa. Hållbarheten gäller tre olika dimensioner, social, ekonomisk och ekologisk hållbarhet. På Idrottens hus, jobbar vi med social hållbarhet genom att skapa en arbetsplats där medarbetare trivs, där de grundläggande mänskliga behoven tillgodoses och att det finns bra förutsättningar att ta hand om sin hälsa. Vi erbjuder goda förutsättningar för fysiska möten. Genom att erbjuda flera allmänna ytor som möjliggör en miljö som lockar till spontana möten över en kopp kaffe. Vi erbjuder också den externa idrotten idrottens hus som mötesplats. Idrottens hus strävar efter en ekonomisk utveckling som inte medför negativa konsekvenser för den ekologiska eller sociala hållbarheten. En ökning av ekonomiskt kapital får alltså inte ske på bekostnad av en minskning i naturkapital eller socialt kapital. Det ekologiska hållbarhetsarbetet handlar om att hushålla med naturresurser. Under året har hållbarhetsgruppen satt riktlinjer för elanvändningen. Detta föranleddes av den allmänna energikrisen i samhället där alla behöver hjälpas åt. Arbetsgruppen fortsätter att bevaka ett hållbarhetsperspektiv i beslutsfrågor kopplat till Idrottens hus.



Helena Bäckman och Sabina Bronsfjärd möter upp i receptionen på Idrottens hus.



Tidigare medarbetaren "Svennis" kom till Idrottens hus och berättade om sina upplevelser från olika Fotbolls-VM.



Idrottens hus - en arbets- och mötesplats för länets idrott. På bilden Lennart Jansson, Örebro läns Parasportförbund.

## Noterbart folkbildning

Mötesplatsen Idrottens Hus har återgått till traditionella strukturer och har haft öppet hela 2022.

## Lägg märke till

25 idrottsorganisationer har sin hemvist på Idrottens hus

85 medarbetare har Idrottens Hus som sin arbetsplats.



## INTRESSEPOLITIK

### För en bättre idrott för fler

RF-SISU Örebro län driver ett flertal intressepolitiska frågor med syfte att förändra och förbättra förutsättningarna för idrottsrörelsen. Under 2021 har stort fokus legat på coronapandemin som verkligen visat hur viktig idrottsrörelsen är. Stort fokus har riktats mot folkhälsa, idrottsanläggningar och idrottsmiljöer och jämställdhet.

#### Intressepolitik - en viktig del för utvecklingen av idrottsrörelsen

RF-SISU Örebro län driver ett flertal intressepolitiska frågor på såväl lokal som regional nivå med syfte att tillsammans förändra och förbättra förutsättningarna för idrottsrörelsen. Under 2022 har stort fokus legat på idrottens återstart, folkhälsa och "plats för idrott", dvs anläggnings- och idrottsmiljöfrågorna. Under våren har idrottspolitiska möten genomförts i så gott som samtliga kommuner. I de flesta kommuner har vi genomfört dessa besök i samband med att Idrottshistoriska sällskapet har genomfört en kvällsträff på temat "Kvinnors idrott". Vid besöken har vi mött kommunens ledning där vi lyft kommunspecifika frågor för idrotten. Vid våra SDF-dialoger och i samråd med idrottskonsulenter har inspel och medskick fångats in. Tre olika arbetsgrupper finns på styrelsenivå: Folkhälsa, anläggningar och idrottsmiljöer samt inkludering.

#### Fokusfrågor

Idrottens återstart  
Idrott för folkhälsa  
Plats för idrott

#### I varje kommun och för varje idrott

RF-SISU är representerade lokalt i varje kommun av en samordnare som har en nära kontakt och samarbete med kommunföreträdare och idrottsföreningarna. I vår organisation finns fyra samordnare, i norra länsdelen, södra, västra och i Örebro. Våra idrottskonsulenter är organiserade idrottsvis, vilket innebär att varje förening har kontakt med sin respektive idrottskonsulent inom respektive idrott. Organiseringen av det intressepolitiska arbetet involverar såväl samordnare som idrottskonsulenter.

#### Idrottspolitiska nätverk och mötesplatser

Som en viktig del i det idrottspolitiska arbetet har vi varit aktiva och representerade i ett 80-tal olika nätverk, styrelser, råd och mötesplatser. Framträdande idrottspolitiska områden är folkhälsa, jämställdhet, civilsamhället, demokrati, integration, folkbildning, ADNT, regional utveckling och sociala innovationer. Exempel på nätverk och mötesplatser är: Integrationsrådet, Handelskammaren, Nätverket för integration och hälsa, Örebro föreningsråd och Demokratinätverket. Utöver de lokala och regionala nätverken deltar vi i ett flertal av RF-SISU riks arrangerade nationella nätverk, bland annat för ledarsatsning, framtagande av lärgruppsmaterial, support IOL, idrottsjuridik och anläggningsfrågor.

#### Nätverk för idrottsfrågor tillsammans med kommunerna

Under 2020 startades ett nätverk för kultur- och fritidsansvariga i länets kommuner upp. Sedan starten har det genomgående behovet och varit att samråda och informera varandra kring det aktuella coronaläget. Utifrån det förändrade pandemiläget har nätverket under 2022 utvecklats till ett återkommande forum för information, samverkan och erfarenhetsutbyte kring olika typer av idrottsrelaterade frågor. Under 2022 har fyra möten (främst digitala) genomförts. Vissa träffar är temabaserade med möjlighet till fördjupning. Exempelvis har RF:s projektledare för Plats för idrott bjudits in för att presentera RF:s kartläggning av hur föreningar upplever sin anläggningssituation. Även frågor som idrottens återstart, bidragsfrågor samt el- och energikrisen har varit på agendan. Alla kommuner är representerade och närvaron är oftast hög. RF-SISU Örebro län har fortsatt en koordinerande roll och nätverket bäddar för en bättre och mer kontinuerlig samverkan med kommunerna.

#### Riksidrottsforum

Vartannat år genomförs Riksidrottsmötet, och vartannat år genomförs Riksidrottsforum. 2022 var det dags för Riksidrottsforum. Riksidrottsforum är idrottens mötesplats för distrikt och specialidrottsförbund. Vid årets forum deltog vår ordförande Marie-Louise Forsberg Fransson, vår vice ordförande Annica Lundström, Helena Tranquist och distriktsidrottschef Charlotta Stenheim. Viktiga frågor på mötet var exempelvis den aktuella distriktsöversynen, idrottens trygghetsfrågor och idrottens ekonomiska stödsystem. Inför riksidrottsforum lyftes de aktuella frågorna på SDF-dialogerna.



Den politiska debatten om anläggningar och idrottsmiljöer den 16 augusti på Teaelbruket.





**Kommunikation**

RF-SISU Örebro län är en kommunikativ organisation, vilket innebär att samtliga medarbetare har ett ansvar att hämta in och dela med sig av information. Det kommunikativa arbetet leds av en ansvarig som planerar, producerar, fördelar och stöttar organisationen i kommunikationsfrågor. RF-SISU Örebro län har ett proaktivt arbetssätt och en kommunikationsstrategi som även innehåller en strategi för intressepolitik. Vi syns i traditionella medier, och i sociala medier. Vi har under året utökat vår sociala media-familj med ett LinkedIn-konto, som fått en strategi som kompletterar våra andra social-media-kanaler, Facebook och Instagram och där mål och syfte är tydligt för att förenkla det kommunikativa arbetet i organisationen. RF-SISU Örebro län ingår i ett nätverk med Riksidrottsförbundets kommunikationsavdelning och övriga 18 distrikt i landet. Vi har träffats en gång i månaden digitalt för att samstämma ihop oss om kommunikativa insatser, och en gång fysiskt på Bosön. Under året har ett 20-tal filmer med olika kommunikativa och strategiska budskap producerats. Redaktionsgruppen Ester har haft elva möten under året och lika många nyhetsbrev har skickats. Under årets skapades en tillfällig projektgrupp, Uffe, med fyra medarbetare som tillsammans gjorde om RF-SISU:s hemsida, vilken publicerades den 12 december.

**Facebook - vår officiella social media-kanal**

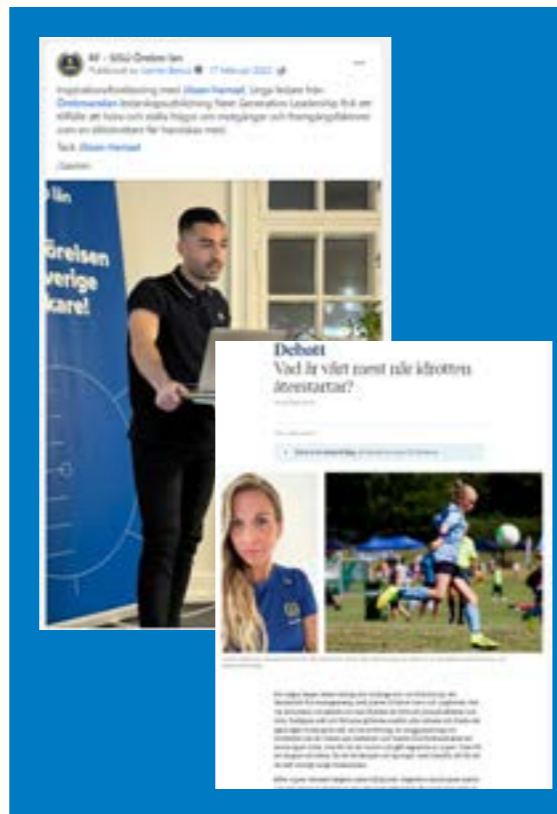
Facebook är vår huvudkanal på sociala medier. Här kommunicerar vi för att väcka uppmärksamhet, skapa opinion och visa vilket värdefullt arbete RF-SISU Örebro län bidrar med, såväl till samhället som till den enskilde individen. Vi visar de goda exemplen som inspiration, bjuder in till aktiviteter, interagerar, nätverkar och ger tyngd åt föreningars angelägna frågor. Inlägg kan göras av samtliga medarbetare utifrån en genomarbetad strategi. Under 2021 gjordes totalt 166 Facebook-inlägg, vilket är drygt 100 färre än föregående år. Förklaringen är att vi nu har Instagram där vi publicerar inlägg av mer verksamhetsnära "här och nu" karaktär och på Facebook jobbar med mer långsiktig, strategiskt och intressepolitisk kommunikation. Mest uppmärksamhet drog en inspirationsföreläsning med Jiloan Hamad, för unga ledare från Örebroandans ledarskapsutbildning Newt Generation Leadership, den 17 februari. Imponerande 55 491 personer nåddes dynamiskt. Det vill säga att inlägget inte var betald annons. Vårt Facebook-konto har 2 358 följare.

**Instagram - vår personliga social media-kanal**

Syftet med vår Instagram-kanal är att visa vad RF-SISU Örebro län bidrar med för att utveckla svensk idrottsrörelse till världens bästa. Här får vi följa med på föreningsbesök, kommunbesök, föreläsningar och andra aktiviteter. Ett 80-tal inlägg har gjorts under året, samt ungefär lika många inlägg på händelser. Vårt instagramkonto har 270 följare.

**Traditionell media**

Under året har vi förekommit i regional media i olika sammanhang. Dels i samband med årligen återkommande evenemang som Stjärnor på slottet och Idrottens dag. I samband med Internationella Kvinnodagen visade vi utställningen Kvinnors idrott i Hällefors vilket resulterade i en artikel i NA. Vår verksamhetschef Josefin Gullbrand skrev en debattartikel som publicerades i NA den 16 juni om återstarten av idrotten inför Örebrocupen. Och den politiska debatten som RF-SISU arrangerade och genomförde på tegelbruket den 16 augusti fick stor uppslutning av såväl politiker, intresserade åhörare och media.

**Några av inslagen i traditionell media**

Rikta din mobilkamera mot QR-koden och tryck på den för att ta del av några av inslagen i traditionell media under 2022.

Artiklar om den politiska debatten som genomfördes på Tegelbruket den 16 augusti



NA 17/8



SVT 16/8



ÖK 11/8

"Idrottens dag - för barns rätt till idrott och hälsa"



Projektledare för rörelsesatsningen i skolan Marcus Edin intervjuades av SVT.

"Idrottande kvinnor hyllades med utställning i Hällefors på Internationella kvinnodagen 8 mars"



"Vad är värt mest när idrotten återstartar"



Verksamhetschef Josefin Gullbrand skrev en debattartikel om återstart inför Örebrocupen.

Idrottsstjärnor prisades på slottet



"Höjda elpriser skapar stor oro bland idrottsklubbar"



Under återhämtningen efter pandemin kom skenande elpriser, som blev kännbara för idrottsrörelsen och skapade oro över att föreningar kan behöva höja avgifterna och därmed tappa barn och ungdomar. Ta del av SVT:s intervju med distriktsidrottschef Charlotta Stenheim.



## Tack Margareta och välkommen Jonas!



Jonas Karlsson, Margareta Johansson och Eva Järliden.

### Under 2022 avslutade folkhälsochef Margareta Johansson sin 27 år långa anställning på RF-SISU Örebro län för att bli pensionär.

Avtackningen skedde på Fjärde våningen den 27 april och på plats fanns arbetskamrater, wföre detta arbetskamrater och samverkanspartners från Region Örebro län, länsstyrelsen och regionens kommuner. Det blev en känslös avslutning med många fina tal och presenter.

Den 1 mars tillträdde rollen som verksamhetschef för Folkhälsa och samhälle, av Jonas Karlsson, Jonas kommer närmast från Örebro kommun, där han jobbade med strategisk planering inom folkhälsa på Samhällsutvecklingsavdelningen.

innan jobbade han som folkhälsosamordnare på RF-SISU Örebro län med Margareta Johansson som chef. Jonas Karlsson är en idrottsperson med stort engagemang för folkhälso- och rättvisefrågor. Området som ligger särskilt varmt om hjärtat är fysisk aktivitet, allt från aktiva transporter och lek till idrott i alla dess former. Att jobba med främjandet av fysisk aktivitet är ett centralt uppdrag som folkhälsochef. Margareta Johansson har från april till december arbetat 25 procent med Rörelsenätverket, men från årsskiftet 2022 - 2023 är hon pensionär på heltid. Med på bilden är Eva Järliden, som var folkhälsochef innan Margareta Johansson.



Inge Blomberg, tidigare chef på Örebro läns Idrottsförbund (nuvarande RF-SISU Örebro län) var en av många tidigare arbetskamrater som uppvaktade Margareta.



Arbetskamrater, före detta arbetskamrater och samverkanspartner från Region Örebro län, Länsstyrelsen och regionens kommuner fanns på plats.



Succétränaren Johan Røjler var inbjuden som gäst till Distriktsidrottsmötet som hölls den 30 mars på Örebro slott. Landshövding Maria Larsson var ordförande för årsmötet. Nedanför pågår förberedelser inför mötet av Distriktsidrottschef Charlotta Stenheim och ordförande Marie-Louise Forsberg Fransson.





## FRAMGÅNGAR & UTMÄRKELSER

### Stjärnor på slottet



Den 6 mars bjöd Landshövding Maria Larsson in framgångsrika idrottskvinor och män till Örebro slott för att fira de prestationer som de utfört under 2021, i samverkan med oss RFSISU Örebro län. Ett 90-tal aktiva och ledare för såväl lagidrotter som individuella idrotter samlades på slottet för en gemensam måltid och utdelning av diplom och blommor. RF-SISU Örebro läns ordförande Marie-Louise Forsberg-Fransson och distriktsidrottschefen Charlotta Stenhem fanns på plats för att uppvakta stjärnorna och tacka för prestationerna som ger stjärnglans och uppmärksamhet till vårt län.

#### Följande kriterier ska uppfyllas för att bli inbjuden till Slottet

- Svensk och/eller nordisk mästare i senior-elit-klassen eller motsvarande. Medaljer i EM, VM eller OS. Även i para-sporter och för döva.
- Individuella idrotter, dit även stafett, lagkamp, trupp gymnastik och budkavle räknas. Även lag där varje individuell prestation mäts eller värderas. Alltså inte renodlade lagsporter.

#### Inbjudna stjärnor

VM Guld	Idrott	Förening
Josef Eriksson	Styrkelyft; bänkpress	Hallsbergs AK
Ella Jakobsen	Jujutsu	Nacka Dojo Akademi Nord
EM Guld	Idrott	Förening
Elias Gustafsson	Gymnastik; Trupp gymnastik	GF Örebro
EM Silver	Idrott	Förening
Maxine Olsson	Gymnastik; Trupp gymnastik	Hallsbergs AK

SM Guld	Idrott	Förening
Mia Önell	Dövidrott Golf	IF Nerike
Malte Lundmark	Innebandy herr senior	IBF Falun
Emil Lundmark	Innebandy herr senior	IBF Falun
Emil Ruud	Innebandy herr senior	IBF Falun
Ismael Diawara	Fotboll	Malmö FF
Mikael Persson	Motorcykel Enduro	Karlskoga Enduroklubb
Emil Berggren	Motorcykel; Open, Motocross, Sprint	Örebro Motorklubb
Hampus Gustafsson	Motorcykel; Supermoto	Örebro Motorklubb
Mathias Färm	Motorcykel; Gunroad, Dragracing	Gunroad Dragracin Club Örebro
Emma Sätterlund	Bowling, individuellt och 2-manna	Trollhättans DIK/BK Merci Örebro
Emma Ericsson	Parasport Friidrott, individuellt längd	Karlskoga Friidrott
Jennie Öster-Hall	Parasport; Judo	Kumla Kampsportförening
Marika Vaihinger	Parasport, Racerunning	Karlskoga Friidrott
Andrea Svenson	Orientering, D21, Lag, Nattorientering	OK Tisaren
Adam Axelson	Skridsko; SM Sprint	SK Winner
David Hjalmarsson	Skridsko; SM Sprint	SK Winner
Lars-Erik Larsson	Skridsko; SM Sprint	SK Winner
Örebro Black Knights	Amerikansk fotboll, herr	Örebro Black Knights
Erik Sävström	Bandy	Villa Lidköping
Tuva Karlsson	Konstsim	Örebro Simallians
Sofia Golovin	Konstsim	Örebro Simallians
Ebba Nilsson	Konstsim	Örebro Simallians
Ida Nilsson	Konstsim	Örebro Simallians
Embla von Beckerath	Konstsim	Örebro Simallians
Klara Pettersson	Konstsim	Örebro Simallians
Amanda Adolfsson	Konstsim	Örebro Simallians
Filippa Speychal	Konstsim	Örebro Simallians
Danai Syriopoulou	Konstsim	Örebro Simallians
Alva Angergård	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Cecilia Erlandsson	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Vendela	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Simone Lundegårdh	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Erika Nilsson	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Isak Hedengren	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Carl Swärd	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Björn Nordin	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Jonatan Angergård	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Johan Byrén	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Adam Blomgren	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Simon Åkerling	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Anders Haldorson	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Mikael Sahlin	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Gustav Askroth	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
Elvis Eriksson Sveiven	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee
William Dahlin	Frisbee	KFUM Örebro Frisbee

Guld	Idrott	Förening
Eva Lindberg	Golf; D60	Örebro City Golf and county club



## Om organisationen

**Vision RF**  
Svensk idrott världens bästa!

**Vision SISU**  
Idrottsrörelsens folkbildning - världens bästa!

**Verksamhetsidé RF**  
Vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet. I strategiarbetet formulerades tre strategiska områden som är viktiga för idrottsrörelsen att prioritera fram till 2025. Ett fjärde område, idrotten gör Sverige starkare, beskrevs som en effekt av ett framgångsrikt arbete med övriga tre.

**Verksamhetsidé SISU**  
Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas.

**Värdegrund RF-SISU**  
1. Glädje & Gemenskap  
2. Demokrati & Delaktighet  
3. Allas rätt att vara med  
4. Rent spel

## Verksamhetsledning

Distriktsidrottschef	Charlotta Stenheim
Verksamhetschef Idrott & Folkhälsa	Margareta Johansson/ Jonas Karlsson
Verksamhetschef Idrott & Folkbildning	Josefin Gullbrand
Verksamhetschef Idrottsservice	Lena Granlund
Verksamhets utvecklare	Johanna Tybell
Kommunikatör	Anja Ek

## Personal

Medarbetare  
Folkhälsa &  
Samhälle

Daniel Alsarve 30%  
Caroline Andersson  
Mathias Angelin 20%  
Marcus Edin  
Erik Hellmén  
Elias Lindholm (tj-led.)  
Tina Modin  
Anton Olofsson  
Kristin Roswall  
Magdalena Åsgärde  
Simon Elgbratt  
Paulina Borg  
Emma Bjarned 50%  
Felicia Söderström (t om juni)

Medarbetare  
Idrott &  
Folkbildning

Jasmin Benca  
Lucas Forsberg  
Markus Frisk  
Johan Dacarlius  
Susanne Gustavsson 80%  
Thomas Malmgren  
Antoni Matacz  
Robin Meyer  
Isabelle Olsson  
Hanna Fernlund  
Mikael Pers  
Axel Wettéus  
Zack Lekensjö (80%)  
Peter Samuelsson  
Gabrielle Asprou  
Lotta Kulju

Medarbetare  
Idrottsservice

Anja Ek  
Anki Jansson  
Sabina Bronsfjärd (80%)  
Lena Nilsson  
Lisa Jansson  
Helena Bäckman (50%)  
Mujo Karahmet (50%)  
Emma Sernler (50%)  
Zack Lekensjö (20%)

## RF-SISU Örebro läns styrelse



Marie-Louise  
Forsberg Fransson  
ordförande



Annica Lundström  
vice ordförande



Inger Larsson



Helena Tranquist



Mattias Folkesson



Hans Jansson



Anders Schreiber



Unnur Tryggvadóttir  
Nordell



Christer Axelsson

### HEDERSORDFÖRANDE

Johnny Lindahl  
(avliden 20200924)  
Raul Björk

### HEDERSLEDAMÖTER

Sven-Ove Cederstrand  
Bengt Torége

### ORDFÖRANDEGRUPP

Marie-Louise  
Forsberg-Fransson  
Annica Lundström

### ANLÄGGNINGSGRUPP

Marie-Louise Forsberg-  
Fransson  
Hans Jansson  
Christer Axelsson

### FOLKHÄLSOGRUPP

Helena Tranquist  
Anders Schreiber  
Unnur Tryggvadóttir Nordell

### FÖRBUNDSUTVECKLINGS- GRUPP

Anders Schreiber  
Inger Larsson  
Mattias Folkesson  
Annica Lundström adj.ledamot

### REVISOR

Jim Wahlström, KPMG

### LEKMANNAREVISORER

Peter Jangdin  
Christer Jansson, personlig  
ersättare

### VALBEREDNING

Dieter Wolf, ordförande  
Helena Frisk Wesström  
Roger Andersson

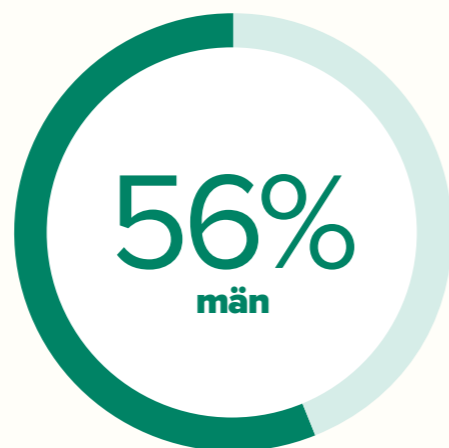
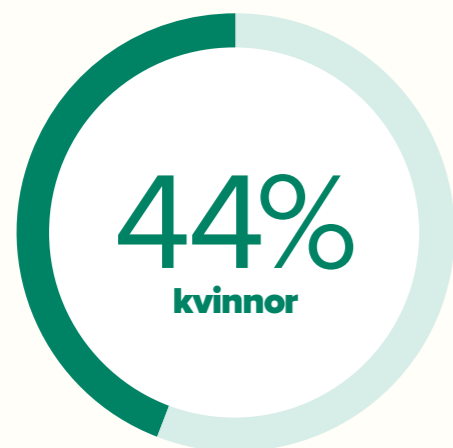
# Verksamheten i siffror

**11 714 479**

kronor delades ut i Lok-stöd under läsåret 2021-22

**4 303 728**

kronor totalt utdelat projektstöd



Sammanräknat deltagande vid alla verksamhetsformer lärgrupper, kurser, processer, föreläsningar och kulturarrangemang.

**82 430**

genomförda utbildningstimmar

## Lok-stöd höst 2021 vår 2022

	Sektioner		Sammankomster		Deltagartillfällen		Summa	
	HT21	VT22	HT21	VT22	HT21	VT22	HT21	VT22
Akademisk Idrott	1	1	141	90	699	362	7 854	4 803
Amerikansk Fotb./Flaggfotb./Landh.	1	1	116	145	1384	1464	12 604	15 085
Badminton	3	3	756	734	4 518	4 442	48 432	54 420
Bandy	2	2	356	255	3 527	2 623	33 645	24 130
Bangolf	0	1	0	14	0	75	0	929
Baseboll och Softboll	1	1	53	53	392	392	4 012	4 424
Basket	3	3	1269	1588	14 597	18162	131 548	177 442
Bilsport	2	2	36	34	187	161	2 095	2 037
Bordtennis	9	8	767	748	8 206	8 154	75 994	82 893
Boule	1	1	57	15	477	71	4 671	903
Bowling	1	1	19	36	184	298	1 687	3 098
Boxning	3	3	1295	1763	12 841	17 855	119 412	171 707
Brottning	3	3	204	233	1 492	1 832	15 553	20 647
Budo & Kampsport	5	6	784	886	8 782	9 974	80 003	99 105
Bågskytte	1	2	96	135	719	873	7 444	9 729
Cheerleading	1	1	292	338	3 143	3 741	28 963	39 444
Cricket	1	1	44	41	485	467	4 539	5 400
Curling	1	1	11	14	60	57	651	742
Cykel	4	4	165	165	1 250	1 241	12 830	14 080
Danssport	2	2	96	86	613	683	6 517	7 892
Dövidrott	2	2	88	111	903	1 409	8 219	13 574
Fotboll	62	62	17 251	23 192	222 696	298 714	1 983 609	2 694 758
Friidrott	12	11	2 242	3 059	15 222	21 244	140 993	232 093
Frisbee	2	2	337	388	2 684	3 209	26 660	33 835
Fäktning	1	1	108	109	1 162	1 204	10 402	11 548
Golf	5	5	798	930	4 125	4 894	46 133	58 183
Gymnastik	10	11	3 245	3 409	35 483	38 167	327 581	392 380
Handboll	12	11	3 154	3 642	35 492	42 125	326 983	393 036
Innebandy	18	19	4 375	4 727	53 119	56 514	481 418	531 417
Ishockey	8	9	2 977	2 736	45 398	40 664	393 528	349 229
Islandshäst	1	1	3	19	11	128	155	1 566
Judo	1	1	340	363	3 495	4 938	32 855	45 704
Kanot	1	1	93	124	634	705	6 626	8 042
Karate	1	1	60	67	394	524	4 113	5 627
Klättring	1	0	42	0	183	0	2 248	0
Konstämning	2	2	428	508	3 433	4 139	33 939	45 369
Motorcykel och Snöskoter	3	1	90	18	710	263	6 945	2 480
Mångkamp	2	2	9	17	31	58	451	875
Orientering	9	9	388	464	3 309	3 771	32 363	40 580
Padel	1	6	55	720	275	5 355	3 180	61 236
Parasport	3	2	66	62	591	624	5 608	6 410
Ridsport	12	15	3 060	4 036	18 421	25 060	197 652	285 791
Segling	1	1	19	13	201	89	1 901	973
Simidrott	6	5	2 727	3 301	19 170	21 374	197 512	245 052
Skateboard	1	1	471	387	2 357	2 562	27 265	29 189
Skidor	7	7	350	314	3 066	2 394	29 887	26 181
Skolidrott	3	1	66	48	988	774	8 377	6 518
Skyttesport	6	9	126	210	1 088	1 629	10 877	18 395
Sportdykning	1	1	69	90	404	492	4 607	6 452
Styrkelyft	1	1	100	99	548	625	6 396	6 751
SweSports	2	2	46	57	323	422	3 432	4 755
Tennis	6	7	2 775	2 741	15 453	14 945	170 611	187 299
Volleyboll	6	6	596	595	4 963	5 144	48 107	51 185
	<b>254</b>	<b>262</b>	<b>53 111</b>	<b>63 929</b>	<b>559 888</b>	<b>677 086</b>	<b>5 179 086</b>	<b>6 535 393</b>



## Återstartstöd IF 2021/2022

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Askersund	Askersunds Innebandyklubb	Nystartsatsning av nya lag	9 750
Hallsberg	Järnvägens Bågskytteförening	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Hallsberg	Viby Rid och Körsällskap	Återstartstöd IF 2021/2022	20 000
Hallsberg	Orienteringsklubben Tisaren	Återstartstöd IF 2021/2022	10 300
Hallsberg	Hallsbergs Motorklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Hällefors	Silvergruvans IBF	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Hällefors	Hällefors Skytteförening	Återstartstöd IF 2021/2022	8 000
Hällefors	Sikfors Ryttsällskap	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Kumla	Hrimfaxi Islandshästklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	5 000
Kumla	Dansklubben Dancemania	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Kumla	Aga Bordtennisklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	9 000
Laxå	Gymnastik o FK Ramund	Återstartstöd IF 2021/2022	5 000
Laxå	Finnerödja Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	6 000
Laxå	Laxå Ridklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Laxå	Laxå Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	6 500
Lindesberg	Storå Bordtennisklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	14 000
Lindesberg	Fellingsbro-Frövi IK	Återstartstöd IF 2021/2022	25 000
Lindesberg	Lindeskolans Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Lindesberg	Nyckelby Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	6 000
Lindesberg	Lindebygdens Orienteringsklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	11 000
Nora	Nora Vattenskidklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Nora	Nora Golfklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	5 000
Nora	Nora Bågskytteklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	12 000
Nora	Nora Bågskytteklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	12 000
Örebro	Lillkyrka Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	20 000
Örebro	Örebro Universitets Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Örebro Bangolfklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	5 000
Örebro	Axberg Rytteam Förening	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Svea FF Örebro	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Ervalla Sportklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	25 000
Örebro	Örebro Inlinehockey Klubb	Återstartstöd IF 2021/2022	5 000
Örebro	Örebro SK Bandyklubb	Bandysatsning - Samlingslokal	24 900
Örebro	KFUM Örebro Basket	Nystart - KFUM Örebro Basket 2022	20 000
Örebro	Nerikes Kils Sportklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Örebro SK Futsalklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Garphyttans Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	35 000
Örebro	Kurdiska Fotbolls Förening Örebro	Återstartstöd IF 2021/2022	20 000
Örebro	Garphyttans Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	18 000
Örebro	Kårsta Golfklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	25 000
Örebro	Girl Fighters Brottarklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Bordtennisklubben Örebro Väster	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Örebro	Örebro Simallians	Välkommen tillbaka	30 000
Örebro	Örebro Hockey Ungdoms Förening	Återstartstöd IF 2021/2022	50 000
Örebro	Hagaby Gymnastik och Idrottsförening	Återstartstöd IF 2021/2022	11 550
Örebro	GlanshammarsRyttarna	Återstartstöd IF 2021/2022	7 000
Örebro	KFUM Örebro Orienteringsklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	18 000
Örebro	Sportpalatset Örebro Budoklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Örebro	I3 Sportklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Örebro Boxningsklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	25 000
Örebro	Örebro Pistol o Sportskytteklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Örebro	IFK Örebro	Återstartstöd IF 2021/2022	5 000
Örebro	Örebro Roller Derby Club	Återstartstöd IF 2021/2022	25 000
Örebro	Örebro Black Knights Idrottsklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	15 000
Örebro	Örebro Karateförening	Återstartstöd IF 2021/2022	20 000
Örebro	Kilsmo Idrottsklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	25 000
Örebro	Örebro Kraftsportklubb	Återstartstöd IF 2021/2022	10 000
Örebro	Idrottsföreningen Nerike	Återstartstöd IF 2021/2022	26 000
Örebro	Kampsportklubb Mifuné	Återstartstöd IF 2021/2022	20 000

880 000

## Återstartsstöd IF 2022/2023

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Askersund	Askersunds Ridklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	14 400
Hallsberg	Hallsbergs Ridklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	3 600
Hallsberg	Viby Rid och Körsällskap	Återstartsstöd IF 2022/2023	3 300
Hallsberg	Viby Rid och Körsällskap	Återstartsstöd IF 2022/2023	2 100
Hällefors	Hälleforsortens Ryttsförening	Återstartsstöd IF 2022/2023	5 400
Kumla	Folkatorps Ridsportsällskap	Återstartsstöd IF 2022/2023	8 800
Laxå	Laxå Ridklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	3 300
Laxå	Laxå Ridklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	2 100
Lindesberg	Föreningen Linde Ridskola	Återstartsstöd IF 2022/2023	10 800
Lindesberg	Ramsbergs Ryttskamrater	Återstartsstöd IF 2022/2023	5 400
Nora	Gyttorps Ridklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	7 200
Örebro	GlanshammarsRyttarna	Återstartsstöd IF 2022/2023	7 200
Örebro	Örebro Fältrittklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	11 904
Örebro	Örebro Hästsällskap	Återstartsstöd IF 2022/2023	12 600
Örebro	Örebro Fältrittklubb	Återstartsstöd IF 2022/2023	18 000
Örebro	Dyltabruk Ryttsförening	Återstartsstöd IF 2022/2023	3 600
Örebro	Örebro Ryttsarteam Föreningen	Återstartsstöd IF 2022/2023	5 400
Örebro	Glanshammars Gymnastikförening	Föreningsutveckling - Återstart & struktur	10 000
Örebro	IFK Örebro	Stärka gemenskapen för att behålla ungdomar	8 000
Örebro	Garphyttans Idrottsförening	Återstartsstöd IF 2022/2023	25 000

168 104

## Trygga och hållbara utvecklingsmiljöer

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Örebro	Örebro Simallians	Ledarutbildning samt ledarutveckling	10 000
Örebro	Idrottsklubben Sturehov	Hovet under utveckling	35 000
Örebro	Sportpalatset Örebro Budoklubb	Trygga och hållbara idrottsmiljöer	7 000
Örebro	Örebro Syrianska Idrottsförening Ungdom	Trygga ungdomar	20 000
Örebro	WAP Padelclub Örebro	Ledarskapet i föreningen + nybörjarträningar	25 000
Örebro	Örebro Fältrittklubb	Trygg i stallet	34 120
Örebro	Idrottsföreningen Eker Örebro	Trygg idrottsmiljö för våra barn & unga	9 000
Örebro	Bollklubben Ett Fyra	Spontancup "BK Ett Fyras sommarcup"	2 600
Örebro	Gymnastikföreningen Örebro	Hållbart ledarskap	15 000
Örebro	Idrottsföreningen Eker Örebro	HLR ledare	5 000
Örebro	Bordtennisklubben Safir	Utvecklingsföreläsning för aktiv	8 125

170 845

## Projektstöd IF Idrott 65+

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Hallsberg	Järnvägens Bågskytteförening	Fler äldre bågskyttar	5 000
Kumla	Kumla Kampsports Förening	Projektstöd IF Idrott 65+	5 000
Kumla	Aga Bordtennisklubb	Projektstöd IF Idrott 65+	5 000
Lindesberg	Lindeskolans Idrottsförening	Handbollsfitness för seniorer	5 000
Örebro	Black River Dance Club Örebro	Linedance för seniorer	5 000
Örebro	Örebro Dövas Pensionärsförening	Föreningsutveckling - socialföreningsaktivitet med kulturinslag	5 000
Örebro	IF Friskis&Svettis Örebro	Seniorklubben	5 000

35 000

## Projektstöd IF B&U 2022/2023

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Askersund	Skyllbergs Skytteförening	Parasportens dag	1 000
Hallsberg	Hallsbergs Atletklubb	Projektstöd IF B&U 2022/2023	20 000
Hallsberg	Hallsberg Artistic Swimming IF	Ökad integration och gemenskap	12 000
Kumla	Hallsberg Kumla Simklubb	Grundutbildning för tränare	14 400
Kumla	Kumla Golfklubb	Parasportens Dag	1 000
Lekeberg	Lekebergs Idrotts Förening	Grundutbildning för tränare	7 200
Lindesberg	Lindesbergs Simsällskap	Grundutbildning för tränare	1 800
Lindesberg	Fellingsbro-Frövi IK	Grundutbildning för tränare	1 800
Nora	Nora Golfklubb	Grundutbildning för tränare	1 800
Örebro	Frontline Academy Örebro IF	Grundutbildning för tränare	1 800
Örebro	Örebro Karateförening	Grundutbildning för tränare	1 800
Örebro	VOX Idrottsförening	Grundutbildning för tränare	3 600
Örebro	Örebro Simallians	Grundutbildning för tränare	18 000
Örebro	Örebro Slalomförening	Projektstöd IF B&U 2022/2023	36 500
Örebro	Bollklubben Forward	BK Forward 2022/23	35 000
Örebro	Hovsta Idrottsförening	Parasportens dag	1 000
Örebro	Örebro Bangolfklubb	Parasportens Dag	1 000
Örebro	KFUM Örebro Ungdom	Parasportens Dag	1 000
Örebro	Örebro Simallians	Parasportens dag	1 000
Örebro	IF Friskis&Svettis Örebro	Parasportens dag	1 000
Örebro	Örebro SK Handbollklubb Herr	Parasportens Dag	1 000
Örebro	Cykelklubben Armkraft	Parasportens dag	1 000
Örebro	Futsal Club Assyriska Örebro	Prova på verksamhet Assyriska	10 000
			<b>174 700</b>

## Projektstöd IF Anläggning 2022

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Askersund	Båtmotor till säkerhetsbåt	Askersunds Segel o MBS	25 000
Askersund	Elektronisk markering luftskytte	Zinkgruvans Pistolskytteklubb	23 750
Hällefors	Sarg	Hällefors Ishockeyklubb	15 000
Hällefors	Fönsterbyte Klubbstugan/ Ramp vid nödutgång	Hällefors Orienteringsklubb	37 000
Kumla	Utbyggnad träningsytor med tillhörande anpassning för funktionshindrade	Kumla Golfklubb	309 000
Nora	Energieffektivisering	Nora Lawntennisklubb	372 880
Örebro	Elektronik och Handikappanpassat skytte	Örebro Pistol o Sportskytteklubb	230 000
Örebro	Renovering klubbhus Grönpepparparkens IP	Örebro Sportklubb Söder	77 950
Örebro	Solceller och LED-belysning	Örebro SK Ungdomsklubb	297 500
Örebro	GIF Luftvärmepump	Glanshammars Idrottsförening	10 000
Örebro	Byte luftstaket	Örebro Speedwayförening	190 000
Örebro	Utomhusgolv Mellösa Garden	Stora Mellösa-Åsbyvikens IF	113 000
Örebro	Hästsimulator	Örebro Fältrittklubb	400 000
			<b>2 101 080</b>

## Meningsfulla aktiviteter för barn på flykt

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Hallsberg	Hallsbergs Gymnastikförening	Möjliggöra aktivitet för barn på flykt	5 000
Örebro	Örebro Simallians	Inkluderande aktiviteter	15 000
Örebro	KFUM Örebro Friidrott	Meningsfulla aktiviteter för barn på flykt	1 499
			<b>21 499</b>

## Idrottssvaga områden

Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Hallsberg	Hallsbergs Gymnastikförening	Gympakis	5 000
Hällefors	Hällefors Allmänna IF	sommarläge för enbart flickor	20 000
Hällefors	Hällefors Allmänna IF	Spontanidrott på Hällevi	48 000
Örebro	Multibasket Klubb	Sommarkollo och basketskola 2022	25 000
Örebro	Multibasket Klubb	sportlov	19 000
Örebro	Vivalla Sportklubb	sommarskolam	30 000
Örebro	Örebro SK Handbollklubb Herr	Handboll för hjärta och gemenskap	10 000
Örebro	Fotbollsklubb Bosna 92 Örebro	FK BOSNA 92 i samarbete med aktivitetsledare utför aktiviteter i Barnbackarna	35 000
Örebro	Bollklubben Forward	Inkludering BK Forward U15/U16	30 000
Örebro	Lillån Innebandyklubb	Innebandy på hjul	32 000
Örebro	Bollklubben Ett Fyra	MADR Street Festival	20 000
Örebro	IFK Örebro	Idrottsskola i Brickebacken	23 000
			<b>297 000</b>

## Inkludering av underrepresenterade grupper

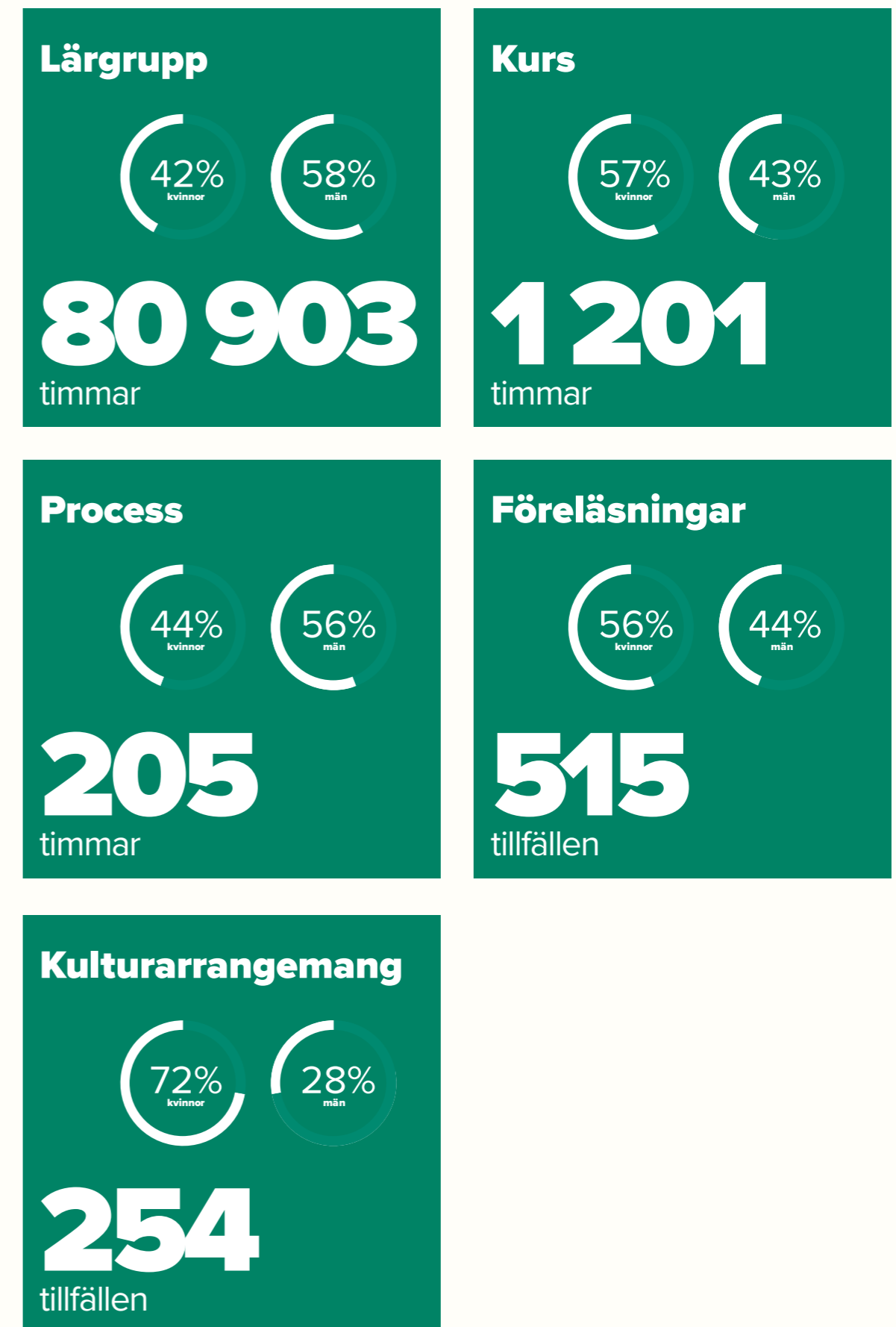
Kommun	Ansökande org	Ärende	Angivet SEK
Hallsberg	Pålsboda Innebandyförening	Innebandylek hösten 2022	15 500
Kumla	Kumla Hockey Club	Inkludering av underrepresenterade grupper	25 000
Kumla	Kumla Golfklubb	Handikappsanpassning	20 000
Lindesberg	Lindeskolans Idrottsförening	skolsamverkan- prova på	1 400
Lindesberg	Fellingsbro Gymnastik O IF	Simskola Ukrainska flyktingar	18 750
Lindesberg	Guldsmedshytte Sportklubb	Girlpower	30 000
Örebro	Örebro Simallians	Inkludering av personer från Ukraina	4 100
Örebro	Multibasket Klubb	Familjesatsning	7 000
Örebro	Bordtennisklubben Örebro Väster	Rekryteringsprojekt - Bordtennisens framtid i Västra Örebro	45 000
Örebro	Föreningen Örebro Skateboard	Jämställdhetsatsning - EQUIP	20 000
Örebro	Simon Sportklubb	Inkludering av underrepresenterade grupper	1 500
Örebro	Örebro Simallians	Inkludering av underrepresenterade grupper	20 000
Örebro	Örebro SK Bandyklubb	Jämställdhetsatsning - EQUIP	20 000
Örebro	Bordtennisklubben Safir	Inkludering av underrepresenterade grupper	17 800
Örebro	KFUM Örebro Innebandy	Innebandyskola	10 000
Örebro	Simon Sportklubb	Skolsamverkan	700
Örebro	Örebro Eagles Softbollklubb	Inkludering av underrepresenterade grupper	4 200
Örebro	Delfinens Simsällskap Örebro	Sommarsimskola 2022 - Fokus inkludering	20 000
Örebro	Delfinens Simsällskap Örebro	Inkludering av underrepresenterade grupper - Barn- och ungdomar från Ukraina	10 000
Örebro	KFUM Örebro Innebandy	Skolsamverkan - Prova på verksamhet	1 400
Örebro	Lillån Innebandyklubb	Skolsamverkan - Prova på verksamhet	4 200
Örebro	Innebandyföreningen Örebro Utveckling	Skolsamverkan - Prova på verksamhet	1 400
Örebro	Sörbyängens Bouleklubb	Inkludering av underrepresenterade grupper i samband med lovaktiviteter	15 000
Örebro	Föreningen Örebro Skateboard	Skolsamverkande föreningar	4 000
Örebro	Örebro Black Knights Idrottsklubb	Inkludering av underrepresenterade grupper	2 100
Örebro	Örebro Segelflygklubb	Utbildningssatsning	50 000
Örebro	Örebro Tennisklubb	Tennis För Vivalla	30 000
Örebro	Örebro SK Bandyklubb	Bandy för alla	30 000
Örebro	Idrottsföreningen Nerike	Dövidrott för barn och unga i Örebro	6 000
Örebro	Örebro Eagles Softbollklubb	Rekrytering av flickor	20 450
			<b>455 500</b>



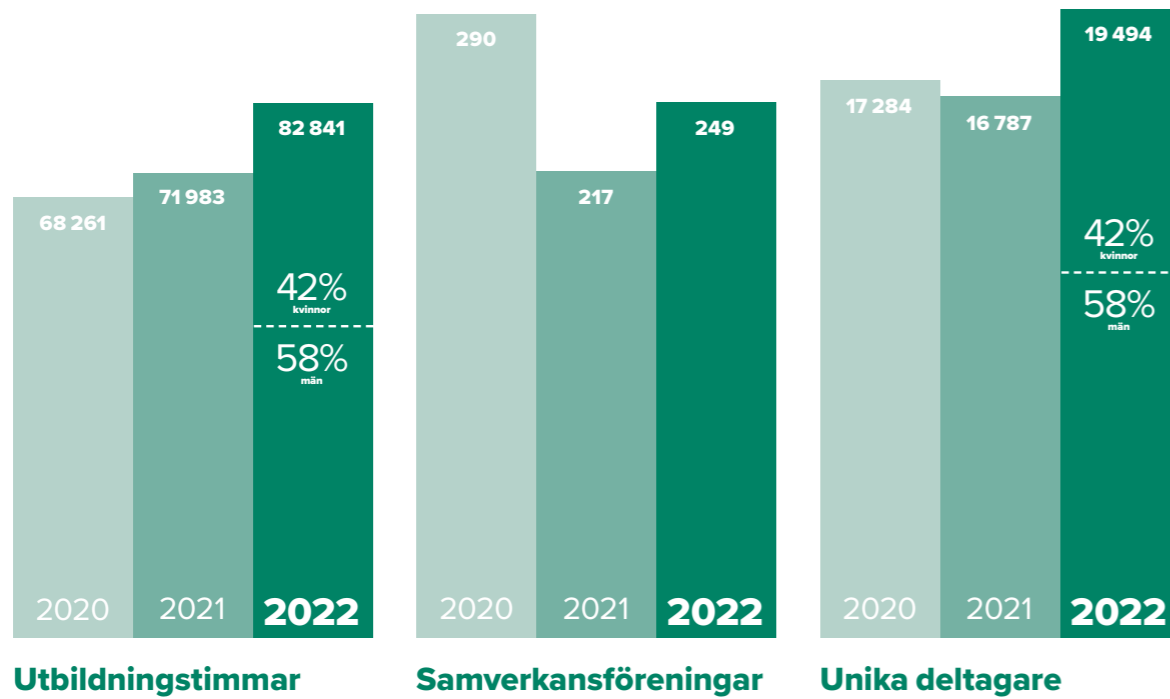
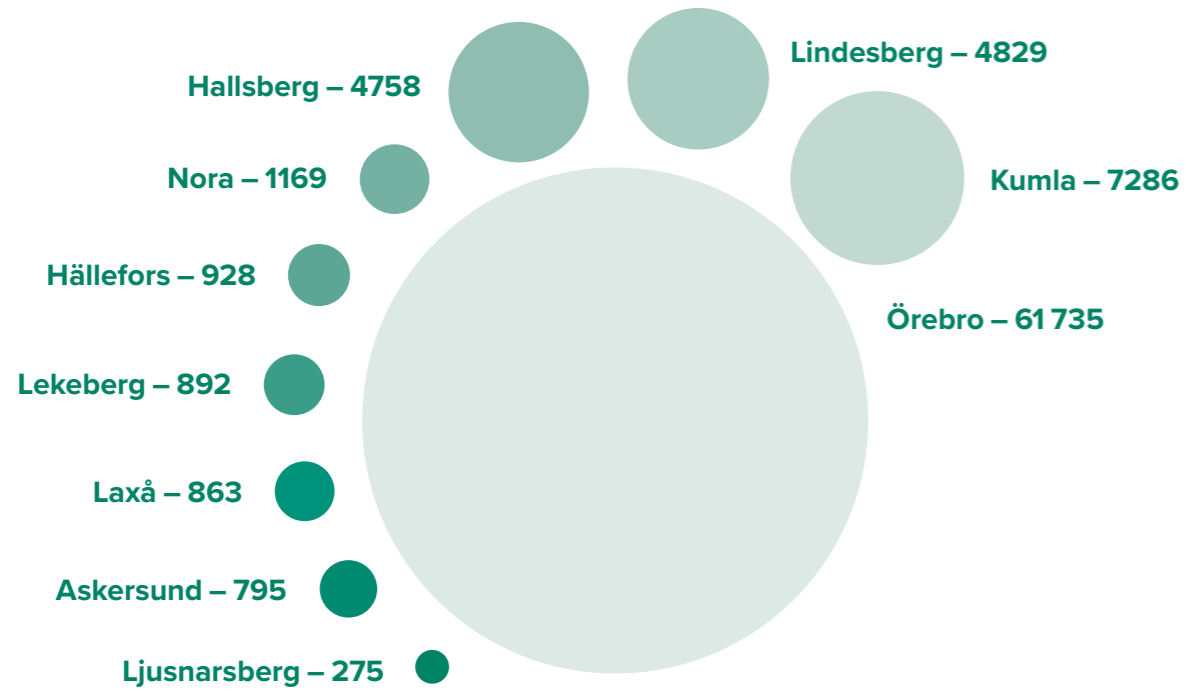
## Utbildningstimmar 2020–2022

	2020	2021	2022	Förändring 2021–2022
Akademisk Idrott	50	49	40	-9
Amerikansk Fotboll/Flaggfotboll/Landhockey	2 004	1332	2333	1001
Badminton	8	6	3	-3
Bandy	731	865	587	-278
Bangolf	96	0	199	199
Baseboll och Softboll	684	683	642	-41
Basket	1411	648	1121	473
Biljard	0	4	0	-4
Bilsport	85	130	83	-47
Bordtennis	587	626	610	-16
Boule	111	53	217	164
Bowling	76	18	130	112
Boxning	1663	1124	1572	448
Bridge	64	56	394	338
Brottning	203	170	323	153
Budo & Kampsport	1916	3 866	2661	-1205
Bågskytte	295	152	544	392
Cheerleading	220	63	56	-7
Cricket	115	8	0	-8
Curling	12	0	27	27
Cykel	206	594	539	-55
Danssport	654	57	77	20
Dövidrott	737	683	121	-562
Flygsport	882	1608	145	-1463
Fotboll	19 823	22 843	22986	143
Fräddrott	479	324	781	457
Frisbee	56	547	399	-148
Fäktning	0	0	3	3
Golf	2 585	4 396	4052	-344
Gymnastik	2 145	2 032	1901	-131
Gång och Vandring	0	0	24	24
Handboll	6 067	5 546	6425	879
Innebandy	7 544	5 696	6748	1052
Intresseförening	564	375	434	59
Ishockey	4 221	4 871	10200	5329
Islandshäst	178	67	48	-19
Kanot	288	319	164	-155
Karate	205	141	319	178
Konståkning	127	49	183	134
Korpen	6	0	0	0
Motorcykel och Snöskoter	206	159	50	-109
Mångkamp	8	0	16	16
Orientering	1668	2 479	3340	861
Padel MO	0	9	425	416
Parasport	1048	41	275	234
Ridsport	3 706	4 295	5721	1426
Segling	265	345	375	30
Simidrott	1246	966	2127	1161
Skateboard	24	0	165	165
Skidor	568	720	822	102
Skolidrott	3	0	0	0
Skridsko	54	84	0	-84
Skyttesport	252	220	125	-95
Sportdykning	206	341	92	-249
Squash	0	51	72	21
Styrkelyft	0	7	131	124
SweSports	0	0	209	209
Taekwondo	33	26	0	-26
Tennis	1503	1456	1064	-392
Tyngdlyftning	0	3	0	-3
Vattenskidor och Wakeboard	0	5	0	-5
Volleyboll	531	406	330	-76
<b>Totalt</b>	<b>68 419</b>	<b>71 614</b>	<b>82 430</b>	<b>10 816</b>

## Resultat per verksamhetsform 2022



## Utbildningstimmar per kommun





## ÅRSREDOVISNING

**RF-SISU Örebro län**  
875000-2126

Styrelsen avger härmed årsredovisning för räkenskapsåret  
2022-01-01 – 2022-12-31

Innehåll	Sida
Förvaltningsberättelse	2-3
Resultaträkning	4
Balansräkning	5-6
Noter	7-9
Underskrifter	10

Om inte annat anges, redovisas alla belopp i tKr.

**RF-SISU Örebro län**  
875000-2126

## FÖRVALTNINGSBERÄTTELSE

### Verksamheten

#### Allmänt om verksamheten

RF-SISU Örebro län är Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas regionala organisation i distrikt Örebro län. Förbundet har verksamhet i distriktets samtliga 10 kommuner. RF-SISU Örebro län har sitt säte i Örebro.

RF-SISU Örebro län har inom distriktsuppdraget till uppgift att stödja, företräda, leda och samordna idrottsföreningar och specialdistriktsförbund i distriktet genom att föra dialog med samhällets beslutsfattare och företräda länets idrott i kontakter med myndigheter och organisationer. Vi ska även ge råd och erbjuda kompetensstöd, bistå länets SDF & föreningar med support samt administrera idrottsföreningarnas ställiga bidrag. RF-SISU Örebro län samarbetar med region, kommuner och organisationer i folkhälsofrågor och kring friskvård. RF-SISU Örebro läns studieförbundsuppdrag innefattar att utveckla, bilda och utbilda idrottsföreningar och specialdistriktsförbund i distriktet genom folkbildning och utbildning. Vi erbjuder folkbildning i idrottsföreningar för att ge kunskap och kraft åt människors tankar, idéer och vilja att utvecklas. Vi ska stödja verksamhet som bidrar till att stärka och utveckla demokratin, medverka till att öka mångfalden och utjämna utbildningsklyftor samt bidra till att bredda intresset för ökad delaktighet i kulturlivet.

#### Främjande av förbundets ändamål

RF-SISU Örebro län har varit idrottens röst i samhällsdebatten, främjat resurser och stöd, varit en ledare mot gemensamma mål samt gett service och tjänster. Inom studieförbundsuppdraget har vi fem verksamhetsformer: lärgrupp, kurs, processarbete, föreläsning och kulturarrangemang.

#### Väsentliga händelser under räkenskapsåret och efter dess slut

Pga Coronaviruset har årets verksamhetskostnader generellt varit lägre. Verksamheten har till stora delar genomförts men i andra något mindre kostnadskrivande former. Folkbildningsverksamheten har ökat med 15% jämfört med 2021 men har ännu inte nått upp i nivå med ett normalt år. Personal- och administrativa kostnader har varit jämföreslevs opåverkade.

#### Medlemmar

Förbundets medlemmar är 67 specialdistriktsförbund som har sin hemort inom distriktet. Totalt finns 645 SF-föreningar. Vi har under året haft samverkan med 249 föreningar inom folkbildningsverksamheten.

1

RF-SISU Örebro län  
875000-2126

3 (10)

Eget kapital	Eget kapital	Årets resultat	Totalt
Ingående balans	10 847	2 139	12 986
Resultatdisposition enligt stämmobeslut: - Balanseras i ny räkning	2 139	-2 139	
Årets resultat		-832	-832
<b>Utgående balans</b>	<b>12 986</b>	<b>-832</b>	<b>12 154</b>

I enlighet med beslut vid distriktstämman i SISU Idrottsutbildarna Örebro län, den 3 april 2019, har överskottet (2 762 tKr) efter sammanläggningen och likvidationen av SISU Idrottsutbildarna i Örebro län överförs till RF-SISU Örebro län för nyttjande i folkbildningsverksamheten.

Styrelsen har beslutat att efter årets resultat är överskottet från SISU Idrottsutbildarna Örebro län oförändrat.

Flerårsöversikt

	2022	2021	2020	2019
Offentligrättsliga bidrag	29 111	30 568	30 716	17 603
Nettoomsättning	2 570	1 981	2 147	5 424
Årets resultat	-832	2 139	1 926	-711
Eget kapital	12 154	12 986	10 847	6 159
Soliditet %	55%	56%	61%	55%

Till följd av sammanläggningen av Örebro Läns Idrottsförbund och SISU Idrottsutbildarna i Örebro län 2020-01-01 så ger jämförelsetalen i flerårsöversikten i denna årsredovisning en bristande jämförelse då SISU Idrottsutbildarnas jämförelsetal helt saknas för 2019.

2

RF-SISU Örebro län  
875000-2126

4 (10)

RESULTATRÄKNING

	Not	2022	2021
	1		
<b>Intäkter</b>			
Offentligrättsliga bidrag	2	29 111	30 568
Nettoomsättning	3	2 570	1 981
Övriga rörelseintäkter		836	815
<b>Summa intäkter</b>		<b>32 517</b>	<b>33 364</b>
<b>Kostnader</b>			
Lämnade bidrag	4	-2 991	-2 898
Verksamhetskostnader		-3 024	-1 910
Övriga externa kostnader		-4 386	-4 646
Personalkostnader	5	-22 003	-21 616
Avskrivning av materiella och immateriella anläggningstillgångar	6	-106	-91
Övriga kostnader		-1	-34
<b>Summa kostnader</b>		<b>-32 511</b>	<b>-31 195</b>
<b>Verksamhetens resultat</b>		<b>6</b>	<b>2 169</b>
<b>Resultat från finansiella investeringar</b>			
Resultat från övriga värdepapper		-928	-29
Räntecostnader och liknande poster		90	0
Räntekostnader och liknande poster		0	-1
		<b>-838</b>	<b>-30</b>
<b>Resultat efter finansiella poster</b>		<b>-832</b>	<b>2 139</b>
<b>Årets resultat</b>		<b>-832</b>	<b>2 139</b>

2



RF-SISU Örebro län  
875000-2126

5 (10)

**BALANSRÄKNING**

Not  
1

2022 2021

**TILLGÅNGAR**

**Anläggningstillgångar**

*Materiella anläggningstillgångar*

Inventarier

6 266 247  
266 247

*Finansiella anläggningstillgångar*

Andelar och värdepapper i andra företag

7 6 631 7 559

Andra långfristiga fordringar

10 10  
6 641 7 569

**Summa anläggningstillgångar**

6 907 7 816

**Omsättningstillgångar**

*Kortfristiga fordringar*

Kundfordringar

799 2 365

Övriga fordringar

0 39

Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter

278 256  
1 077 2 660

*Kassa och bank*

14 271 12 798  
14 271 12 798

**Summa omsättningstillgångar**

15 348 15 458

**SUMMA TILLGÅNGAR**

22 255 23 274

RF-SISU Örebro län  
875000-2126

6 (10)

**BALANSRÄKNING**

Not  
2022 2021

**EGET KAPITAL OCH SKULDER**

*Eget kapital*

Balanserat kapital

12 986 10 847

Årets resultat

-832 2 139  
12 154 12 986

*Kortfristiga skulder*

Leverantörsskulder

794 831

Övriga kortfristiga skulder

1 096 920

Mottagna ej nyttjade bidrag

8 5 546 7 233

Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter

2 665 1 304  
10 101 10 288

**SUMMA EGET KAPITAL OCH SKULDER**

22 255 23 274

**TILLÄGGSUPPLYSNINGAR (Noter)**

**Not 1 Redovisnings- och värderingsprinciper**

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med Årsredovisningslagen och Bokföringsnämndens allmänna råd (BFNAR 2016:10) om årsredovisning i mindre företag (K2).

*Avskrivningar*

Materiella anläggningstillgångar värderas till anskaffningsvärde minskat med avskrivningar enligt plan. Anskaffningsvärdet har minskats med eventuella bidrag som erhållits. Avskrivning görs systematiskt över den bedömda ekonomiska livslängden. Härvid tillämpas följande avskrivningstider.

Inventarier 5 år

*Nyckeltalsdefinitioner*

*Soliditet*

Eget kapital i förhållande till balansomslutningen.

Not 2 Offentligrättsliga bidrag	2022	2021
Anslag från Riksidrottsförbundet	7 124	8 575
Anslag från SISU Idrottsutbildarna	5 896	6 053
Statliga bidrag övriga	-443	590
Kommunala bidrag	1 373	1 357
Kommunala projektbidrag	788	4 301
Regionala bidrag	12 539	12 311
Regionala projektbidrag	110	57
EU-bidrag	37	25
<b>Summa</b>	<b>27 424</b>	<b>33 269</b>
Återförda mottagna ej nyttjade bidrag	7 233	4 532
avgår mottagna ej nyttjade bidrag	-5 546	-7 233
<b>Summa offentligrättsliga bidrag</b>	<b>29 111</b>	<b>30 568</b>

Not 3 Nettoomsättning	2022	2021
Nettoomsättningen fördelar sig enligt följande:		
Övriga bidrag	80	42
Verksamhetens intäkter	352	43
Övriga sidointäkter	2 138	1 896
<b>Summa nettomsättning</b>	<b>2 570</b>	<b>1 981</b>

Not 4 Lämnade bidrag	2022	2021
Ordinarie SDF-bidrag	2 875	2 825
Bidrag till idrottsföreningar	116	73
Övriga bidrag	0	0
<b>Summa lämnade bidrag</b>	<b>2 991</b>	<b>2 898</b>

Not 5 Medelantalet anställda	2022	2021
Medelantalet anställda	36	36

Not 6 Maskiner, inventarier och verktyg	2022	2021
Ingående anskaffningsvärde	453	487
Årets investeringar	125	0
Försäljningar och utrangeringar	0	-34
<b>Utgående ackumulerade anskaffningsvärden</b>	<b>578</b>	<b>453</b>
Ingående avskrivningar enligt plan	-206	-115
Återförda avskrivningar på försäljningar och utrangeringar	0	0
Årets avskrivning	-106	-91
<b>Utgående ackumulerade avskrivningar enligt plan</b>	<b>-312</b>	<b>-206</b>
<b>Redovisat värde vid årets slut</b>	<b>266</b>	<b>247</b>



RF-SISU Örebro län  
875000-2126

9 (10)

Not 7	Finansiella anläggningstillgångar	2022	2021
	Ingående anskaffningsvärde	7 588	7 588
	<b>Utgående anskaffningsvärden</b>	<b>7 588</b>	<b>7 588</b>
	Ingående nedskrivningar	-29	0
	Årets nedskrivningar	-928	-29
	<b>Utgående nedskrivningar</b>	<b>-957</b>	<b>-29</b>
	<b>Redovisat värde vid årets slut</b>	<b>6 631</b>	<b>7 559</b>
Not 8	Mottagna ej nyttjade bidrag	2022	2021
	Återstartsstöd Corona	1 140	480
	Rörelsesatsningen i skolan	849	1 184
	Inkludering-Etablering	80	401
	Inkludering-Idrottssvaga områden	483	84
	Svenska från dag 1	150	77
	Cherries - sociala insatser för äldre i Laxå	0	82
	Delmos - utvecklingsarbete segregerade områden	0	452
	EU-projekt Equip - inkluderande idrott	0	18
	Kvinna i Fokus	0	350
	Fritidsbanken Markbacken	340	530
	Ledarcamp	42	144
	Träningsgrupper för patienter inom psykiatri	62	159
	Mötesplats Vox	2 004	3 059
	Områdesgrupp Varberga	28	88
	Rörelsegrupp barn med övervikt Örebro	59	98
	Rörelsegrupp barn med övervikt Sydnärke	29	3
	SOS Vox	23	24
	Rörelsenätverket	220	0
	Antidopingprojekt Örebro	5	0
	Aktivitetsgrupper för personer med psykisk ohälsa	32	0
	<b>Summa mottagna ej nyttjade bidrag</b>	<b>5 546</b>	<b>7 233</b>

Not 9	Ställda säkerheter	2022	2021
		Inga	Inga

RF-SISU Örebro län  
875000-2126

Örebro 2023-03-01

  
 Marie-Louise Forsberg-Franzén  
 Ordförande

  
 Annica Lundström

  
 Hans Jansson

  
 Inger Larsson

  
 Mattias Folkesson

  
 Anders Schreiber

  
 Helena Tranquist

  
 Unnar Tryggvadóttir Nordell

  
 Christer Axelsson

  
 Charlotta Stenhem  
 Distriktsidrottschef

Vår revisionsberättelse har avgivits 2023-03-03


Jim Wahlström  
Auktoriserad revisor  
KPMG AB

Peter Jangö  
Lekmannarevisor



# Revisionsberättelse

Till föreningsstämman i RF-SISU Örebro Län, org. nr 875000-2126

## Rapport om årsredovisningen

### Uttalanden

Vi har utfört en revision av årsredovisningen för RF-SISU Örebro Län för år 2022.

Enligt vår uppfattning har årsredovisningen upprättats i enlighet med årsredovisningslagen och ger en i alla väsentliga avseenden rättvisande bild av föreningens finansiella ställning per den 31 december 2022 och av dess finansiella resultat för året enligt årsredovisningslagen. Förvaltningsberättelsen är förenlig med årsredovisningens övriga delar.

Vi tillstyrker därför att föreningsstämman fastställer resultaträkningen och balansräkningen för föreningen.

### Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt International Standards on Auditing (ISA) och god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt dessa standarder beskrivs närmare i avsnittet Revisorns ansvar. Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisionssed i Sverige och har i övrigt fullgjort vårt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

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

### Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för att årsredovisningen upprättas och att den ger en rättvisande bild enligt årsredovisningslagen. Styrelsen ansvarar även för den interna kontroll som den bedömer är nödvändig för att upprätta en årsredovisning som inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag.

Vid upprättandet av årsredovisningen ansvarar styrelsen för bedömningen av föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Den upp-lyser, när så är tillämpligt, om förhållanden som kan påverka förmågan att fortsätta verksamheten och att använda antagandet om fortsatt drift. Antagandet om fortsatt drift tillämpas dock inte om beslut har fattats om att avveckla verksamheten.

### Revisorns ansvar

Våra mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsredovisningen som helhet inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, och att lämna en revisionsberättelse som innehåller våra uttalanden. Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men är ingen garanti för att en revision som utförs enligt ISA och god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka en väsentlig felaktighet om en sådan finns. Felaktigheter kan uppstå på grund av oegentligheter eller misstag och anses vara väsentliga om de enskilt eller tillsammans rimligen kan förväntas påverka de ekonomiska beslut som användare fattar med grund i årsredovisningen.

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

- identifierar och bedömer vi riskerna för väsentliga felaktigheter i årsredovisningen, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, utformar och utför granskningsåtgärder bland annat utifrån dessa risker och inhämtar revisionsbevis som är tillräckliga och ändamålsenliga för att utgöra en grund för våra uttalanden. Risken för att inte upptäcka en väsentlig felaktighet till följd av oegentligheter är högre än för en väsentlig felaktighet som beror på misstag, eftersom oegentligheter kan innefatta agerande i maskopi, förfalskning, avsiktliga utelämnanden, felaktig information eller åsidosättande av intern kontroll.
- skaffar vi oss en förståelse av den del av föreningens interna kontroll som har betydelse för vår revision för att utforma granskningsåtgärder som är lämpliga med hänsyn till omständigheterna, men inte för att uttala oss om effektiviteten i den interna kontrollen.

— utvärderar vi lämpligheten i de redovisningsprinciper som används och rimligheten i styrelsens uppskattningar i redovisningen och tillhörande upplysningar.

— drar vi en slutsats om lämpligheten i att styrelsen använder antagandet om fortsatt drift vid upprättandet av årsredovisningen. Vi drar också en slutsats, med grund i de inhämtade revisionsbevisen, om huruvida det finns någon väsentlig osäkerhetsfaktor som avser sådana händelser eller förhållanden som kan leda till betydande tvivel om föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Om vi drar slutsatsen att det finns en väsentlig osäkerhetsfaktor, måste vi i revisionsberättelsen fästa uppmärksamheten på upplysningarna i årsredovisningen om den väsentliga osäkerhetsfaktorn eller, om sådana upplysningar är otillräckliga, modifiera uttalandet om årsredovisningen. Våra slutsatser baseras på de revisionsbevis som inhämtas fram till datumet för revisionsberättelsen. Dock kan framtida händelser eller förhållanden göra att en förening inte längre kan fortsätta verksamheten.

— utvärderar vi den övergripande presentationen, strukturen och innehållet i årsredovisningen, däribland upplysningarna, och om årsredovisningen återger de underliggande transaktionerna och händelserna på ett sätt som ger en rättvisande bild.

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

## Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar samt stadgar

### Uttalande

Utöver vår revision av årsredovisningen har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för RF-SISU Örebro Län för år 2022.

Vi tillstyrker att föreningsstämman beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

7

### Grund för uttalande

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt denna beskrivs närmare i avsnittet Revisorns ansvar. Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisionssed i Sverige och har i övrigt fullgjort vårt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

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

### Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för förvaltningen.

### Revisorns ansvar

Vårt mål beträffande revisionen av förvaltningen, och därmed vårt uttalande om ansvarsfrihet, är att inhämta revisionsbevis för att med en rimlig grad av säkerhet kunna bedöma om någon styrelseledamot i något väsentligt avseende företagit någon åtgärd eller gjort sig skyldig till någon försummelse som kan föranleda ersättningskyldighet mot föreningen.

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

Som en del av en revision enligt god revisionssed i Sverige använder vi professionellt omdöme och har en professionellt skeptisk inställning under hela revisionen. Granskningen av förvaltningen grundar sig främst på revisionen av räkenskaperna. Vilka tillkommande granskningsåtgärder som utförs baseras på vår professionella bedömning med utgångspunkt i risk och väsentlighet. Det innebär att vi fokuserar granskningen på sådana åtgärder, områden och förhållanden som är väsentliga för verksamheten och där avsteg och överträdelser skulle ha särskild betydelse för föreningens situation. Vi går igenom och prövar fattade beslut, beslutsunderlag, vidtagna åtgärder och andra förhållanden som är relevanta för vårt uttalande om ansvarsfrihet.

Örebro den 3 mars 2023

KPMG AB

Jim Wahström

Auktoriserad revisor

Peter Jangelin  
Lekmannarevisör





# Örebro län

Karlgatan 28 • 703 41 Örebro • Tel. 019 17 55 00  
info@rf.se • rfsisu.se/orebrolan