



VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2024

 **PARASPORT**
/GÄVLEBORG



INNEHÅLL:

4	Det här är Parasport Gävleborg
5	Våra idrotter
17	Nätverk, aktiviteter, rekrytering
27	Idrotts- och Förbundsutveckling
32	Utbildning/Föreläsning
40	Hemsida/Sociala medier
42	Gävleborgs Rekryteringsgrupp
48	Styrelsens årsberättelse
51	Styrelsens slutord
52	Revisionsberättelse 2024



PARASPORT

/GÄVLEBORG

FÖRORD:

KONSULENTERNA

Vi på Gävleborgs Parasportförbund är stolta över att få presentera verksamhetsberättelsen för 2024 – ett år som har präglats av utveckling, nya möjligheter och, framförallt, den gemenskap och glädje som parasporten ger våra deltagare.

Under året har vi fortsatt att arbeta för att skapa tillgängliga och inkluderande idrottsmöjligheter för personer med funktionsnedsättning. Genom ett nära samarbete med föreningar, kommuner och andra aktörer har vi kunnat bidra till att fler har fått uppleva glädjen i att vara en del av idrotts- och fritidslivet. Vår roll som idrottskonsulenter har varit att stödja och inspirera både föreningar och individer att hitta sina platser inom parasporten – vare sig det handlar om att delta på en lokal träning, i tävling eller att utvecklas som ledare och instruktörer.

2024 har också varit ett år av ökad synlighet för parasporten, där vi har arbetat för att lyfta fram våra framstående idrottare och öka medvetenheten om de fantastiska prestationer som görs varje dag, både på och utanför tävlingsarenorna. Vi ser en starkare och mer engagerad parasportgemenskap, där deltagarna inte bara är med för att tävla utan också för att bygga en meningsfull, hållbar och aktiv fritid.

Välkommen att ta del av vår verksamhetsberättelse.

GÄVLEBORGS PARASPORTFÖRBUND

POSTADRESS: BOX 325, 826 27 SÖDERHAMN

BESÖKSADRESS: HÄLLÅSEN 606, 826 40 SÖDERHAMN

www.parasport.se/gavleborg



DET HÄR ÄR PARASPORT GÄVLEBORG

Parasport Gävleborg är ett idrottsförbund som organiserar idrott för personer med rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuell funktionsnedsättning inom de 11 idrotter som vi ansvarar för.

Vi är en av Parasport Sveriges 18 distrikt med 34 medlemsföreningar i länet och utspridda i 8 av 10 kommuner.

PARASPORT GÄVLEBORG HAR SOM MÅL ATT;

- ❖ Utveckla verksamheten i föreningarna utifrån deras behov och förutsättningar för en hållbar framtid både vad gäller ekonomi samt organisation.
- ❖ Erbjuder aktiviteter anpassade för målgrupperna i varje kommun i länet för att stimulera till en aktiv fritid.
- ❖ Ta en aktiv roll kring utveckling av regionsamverkan inom området Södra Norrland – Norra Svealand.
- ❖ Söka och genomföra Nationella arrangemang på SM-nivå kring våra idrotter i regionen.
- ❖ Medverka och arrangera distriktsmästerskap.
- ❖ Genomföra temadagar och aktiviteter för att göra det möjligt för nyskadede att knyta kontakter med andra som kommit längre i sin rehabilitering.
- ❖ Synliggöra vårt utbud av idrotter i länet, även de som idag är inkluderade via sociala medier och vår hemsida.

EN UNIK KRAFT SOM FÖRVERKLIGAR DRÖMMAR



VÅRA IDROTTER

Tävlingsverksamheten är fortfarande påverkad av pandemin och vi har inte riktigt kommit tillbaka till samma volym som den vi hade för några år sedan.

Utöver de tävlingar som arrangerats av förbundet, av våra föreningar, av oss i samverkan med lokala föreningar så har många föreningar varit utanför länet och tävlat i flera idrotter.

I följande avsnitt kommer vi presentera ett urval från de aktiviteter och tävlingar som genomförts i några av paraidrotterna i länet.

BOCCIA

Boccia har länge varit en av de idrotterna där vi haft flest deltagare i både tränings- och tävlingsverksamhet. Däremot så har antalet aktiva minskat de senaste åren vilket bland annat lett till att vi inte arrangerat lokala DM-tävlingar. Detta är något vi hoppas kunna utveckla igen under nästkommande år. Gävleborgsföreningar och aktiva har skördat framgångar under året, ta del av dem nedan.

FRAMGÅNGAR UNDER BOCCIA SM I LUND

Den 18 - 19 maj arrangerades Svenska Mästerskapen i Boccia i Lund, där föreningen Parasport Lund stod som värdar för ett spännande mästerskap. Det var runt 60 individuella spelare och 21 lag som gjorde upp om medaljerna. För Gävleborgs räkning deltog Söderhamns HIK och de gjorde verkligen avtryck i tävlingarna.

Kristoffer Frost tog guld i klass 4 individuell

En av höjdpunkterna under tävlingen var Kristoffer Frosts fina prestationer i klass 4 individuell. Kristoffer visade upp skicklighet och koncentration genom hela tävlingen och tog hem guldmedaljen till Gävleborg och Parasportföreningen Söderhamn.

Mats Berglund tävlade starkt i klass 3 individuell

Mats Berglund deltog i klass 3 individuell och gjorde en stark insats. Trots en imponerande prestation missade han precis slutspel.

I lagspelet i klass 3 deltog från Parasport Söderhamn Mats Berglund, Per-Åke Berglund och Mattias Hallberg samt i klass 4 deltog Henrik Söderkvist, Anna Frost, Kristoffer Frost och Mia Törnberg.

Vi från Parasport Gävleborg gratulerar Kristoffer Frost till guldmedaljen och vi ser fram emot att följa deras fortsatta tävlingar inom boccia.



ÅTERIGEN FINA PRESTATIONER UNDER BOCCIA SM I UPPSALA

Den 3 - 4 augusti genomfördes Boccia SM i Uppsala i både lag och individuellt spel och det blev fina framgångar för Gävleborgsföreningar! För Gävleborgs räkning deltog Parasport Söderhamn, Gävle HIF samt Sandvikens HI och de gjorde verkligen fina prestationer.

I klass 3 lag spelade Lag Eriksson, Gävle HIF till sig en fin bronsmedalj och i klass 4 lag tog Lag Frost från Parasportföreningen Söderhamn hem en strålande guldmedalj.

Framgångarna fortsatte även i det individuella spelet, i klass 3 visade Göran Eriksson, Gävle HIF prov på både precision och taktiskt spel, vilket ledde till en välförtjänt guldmedalj. I klass 4 visade både Kristoffer Frost från Parasport Söderhamn och Per Österberg från Sandvikens HI på fint spel och tog hem guld- respektive bronsmedalj. Stort grattis till alla fantastiska spelare!

MÄLARSERIEN

Mälarserien i boccia 2023/2024 avslutades den 14 april med det sista sammandraget i Uppsala. Under säsongen har totalt fyra seriesammandrag genomförts och 12 lag har deltagit i den spännande tävlingsserien. Efter en intensiv säsong stod Tranan HIK Lag 1 som slutliga segrare och kunde ta hem förstaplatsen.

För säsongen 2024/2025 har serien kommit halvvägs efter tre spelade sammandrag under hösten 2024. Totalt omfattar serien sex sammandrag, vilket innebär att det återstår tre omgångar innan den avgörs. I nuläget delar Tranan HIK och Sandvikens HI lag 1 förstaplatsen, med 28 poäng vardera. Detta ger en intressant upplösning på serien som avslutas under våren 2025. Tabell och resultat hittar ni via vår hemsida www.parasport.se/distrikt/gavleborg

GÄVLE HIF SEGRADE I DALAPOKALEN

Tredje omgången av Dalapokalen spelades som brukligt hos Parasport Dalarnas egna Liljans gård. Gästande lag var också för tredje gången Gävle HIF som tog sig en tripp till Falun för att få spela lite matcher. Kul att ha nyblivna Svenska Mästaren på besök i form av Göran Eriksson från Gävle, som spelar i par med Ronney.

Dagen inleddes med tre omgångar där de spelade i matcher med tre mot tre eller två mot två, beroende på hur många spelare som dyker upp varje gång. Ludvika HIF, Borlänge Cougars, Parasportarna Hedemora samt Gävle HIF var de fyra föreningar som kom till spel denna gång, Ludvika ställde upp med två lag. Första tävlingen i våras vanns av Borlänge Cougars och tävling två av Ludvika HIF "lag Markström".

I halvtid hade samtliga lag tagit poäng, alla stod på tre poäng förutom Gävle HIF som tagit två segrar men åkte på stortorsk mot Parasportarna Hedemora i sista matchen innan lunch.

När alla omgångar var spelade så stod till slut Gävle HIF där som segrare.

FOTBOLL

Parafotboll är en av de idrotter som kommit igång med sin ansvarsförflyttning (tidigare kallad inkluderingsprocess) tillsammans med Svenska Fotbollförbundet.

Även om alla föreningar som bedriver parafotboll inte deltar i seriespel har vi verksamhet i Bollnäs, Hudiksvall, Söderhamn, Gävle, Sandviken och i Hofors.

SVEALANDSSERIEN

Serien erbjuder spel 5 mot 5 med speltid 2 x 15 minuter samt spel 7 mot 7 med speltid 2 x 20 minuter. Serien 7 mot 7 riktar sig främst till personer som har en intellektuell funktionsnedsättning och/ eller en NPF diagnos, här går spelet lite fortare. I 5 mot 5 serien har de flesta en intellektuell funktionsnedsättning och tempot är lite lägre.

Från Gävleborg hade vi under året tre deltagande föreningar – Sandvikens IF, KF Heros, IK Sättra. KF Heros hade anmälda lag i båda klasserna.

Svealandsserien 2024 avslutas med glädje och kämpaglöd i Eskilstuna

Lördagen den 14 september genomfördes det sista av fem seriesammandrag i Svealandsserien i Eskilstuna. Serien har haft seriesammandrag i Gävle, Borlänge, Fagersta, Rimbo och till sist i Eskilstuna.

I 5 mot 5 var det 8 lag som tävlade, där spelades det 14 matcher per lag och i 7 mot 7 var det 9 lag som tävlade, där spelades det 16 matcher per lag. Säsongen har bjudit på mycket fotbollsglädje, laganda, kämpaglöd och fina fotbollsprestationer. När vi summerar resultaten i Svealandsserien vill vi gratulera seriesegrarna.

🏆 Romfartuna, Västerås i spel 5 mot 5

🏆 IK Sättra, Gävle i spel 7 mot 7



HUDIK CUP PARA TROPHY

För första gången inkluderades parafotboll i den välkända fotbollsturneringen Hudik Cup, vilket markerade ett viktigt steg i att inkludera parasport i större idrottsevenemang. Hudik Cup Para Trophy, som avgjordes den 15 juni, blev en framgångsrik turnering med totalt 10 matcher där deltagarna visade upp både teknisk skicklighet och en imponerande kämparanda.

Föreningarna som deltog från Gävleborg var Hälsinglands Sportklubb lag 1 och lag 2, Söderhamns FF (SFF Friends) och Sandvikens IF. Cupen bjöd på en rad spännande och välspelade matcher, där alla lag kämpade för att visa sitt bästa spel. Efter en intensiv och underhållande dag var det GIF Sundsvall som slutligen stod som segrare och fick ta emot den åtråvärda segerpokalen. Prisutdelningen genomfördes av ingen mindre än Mats Melin, mer känd som ICA-Jerry, vilket gav ett fint avslut på cupen.

NATIONELLA SPEL

Helgen den 7–8 september 2024 samlades parafotbollslag från hela Sverige på Orrholmens IP i Karlstad för att göra upp i de nationella spelen 2024. Efter två dagar av intensivt spel, där matcher avgjordes i klasserna 7-mot-7 (Division 1–6) och 5-mot-5 (Division 10), korades årets vinnare. Evenemanget bjöd på både glädje och stark gemenskap när lagen kämpade om titlarna. Arrangörer för evenemanget var Progress M&F Karlstad, Svenska Parasportförbundet (IK Fotboll) och Karlstad kommun.

Från Gävleborgs ställde IK Sätra (Gränssprängarna) upp med två lag – ett i division 3–4 och ett i division 5. Förutom IK Sätra deltog även Idrottsgymnasiet Bollnäs i division 6.

I division 3–4 gick IK Sätra hela vägen till final, som slutade 0–0. Tyvärr förlorade IK Sätra straffläggningen, men kan ändå vara stolta över en stark turnering och en välförtjänt silvermedalj. I division 5 gick även IK Sätra till final, och efter ett spännande 2–2 resultat vid full tid, väntade ännu en straffläggning. Denna gång segrade IK Sätra, vilket innebar Gränssprängarnas första SM-guld någonsin.

Idrottsgymnasiet i Bollnäs vann sin grupp och tog sig till final mot Grunden. Efter en knapp ledning med 1–0 i halvtid, kunde man i andra halvlek göra 3 raka mål och tillslut vinna finalen med övertygande 4–0.

FÖRENINGSTRÄFF I SALA

I oktober samlades fotbollsföreningar från Gävleborg, Dalarna, Uppland, Sörmland och Västmanland till en parafotbollsträff. De föreningar som deltog var både rutinerade föreningar som deltagit i Svelandsserien samt föreningar som är sugna på att komma igång med ny verksamhet.

Kvällen startade med att Daniel Cortobius, Svenska Fotbollförbundet, presenterade arbetet kring ansvarsförflyttningen av parafotbollen, utbildningar och insatser som görs genom Kvalitetsklubb. Chasmine Wahlberg berättade sedan om hur Upplands FF arbetar med Kvalitetsklubb och hur föreningarna kan samverka med distriktet och RF-SISU Uppland för att utveckla sin verksamhet. Föreningarna fick sedan möjlighet att diskutera vilket stöd de har behov av och hur vi tillsammans kan utveckla svensk fotboll.



INNEBANDY

Parainnebandy består av stående innebandy för personer med intellektuell funktionsnedsättning och/eller neuropsykiatrisk funktionsnedsättning, rullstols- och elinnebandy för personer med en fysisk funktionsnedsättning. I Gävleborg finns det verksamhet inom stående innebandy och elinnebandy. Vi arbetar för att hitta en förening som kan tänka sig att ha ett rullstolsinnebandylag. Håll utkik efter våra prova-på aktiviteter. Nedan följer lite av det som händer i Gävleborg.

GUD PARAINNEBANDY 2023–2024

Serien är öppen för alla föreningar anslutna till Svenska Parasportförbundet och Svenska Innebandyförbundet. Ta omgående kontakt med oss på förbundet för stöttning om ni saknar anslutning till någon av organisationerna. Vi hjälper er genom processen.

Vår parainnebandyserie erbjuds och administreras i ett samarbete mellan Gävleborgs-, och Dalarnas Innebandyförbund och Parasportförbund.

Säsongen 2023–2024 erbjöd vi möjlighet att spela en serie med en tabell i vår nivå "svår" där man deltog i alla sammandrag. I nivå "lätt" hade lagen möjlighet att anmäla sig från omgång till omgång och varje omgång hanterades som en enskild cup.

Likt förra säsongen bjöds föreningarna från Uppland in till serie, - och cupspel. Föreningarna tackade nej till seriespel, men var väldigt intresserade av att välja en/några omgångar att spela. Föreningarna beskriver att det är utmanande att anmäla och ha samma trupp varje gång när truppen är liten och när möjligheten att flytta spelare upp och ner inte är så lätt.

Vissa föreningar vill ha seriespel och en kontinuitet medan vissa föreningar vill ha möjligheten att välja sammandrag/cup och inte sitta låst att delta i alla omgångar. Vi gör vårt yttersta från organisationshåll för att tillgodose allas önskemål och viljor inför varje säsong och ha god dialog med alla.

GUD-PARAINNEBANDY 2024–2025

Utifrån dialog med alla föreningar tog vi beslutet att endast bjuda in till seriespel i alla klasser. Inbjudan skickades till föreningar i Gävleborg, Uppland och i Dalarna.

Utmaningen inför säsongen blev att få ihop lag i nivå "svår" då trupperna i många föreningar är för små. Detta berodde delvis på att flera övergångar av spelare gjordes till andra föreningar samt att organisationen i år ställde högre krav på att spelarna tillhör våra målgrupper, d.v.s. har en intellektuell funktionsnedsättning, neuropsykiatrisk funktionsnedsättning och till en mindre del en rörelsenedsättning.

Från organisationshåll blev det en utmaning att få till jämna nivåer då vi helst vill undvika att de spelare som hör till en högre division ska behöva flyttas ner till en lägre division. Det är inte roligt för någon att spela innebandy om målskillnaden springer i väg åt ett håll.

Till slut landade vi i en bra kompromiss bland föreningarna och seriespel i tre grupper. Serien avslutas under våren 2025

ELINNEBANDY ÄR LIVET

Under våren 2023 anställdes Emilia Ingeroth och Johanna Mårtensson på 100 % respektive 50 % för att driva projektet framåt. Projektet blir en jätteviktig pusselbit i elinnebandyns nationella utveckling samt inkluderingen av idrotten till Svenska Innebandyförbundet.

Projektet syftar bland annat till att dubbla antalet aktiva föreningar i Sverige, d.v.s. tio nya verksamheter och femtio nya spelare. Projektet ska också utveckla idrotten med framtagande av domar-, ledar-, och mekarutbildningar i samverkan med Svenska Parasportförbundet och Svenska Innebandyförbundet.

ELINNEBANDY ÄR LIVET CUP

Den 21–22 september genomfördes Elinnebandy är Livet-cup där flera lag samlades för två dagar fylld av gemenskap, glädje och såklart spännande elinnebandymatcher. Lagen tävlade i elinnebandy, en sport där personer med rörelsenedsättning kan delta och spela på lika villkor. Cupen bjöd på många spännande matcher med bra spel och intensitet. Finalen i div 1 spelades mellan Tuna Tanks 1 - Rhino Flyers. Det var en jämn match där Tuna Tanks tillslut kunde vinna med 1–0. I div 2 spelades finalen mellan KF Heros och Tuna Tanks 2 och där drog Tuna Tanks 2 det längsta strået och vann med 1–4.

ELINNEBANDYLÄGER I VÄXJÖ

Den 18–19 maj genomförde Svensk Innebandy i samverkan med Elinnebandy är livet-projektet, Gävleborgs Parasportförbund (på uppdrag som utvecklingsdistrikt) för första gången ett elinnebandyläger i Växjö.

Lägret var riktat till både aktiva elinnebandyspelare och till de som aldrig spelat tidigare, alltså både ett utvecklingsläger och ett nybörjarläger.

- Det här var det absolut bästa som hade kunnat hända elinnebandyn i Sverige, säger Owe Olsson, ledare i Tuna Tanks.



WORLD CUP VOLT HOCKEY

World Cup Volt Hockey är en internationell elinnebandyturnering som vi arrangerar tillsammans med Gävleborgs Innebandyförbund, föreningen KF Heros med stöd från Svenska Parasportförbundet och Svenska Innebandyförbundet och såklart - våra huvudsponsorer.

Med anledning av pandemin kallade vi turneringen både år 2020 och 2021 för "Pregames" då endast nationella lag kunde delta. I september 2022 och 2023 hade turneringen lag från Sverige, Norge, Danmark, USA, Kanada och från Tyskland (Tyskland deltog endast 2022).

INSTÄLLT 2024

Inför turneringen i september 2024 arbetade styrgrupp, projektgrupp och arbetsgrupper för att skapa den bästa turneringen för elinnebandy någonsin. Men ibland går inte allting som man har tänkt sig.

Efter noggrant övervägande och många diskussioner tvingades vi tyvärr före sommaren fatta beslutet att ställa in turneringen i september 2024. Beslutet var inget som togs med enkelhet utan att vrida och vända på alla andra möjligheter. Men med hänsyn till att de ekonomiska förutsättningarna inte fanns och till hänsyn till arbetsbelastningen för personalen i de olika organisationerna så var beslutet så här i efterhand ett klokt sådant.

Vi vet hur mycket turneringen betyder för alla och vi delar besvikelsen som många kände, men vi ser väldigt mycket fram emot att istället skapa en ännu bättre och minnesvärd upplevelse i september 2025 i Gävle den 6–7 september istället.

SWEDISH FLOORBALL WHEEL CUP

I december 2024 arrangerades för första gången någonsin en nationsturnering i rullstolsinnebandy med namnet "Swedish Floorball Wheel Cup" i Malmö. Svenska Innebandyförbundet stod som huvudarrangör av turneringen i samverkan med Svenska Parasportförbundet, där Gävleborgs Parasportförbund verkade som en förlängd arm utifrån rollen som utvecklingsdistrikt.

Deltagande nationer var Sverige, USA, Nederländerna, Tjeckien och Schweiz. Med ambitionen att synliggöra rullstolsinnebandy både i Sverige och internationellt spelades turneringen samtidigt som Malmö stod som värdstad till herr-VM i innebandy.

För de som inte kunde titta på plats erbjöd vi möjligheten att titta på matcherna via InnebandyTV med kommentatorer. Varje match hade i genomsnitt 300 tittare per match, den match som hade flest tittare var bronsmatchen med 756 tittare från 14 länder, finalen sågs av inte mindre än tittare från 17 länder.

Sverige vann gruppspelen med enbart segrar i bagaget, men föll tyvärr i semifinalen mot Schweiz som senare stod som segrare i turneringen. Sverige vann senare bronsmatchen efter en rafflande match mot Nederländerna.

Roligt också att svenska laget fick möta det tjeckiska laget i en uppvisningsmatch i Malmö Arena när svenska landslaget mötte Slovakien i öppningsmatchen i Herr-VM inför 6 000 åskådare, en minst sagt häftig upplevelse.



NULÄGE – ANSVARSFÖRFLYTTNINGEN INOM PARAINNEBANDY

I september 2023 påbörjades arbetet i – vad vi kallar – period 1 av steg 2 av ansvarsförflyttningen.

Fyra arbetsgrupper fick ansvar att jobba med frågor inom lika många fokusområden; *tävling & administration, utbildning, utveckling & återväxt* samt *kommunikation*. Grupperna bestod av personer från Svenska Innebandyförbundet, Svenska Parasportförbundet, innebandy-distrikt, parasport-distrikt, anpassad skola samt tränare i parainnebandy-lag. Gruppernas uppgift var att utifrån sitt område och sina tilldelade frågor presentera förslag på hur Svensk Innebandy bör jobba.

I mars genomfördes en digital delredovisning där grupperna presenterade sitt arbete fram till dess. Där öppnades det också upp för diskussion inom respektive område. Till delredovisningen bjöds personer från både innebandyns och parasportens distrikt och nationella förbund in och hade möjligheten att både lyssna in förslagen och komma med sina tankar och åsikter.

Efter delredovisningen fick samtliga deltagare en utvärdering skickat till sig där de anonymt kunde dela sina tankar om respektive område och vad de anser är viktigt inför slutredovisningen. Gemensamt medskick från respondenterna var att de tryckte på vikten av samverkan mellan arbetsgrupperna, att frågorna i mångt och mycket går in i varandra och att det är av största vikt att jobba tillsammans.

Efter delredovisningen fick arbetsgrupperna diskutera vidare kring sina frågor under ett par månaders tid innan det i slutet av maj var dags för slutredovisning, denna gång träffades vi i Linköping under två dagar.

Inför slutredovisningen var det tydligt vad som behövde vara fokus – samverkan mellan grupperna. Respektive grupp fick presentera sitt slutgiltiga arbete och hade också fått i uppgift att på förhand skicka in frågor de önskar diskutera med de andra arbetsgrupperna. Dessa frågor användes under tre olika diskussionspass där deltagarna delades upp i mindre grupper. Frågorna diskuterades och besvarades skriftligt för att vi ska kunna ta även det vidare i nästa period av ansvarsförflyttningen.

Vi är nu i ett skede där vi behöver gå från att jobba övergripande inom olika områden till att bli mer konkreta och börja ta beslut. Beslut kopplat till de områden som arbetsgrupperna jobbade med under föregående period och slutligen föreslog hur vi bör hantera olika frågor, ett underlag som är och kommer vara till stor hjälp i den fortsatta processen.

Även om vi ska bli mer konkreta så får vi inte heller glömma bort att det fortfarande är en process som måste få ta tid. Vi är inte i mål med överflytten än på ett tag, men det är viktigt att vi utifrån våra olika roller inom innebandyn strävar efter att komma dit.



FRIIDROTT

Parafriidrotten blev en naturlig del av Svenska Friidrottsförbundet från och med den 1 januari 2022. Detta innebär att Friidrottsförbundet ansvarar för utveckling av friidrott för personer som har en funktionsnedsättning, men även administration och utveckling av landslag- och elitverksamhet.

NORDIC CHAMPIONSHIP PARA ATHLETICS

Helgen den 10 och 11 augusti avslutades Nordic Championship Para Athletics 2024, en tävling som samlade många av Nordens främsta paraidrottare. Tävlingarna, som ägde rum på Sävstaås i Bollnäs och där Bollnäs Friidrott stod som arrangörsförening, blev en stor framgång för de svenska deltagarna, som stod för imponerande prestationer och ett flertal medaljer.

Det var totalt 80 deltagare från Sverige, Norge, Danmark, Finland och Island. Sverige hade en stor trupp med 36 stycken representanter där deltagande från Gävleborg var: Martin Jansson, Rehns BK, Joel Jansson Bollnäs FIK, Tobias Jonsson Bollnäs FIK, Lina Hedberg Bollnäs FIK, Emmy Persson Bollnäs FIK och Tuva Svensson Bollnäs FIK.

Sverige presterade på topp och kammade tillslut hem hela 62 medaljer från mästerskapet!

Här nedan är några av resultaten från tävlingen för representanter från Gävleborg:

- Joel Jansson gjorde en övertygande insats i spjut som ledde hela vägen till en guldmedalj på 46,62 m.
- Tobias Jonsson tog guld i längd med ett längsta hopp på 6,59 m. Dessutom tog Tobias guld i 200 m på tiden 24,75 och sprang sista stafettsträckan 4x100 meter där Sveriges första lag tog guld på tiden 49,83 sek.
- Lina Hedberg gjorde fina prestationer i längd där hon satte personbästa på 3,74 meter och sprang första sträckan i ett av Sveriges stafettlag på 4x100 m. I 200 meter räckte Linas prestation hela vägen till en bronsmedalj på tiden 31,56 sek.
- Tuva Svensson satte personbästa i kula som säkrade sin plats som en av landets främsta som slutade på en stark 7:e plats.
- Emmy Persson var en stark löpare i det svenska stafettlaget som slutade på en 5:e plats och i kula gjorde Emmy en fin prestation som slutade på en 9:e plats.

Martin Jansson tog bronsmedalj på 5000 meter och i 1500 meter utkämpade han en hård kamp om silvermedaljen, där han precis lyckades slå Adam Hallgren efter en rafflande spurtduell, som fick nöja sig med en tredjeplats.

PRESTATIONSCENTRUM PARA

Prestationscentrum är en resurs för att utveckla parafriidrotten i Sverige. Uppdraget består av fyra delar där huvuduppdraget är att rekrytera fler utövare och stimulera till fler elitutövare med funktionsnedsättning. Under 2024 har prestationscentrum flyttat från Bollnäs till Uppsala.

VIRTUS EM I UPPSALA

Den 13–15 juni pågick Virtus-EM, europeiska mästerskapen för personer med intellektuell funktionsnedsättning, i Uppsala. Under fredagen tog Sverige hem hela fem medaljer och representanter från Gävleborg var Martin Jansson, Rehns BK, och Lina Hedberg, Bollnäs FIK.

Martin slog personbästa och tog hem EM-guldet i 5000 meter gång på tiden 28:50.32. Lina Hedberg sprang första sträckan i Mix 4x200 meter och tillsammans med Joel Reinholdsson, Victor Åberg och Filippa Ivarsson tog Sverige hem ett starkt brons på tiden 2:00.50.

SVENSKT REKORD UNDER VIRTUS WORLD HALF MARATHON

Stort grattis Martin Jansson från Bollnäs tillhörande Rehns BK till ett nytt svenskt- och personligt rekord i Virtus World Half Marathon i Kazakstan. Inte nog med det så tog Sverige hem VM-guldet i lagtävlingen!

Vi från Parasport Gävleborg gratulerar till den fina prestationen.

BOWLING

X-Y Striken är en årlig bowlingserie som vanligtvis består av fyra deltävlingar, som hålls på olika orter som Sundsvall, Gävle, Söderhamn och Bollnäs. Parabowling är en idrott som växer sig allt starkare i vårt distrikt, och vi ser ett ökat intresse. En av de största utmaningarna är det begränsade antalet banor, vilket ofta gör det svårt att få plats för alla deltagare.

Varje deltävling i X-Y Striken lockar uppemot 80 deltagare, vilket visar på tävlingens popularitet och det stora engagemanget inom parasporten. Deltagarna tävlar i flera olika klasser och bjuder på en hög nivå av parabowling.

Under säsongen 2023/2024 genomfördes två deltävlingar under våren 2024. Heros Striken spelades i Gävle den 24 mars och Hälsingestriken spelades i Bollnäs den 27 april.

För säsongen 2024/2025 har hittills två deltävlingar genomförts: Skvadertävlingen i Sundsvall den 12 oktober och Adventslaget i Söderhamn den 7 december. Dessa tävlingar har haft ett stort deltagarantal och visat på fortsatt tillväxt och engagemang inom parabowling. Resultat från varje deltävling hittar ni via vår hemsida www.parasport.se/distrikt/gavleborg eller via X-Y Strikens Facebooksida.





CURLING

SM DUBBEL RULLSTOLSCURLING I BORLÄNGE

Den 13–15 december avgjordes SM Dubbel Rullstolscurling i Borlänge, där sju lag från olika delar av landet möttes i en intensiv enkelserie. Samtliga lag mötte varandra i spännande matcher fyllda av kämpaglöd och strategiskt spel. CK Granit från Gävle fanns med i startfältet, representerade av Lars Andersson och Pär Källström. Med hårt motstånd och flera jämna matcher kämpade de sig till en hedervärd 6:e plats i den tuffa konkurrensen.

Den 30 december genomfördes KM Figur i CK Granit, där deltagarna bjöd på en spännande tävling i rullstolsklassen. Pär Källström knep förstaplatsen, medan Lars Andersson tog en välförtjänt andra plats och Anders Bramefjord slutade på tredje.

GOLF

Gävle Golfklubb har under året fortsatt att bedriva sin paragolfverksamhet. De fortsätter att samverka med förbundet och vår grupp Gävleborgs Rekryteringsgrupp (GRG) i hopp om att rekrytera fler golfare till föreningen. I år bjöd de in till prova-på under fyra söndagar i juni.

Förbundet arbetar också för att hitta medel för att köpa in en "Paramotion" som är ett hjälpmedel/utrustning som möjliggör golf i stående position även för personer med rörelsenedsättning som till vardags använder en rullstol. Fram tills idag har en sådan lånats ut av en privatperson men också vid något tillfälle lånats av Älvkarleby Golfklubb.

Ta gärna kontakt med oss om du har frågor eller funderingar kring paragolf.



ANDRA IDROTTER SOM BEDRIVS I GÄVLEBORG

Det finns många föreningar i länet som bedriver parasport, alltså idrott för personer med någon form av funktionsnedsättning, alla dessa föreningar är inte medlemmar hos oss. Flera av våra föreningar har flera SF-tillhörigheter, d.v.s. att de tillhör flera Specialidrottsförbund (SF), såsom Svenska Fotbollsförbundet, Svenska Parasportförbundet, Svenska Friidrottsförbundet o.s.v. Det kan vara bra att veta att det finns parasport i ca 60 av 72 SF och Parasportförbundet ansvarar för administration och utveckling i 11 av dessa idrotter idag.

Nedan nämner vi några av de idrotterna som finns representerade i vårt län.

Paraidrotter:

- ❖ PARAGOLF
- ❖ DANSSPORT
- ❖ SKYTTESPORT
- ❖ SIMNING
- ❖ CURLING
- ❖ GYMNASTIK (ALLA KAN GYMPA)
- ❖ CHEERLEADING
- ❖ ALPINT
- ❖ LÄNGDSKIDÅKNING
- ❖ PADEL
- ❖ HANDBOLL
- ❖ RIDSPORT
- ❖ BORDTENNIS
- ❖ JUDO
- ❖ ORIENTERING
- ❖ M.fl.



NÄTVERK, AKTIVITETER, REKRYTERING

AKTIV FRITID FÖR ALLA

Intressegruppen "Aktiv fritid för alla" arbetar för att presentera och utveckla utbudet av rörelseaktiviteter för alla i Söderhamns Kommun. Gruppen består av representanter från kommunorganisationer, politiken, förbund, föreningslivet, den privata sidan samt vård och omsorg.

Gruppen engagerar sig för att alla skall kunna hitta och komma till föreningsaktiviteter på sin fritid. En av målsättningar är att varje år uppmärksamma den internationella funktionsrättsdagen den 3 december genom att bjuda in våra målgrupper till inspirerande föreläsningar och prova-på aktiviteter och lyfta de föreningar som redan har aktiviteter för alla.

SAMMANFATTNING AV VERKSAMHETEN 2024:

TILLGÄNGLIGHETSVECKAN – VECKA 12

Under vecka 12 hade vi (arbetsgruppen) återigen Söderhamns Kommuns Instagram-konto hela veckan. Det lades upp tre inlägg per dag med fokus på en meningsfull och aktiv fritid, alla med temat "ALLA FÅR VARA MED". Vad är en aktiv fritid? Hur spenderar vi vår fritid?

- ❖ Fritid Söderhamns Kommun – Introduktion och information om Fritidsbanken
- ❖ Svenska Downföreningen Gävleborg – Rocka sockorna
- ❖ Daglig Verksamhet – Fritid i omsorg
- ❖ Anpassad grundskola/Fritids - Friluftsdag
- ❖ Föreningsverksamhet – Attention Söderhamn, SFF Friends, Skatefilmen m.m.
- ❖ Parasport Gävleborg
- ❖ RF SISU Gävleborg

TRÄDGÅRDSFEST - LILLBERGETS FÖRSKOLA

Den 30 maj mellan kl. 15.00 och 17.30 bjöd Lillbergets Förskola in familjerna till en inspirerande trädgårdsfest under temat "Ett hållbart liv för alla".

Flera olika aktörer deltog i evenemanget och erbjöd en rad "prova på aktiviteter" för familjerna. Bland deltagarna fanns Svenska Downföreningen Gävleborg, Fritidsbanken, Förebyggande enheten, BVC, Specialpedagogerna i Söderhamn, Kulturskolan, Biblioteket, NTF Gävleborg, Folkvandvården & Attention Gävleborg. Vi från Parasport Gävleborg erbjöd barnen att prova på framerunning, köra rullstol och uppleva hur det är att ha en synnedsättning genom ledsagning. Varje organisation bidrog med unika aktiviteter och information som syftade till att utbilda och skapa en glädjefylld eftermiddag.

SOMMARKUL

Söderhamns Kommun inspirerades av Köping Kommuns framgångsrika koncept "Sommarkortet". Genom detta initiativ som vi kallade för "**Sommarkul**" ville vi tillsammans skapa möjligheter för personer med stöd eller boende inom LSS och socialpsykiatri att uppleva roliga och meningsfulla aktiviteter, samtidigt som vi främjar social delaktighet och gemenskap.

Sommarkul handlade om att erbjuda ett brett spektrum av aktiviteter från kultur och idrott, utflykter och naturupplevelser för en kostnad av 200 kronor som gav möjligheten för deltagaren att delta på alla aktiviteter eller valmöjligheten att betala 50 kronor per tillfälle.

Utöver att deltagarna fick möjligheten att delta på fantastiska aktiviteter kan vi också konstatera att det är fler föreningar som öppnar upp ögonen för att skapa långsiktig verksamhet för målgruppen.

För oss som förbund ger det oss en indikation kring utmaningar och möjligheter för våra målgrupper att bli mer aktiv i just Söderhamns Kommun.

Genom Sommarkul sätter vi människornas behov och rättigheter i centrum och vi tror att det är en viktig pusselbit i arbetet för ett mer inkluderande och socialt hållbart samhälle. Idag ser vi att det är alldeles för få kommuner och föreningar som erbjuder sommaraktiviteter som är riktade till personer med en funktionsnedsättning.

SVENSKA DOWNFÖRENINGEN GÄVLEBORG

Den 14 september genomförde Svenska Downföreningen Gävleborg aktiviteter på Hällåsen i Söderhamn på friidrottsarenan, där de bland annat lånade våra Framerunningcyklar. En återkommande aktivitet som är högt uppskattad bland deltagarna.



FUNKTIONSRÄTTSDAGEN 2024 – 3 DECEMBER

För femte året i rad arrangerades konferens med fokus "Allas rätt till aktiv fritid" i samband med den Internationella funktionsrättsdagen som infaller den 3 december i Söderhamn. Syftet var att inspirera och sprida kunskap om hur man kan främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning.

Dagen bjöd på inspirerande föreläsningar, musikuppträdanden, dialoger och praktiska tips för att främja inkludering och tillgänglighet inom fritid och idrott.

Dagen arrangerades av Söderhamns kommun tillsammans med Parasport Gävleborg, RF-SISU Gävleborg, Svenska Downföreningen Gävleborg och Attention Söderhamn med stöd från Swedbank genom Sparbanksstiftelsen i Söderhamn. Dagen var indelade i tre olika pass där pass ett och två var mer inriktat till personal inom skola och LSS, förtroendevalda och tjänstepersoner inom myndighet och offentlig förvaltning och pass 3 riktade sig mer till ledare och aktiva i idrottsföreningar samt övrigt intresserade.

Dagens förste talare var **Lillemor Lindell**, fritidskonsulent från Köpings kommun som visar vägen när det gäller att göra fritid och kultur tillgängligt för personer med LSS-stöd. Med stort engagemang berättade hon om hur Köpings kommun utvecklat ett arbetssätt där deltagare, föreningar och organisationer arbetar tillsammans för att skapa en hållbar kedja – från individens behov till stöd från medföljare och ledare. För att lyckas krävs samarbete mellan alla berörda parter. Lillemor betonade vikten av att lyssna på personer med intellektuell funktionsnedsättning och inte anta vad de vill eller behöver.

Hon lyfte även fram en oroande statistik för personer med intellektuell funktionsnedsättning som idag lever i genomsnitt 20 år kortare än övriga befolkningen och endast 9 % uppnår WHO:s rekommendationer om daglig fysisk aktivitet. Detta är något som inte är acceptabelt utan vi måste börja att hitta lösningar och gå från ord till handling.

Köpings arbete är ett inspirerande exempel på hur kommuner kan skapa en meningsfull och tillgänglig fritid för alla – och bidra till ett mer jämlikt samhälle.

Nästa föreläsare, **Kennet Fröjd**, delade värdefulla insikter i sin föreläsning *Från evidens till klassrumspraktik*. Han beskrev hur vi tar till oss ny information och strategier för att lagra den från arbetsminnet till långtidsminnet. En annan central del av föreläsningen handlade om motorikens betydelse. Kennet lyfte hur god kroppskontroll och självkänsla bidrar till fler självsäkra barn, bättre studiero och ökade skolresultat.

För att optimera inlärning presenterade Kennet en metodik för träningspass:

- **80 %** av övningarna bör ge deltagaren en känsla av framgång.
- **20 %** ska vara utmanande och kräva hårt arbete – idealiskt placerade i mitten av passet eller lektionen.





Bengt Westerberg, tidigare socialminister och ofta kallad "mannen bakom LSS-reformen", var näste talare på scen. Med sitt föredrag *Fortfarande långt till målet att kunna leva som andra* belyste han både framgångar och kvarstående utmaningar under de 30 år som gått sedan Lagen om stöd och service (LSS) infördes.

Vem som har rätt till stöd och vilka som faktiskt får det stämmer inte alltid överens. Det sker alltför ofta godtyckliga bedömningar. Trots att både LSS och socialtjänstlagen tydligt anger att även personer med funktionsnedsättningar ska ha möjlighet att leva som andra, verkar detta mål ofta förbises. För att nå lagens fulla potential krävs en skärpning av regelverket och bättre stöd till de individer som verkligen behöver det. Reformen har varit en viktig del för rättigheter och jämlikhet, men det är tydligt att det fortfarande finns en lång väg kvar att gå för att uppnå målen som sattes för tre decennier sedan.

Efter lunch bjöds publiken på en fantastisk show när **Gröna kören** från FUB Talang intog scenen. Med energi, glädje och imponerande talang skapade de en upplevelse som verkligen fängslade alla i salen.

Första delen under kvällspasset bestod av **Måns Lööf** tillsammans med **Emma Håkansson** och **Ahmet Bölüktas** från RF-SISU Gävleborg som pratade om *Inkluderande verksamhet med NPF-anpassning*. Genom att anpassa verksamheten för de som har störst behov av struktur, tydlighet och framförhållning skapas en miljö som gagnar alla. Detta är kärnan i principen *Den förutsägbara ledaren*. I varje grupp finns individer med olika behov och förutsättningar, och ett strukturerat och tydligt ledarskap gynnar inte bara barn och ungdomar med NPF, utan hela gruppen.

Kvällens sista föreläsare var **Tobias Forsberg** med föredraget "Nya Perspektiv".

Tobias delade sin gripande historia om olyckan som förändrade hans liv. Under en hockeymatch 2018 kolliderade han med sargen och blev förlamad. I sin föreläsning berättade Tobias om de nya typerna av utmaningar han ställts inför och hur han har hanterat dessa med hjälp av fyra nycklar: **acceptans**, **målsättning**, **ambition** och **stöd**.

Genom att acceptera sin situation, sätta tydliga mål, hålla fast vid sin ambition och ta emot stöd från omgivningen har Tobias inte bara överunnit motgångarna utan också funnit en väg framåt i livet. Tack för att du delade din historia med både allvar, humor och mycket kärlek som gav mycket inspiration.

Stort tack till alla deltagare som var på plats och alla samverkansparter som gjorde denna viktiga dag möjlig - nu går vi tillsammans från ord till handling och skapar bättre förutsättningar för en aktiv fritid för alla.



RÖRELSESATSNINGEN I SKOLAN

Gävleborgs Parasportförbund har under 2024 haft ett fortsatt samarbete med RF SISU Gävleborg och projektet Rörelsesatsningen i skolan. Under året har vi förutom mötesavstämningar med personal på anpassad skola hjälpt till att arrangera aktivitetsdagar tillsammans med lokala föreningar under skoltid.

BERGBY SKOLA

Tillsammans med RF-SISU Gävleborg anordnade vi den 8 maj parasportens dag på Bergby Centralskola. Eleverna fick uppleva en mängd olika parasporter och lyssna till en inspirerande föreläsning av paraidrottaren, Nora Jern. Nora är en av de främsta elinnebåndsspelarna i världen och här fick deltagarna möjlighet att lära känna personen Nora och skapa en förståelse hur det är att vara idrottare med en funktionsnedsättning.

Under dagen fick deltagarna prova på en rad olika aktiviteter som visade på bredden och spännvidden inom parasporten. Ledsagning, goalball, rullstolsbasket, laserskytte, sittande volleyboll, boccia och Kryckfotboll var bara några av de spännande aktiviteterna som erbjöds. Det var en dag av glädje, gemenskap och kunskapshöjande element inom parasport. Parasportdagen visade också den potential och kraft som idrotten kan ha till att skapa en meningsfull fritid.

Tack till alla elever, lärare, RF-SISU Gävleborg och till Nora för att ni gjorde denna dag fylld med aktivitet och med att synliggöra parasporten.

IDROTTENS DAG

I september varje år arrangerar Riksidrottsförbundet Idrottens dag i skolor över hela Sverige. Det är en del av "European School Sports Day" som genomförs tillsammans med skolelever i hela Europa.

I år valde RF SISU Gävleborg att tillsammans med oss fokusera på två flaggskeppsaktiviteter tillsammans med anpassad skola.

BOLLNÄS:

Den 24 september genomfördes Idrottens dag i Bollnäs där två pass erbjöds till skolorna. Första passet hölls mellan kl. 08:30-10:30, medan de andra startade kl. 12:00 och avslutades kl. 14:00. Eleverna från anpassade skolor i Bollnäs fick möjligheten att testa på 8 olika aktiviteter.

Aktiviteter som erbjöds i Bollnäs var:

- ❖ **Dansa med Loffe Lodjur**, en maskot som fick många att röra på sig och ha roligt, detta fungerade som en gemensam uppvärmning
- ❖ **Bågskytte med Bollnäs Bågskytteklubb**, där barnen fick testa sin träffsäkerhet i någon som kallas för "Action Archery".
- ❖ **Zoom Uphill**, där barnen fick testa ett nytt sätt att åka i terräng med hjälp av Fritidsbanken Bollnäs.
- ❖ **Frisbeekastning och Casting**, vilket utmanade deltagarnas koordination.
- ❖ **Hästridning med Bollnäs Ridklubb**, där eleverna fick klappa på och/eller rida på hästarna.
- ❖ **Agility med Bollnäs Brukshundklubb**, uppskattad aktivitet för alla hundälskare.
- ❖ **Hand the Ball**, tillsammans med Handbollförbundet Mitt, där barnen introducerades till handboll på ett lekfullt sätt.

Dagen präglades av glädje och gemenskap där barn och unga med olika förutsättningar fick möjlighet att röra på sig och testa nya idrotter.

Lokaltidningen Ljusnan var på plats och gjorde ett reportage under dagen.

GÄVLE:

Redan samma vecka, den 27 september var det dags för Idrottens dag i Gävle på Gavlehov.

Under förmiddagen fick ett ca: 60-tal eleverna möjlighet att prova på en mängd olika sporter och aktiviteter, alla med syfte att öka rörelseglädjen och inspirera till en aktiv livsstil.

Dagen startade med en gemensam uppvärmning där Friskis och Svettis bjöd upp till dans i Alfa-hallen.

Aktiviteter som erbjöds i Gävle var:

- ❖ **Innebandy** med KF Heros
- ❖ **Taekwondo** med Gävle Chong Thong
- ❖ **Laserskytte** med oss på Gävleborgs Parasportförbund
- ❖ **Hand the ball** med Handbollsförbundet Mitt
- ❖ **Cirkelträning** med Friskis och Svettis Gävle
- ❖ **Brottning** med BK LOKE
- ❖ **Rörelsebana** med RF-SISU Gävleborg

På Idrottens Dag i Gävle fick deltagarna chansen att utmana sig själva, prova på nya aktiviteter och upptäcka idrotter de kanske aldrig tidigare tänkt på. Dagen var fylld av energi, glädje och en stark känsla av gemenskap.

Vi är också tacksamma att dagar som denna ger oss en möjlighet att visa barn, lärare och pedagoger att vi finns och på vilket vis vi kan stötta och finnas tillhands.

Lokaltidningen, Gävle Dagblad, var på plats och dokumenterade dagen med ett reportage.

ANPASSAD SKOLA PÅ TUR

Projektet "Förskola på tur" som bedrivs av Föreningsalliansen i Bollnäs har nu utökats till "Anpassad skola på tur" som nu involverar elever i anpassad skola.

Syftet med projektet är:

- Att barnen i anpassad grundskola får testa fler och andra aktiviteter som man kanske inte har provat sedan innan.
- Att barnen får träffa fler och nya kompisar
- Att projektet öppnar upp och sänker trösklarna till möjliga fritidsaktiviteter för barn i anpassad grundskola

För oss på förbundet ger det oss också en möjlighet att få fler föreningar att öppna upp sina verksamheter för våra målgrupper samt en chans till att få arbeta med föreningsutveckling.

Under den första perioden vecka 6–9 fick eleverna testa på olika vinteraktiviteter som bland annat slalom, längdskidor, biski och pulkaåkning. 127 deltagarbesök där 60 har provat storslalom, 48 besök i längdskidspåret samt 61 som fick prova att åka biski. Fantastiska siffror!

Under den andra perioden som pågick mellan vecka 12–18 fick eleverna möjlighet att testa på nya inomhusaktiviteter som bland annat hinderbana, laserskytte, boccia (rännboccia), klättring, studsmatta, Framerunning med mera. Vi från förbundet bidrog både med material, arbetskraft och kontaktnät.

Personalen på en av skolorna fick också utbilda sig, alltså få ett grönt kort i klättring för att på så vis kunna ta med elever och klättra under skoltid även utanför dessa schemalagda aktiviteter.

Under hösten möjliggjorde bland annat Zoom Uphill att alla elever kunde ta sig upp till Bolletjärn till Trollskogen, en magisk upplevelse.

Under de sista veckorna för året var det åter igen vinteraktiviteter som stod på schemat med bland annat skridskor. För att möjliggöra deltagande för de med lite mer omfattande rörelsenedsättning, byggde Fritidsbanken tillfälligt om en biski så att den kunde åka på is, ett par långfärdsskridskor och ett par gamla skidor gav tillsammans biskin en ny funktion. Fantastisk påhittighet!





FÖRENINGARNAS DAG I BOLLNÄS

Den 8 september 2024 arrangerades Föreningarnas Dag i Bollnäs, en händelse som samlade lokala föreningar och entusiaster för en dag fylld av gemenskap, rörelse och inspiration. Evenemanget, som ägde rum på Bollnäs Sporthall, Solrosen och Sävstaås, var ett samarbete mellan Föreningsalliansen, Parasport Gävleborg, RF-SISU Gävleborg och Bollnäs kommun.

Vi var såklart på plats med information samt med stöttning på Goalball-stationen. Föreningarnas dag är en viktig plattform för att lyfta fram de möjligheter som finns i Bollnäs.

FAMILJEDAG I SÖDERHAMN

Den 26 maj 2024 bjöd Söderhamn på solsken när Josef Lindberg i Sandarne AB, i samarbete med Ebba Andersson, anordnade en Familjedag för alla åldrar. Dagen var fylld med glädje och rörelse, där besökarna fick möjlighet att prova på en rad olika idrotter och aktiviteter – flera av dem anpassade för personer med funktionsnedsättningar.

En av de mest populära aktiviteterna var framerunning. Bland dem som provade på framerunning fanns Ebba Andersson, världslängdskidåkare, som beskrev upplevelsen som både rolig och spännande.

För de som ville uppleva längdskidåkning fanns möjligheten att prova på sitski, som var utlånad av Hälsinglands Sportklubb. Deltagarna fick åka på en specialanpassad plastskidbana, vilket gav dem chansen att uppleva känslan av längdskidåkning trots att det var i slutet av maj.

För de som föredrog mer precision, erbjöds bågskytte, där deltagarna fick chansen att prova sina färdigheter med pilbåge. På plats fanns Kjell Andersson från Gävleborgs Rekryteringsgrupp tillsammans med Söderhamns Bågskyttesällskap, som visade upp en tillgänglig skjutställning. Denna anpassade utrustning gjorde det möjligt för fler att delta, oavsett individuella förutsättningar.

Vi vill rikta ett stort tack till alla samarbetspartners, deltagare och föreningar som bidrog till att göra Familjedagen i Söderhamn till ett roligt och inkluderande evenemang.

SCHOOLS OUT I SÖDERHAMN

Den 11 juni 2024 arrangerades Söderhamns Nyktra Skolavslutningsfestival – "Schools Out", ett stort och välbesökt event som lockade över 10 000 besökare. Under kvällen fick deltagarna prova på att spela den paralympiska idrotten boccia, som kräver taktik, teknik och precision. Genom vårt deltagande bidrog vi till att öka medvetenheten om parasportens bredd och tillgänglighet, samt skapade en positiv och inkluderande upplevelse. Vår närvaro på festivalen var ett viktigt steg i att öka synligheten för parasport och ge fler människor möjlighet att prova på olika aktiviteter som främjar både rörelse och gemenskap.



TILLGÄNGLIGHET

Tillgänglighet är ett viktigt begrepp/område för oss. Tillgänglighet är en förutsättning för full delaktighet. Tillgänglighet är allt från att kunna fullt ut ta del av en anläggning oavsett om du är aktiv, ledare, åskådare eller arbetare, möjlighet att ta del av information och kunna orientera dig i alla lokaler. Tillgänglighet är också tillgång till anpassad utrustning och så mycket mer.

I samverkan med både RF SISU och våra kommuner har vi under året genomfört flera av det vi kallar för "tillgänglighetsinventeringar". När vi inventerar anläggningarna så kollar vi på bland annat *angöring & parkering*, hur ser parkeringen ut, hur många platser finns det, är det skyltat, vart är närmaste busshållplats? Finns det ledstråk? Vi kollar på *entré, reception, layout av anläggningen, hiss/hissar* och utformningen av dessa, vi kollar på *åskådarplats & läktare, omklädningsrummen, toaletter, kiosk/cafeteria, mötesrum, information, skyltar, säkerhet och idrottsspecifika parametrar*.

Inventeringarna genomförs med hjälp av mallar som sedan analyseras och sammanfattas till *enkelt avhjälpta hinder, prioriteringar nu samt vid ett längre perspektiv om/när det är dags för inventering eller tillbyggnad*.

BOLLNÄS SIMHALL:

Under våren 2024 bjöds vi in till ett dialogmöte kring Bollnäs simhall gällande verksamhetsbehov samt input till Bollnäs simhallsutredning. Utifrån dialogmöte fastställdes det att det fanns ett behov att fastställa ett nuläge kring anläggningens tillgänglighet.

Den 14 maj fanns vi på plats och gjorde en omfattande inventering av simhallens tillgänglighet som kan användas som prioriteringar framåt men också till politiken i den utredning som pågår.

NYNÄS IP:

På uppdrag av Gävle Kommun genomförde vi den 3 september en inventering av Nynäs IP som omfattade utomhusmiljön, ishallen, idrottshallen samt en omklädningsrumsbyggnad i som finns i anslutning till parkeringen. Därefter lämnades en lista från oss med förslag på åtgärder på kort och lång sikt.

Vi blir så glada när återkopplingen ser ut så här:

"att en sammanställd åtgärdslista har gått till driftpersonal och förvaltare som återkopplat att punkt efter punkt blir fixade på Nynäs. Tänkte att det kunde vara kul att höra att era besök ger "Hands-on" effekt".

KASTVALLEN OCH KASTHALLEN:

Den 18 november genomfördes en tillgänglighetsinventering av Kastvallen och Kasthallens anläggning i Gävle på uppdrag av IK Hüge. Inventeringen omfattade utemiljö, ishall, fotbollsplaner, omklädningsbyggnader och läktare och utfördes för att uppfylla de krav som finns kopplade till att söka ekonomiska medel via Gävle Kommun.

FERRUM ARENA

I september 2024 invigdes Ferrum Arena på Jernvallenområdet i Sandviken, en arena för både idrott och kulturevenemang. Arenan består av en avdelning för gymnastik med idrottshall, två rum för fristående gymnastik- och gruppträning och ett mindre gym för kroppsviktsträning. En sportarena som liknar Alfa-hallen i Gävle på Gavlehov, samt två idrottshallar för bland annat bollsporter och skolidrott.

Det är en fantastisk arena som är otroligt genomtänkt och väldigt genomtänkt där både arkitekt och kommun har lyssnat in både kommuninvånare, det lokala föreningslivet, de lokala idrottsförbunden samt skolan, vad alla vill ha och vad man behöver.

Vi är glada att vi i ett tidigt skede blev inbjudna till en sittning med kommunen, byggarbetsledaren och arkitekten så att vi i ett tidigt skede fick ge input på tillgängligheten och framför allt på idrottens perspektiv på tillgänglighet som ibland kan skilja sig mot en tillgänglighetskonsult.

Vår vice ordförande Yvonne Cederholm fanns på plats och representerade från förbundet på invigningen.



PROVA PÅ PARASPORT I GÄVLE

Ett samarrangemang mellan Gävleborgs Rekryteringsgrupp (GRG), Gävle HIF och KF Heros.

Den 12 mars i Gävle på Vallbacksskolans gymnastiksal anordnades en prova på kväll med fokus på några parasportaktiviteter.

Aktivitetstillfället anordnades av GRG i samarbete med KF Heros och Gävle Parasport. De aktiviteter som erbjöds under kvällen var bordtennis, boccia och elinnebandy. Kvällen var mycket uppskattad av alla som deltog och det var många glada miner och en positiv upplevelse av dagen.



IDROTTS- OCH FÖRBUNDSUTVECKLING

ANSVARSFÖRFLYTNINGEN

Sedan några år tillbaka arbetar Svenska Parasportförbundet med att inkludera paraiddrotter till sina respektive specialförbund (SF) - 2017 inkluderas parapingisen till Svenska Bordtennisförbundet, 2018 inkluderades parasimningen till Svenska Simförbundet etc.

Tidsaxel:

FM-13

Ett enigt Förbundsmöte ställde sig bakom uttalandet; "[Sluta med särlösningar](#)"

FM-15

Uppdrag till Förbundsstyrelsen att fortskrida med överlämning av bordtennis till Svenska Bordtennisförbundet samt att fortsätta processerna med övriga idrotter.

FM-17

Förbundsstyrelsen får uppdraget att fatta beslut om inkludering och integrering av idrotter.

Hur dessa processer genomförts och vad som styr överlämning av en idrott kan man följa i de styrdokument som tagits fram med RF.

Vid sidan av hur arbetet ska genomföras, inför en överlämning beskriver dokumenten även vikten av uppföljningen – att bevaka och kvalitetssäkra situationen för idrottare med funktionsnedsättning i det nya förbundet man tillhör.

ANSVARSFÖRFLYTNINGEN KORTFATTAD I 6 STEG:

Insteget - det första som händer. Lokala och regionala arbetsgrupper utför pilotprojekt. Dialoger sker med SF.

Steg 1 – Teckna avsiktsförklaring att "undersöka förutsättningarna" att från Parasport Sverige överta "idrott för personer med funktionsnedsättning". Styrgrupp bildas.

Steg 2 – Projekt- och arbetsgrupper ser över processer, aktiviteter och system med syfte att skapa förutsättningar för att utveckla paraverksamhet och verka för att fler personer med funktionsnedsättning börjar idrotta.

Steg 3 – Säkerställa att det finns ekonomiska förutsättningar enligt ovan

Steg 4 – Överlämning enligt avtal från Parasportförbundet till övertagande SF.

Steg 5 – Uppföljning av avtal, samt utvärdering genom SF-dialog med RF och Parasportförbundet.

PARASPORT GÄVLEBORGS ROLL

Det är mycket som händer inom parasporten på ett nationellt plan. Vår roll lokalt blir därför väldigt viktig framöver- och det är bland annat att säkerställa att dessa ansvarsförflyttningar blir så pass bra som syftet är. Det vill säga att inkluderingen skapar bättre förutsättningar för våra paraidrottare att utvecklas, oavsett förutsättning och ambitionsnivå, men också att distriktsförbunden är en bra mottagare och att "arbetet" inte bara sker på de centrala förbunden.

Vi kommer fortsatt framåt finnas som kompetensstöd gentemot hela idrottsrörelsen regionalt och lokalt i alla möjliga frågor kopplat till parasport och en tillgänglig fritid.

UTVECKLINGSDISTRIKT

Parasport Gävleborg är utvecklingsdistrikt över parainnebandy vilket kort kan beskrivas som att vi har ett nationellt ansvar att utveckla idrotten tillsammans med Parasport Sveriges Idrottskommitté. Detta innebär att vi samarbetar och kommunicerar nära dess idrottskommitté och parasport Sveriges idrottsutvecklare. Vi skall vara med och arrangera och planera utvecklingsinsatser och ha kännedom och översyn om vad som händer nationellt. Därav blir vi starkt involverade i parainnebandyns ansvarsförflyttning till Svenska Innebandyförbundet.

Under 2024 har Gävleborgs Parasportförbund tillsammans med Västra Götalands Parasportförbund även varit utvecklingsdistrikt för en av tre Utvecklingsresor "Föreningsstöd 2.0" som bland annat handlar om hur vi utvecklar och stöttar våra föreningar och vilka roller förbundskansli-, distriktskansli-, RF SISU distrikt- och föreningarna bör ha i olika frågor och inom olika områden.

Förutom en gedigen rapport har vi tillsammans tagit fram flertalet mallar som ska finnas till för att stötta distrikt och föreningar i sitt fortsatta utvecklingsarbete.

Fortsättning följer under 2025.



BEGREPP

Vårt språkbruk är viktigt, både i tal och i skrift. Vi använder de begrepp som Parasport Sverige tillsammans med majoriteten av de svenska intresseorganisationerna och staten använder.

Med anledning av att FUB beslutat att ta bort "utvecklingsstörning" som begrepp och istället införa "intellektuell funktionsnedsättning", har Parasport Sverige beslutat att använda samma begrepp sen några år tillbaka. Nu liknar det mer den engelska översättningen "intellectual disability" och blir därmed lite mindre stigmatiserat.

Funktionshinder – är en begränsning som en funktionsnedsättning innebär för en person relaterat till sin omgivning. Funktionshinder är inte något en person har, utan det är miljön som är funktionshindrande, det kan exempelvis vara att det saknas en ramp, hiss eller liknande, då är det miljön som hindrar individen.

Funktionsvariation - är ett vanligt begrepp som syftar till att belysa det faktum att alla människor har en egen uppsättning förmågor, oförmågor, styrkor och svagheter. Parasport Sverige använder **inte** begreppet då det kan uppfattas som otydligt. Ibland innebär funktionsvariation också en funktionsnedsättning, men inte alltid. Samtidigt används begreppet funktionsvariation ofta för att minska stigma som ordet nedsättning kan innebära. Vårt budskap är att det viktiga är att alltid prata utifrån **People first-principen**. Gör vi detta blir en person aldrig talad om som nedsatt.

Sedan många år tillbaka så använder vi oss inte heller utav ordet **handikapp** för att beskriva en person med en funktionsnedsättning. Det ordet togs bort som uppslagsterm av Socialstyrelsen och termen avråds som synonym till såväl funktionsnedsättning som funktionshinder.

Särskola – Under år 2022 röstade riksdagen igenom ett förslag om namnändring, d.v.s. grundsärskola byter namn till "**anpassad grundskola**" och gymnasiesärskola byter namn till "**anpassad gymnasieskola**". Starten för detta skedde sommaren 2023.

Det viktigaste att ta med er är härifrån är att det inte gör något att säga fel och vi vill inte heller ta ifrån en individ ett begrepp som de använt hela sitt liv. Om man alltid har sagt att man är utvecklingsstörd, funktionshindrad eller liknande så är det OK, men det kan vara bra att vara uppdaterad på hur Parasporten vill uttrycka sig. Är man osäker på hur man ska uttrycka sig på sin hemsida, på en inbjudan eller liknande så finns vi här för att hjälpa till.



FÖRENINGsutveckling

Under verksamhetsåret har vi likt föregående verksamhetsår lagt ner mycket tid på att stötta våra föreningar med återstarten efter pandemin. Stödet har sätt lite olika ut, ibland har det varit fokus på att söka återstartsstöd, projektstöd, stödskrivelser till andra projekt och fonder. Hjälp och stöd med prova-på aktiviteter och rekrytering, utbildningsinsatser och diverse annat.

Efterfrågan och behovet av vårt stöd har nog aldrig varit större, till viss del på grund av sviterna av pandemin och till viss del för att utvecklingen går framåt.

Flertalet av våra föreningsträffar genomförs tillsammans med och i dialog med RF SISU Gävleborgs Idrottskonsulenter.

NY FÖRENING – HELGES IF

Under året välkomnade vi Helges IF till vår parasportfamilj. De har erbjudit parabiljard i Gävle för personer med intellektuell funktionsnedsättning, en aktivitet som blev väldigt uppskattad.

NY FÖRENING – GÄVLE SKIDKAMRATER

Ännu en förening som anslöt till oss under 2024 var Gävle Skidkamrater. Vi ser fram emot att fortsätta att utveckla parasporten gemensamt mer er. I januari 2025 planeras det för en prova-på dag.

NY FÖRENING – HOFORS AIF

Vi är så glada att också få välkomna Hofors AIF med sitt parafotbollslag Stålkompisarna. Föreningen har en bred verksamhet för alla åldrar

SÖDERHAMNS HIK BYTER NAMN

Söderhamns HIK följer trenden och ordet "Handikapp" försvinner från deras föreningsnamn. Nytt namn blir Parasportföreningen Söderhamn.

Är det någon annan förening som vill se över möjligheten att uppdatera sitt föreningsnamn? Ta gärna kontakt med oss så lotsar vi dig.





FRITIDSBANKEN

Fritidsbanken är som ett bibliotek, fast med sport- och friluftsprylar. Här lånas allt gratis upp till 14 dagar. Alla som vill kan också lämna in utrustning man har liggandes hemma som man inte använder och ge andra möjligheten att använda dem.

Fritidsbanken finns på flera ställen i Gävleborg; Bollnäs, Söderhamn, Hudiksvall, Ljusdal och i Sandviken. Vi har årligen kontakt med dessa och ser hela tiden över möjligheten att utveckla utbudet av parasportutrustning.

För första gången har regeringen har beslutat att ge ett bidrag på 10 miljoner kronor till Fritidsbanken Sverige för att ge barn och unga möjlighet att prova olika aktiviteter och att hitta till föreningslivet. Bidraget ska bland annat användas för att skapa ett brett och behovsanpassat utbud av fritidshjälpmedel och parasportutrustning.

Som många vet så är andrahandsmarknaden för parasportutrustning väldigt liten och dessutom är utrustning i regel dyr. Fritidsbanken Sverige har i samverkan med Parasport Sverige och fler aktörer försökt finkamma Sverige efter utrustning. Det finns en mall på utlåningsavtal som kan skrivas mellan Fritidsbanken och parasportdistrikten för det material som vi äger, materialet kommer då att försäkras via Folksam.

Det är nu även lättare att hitta material på Fritidsbankernas hemsidor, det finns fler underkategorier, bland annat parasport och fritidshjälpmedel. Alla Fritidsbanker i hela Sverige har också ett bas-kit med goalball, d.v.s. boll och ögonbindlar så att alla har något att erbjuda.

*Utöver Fritidsbanken så finns det också något heter ”**Sportoteket**”, dessa fungerar ungefär lika som Fritidsbanken, man har möjlighet att låna sport- och fritidsutrustning gratis i 14 dagar. I Gävle kan man hitta Sportoteket uppe vid Gavlehov.*

Fritids banken



UTBILDNING/FÖRELÄSNING

Parasport Gävleborg skall i samverkan med föreningar och stöd från RF-SISU Gävleborg aktivt verka för utbildning av ledare, funktionärer, aktiva och erbjuda nya och aktiva ledare en relevant utbildning. Detta för att ytterligare bredda verksamheten och ta emot fler deltagare i föreningsverksamheten. Vi har under året genomfört flertalet utbildningsinsatser för flera olika intressenter.

- ❖ **Parasportens Grunder**
 23 januari (SF)
 1 februari
 23 mars
 5 november
 11 november
 27–28 november - Utbildarutbildning
- ❖ **Fortbildning Parasportens Grunder – Att hålla i digital utbildning**
 19 januari
 26 januari
- ❖ **Tillgänglighet**
 10 april Bollnäs
 9 december – Utbildarutbildning
- ❖ **Högskolan i Gävle**
 5 september
 10 oktober
 16 oktober
 20 september
 19 oktober
 29 oktober
- ❖ **Mötesplatser m.m.**
 14 juni
 19 oktober
 20 november
 Ledarskapsakademi (KF Heros)





Välkommen till Parasportens grunder!

PARASPORTENS GRUNDER

Utbildningen *Parasportens Grunder* tar på en grundnivå upp vad parasport är för något och förklarar till vem parasportens riktar sig. Syftet med utbildningen är att ge en ökad kunskap, förståelse och trygghet gällande parasport.

En del av innehållet:

- Parasport Sverige – då och nu
Synen på Parasport och vart är vi på väg?
- Definitioner och utgångspunkter
Till vem riktar sig parasport, målgrupper och funktionsnedsättningar
- Inkluderande och normmedveten idrott
- Att träna och tävla som paraidrottare

Målgrupp: Denna utbildning ger dig en bra grund att stå på oavsett om du är tränare/ledare, förtroendevald i förening eller idrottsförbund och om du är anställd inom idrotten. Inga förkunskaper krävs. Vi utbildar även kommuner, andra SF och SDF.

UTBILDARNÄTVERKET

Elin har under verksamhetsåret 2024 suttit med i Parasport Sveriges utbildarnätverk. Förutom regelbundna träffar hjälps vi åt att hålla i utbildningar även utanför våra län, både fysiska och digitala.

Den 23 januari höll Elin Walfridsson och Frida Lundh, Parasport Sverige i Parasportens Grunder digitalt för andra Specialidrottsförbund.

SVENSKA INNEBANDYFÖRBUNDET

Vid två tillfällen, december 2023 samt den 1 februari 2024 erbjöds digital utbildning i Parasportens Grunder för alla innebandyföreningar anslutna till Svenska Innebandyförbundet. Utbildare för kvällen var Elin Walfridsson och Frida Lundh, Svenska Parasportförbundet.

ÅRSMÖTET

Vid Gävleborgs Parasportförbunds årsmöte i Gävle den 23 mars startade vi dagen med ett förmiddagsspass som bestod av Parasportens Grunder. Linda Widéen och Elin Walfridsson höll i utbildningen.

UPPSALA

På uppdrag av RF SISU Gävleborg och deras samverkan med RF SISU Uppland drog Linda Widéen och Elin Walfridsson ner till Uppsala den 5 november och genomförde Parasportens Grunder för ett 30-tal deltagare.

GÄVLE

Den 11 november befann vi oss i Gävle på Scandic Väst när vi bjöd in till utbildning för våra föreningar i Gävleborg.

Genom att vi fortsätter att erbjuda utbildning bidrar vi tillsammans till att idrottsrörelsen ökar sin kompetens och förståelse inom parasport.

FORTBILDNING - PARASPORTENS GRUNDER

Det har hunnit gått några år sedan Parasportens Grunder togs fram. Sedan dess har det utbildats utbildare, både Parasport Sveriges distriktsanställda, samt konsulenter från RF SISU distrikten.

Utbildningen har genomförts i både fysiskt och i digitalt format i olika former. Något som har efterfrågats från utbildarna är en fortbildning i hur man håller i Parasportens Grunder digitalt via Microsoft Teams.

Uppdraget att ta fram och hålla i en sådan utbildning gavs till vår konsulent Elin Walfridsson och Frida Lundh, Parasport Sverige som är de två som under åren hållit i flest antal utbildningar.

Utbildningen hölls den 19 och 26 januari 2024 för utbildare inom Parasport Sverige och RF SISU.

UTBILDARUTBILDNING

För första gången sedan Parasportens Grunder togs fram var det dags för en revidering av utbildningsmaterialet. En arbetsgrupp med representanter från Parasport Sverige och RF jobbade fram det uppdaterade materialet. Elin Walfridsson och Stefan Gahne, Parasport Stockholm ombads att hålla i utbildarutbildningen för nya utbildare på Bosön.

Den 27–28 november samlades 14 engagerade deltagare från olika Parasportdistrikt och RF-SISU distrikt på Bosön för att delta i utbildarutbildningen *Parasportens Grunder*. Under två intensiva dagar fick deltagarna möjlighet att fördjupa sina kunskaper om parasport och utveckla sina färdigheter i att utbilda andra i utbildningen Parasportens Grunder, vilket är en viktig del av parasportens utveckling i Sverige.

Deltagarna fick ta del av en inspirerande föreläsning och praktiska moment, där teori och praktik vävdes samman för att skapa en helhetsförståelse. Utbildningen som genomfördes på Bosön i Stockholm stärkte deltagarnas kompetens och la grunden för fortsatt utveckling av parasportens utbildningsinsatser runt om i landet. Emil Delin representerade Parasport Gävleborg som en av deltagarna vilket innebär att båda konsulenter i Gävleborg nu kan hålla i utbildningen.



HÖGSKOLAN I GÄVLE

Gävle, 5 september 2024

Torsdagens "Prova på Dag" i anpassad fysisk aktivitet i Gavlehov i blev en lärorik dag för studenterna på det Idrottsvetenskapliga Programmet i årskurs 1 från Högskolan i Gävle. Dagen, som var en del av introduktionsveckan inom anpassad fysisk aktivitet, erbjöd en värdefull inblick i hur olika idrotter kan anpassas för personer med funktionsnedsättningar. Deltagarna fick prova på paralympiska idrotter såsom goalball, rullstolsbasket och kryckfotboll.

Dagen inleddes klockan 13:00 med en introduktion av Mattias Bergdal, Idrottskonsulent i KF Heros, som gav en kort presentation om deras verksamhet. KF Heros är en idrottsförening som riktar sig till personer med funktionsnedsättningar.

Efter att ha roterat mellan stationerna, samlades alla deltagare i idrottshallen för en avslutande reflektion. Diskussionen handlade om de lärdomar och insikter som dagen gett. Deltagarna uttryckte uppskattning för möjligheten att få prova på och förstå de utmaningar som människor med funktionsnedsättningar kan möta i idrottsvärlden.

Syftet med dagen var att skapa en medvetenhet och förståelse för vad det innebär att idrotta med en funktionsnedsättning och hur fysisk aktivitet kan anpassas för att inkludera alla. Genom att simulera olika funktionsnedsättningar och prova på paralympiska idrotter, fick deltagarna en djupare förståelse för inkluderingens betydelse i idrottssammanhang.

Tack till Högskolan i Gävle att vi fick komma och genomföra denna aktivitetsdag tillsammans med er och era studenter.

10 OKTOBER

Den 10 oktober fick vi återigen möjligheten att utbilda studenter på det Idrottsvetenskapliga programmet vid Högskolan i Gävle i årskurs 1, samma grupp vi fick träffa den 5 september.

Studenterna fick med sig en bred kunskap om vad parasport är, hur den är organiserad, samhällsstrukturer, tillgänglighet och miljöns roll i att främja idrott och fysisk aktivitet för fler.

Tack till alla engagerade studenter och till Högskolan i Gävle för att vi fick möjlighet att bidra med vår kunskap.

16 OKTOBER

För andra året på raken har vi tillsammans med Gävle Kommun, haft en viktig utbildning i tillgänglighet för studenter i årskurs 3 på det Idrottsvetenskapliga programmet vid Högskolan i Gävle.

Gävle kommun diskuterade tillgänglighetsarbetet utifrån en kommuns perspektiv och vi fokuserade på parasportens perspektiv på tillgänglighet, inte bara den fysiska tillgängligheten.

Det är fantastiskt kul att se engagemanget hos studenterna och hur de i sin framtida roll inom idrotten kan arbeta aktivt för en mer inkluderande och tillgänglig idrottsvärld.



TILLGÄNGLIGHET OCH BEMÖTANDE

Tillgänglighet är ett viktigt begrepp/område för oss. Tillgänglighet är en förutsättning för full delaktighet. Tillgänglighet är allt från att kunna fullt ut ta del av en anläggning oavsett om du är aktiv, ledare, åskådare eller arbetare, möjlighet att ta del av information och kunna orientera dig i alla lokaler. Tillgänglighet är också tillgång till anpassad utrustning och så mycket mer.

Lokalt gör vi på Parasport Gävleborg allt vi kan för att kompetens-höja andra i vad Parasportens perspektiv på tillgänglighet är samt utbilda i hur enkla avhjälpna hinder kan möjliggöra en aktiv fritid för fler.

REVIDERING AV TILLGÄNGLIGHET PÅ IDROTTSANLÄGGNING (PARASPORT SVERIGE)

Denna utbildning är framtagen med syfte att bidra med grundläggande kunskap inom området fysisk tillgänglighet på idrottsanläggningar med målsättning att öka deltagarnas medvetenhet samt ge kunskap och insikt om hur anläggningar kan göras mer tillgängliga.

Under 2024 har den reviderats och sammansvetsats med Parasport Sverige Utbildning "Ett gott bemötande". Två tidigare tre-timmar utbildningar är nu sammansatt och är tre timmar totalt. Den 9 december 2024 genomgick vår konsulent Elin en utbildar-utbildning i den nya framtagna utbildningen.

RF SISU GÄVLEBORG

Under RF SISU Gävleborgs månadsmöte den 10 april genomfördes en utbildning kring Tillgänglighet på Idrottsanläggningar och konsulenterna fick diskutera huruvida frågor kring anläggning och anpassad utrustning dyker upp och tas omhand i deras dialoger med föreningarna.

Utöver fokus på anläggningar fick konsulenterna också diskutera anläggningsstödet och de vanligaste frågorna som dyker upp i deras dialoger med föreningarna i deras arbetsvardag.

Nyttiga och värdefulla diskussioner som ytterligare ökar inkludering och tillgänglighet i vårt län.



Välkommen till Parasport Sveriges utbildning!

Del 1: Bemötande

Del 2: Tillgänglighet



MÖTESPLATSER

MÖTESPLATSEN FÖR FOLKHÄLSA IDROTT OCH TILLGÄNGLIGHET GÄVLE

För femte gången arrangerades konferensen "Världens bästa mötesplats" i Gävle där runt 50 deltagare fanns på plats. Konferensen, hölls i samarbete med, RF-SISU Gävleborg, Gävleborgs Parasportförbund och Gävleborgs innebandyförbund. Med "Världens bästa mötesplats för folkhälsa, idrott och tillgänglighet" hade vi siktet inställt på att ge en aktuell lägesbild kring ämnesområdet parasport, fördjupa kunskapen i frågor där individens möjligheter till idrott och rörelseglädje står i centrum och snabba på det gemensamma arbete vi alla behöver göra för allas rätt till en aktiv fritid.

Konferensen inleddes av **Ann-Gerd Bergdahl**, Distriktidrottschef på RF-SISU Gävleborg och **Thomas Nylund** ordförande RF-SISU Gävleborg. Vägen till fysisk aktivitet och hälsa för personer med funktionsnedsättning har högre trösklar än i jämförelse med övriga befolkningen. Vikten av samverkan är otroligt viktigt för att skapa ett mer livskraftigt Gävleborg där fler personer får möjlighet en aktiv meningsfull fritid.

Lillemor Lindell, fritidskonsulent från Köpings kommun höll därefter ett föredrag om hur kring hur Köpings kommun har arbetat med att öka tillgången med anpassade fritidsverksamheter för personer som omfattas av LSS. År 2022 startade Köping kommun Sommarläger riktat till personer med funktionsnedsättning som erbjuder en mängd aktiviteter och har varit återkommande varje år sedan dess. Idag har Köping kommun en bred samverkan med flera aktörer som LSS/Socialpsykiatri, andra förvaltningar i kommunen, RF-SISU Västmanland, Parasport Västmanland, lokalt samt regionalt föreningsliv, skola, fritids, studieförbund med flera. Lillemor poängterade också att det är viktigt att vi behöver gemenast ta ansvar för hela kedjan så som kontaktnätverk, information, pedagogiskt och socialt stöd, medföljare, transport, from och upplägg, kostnader, flexibilitet, återkommande och förutsägbart, utvärdera och utveckla.

Efter Lillemors föreläsning var det dags för programmets andra huvudnummer. **"MR Tourette"** **Pelle Sandstrak**, som delade sin historia om livet med Tourettes syndrom. Hur kan vi bemöta det ovanliga? Hur kan vi se alla människor och deras förmågor utanför den invanda normen? Och vad är vanligt och ovanligt egentligen? Med mycket humor beskrev Pelle hans livserfarenheter och hur det påverkat honom. Två viktiga nycklar Pelle återkom till var akronymerna AA som handlade om Acceptans och Avdramatisera.

INSPIRATIONS DAGEN I HÖGBO

Lördag den 19 oktober samlades ledare och föreningsrepresentanter från hela länet på RF SISU Gävleborgs Inspirationsdag i Högbo, Sandviken. En händelserik dag med syfte att stärka kunskapen ute i föreningarna.

Ett av de fem valbara passen under dagen var passet "Parasport i din förening" som hölls av Elin Walfridsson. Här fick deltagarna en introduktion till parasportens grunder och praktiska tips på hur föreningar kan inkludera och utveckla idrottsverksamhet för personer med funktionsnedsättning. Parasportens fokus på inkludering och tillgänglighet lyftes fram som en viktig del av framtidens idrottsrörelse.

WORKSHOP I OCKELBO

Den 29 oktober fick vi möjlighet att träffa enhetschef, biträdande enhetschef, stödpedagoger, boendestödjare inom LSS och Socialpsykiatri i Ockelbo kommun.

Syftet med workshopen var att öka medvetenheten och kunskapen om de utmaningar och möjligheter som finns för personer med en funktionsnedsättning att kunna bli aktiv. Syftet var också att kunna diskutera vad vi kan påverka och vad vi kan göra för att vidmakthålla och utveckla arbetet.

Målsättningen var att ämnet hamnar på agendan och att den ökade medvetenheten leder till handlingskraft.

Efter en kortare introduktion från Linda Widéen, RF SISU Gävleborg följde en föreläsning från Elin Walfridsson, kring Parasport, vilka målgrupper riktar vi oss till, viktiga begrepp samt "Den lokala hinderbanan", som baseras på Vinnovrapporten "Förutsättningar för personer med funktionsnedsättning att nå ett aktivt liv".

Inför diskussionspasset hade vi förberett Case som deltagarna fick reflektera kring, vad gör man idag som fungerar, vad skulle man kunna göra bättre, vad har man inte tänkt på tidigare som nu verkar självklart?

Vi är glada att vi gavs möjligheten att komma till Ockelbo, ett steg i rätt riktning för att få fler personer med funktionsnedsättning i rörelse i Ockelbo Kommun.

MÖTESPLATSEN FÖR FOLKHÄLSA IDROTT OCH TILLGÄNGLIGHET HUDIKSVALL

Den 19 november samlades strax över 30 deltagare på Kulturhuset Glada Hudik i Hudiksvall för att utforska hur vi tillsammans kan möjliggöra en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning under Mötesplatsen för folkhälsa, idrott och tillgänglighet.

Konferensen inleddes av Ann-Gerd Bergdahl, Distriktidrottschef på RF-SISU Gävleborg och Rickard Karlsson, Fritidsutvecklare på Hudiksvalls kommun

Elin Walfridsson, från Parasport Gävleborg/RF SISU Gävleborg, gav en föreläsning om de möjligheter och utmaningar som personer med funktionsnedsättning möter när det gäller att bli fysiskt aktiva. Föreläsningen, "*Den lokala hinderbanan*", baseras på Vinnovrapporten "Förutsättningar för personer med funktionsnedsättning att nå ett aktivt liv", och gav många viktiga tankeställare om förutsättningarna för ett aktivt liv. Elin belyste fyra centrala områden som påverkar möjligheterna till fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning.

Genom att förstå och arbeta med dessa faktorer kan vi tillsammans hitta lösningar på de hinder och utmaningar som finns. Elin underströk vikten av att hela kedjan behöver fungera – (från individens behov, idrottens organisation, kommunens förvaltningar, transport/färdtjänst, LSS/SoL, målgruppens stödorganisation, lokala föreningslivet till skola och fritids) – för att skapa verkliga förutsättningar för en aktiv fritid för alla. Detta kräver ett samarbete på alla nivåer för att på riktigt kunna erbjuda en inkluderande fritid för personer med funktionsnedsättning.

Under dagens andra föreläsningen "*Jag hade två val. Och jag valde att leva.*" berättade Shahrzad Kiavash om sin dramatiska livsförändring. Vid 28 års ålder drabbades hon av en allvarlig blodförgiftning som ledde till att hon tvingades amputera båda benen nedanför knäna. Trots livsförändrande omständigheter kämpade Shahrzad sig tillbaka till livet och år 2015 genomförde hon sitt första triathlon, en helt otrolig bedrift! Shahrzads berättelse är en kraftfull påminnelse om att även de största utmaningarna går att övervinna med rätt inställning och stöd. Hennes föreläsning gav nya insikter och inspiration till deltagarna och visade att möjligheterna är oändliga oavsett förutsättningar.

INTRODUKTION TILL PARASPORT

FERIEARBETARE I SÖDERHAMN 14 juni

Vi från Parasport Gävleborg har återigen fått möjligheten att vara en del av *Introduktionsveckan* av Feriearbetarnas utbildning i Söderhamns Kommun. Fredagen den 14 juni började vi med en teoretisk genomgång av grunderna inom parasport och inkluderande ledarskap. Deltagarna fick lära sig om betydelsen vad parasport, inkluderande idrottsaktiviteter och hur de kan bidra till att skapa en mer inkluderande miljö för alla, oavsett förutsättningar.

Efter teoridelen fortsatte utbildningen med praktiska inslag. Deltagarna fick prova på kryckfotboll och rullstolsbasket, vilket gav dem en bättre förståelse för de utmaningar och möjligheter som finns inom parasport. Dessa aktiviteter var inte bara lärorika utan också roliga och engagerande. Dessutom bidrog aktiviteterna till att öka medvetenheten.

Vi är glada över att kunna erbjuda denna värdefulla kunskap till de ungdomar som ska ut i arbete runt om i Söderhamns kommun. Vi ser fram emot att fortsätta arbetet med främja inkluderande idrott i Söderhamns kommun och vara en nytänkande och stark kraft i svensk idrottsrörelse.

BARN- & FRITIDSPROGRAMMET 20 november

Barn- och Fritidsprogrammet under Hälsinglands Utbildningsförbund som har elever läser en kurs som heter *Tillgänglig Fritid*. Som en del i deras utbildning ombads vi att hålla i en aktivitet i Bollnäs på Bollnäs Sporthall.

Eleverna fick testa på att ledsaga varandra, testa goalball och kryckfotboll.

LEDARSKAPSAKADEMI – KF HEROS

Vår medlemsförening KF Heros har sökt och blivit beviljade medel för att starta upp en ledarskapsakademi och kommer under 2025 söka ledare som brinner för att skapa glädje, gemenskap och delaktighet och som vill utvecklas som ledare.

Gävleborgs Parasportförbund tillsammans med RF SISU Gävleborg kommer stötta föreningen med att ta fram en utbildningsplan samt utbilda ledarna under 2025.

DET UNIKA INKLUDERANDE LEDARSKAPET

Ledarskapsutbildningen är skapad i samverkan med RF-SISU Gävleborg, Parasport Gävleborg och Gävleborgs Innebandyförbund med stöd och input från KF Heros år 2020. Den togs fram i projektet *"Innebandybollen i centrum"* men är inte idrottsspecifik till innebandy.

Utbildningen riktar sig till alla föreningar som vill ha inkluderande ledare och ger inom parasporten en grundläggande kunskap kring just parasport och introducerar grunderna i:

- Begrepp och definitioner
- Inkluderande ledarskap
- Tillgänglighet och Miljö
- Idé- och värderingsstyrt ledarskap
- Rörelseförståelse

Håll utkik i våra flöden när utbildningen erbjuds eller ta kontakt med oss på förbundet.

HEMSIDA OCH SOCIALA MEDIER

HEMSIDA

Under 2024 har vår hemsida www.parasport.se/distrikt/gavleborg varit en central informationskälla för våra medlemmar, samverkanspartners och till allmänheten. Den fungerar som en plattform där alla som är intresserade av vår verksamhet snabbt kan hitta relevant och uppdaterad information.

På hemsidan publiceras ett brett utbud av innehåll, inklusive viktiga dokument som medlemsregister, tävlingsinformation inom flera olika idrotter, kontaktmöjligheter, guider, styrdokument med mera. Vi har även en sektion för aktuella nyheter samt kalenderhändelser med information om kommande evenemang och aktiviteter. Hemsidan är därmed ett viktigt verktyg för både informationsspridning och kommunikation inom vårt nätverk.

Under året har vi genomfört flera förbättringar av hemsidan. En utvecklingsdel är tillägget av fliken "*Tips på bidragsansökningar*". Genom att samla information om bidrag och finansieringsmöjligheter på en och samma plats, har vi gjort det enklare för föreningarna att få en snabb översikt och ansöka om relevant stöd.

För att ytterligare öka hemsidans tillgänglighet har funktionen "*Lyssna*" implementerats, som gör det möjligt för besökare att få texten uppläst. Detta har förbättrat tillgången till information för personer med synnedsättningar eller andra som behov att få en uppläst text. Vi har också som standard att ge bilder på hemsidan en bildbeskrivning, vilket ytterligare bidrar till en mer tillgänglig upplevelse för alla användare.

Hemsidans plattform har vissa begränsningar när det gäller avancerad statistik, men vi har vi ändå kunnat följa en positiv utveckling av antalet besök. Under året har vi haft 10 794 besök på vår huvudsida. Vi har även publicerat 102 nyhetsartiklar och 131 kalenderhändelser, vilket visar på en aktiv och kontinuerlig uppdatering av innehållet.

För att på ett enkelt sätt hitta en idrottsförening som erbjuder idrott för personer med funktionsnedsättning hänvisar vi till ParaMe, där kan ni söka efter olika paraidrotter som finns i just ditt närområde. Många föreningar har redan registrerat sig på ParaMe vilket är ett bra sätt för att öka tillgängligheten och möjligheten att nå ut till fler.

Hittar man inte sin förening på ParaMe, ta kontakt med oss så hjälper vi dig att hitta rätt.

Vi uppmanar alla våra föreningar att registrera sig kostnadsfritt på ParaMe om ni inte redan gjort det. Gå in på <https://parame.se/registrera/> och följ instruktionerna.



SOCIALA MEDIER

Användningen av sociala medieplattformar som Facebook och Instagram inleddes under åren 2015 respektive 2017 och har sedan dess varit viktiga kanaler för att nå ut med information om förbundets verksamhet och för att främja interaktionen till våra medlemmar och andra intressenter.

Under verksamhetsåret 2024 har vi sett en positiv utveckling på båda plattformarna, med en ökad närvaro och engagemang. Antalet följare har ökat till 593 på Facebook och 395 på Instagram, vilket innebär en fortsatt växande digital närvaro. Detta visar på ett ökande intresse för vårt arbete och vår verksamhet bland både nuvarande och potentiella följare.

Vi har publicerat totalt 181 inlägg på Facebook, vilket har lett till 3 800 besök och en räckvidd på 15 400 personer. På Instagram har vi publicerat 115 inlägg, som genererat 646 besök och en räckvidd på 2 700 personer. Dessa siffror återspeglar hur vår närvaro på sociala medier fortsätter att växa och engagera fler individer.

En särskilt positiv utveckling under året är den markanta ökningen av innehållsinteraktioner. På Facebook har vi sett en ökning med 231 % jämfört med 2023, och på Instagram har interaktionerna ökat med 100 %. Denna ökning innebär inte bara fler människor som tar del av vårt innehåll, utan också en större interaktivitet med våra följare, vilket ökar våra möjligheter att sprida information och engagera fler individer och organisationer.

Sammanfattningsvis har sociala medier under 2024 fortsatt att vara en central del av vår kommunikationsstrategi och en effektiv plattform för att nå ut med vår verksamhet. Vi ser fram emot att fortsätta bygga vidare på dessa positiva trender och använda dessa plattformar för att skapa ännu större engagemang och synlighet av vårt förbund.





GÄVLEBORGS REKRYTERINGSGRUPP

GRG bildades 1989 i samverkan mellan Gävleborgs Parasportförbund – dåvarande "Gästrik-Hälsinge Handikappidrottsförbund", Länsrehab i Sandviken och Aktiva Rörelsehindrade. Verksamheten har senare utvecklats, GRG är en sektion/projekt inom Gävleborgs Parasportförbund.

GRG:s ambition är att informera om och låta deltagarna prova olika typer av aktiviteter som ger glädje, stimulans och sociala kontakter, inte minst med andra i liknande situation.

Behovet av förebilder är väsentligt för en varaktig och positiv rehabilitering och vi vill visa att det finns mycket man kan göra även om man drabbats av någon form av funktionsnedsättning.

Våra temadagar och aktiviteter gör det också möjligt för nyskadade att knyta kontakter med andra som kommit längre i sin rehabilitering, någon man kan få goda råd och tips av och någon som visar vad man faktiskt kan göra.

GRG:S VERKSAMHETSMÅL:

- ❖ Att genom uppsökande verksamhet inom målgruppen fysiska funktionsnedsättningar informera om betydelsen av fortsatt rehabiliteringsträning för ett mer aktivt och oberoende liv.
- ❖ Att introducera anpassade idrotter och träningsformer. Stimulera nya deltagare med målet att klara sin nya livssituation bättre.
- ❖ Att genom samarbete med parasportföreningar och den övriga idrottsrörelsen utveckla, stödja och stimulera till regelbunden träningsverksamhet.
- ❖ Att för nyskadade skapa möjlighet till en social gemenskap och erfarenhetsutbyte med de som kommit längre i sin rehabilitering.





GRG:S STYRGRUPP

GRG:s styrgrupp har under 2024 bestått av följande:

Ordförande:	Yvonne Cederholm, Sandviken
Sekreterare:	Mikael Rickeskär, Valbo
Ledamöter:	Krister Larsson Christer Lindh, Sandviken Mats Sahlberg, Ockelbo Susanne Arvidsson, Sandviken Ann-Charlotte Fahlqvist, Söderhamn Benny Grönblad, Gävle Kjell Andersmats, Gävle
Ersättare:	Lars Sjöholm, Storvik Helén Arvidsson, Storvik
Webb/Hemsida:	Viktor Sandén, Valbo

Styrgruppen har under 2024 haft tio protokollförda möten: 23/1, 5/2, 7/3, 2/4, 13/5, 18/6, 14/8, 23/9, 11/11 och 19/12.

På Rehabiliteringsmedicin har GRG erhållit service med bl.a. utskick via e-post och sms. Fritidsledaren och övrig personal på Rehabiliteringsmedicin i Sandviken är en viktig länk i GRG eftersom det oftast är där den första kontakten mellan nyskadade och vår verksamhet sker.

Deltagarregister finns – lösenordskyddat – på vår hemsida där endast styrgruppen kan in och ändra eller lägga till eller ta bort fakta. Vår Facebook-sida administreras av Benny Grönblad.



GEMENSAM VERKSAMHET

BOWLING I SÖDERHAMN 2/2

I februari hade vi nio deltagare som kom och spelade bowling, en aktivitet som gärna får vara återkommande. Dagen avslutades med lite gemensam fika.

BASKET I OCKELBO 17/2

Deltagarna fick möjlighet att titta på basket i Ockelbo, en match där Ockelbo drog det längsta strået och vann. Strax innan matchen samlades gänget och fikade på det nyöppnade fiket i centrum.

SNÖSKOTERSAFARI 1/3

Det bjöds på ett bra väder för skoteråkning i mars när det återigen var dags för den omtyckta aktiviteten skoteråkning, något molnigt och nollgradigt, fina pistade leder. Åtta tappra deltagare och en guide. Turen gick till en liten stuga i skogen där det blev korvgrillning och fika.

ÅRSTRÄFF 7/3

Årsträffen genomfördes på Sandvikens Sjukhus. Gävle Bugg och Rockin Rolling Club hade åtta personer på plats som visade upp lite olika danser såsom bugg, dubbelbugg, lindy hop, rock ´n roll och step.

David Darehed agerade årsmötesordförande. Noterbart är att deltagaravgiften höjdes till 200 kr/år.

PROVA PÅ PARASPORT 12/3

En lyckad prova-på aktivitet i Gävle! Cirka tio deltagare från GRG provade på bordtennis, boccia och elinnebandy. Detta var ett samarrangemang med KF Heros och Gävle HIF. Vi hoppas att våra deltagare hittar aktiviteter som de skulle kunna tänka sig att fortsätta med utanför det som GRG erbjuder i form av prova på.

SLUTSPELSHOCKEY MED BRYNÄS 3/4

Vi blev sammanlagt 14 personer som kom till arenan för att heja fram Brynäs.

BOWLING I SANDVIKEN 9/4

Vi hade 17 deltagare som kom och spelade bowling, hälften valde att stanna kvar efteråt för en gemensam middag.

HJULTORGET I KISTA 15/5

Det blev ett stort gäng som styrde kosan söderut, 26 deltagare. Det är så spännande att gå runt på mässan och titta på alla nya saker, det fanns också intressanta föreläsningar att delta på.



BOWLING I SÖDERHAMN 22/5

I Söderhamn deltog flera GRG-deltagare på bowling. Alla stannade kvar efteråt och åt tillsammans i hallen.

FISKE I HAMPTJÄRN 30/5

En återkommande aktivitet som är väldigt uppskattad. Natursköna Hamptjärn är verkligen ett fantastiskt ställe att fiska vid eller bara vara med och fika och grilla korv. 18 deltagare deltog denna gång.

SOMMARKVÄLL I HÖGBO 13/6

Ett ostadigt väder gjorde med stor sannolikhet att många valde att stanna hemma. Till slut var det ändå 30 personer som samlades uppe vid Uddstugan. Regnet upphörde vid 16-tiden men vi höll oss ändå inne i stugan. Tipsrundan vanns av Lena Hallberg tätt följt av Astrid och Lotta. Markus levererade som vanligt fantastisk sång och musik.

VETERANBILSUTFLYKT 7/8

Det blev åtta bilar och en motorcykel som styrde kosan norrut mot Lingbo. Inga bilar från Söderhamn denna gång. Väl framme möttes vi av en trubadur som sjöng och spelade i trädgården där vi kunde sitta och fika. En trevlig dag som bjöd på ett fint cab-väder. 12 deltagare var med under dagen.

KICK OFF I SJÖSUNDA/ÅRSUNDA 26/8

Det var ett stort gäng som samlades nere vid Storsjöns strand denna kväll, 36 personer totalt. blev en väldigt fin sommarkväll vid Storsjön. Det var en blåsig dag, så pass blåsig att skepparen till pontonbåten inte kunde ta sig dit.

FISKE I HÄRNEN 29/8

Inte så många GRG:are denna gång. En hel del små abborrar fiskades upp, så lite nappades det ändå. Lite grillning och fika på det slår aldrig fel. Allt blir lite godare ute i naturen.

STIFTELSENS DAG 1/9

På plats fanns några deltagare från GRG representerade, Mats, Helén, Kjell, Tim och Krister.

FISKE I LÅNGKISSLINGEN 6/9

GRILLNING OCH MUSIKUNDERHÅLLNING I RÖNNÅSSTUGAN 24/9

En trevlig kväll med 33 deltagare, härlig stämning med trubaduren Walle. Trots lite dimma fick vi njuta av en fantastisk utsikt och grillning över öppen spis, en lyckad kväll.

BOWLING I SÖDERHAMN 3/10

MUSIKUNDERHÅLLNING SANDVIKENS SJUKHUS 7/10

En härlig tradition som är återkommande. Vi var 40 deltagare som fick avnjuta härlig musik från 60-talet, en trevlig samvaro med musik och fika.

LUFTGEVÄRSSKYTTE 10/10

Sex personer från GRG dök upp för att skjuta lite denna eftermiddag, men även patienter från rehab-kliniken gavs möjligheten att testa på att skjuta.

VISNING AV ONE-GRIP 14/10

Fyra deltagare samt personal från rehab och primärvården kom till förevisningen av denna robothandske. En mycket intressant föreläsning om ett hjälpmedel som skulle kunna vara ett alternativ till handkirurgi.

BOWLING I SANDVIKEN 6/11

Totalt deltog 17 personer på bowlingen denna gång, så roligt att det är så många som deltar.

FOLKTEATERN BAKOM KULISSERNA 14/11

Totalt 11 personer som deltog när vi fick information om vad Folkteatern är och står för samt en rundvandring i lokalerna. Aktiviteten avslutades med en smarrig fika.

FÖREDRAG OM GRÖNLAND 20/11

Deltagare från GRG samt patienter från rehab fick lyssna till en fantastisk föreläsning om Grönland.

STUDIEBESÖK PÅ HJÄLPMEDEL SAM 28/11

Besöket framflyttat en vecka med anledning av ett snöoväder. Sammanlagt deltog 14 personer, en intressant visning av hjälpmedel och rundvandring i butiken.

CURLING MED CK GRANIT 27/11

Tyvärr fick aktivitetens ställas in med anledning av att is-aggregatet i hallen gått sönder.

JULFEST 29/11

En trevlig julfest med god mat och bra musik. Amanda gjorde i ordning en god förrätt och restaurangen Gustafs Bro levererade en fantastisk grillbuffé. Traditionsenlig kladdkaka med vispgräddde och hallon till efterrätt.

Ett gediget julklappslotteri hann vi med mellan låtarna som bandet "Hot Dolls" spelade. Allt som allt var vi 56 personer som deltog inkl. bandet.

BASKET I OCKELBO 8/12

Vi blev tio personer som samlades i Ockelbo för att titta på lite live-idrott. Dagen startades med lite käk efterföljt av matchen.

ÖVRIG VERKSAMHET

Vi har haft träningsgrupper igång i Sandviken, Söderhamn och Bollnäs samt musik och bildterapi på Drömfabriken i Sandviken.

Träningsgrupperna har egen träning som exempelvis styrketräning, pingis, bågskytte, dart, bordsshuffleboard, blåsrör, biljard, laserskytte m.m.

BOLLNÄS

Har haft prova på träningstillfällen på sporthallen och på odengymmet "Dönje" på tisdagar. Under nästa år fortsätter träningarna på samma dag.

Kontaktperson Mats Källänge 070 673 16 58

SANDVIKEN

Torsdagar träning på Rehabiliteringsmedicin avd. 70, klockan 17.00 – 19.00

Kontaktperson: Micke Rickeskär 070-536 89 15

SÖDERHAMN

Har haft träningstillfällen med JK Movement och på Caspers Gym. Träningen kommer att fortsätta på Caspers Gym på tisdagar nästa år. Caspers ligger vid Hällåsen.

Kontaktperson: Ann-Charlotte Pernu 070 779 09 39

DELTAGARE

Antalet deltagare uppgick i slutet av året till cirka 207, varav åtta är föreningar.

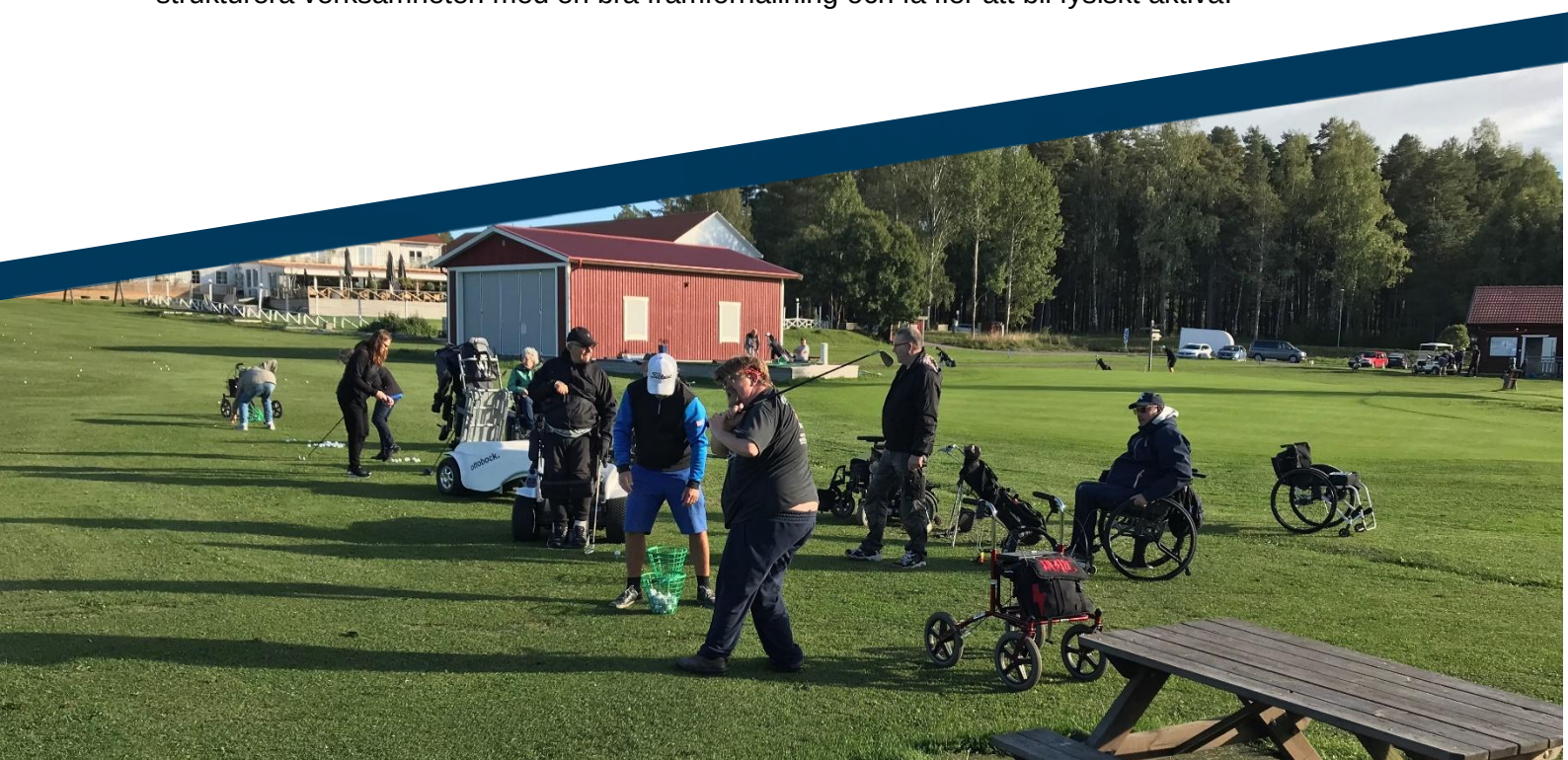
DRÖMFABRIKEN

Musik och Bildterapi på tisdagar kl. 13.00 – 15.00 på Drömfabriken i Sandviken. Det brukar vara ca 10–15 deltagare/gång, varav minst ett par nyskadade från Länsrehab.

Verksamheten har ett bildpass där man jobbar med lera/keramik eller målar. Det andra passet är musik, där publiken med hjälp av diverse notböcker ger musikerna förslag på låtar att spela och sjunga under tiden som publiken själv får fika. Ibland blir det någon musikfrågesport för att kolla musikkunskaperna hos deltagarna.

BIDRAG

Tack vare bidrag från bland annat Region Gävleborg och Göranssonska fonden så kan vi fortsätta att bedriva vår viktiga verksamhet. Ekonomiskt stöd är nödvändigt för att vi ska kunna planera och strukturera verksamheten med en bra framförhållning och få fler att bli fysiskt aktiva.



STYRELSENS ÅRSBERÄTTELSE 2024

STYRELSENS SAMMANSÄTTNING

	Ordförande Carina Karlsson Söderhamn		
	Vice ordförande Yvonne Cederholm Sandviken		Ledamot Ulrika Krantz Söderhamn
	Ledamot Linus Persson Gävle		Ledamot Andreas Heeger Ljusdal
	Ersättare Ulf Nordin Gävle		Valberedning Henrik Söderkvist Parasport Söderhamn

Ersättare:

Vakant

Revisor:
Revisorssuppleant:

Mats Svedberg
Tony Croon

Aktiv Revision i Gävle
Bollnäs

Sammanträden:

Styrelsen har under 2024 - inkluderat Årsmötet och Konstituerande mötet – haft elva protokollförda sammanträden, sex digitala möten och fem fysiska möten.

KANSLI:

Besöksadress: Hällåsen 606, 826 40 Söderhamn

Postadress: BOX 325, 826 27 Söderhamn

Hemsida: parasport.se/gavleborg

PERSONAL:

IDROTTSKONSULENT

ELIN WALFRIDSSON

070 682 22 43

elin.walfridsson@parasport.se



IDROTTSKONSULENT

EMIL DELIN

073 023 38 91

emil.delin@parasport.se



YVONNE CEDERHOLM FINALIST TILL "ÅRETS VOLONTÄR 2024"

Varje år utser organisationen *Volontärbyrån* "Årets Volontär" och 2024 blev vår vice ordförande Yvonne Cederholm en av 12 finalister. Yvonne blev utvald av omkring 300 nominerade runt om i hela Sverige.

Motiveringen löd:

"Yvonne Cederholm är vice ordförande i Gävleborg Parasportförbund. Yvonne är "eldsjäl" personifierad. Hon lägger ner mycket tid på att arrangera aktiviteter för personer med funktionsnedsättning, och var till exempel mycket engagerad i tillgänglighetsfrågor under World Cup Volt Hockey. Yvonne vill att alla personer ska ha rätt till en aktiv fritid och hennes mantra lyder, "Om du ger, får du tusenfalt tillbaka". Sedan hon själv hamnade i rullstol har hon brunnit för att skapa idrottsaktiviteter för andra med någon form av funktionsnedsättning, hon dansar själv rullstolsdans och testat de flesta aktiviteter som finns."

- Det var en chock. Jag fick ett samtal, "Grattis, du är en av tolv finalister" och jag visste inte ens att jag var nominerad, säger Yvonne.
- Jag har gråtit många glädjetårar, jag är så tacksam, säger hon om nomineringen.

I december stod det klart att Yvonne inte blev Årets Volontär 2024, men vi är såklart otroligt stolta över att Yvonne tog sig så långt, bara att vara en av 12 finalister av över 300 nominerade är stort och vi är glada att Yvonne väljer att engagera sig i parasporten.

Yvonne har också blivit uppmärksammas i hennes hemort Sandviken i tidningen "Din lokaltidning" Sandvikens & Hofors Kommun med en väldigt fin artikel. Parasport Sverige har också delat nyheten via deras nyhetsbrev och sociala medier.

Yvonne berättar att hon kommer fortsätta sitt engagemang så länge som hon orkar, så länge det är roligt och så länge hon känner sig behövd.

FINALIST





ANSLUTNA FÖRENINGAR: (34)

Föreningar:

Bollnäs Friidrottsklubb
 Bollnäs GIF Fotboll
 Bollnäs Simsällskap
 Forsa Skytteförening
 Gefle Frivilliga Skarpskytteförening
 Gefle Gymnastikförening
 Gävle HIF
 Gävle Judo
 Gävle Golfklubb
 Gävle Innebandyklubb
 Gävle Simsällskap
 Gävle Skidkamrater
 Helges IF
 Hudiksvall IF
 Hofors AIF
 Hälsinglands Sportklubb
 IF Hudik Alpin
 IFK Söderhamn
 IBK Hudik
 IK Sätra
 Järvsö IF
 Julle United
 KF Heros

Linblommans Parasportförening
 Ockelbo Skidklubb
 Parasportföreningen Söderhamn
 Rengsjö SK
 Sandviken AIK
 Sandviken HI
 Sandvikens IF
 Strands IF Handboll
 Söderhamns IBF
 Söderhamns FF
 Tunalids Ridklubb

Ort:

Bollnäs
 Bollnäs
 Bollnäs
 Hudiksvall
 Gävle
 Gävle
 Gävle
 Gävle
 Gävle
 Gävle
 Gävle
 Gävle
 Hudiksvall
 Hofors
 Hudiksvall
 Hudiksvall
 Söderhamn
 Hudiksvall
 Gävle
 Järvsö
 Hudiksvall
 Gävle

Bollnäs
 Ockelbo
 Söderhamn
 Rengsjö
 Sandviken
 Sandviken
 Sandviken
 Hudiksvall
 Söderhamn
 Söderhamn
 Hudiksvall

Idrotter:

Friidrott
 Fotboll
 Simning
 Skytte
 Luftgevärsskytte
 Gymnastik, alla kan gympa
 Boccia, bordtennis
 Judo
 Golf
 Innebandy
 Simning
 Längdskidor/Friidrott
 Biljard
 Längdskidåkning
 Fotboll
 Skidor/fotboll
 Alpint
 Futsal
 Innebandy
 Fotboll, innebandy
 Friidrott/skidor/padel
 Dans, cheerleading
 Innebandy, fotboll,
 elinnebandy, bowling, m.fl.
 Simning, alpint m.m.
 Längdskidåkning
 Boccia, bowling
 Fotboll
 Innebandy
 Boccia
 Fotboll
 Handboll
 Innebandy
 Fotboll
 Ridsport



SLUTORD

Dags att sammanfatta året som gått!

Kära medlemmar, samarbetspartners och vänner,

Vi i styrelsen i Gävleborgs Parasportförbund vill passa på att tacka för ett givande år! När vi ser tillbaka på verksamhetsåret 2024, känner vi oss stolta och tacksamma över allt det vi har åstadkommit tillsammans.

Under året har vi fortsatt att arbeta för att skapa fler och bättre möjligheter för personer med funktionsnedsättning att delta i idrott och fysisk aktivitet. Vi har sett många fantastiska prestationer och ett stort engagemang från både utövare, ledare och funktionärer.

Vår verksamhet har växt, både när det gäller antal deltagare och aktiviteter och vi har även stärkts i vårt samarbete med lokala föreningar och andra aktörer.

Tack vare er alla har vi lyckats skapa en mer inkluderande och tillgänglig idrottsmiljö för alla och vi ser fram emot att fortsätta utveckla vårt arbete under 2025. Tillsammans gör vi stor skillnad!

Parasport är ***En unik kraft som förverkligar drömmar!***

Styrelsen
Gävleborgs Parasportförbund

EKONOMISK BERÄTTELSE 2024

Årsbokslut

för

Gävleborgs Parasportförbund

Org.nr. 885000-7256

Räkenskapsåret

2024-01-01 — 2024-12-31

Innehåll	Sida
Resultaträkning	2
Balansräkning	3-4
Noter	5
Underskrifter	6

Resultaträkning

	Not	2024-01-01 2024-12-31	2023-01-01 2023-12-31
Föreningens intäkter			
Nettoomsättning	2	182 355	167 111
Övriga rörelseintäkter	3	1 636 507	1 114 730
Summa föreningens intäkter		1 818 862	1 281 841
Föreningens kostnader			
Direkta kostnader		-183 751	-328 265
Övriga externa kostnader		-276 384	-380 936
Personalkostnader	4	-1 292 971	-718 921
Avskrivningar av materiella anläggningstillgångar		-6 844	-6 844
Summa föreningens kostnader		-1 759 949	-1 434 966
Rörelseresultat		58 913	-153 125
Finansiella poster			
Övriga ränteintäkter och liknande resultatposter		1 439	1 162
Räntekostnader och liknande resultatposter		-121	-158
Summa finansiella poster		1 318	1 004
Resultat efter finansiella poster		60 231	-152 121
Resultat före skatt		60 231	-152 121
Årets resultat		60 231	-152 121

Balansräkning

	Not	2024-12-31	2023-12-31
Tillgångar			
Anläggningstillgångar			
Materiella anläggningstillgångar			
Inventarier, verktyg och installationer	5	20 530	27 374
Summa materiella anläggningstillgångar		20 530	27 374
Summa anläggningstillgångar		20 530	27 374
Omsättningstillgångar			
Kortfristiga fordringar			
Kundfordringar		125 154	52 500
Övriga fordringar		53 941	21 152
Förutbetalda kostnader och upplupna intäkter		0	559
Summa kortfristiga fordringar		179 095	74 211
Kassa och bank			
Kassa och bank		268 189	266 464
Summa kassa och bank		268 189	266 464
Summa omsättningstillgångar		447 284	340 675
Summa tillgångar		467 814	368 049

Balansräkning

	Not	2024-12-31	2023-12-31
Eget kapital och skulder			
Eget kapital			
Eget kapital			
Eget kapital vid räkenskapsårets början		157 171	309 292
Årets resultat		60 231	-152 121
<i>Eget kapital</i>		<i>217 402</i>	<i>157 171</i>
<i>Summa eget kapital</i>		<i>217 402</i>	<i>157 171</i>
Kortfristiga skulder			
Skatteskulder		16 826	10 538
Övriga skulder		38 234	37 980
Upplupna kostnader och förutbetalda intäkter		195 352	162 360
<i>Summa kortfristiga skulder</i>		<i>250 412</i>	<i>210 878</i>
<i>Summa eget kapital och skulder</i>		<i>467 814</i>	<i>368 049</i>

1 Redovisningsprinciper

Årsredovisningen är upprättad i enlighet med bokföringslagens regler om årsbokslut och Bokföringsnämndens allmänna råd (BFNAR 2017:3) om årsbokslut.

Noter till resultaträkning

2 Nettoomsättning

	2024-12-31	2023-12-31
Nettoomsättning		
Avgifter	44 650	38 650
Övrigt	137 705	128 461
	182 355	167 111

3 Övriga intäkter

	2024-12-31	2023-12-31
Regionala bidrag	800 000	800 000
Övriga bidrag	257 455	237 750
Övrigt	579 052	76 980
	1 636 507	1 114 730

4 Medelantal anställda

Medelantalet anställda bygger på av bolaget betalda närvarotimmar relaterade till en normal arbetstid.

	2024-12-31	2023-12-31
Medelantal anställda	2	1

Noter till balansräkning

5 Inventarier, verktyg och installationer

	2024-12-31	2023-12-31
Ingående anskaffningsvärden	34 218	34 218
Utgående anskaffningsvärden	34 218	34 218
Ingående avskrivningar	-6 844	0
Årets avskrivningar	-6 844	-6 844
Utgående avskrivningar	-13 688	-6 844
Redovisat värde	20 530	27 374

REVISIONSBERÄTTELSE

Till föreningsstämman i Parasportförbundet Gävleborg
Org.nr. 885000-7256

Rapport om årsbokslutet

Uttalanden

Vi har utfört en revision av årsbokslutet för Parasportförbundet Gävleborg för år 2024.
Enligt vår uppfattning har årsbokslutet i allt väsentligt upprättats i enlighet med bokföringslagen.

Grund för uttalanden

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Revisorernas ansvar enligt denna sed beskrivs närmare i avsnitten "Den auktoriserade revisorns ansvar" samt "Den förtroendevalde revisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisorssed i Sverige. Jag som auktoriserad revisor har fullgjort mitt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.
Vi anser att de revisionsbevis vi har inhämtat är tillräckliga och ändamålsenliga som grund för våra uttalanden.

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som har ansvaret för att årsbokslutet upprättas och för att bokföringslagen tillämpas vid upprättandet av årsbokslutet. Styrelsen ansvarar även för den interna kontroll som den bedömer är nödvändig för att upprätta ett årsbokslut som inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag.

Vid upprättandet av årsbokslutet ansvarar styrelsen för bedömningen av föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Antagandet om fortsatt drift tillämpas dock inte om beslut har fattats om att upphöra med verksamheten.

Den auktoriserade revisorns ansvar

Jag har att utföra revisionen enligt International Standards on Auditing (ISA) och god revisionssed i Sverige. Mitt mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida årsbokslutet som helhet inte innehåller några väsentliga felaktigheter, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag. Rimlig säkerhet är en hög grad av säkerhet, men är ingen garanti för att en revision som utförs enligt ISA och god revisionssed i Sverige alltid kommer att upptäcka en väsentlig felaktighet om en sådan finns. Felaktigheter kan uppstå på grund av oegentligheter eller misstag och anses vara väsentliga om de enskilt eller tillsammans rimligen kan förväntas påverka de ekonomiska beslut som användare fattar med grund i årsbokslutet.

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

- identifierar och bedömer jag riskerna för väsentliga felaktigheter i årsbokslutet, vare sig dessa beror på oegentligheter eller misstag, utformar och utför granskningsåtgärder bland annat utifrån dessa risker och inhämtar revisionsbevis som är tillräckliga och ändamålsenliga för att utgöra en grund för mina uttalanden. Risker 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, förfälskning, avsiktliga utelämnanden, felaktig information eller åsidosättande av intern kontroll.

- skaffar jag mig en förståelse av den del av föreningens interna kontroll som har betydelse för min revision för att utforma granskningsåtgärder som är lämpliga med hänsyn till omständigheterna, men inte för att uttala mig om effektiviteten i den interna kontrollen.
- utvärderar jag lämpligheten i de redovisningsprinciper som används och rimligheten i styrelsens uppskattningar i redovisningen och tillhörande upplysningar.
- drar jag en slutsats om lämpligheten i att styrelsen använder antagandet om fortsatt drift vid upprättandet av årsbokslutet. Jag drar också en slutsats, med grund i de inhämtade revisionsbevisen, om huruvida det finns någon väsentlig osäkerhetsfaktor som avser sådana händelser eller förhållanden som kan leda till betydande tvivel om föreningens förmåga att fortsätta verksamheten. Om jag drar slutsatsen att det finns en väsentlig osäkerhetsfaktor, måste jag i revisionsberättelsen fästa uppmärksamheten på detta. Mina slutsatser baseras på de revisionsbevis som inhämtas fram till datumet för revisionsberättelsen. Dock kan framtida händelser eller förhållanden göra att en förening inte längre kan fortsätta verksamheten.
- utvärderar jag den övergripande presentationen, strukturen och innehållet i årsbokslutet, däribland upplysningarna, och om årsbokslutet återger de underliggande transaktionerna och händelserna i enlighet med bokföringslagen.

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

Den förtroendevalde revisorns ansvar

Jag har att utföra en revision enligt revisionslagen och därmed enligt god revisionssed i Sverige. Mitt mål är att uppnå en rimlig grad av säkerhet om huruvida sammanställningen har upprättats i enlighet med bokföringslagen.

Rapport om andra krav enligt lagar och andra författningar

Uttalande

Uttöver vår revision av årsbokslutet har vi även utfört en revision av styrelsens förvaltning för Parasportförbundet Gävleborg för år 2024.

Vi tillstyrker att föreningsstämman beviljar styrelsens ledamöter ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Grund för uttalande

Vi har utfört revisionen enligt god revisionssed i Sverige. Vårt ansvar enligt denna beskrivs närmare i avsnittet "Revisorns ansvar". Vi är oberoende i förhållande till föreningen enligt god revisorssed i Sverige. Jag som auktoriserad revisor har i övrigt fullgjort mitt yrkesetiska ansvar enligt dessa krav.

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

Styrelsens ansvar

Det är styrelsen som 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 ersättningsskyldighet mot föreningen.

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

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

Gävle den dag som framgår av vår elektroniska underskrift

Mats Svedberg
Auktoriserad revisor FAR

Tony Croon
Lekmannarevisor

STORT TACK TILL VÅRA FANTASTISKA
SAMVERKANSPARTNERS! INGENTING HADE
VARIT MÖJLIGT UTAN ERT STÖD!

PARASPORT – EN UNIK KRAFT SOM
FÖRVERKLIGAR DRÖMMAR



Gävleborg

Sparbanksstiftelsen
Söderhamn



**Göranssonska
Stiftelserna**



PARASPORT

/SVERIGE