



[Scanna QR-kod](#) för digital version av Nyhetsbrevet

Nr. 2 År 2026

LOK-stöd

Föreningar. Kom ihåg att rapportera in LOK-stöd.

För personer med funktionsnedsättning finns ingen övre åldersgräns, alla aktiva är berättigade LOK-stöd

LOK-stödet för våren 2026 (1/1 – 30/6) ska in senast 25 augusti

Läs mer: [Att ansöka om LOK-stöd >>](#)

Kolla gärna in vår kalender

Där finns inbjudningar till framtida aktiviteter, som händer både lokalt och nationellt.
Kalendern uppdateras kontinuerligt.

Läger – Tävlingar – Föreläsningar – Utbildningar

Kalendern finns längre ner på vår hemsida:
www.parasport.se/jamtland-harjedalen

Nytt på vår hemsida.

Nu finns ett bildstödsmaterial med idrottsrelaterade bilder på vår hemsida.

Bilderna är framtagna som stöd till föreningar, ledare och tränare för att lättare kunna kommunicera på flera sätt under era träningstillfällen.

Läs mer: [Om Bildstödet >>](#)



Nyhetsbladet är ett av våra sätt att sprida information om vad som hänt eller kommer att hända inom Parasport i Jämtland-Härjedalen.

Följ oss gärna på vår hemsida:

www.parasport.se/jamtland-harjedalen

 <http://www.facebook.com/Parasport.J.H>

 <https://www.instagram.com/parasportjamtlandharjedalen/>

Huvudsponsor



**Vi som sponsrar
nyhetsbrevet:**

Om ditt företag vill synas på nyhetsbladet, kontakta kansliet.



ÖSTERSUNDS KOMMUN
STAAREN TJIELTE



LF Jämtland



Vad är på gång?

Storsjöcupen - Paratrophy

Fotboll 30 juni – 3 juli 2026 i Östersund.
Alla matcherna spelas på **Odensala sportfält** där ni även hittar vårt Cuptorg med försäljning av olika slag och en massa roliga aktiviteter.

[>>www.storsjocupen.com/paratrophy](http://www.storsjocupen.com/paratrophy)



Sommarläger

Östersund Arena den 6 - 10 juli 2026.
Olika aktiviteter och en fantastisk möjlighet att ha roligt på is.
IF Castor är arrangör.

[Om Lägret – Inclusive Skating Camp >>](#)



Parasportdagen

Hofvallen, Östersund
Onsdag 9 september 2026.
Kl. 15.00 – 18.00

Idrotter att prova på under dagen:

Basket, Bågskytte, Frisbeegolf, Golf,
Gympa, Handboll, Innebandy,
Motorsport, Race-running,
Volleyboll m.fl.

Kom och prova-på olika idrotter som
föreningarna erbjuder

Inbjudan: [Parasportdagen >>](#)



PARASPORTDAGEN

Onsdagen den 9 september 2026 är det äntligen dags för **PARASPORTDAGEN!**
Då har du som har en syn-, rörelse- eller intellektuell funktionsnedsättning möjlighet att prova på olika idrotter, samt träffa flertalet lokala idrottsföreningar.
RF-SISU JH finns på plats.

Program
15.00 Portarna öppnas
Föreningarna erbjuder prova-på
15.15 Gemensam uppvärmning
18.00 Slutar dagen - Hemgång

Idrotter att prova på under dagen:

Basket, Bågskytte, Fotboll, Frisbeegolf, Golf, Gympa, Handboll, Innebandy, Race-running, Volleyboll mm.

Varmt välkomna!

INFORMATION

När: 9 september 2026
Tid: 15.00 – 18.00
Var: Hofvallen, Östersund
Kostnad: Gratis!
Anmälan: Ingen föransökan krävs
Fika finns att köpa på plats.
ICA Maxi bjuder deltagare på kaffe med bröd och A-Assistans bjuder på vatten.
Alla som fyller i en enkät vid utgången får en gåva!

KONTAKT

Christina Persson
Parasport Jämtland-Härjedalen
christina.persson@parasport.se
073 - 182 85 50





PARASPORT
/JÄMTLAND-HÄRJEDALEN

Vad har hänt?

Att våga prata om nervositet – en kväll om prestationsångest och gemenskap

Under en träff på Skidstadion i Östersund samlades idrottare med intellektuell funktionsnedsättning för att dela erfarenheter, sätta ord på känslor och få verktyg för att hantera nervositet - tillsammans med RF-SISU J-H och Parasport Jämtland-Härjedalen.

Läs mer: [Att våga prata om... >>](#)



Para Handbollsfestival

Den 25 april, genomförde Östersunds HK vår första parahandbollsfestival i Östersund!

"Fantastiskt kul hade vi, och så härligt att få se glädjen hos våra spelare."

Läs mer på Facebook:

[Om Para Handbolls Festivalen 2026 >>](#)



Alpint i Tänn dalen

Den alpina säsongen avslutades i Tänn dalen med parallellslalom, och för första gången även med paraklasser.

Arrangör Tänn dalens IF, ser fram emot nästa säsong, där paraklasser är en självklar del i tävlingarna.

Fotbollsskola

Ope IF arrangerade en fantastisk fotbollsskola, där 18 blivande spelare deltog.

Läs mer på FB: [Om fotbollsskolan >>](#)



Nyttig information för individ och förening

Besök gärna vår hemsida
för fler tips om var Föreningar kan söka bidragsmedel
Läs mer: [Fler tips på bidragsmedel](#)



Projektstöd IF:

Nu finns det ett ekonomiskt stöd som går att söka hos Parasport Sverige.

Läs mer: [Sök projektstöd | Parasport Sverige](#)



Har Du en funktionsnedsättning och vill vara aktiv?
Fritid & Rekreation har en sida där ALLA möjliga aktiviteter erbjuds.
Läs mer: [Fritid och Rekreation](#)

Parasport Sveriges nya kunskapsportal

(krävs Freja+, för att ta del av utbildningarna)

Successivt kommer samtliga utbildningar att finnas här:

<https://kunskapsarenan.se/parasport>

Möjlighet att söka sponsorbidrag

Som förening finns
möjlighet att söka bidrag
från Parasport Jämtland-
Härjedalen från de medel
som LF Jämtland
sponsrar förbundet med.

[Länk till ansökan LF-pott >>](#)



Besök [Para-Me.se](#) - Sök en idrott nära dig

Sajten är unik och revolutionerande inom idrottsrörelsen.
Är du nyfiken på att testa på en ny idrott?

Läs mer: [Para-Me.se](#)