

Castingförbundets satsning på Idrott för äldre 2021.

Framgångsfaktorer och hinder, som vi identifierat och analyserat i vår kartläggning.

Viktiga framgångsfaktorer	Förbättringspotential - hinder
<p>Att föreningen lyckas skapa värde för de äldre och inkludera de som vill, lite mer i föreningens verksamhet, tex ungdomsverksamheten.</p> <p><i>Värde för äldre;</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Att det finns en mötesplats där man kan träffas. - Att föreningen erbjuder skräddarsydda aktiviteter för äldre. - Att de äldre känner sig inkluderade och behövda och har en uppgift. - Att de äldre inkluderas i aktiviteter tillsammans med ungdomar och känslan av gemenskap. <p>Att föreningen kan erbjuda aktiviteter som gör att de äldre känner nyfikenhet, lust och vilja att vara med i föreningen.</p> <p>Att få föreningen att inse värdet av på vilket sätt de äldre bidrar till föreningens kultur och vilken resurs de äldre är.</p> <p>Att förbundet kan ge föreningen stöd med tips på aktiviteter för äldre.</p> <p>Att förbundet kan stötta föreningen i arbetet med att hitta former för samverkan med seniororganisationer.</p>	<p>Förbättringspotential</p> <p>Att föreningen kan erbjuda aktiviteter för de äldre som vill vara med, så de kan lär sig mer om:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teknik och träning - Rollen som funktionär - Leda en grupp <p>Att föreningen arbeta mer "planerat" med de äldre, tillsammans med ungdomsverksamheten och slussar in dem till att vilja vara en eldsjäl.</p> <p>Att föreningen lär sig samarbeta med seniororganisationer.</p> <p>Att föreningen lär sig mer om aktiviteter som lämpar sig för 65 +.</p> <p>Att föreningen får information och kunskap om idrott för äldre, generellt och specifikt.</p> <p>Hinder</p> <ul style="list-style-type: none"> - Coronapandemin har omöjliggjort att kunna träffas. - I den yngre gruppen av +65 finns viss tidsbrist. - Inomhustider på vintern. - Det egna intresset för att utöva sporten tar över och då minskar tid för att leda och utveckla verksamhet. - Svårt att hitta personer bland de äldre som vill vara ledare.

Idé och mål med ett pilotprojekt

Med projektnamnet "Casting är vår fluga" genomför Castingförbundet ett pilotprojekt tillsammans med ett urval av föreningar, från Piteå i Norr till Trelleborg i söder.



Mål med projektet är;

- Att målgruppen ska uppnå ett fysiskt och psykiskt välmående; röra på sig, möta andra och inte sitta ensam hemma.
- Att få medverkande föreningar att aktivera medlemmar som är 65 + och att inspirera fler att bli medlemmar i föreningen.

Castingförbundets mål med pilotprojektet är;

- Att testa och utveckla ett arbetssätt som gör att föreningarna kan nå sina mål med idrott för äldre och att målgruppen därigenom uppnår ett fysiskt och psykiskt välmående; rör på sig, möter andra och inte sitter ensamma hemma.
- Att utveckla ett arbetssätt som kan erbjudas alla medlemsföreningar.

För att nå uppsatta mål i projektet är de två viktigaste framgångsfaktorerna samverkan, och att de rätta förutsättningarna finns på plats för varje enskild förening.

Samverkan

Förbundet kommer hjälpa föreningarna att etablera lokal samverkan med, RF SISU distriktet, Fritidsbanken och seniororganisationen SKPF.

Arbetsprocess

Utgångspunkten i vårt arbetssätt är att varje förening är unik så vi inleder arbetet med att ta fram en "utvecklingsplan" för varje förening. I det arbetet, som vi tänker genomföra i en lokal workshop, deltar alla samverkanspartners. För att få fram föreningens utvecklingsplan för idrott för äldre, kommer vi att använda oss av Agerusmetoden, som på ett enkelt sätt gör det möjligt att skapa en samsyn om vad föreningen vill genomföra och varför (mål) och säkerställa att föreningen har förutsättningar att genomföra det man bestämt.

Om det visar sig att förutsättningar för föreningen inte är på plats, så hjälper vi föreningen att utveckla förutsättningarna och därefter börjar föreningen genomföra sina aktiviteter för att nå uppsatta mål. Vi delar in föreningens arbetsprocess i fyra steg.

1. Mål
2. Skapa förutsättningar (vill, vet, kan, får, bör)
3. Genomföra aktiviteter
4. Följa upp

Resultatet av workshopen där alla medverkande aktörer deltar blir således en "idrott för äldre utvecklingsplan" för 2021. Förbundets projektledare stöttar föreningen i genomförandet av workshopen och ser till att de olika aktörerna kommer med i arbetet från början.

Efterhand som processen är igång tar förbundets projektledare ett kliv tillbaka och fungerar som ett bollplank och stöd till föreningarna.



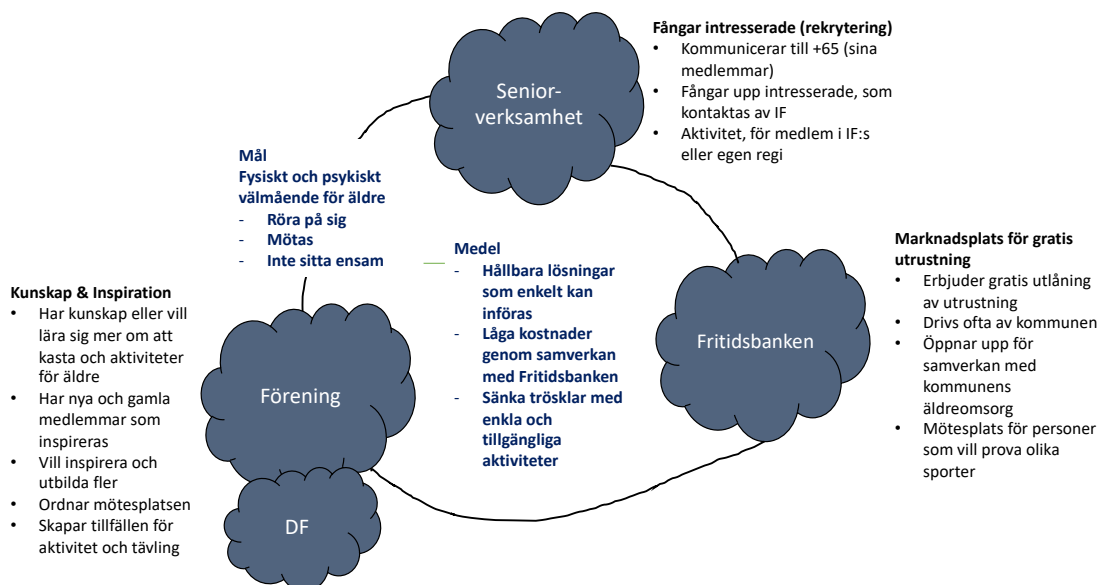
Förbundet ser som en viktig uppgift att ta fram en bank av aktiviteter och utbildningar som föreningarna ska kunna använda i sina aktivitetsplaner, ett behov som framkom i kartläggningen. Samt att vara ett stöd i genomförande av föreningarnas utvecklingsplaner. Aktiviteter och utbildningar ska vara enkla, konkreta och lättillgängliga för föreningar och medlemmar.

Olika aktörer och aktiviteter i samspel

På bilden nedan beskriver vi de olika aktörernas roll och medverkan i pilotprojektet. Genom samverkan mellan de olika aktörerna är vårt mål att nå ut och nå fram, till befintliga medlemmar och nya intresserade, och på ett hållbart och enkelt sätt öka tillgänglighet och få till stånd aktiviteter till låga kostnader. Målgruppen är 65 + som redan medlemmar i föreningen eller vill bli medlemmar i föreningen.

I samarbete med seniororganisationen SKPF kommer vi att skicka ut information och erbjudande om samarbetet som kan fångas upp av föreningen och SKPF lokalt. Vår förhoppning är att hitta nya intresserade och få fler att komma igång. I samarbete med Fritidsbanken erbjuds målgruppen att låna utrustning för att testa och tillsammans kan förening och fritidsbank informera och marknadsföra om möjligheten att som 65 + låna utrustning och testa en "ny" aktivitet. På många orter drivs Fritidsbanken av kommunen, vilket öppnar upp för fler samarbetsmöjligheter.

Föreningens och RF SISU:s (DF) roll är att inspirera till och sprida kunskap om, aktiviteter som de äldre bjuds in att delta i.





Efter pilotprojektet

Castingförbundets mål med pilotprojektet är att hitta ett arbetssätt tillsammans med förening och samarbetspartners som kan fungera för alla föreningar. När pilotprojektet är klart och utvärderat har vi ett "koncept" på plats för idrott för äldre som kommer att erbjudas alla medlemsföreningar. Vår förhoppning är att de föreningar som medverkat i pilotprojektet är positiva och har fått fina resultat och att de vill fungera som "mentorer" åt de föreningar som vill komma igång med sitt, idrott för äldre arbete.

Castingförbundet ser fina möjligheter att med hjälp av ett koncept idrott för äldre, kunna revitalisera föreningens verksamhet både för äldre och unga samt sätta fingret på vikten av de äldres medverkan och inkludering i föreningens arbete.

Vill du veta mer?

Om du vill veta mer om Idrott för äldre projektet är du välkommen att ta kontakt med projektledare Lise-Lotte Janson, liselotte.janson@casting.rf.se.