

Idrottslyftet

*Nu är det
dags att söka!*

Senast 30 september
eller 31 oktober 2019
beroende på satsning.



Idrottslyftet

Idrottslyftet



SVENSKA RIDSPORT
FÖRBUNDET

Har ni en kul idé för er ridklubb?

➔ Vi vill att så många som möjligt ska rida så länge som möjligt – gärna hela livet! Hur ser det ut på er ridklubb? Har ni några idéer på hur ni skulle kunna utveckla verksamheten i ridklubben för att göra den lite roligare, nyttigare, mer peppande, inspirerande, klokare, härligare?

➔ Genom Idrottslyftet kan ni söka pengar till idéer som engagerar och inspirerar barn och ungdomar att vara aktiva inom ridsporten. Det är en satsning från regeringen och Svenska Ridsportförbundet har under de senaste åren kunnat dela ut totalt 60 miljoner kronor till lokala föreningar och deras satsningar. Vilken framtid vill ni se på er ridklubb? Välkomna att söka Idrottslyftet!

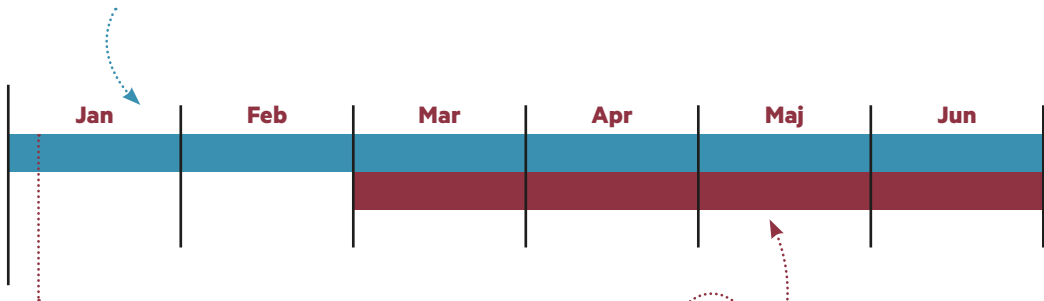


Idrottslyftsåret 2019

Sök pengar till er drömsatsning nu! Ju tidigare ni söker desto mer tid har ni för att planera, genomföra och summera hur det gick. Här är några viktiga hållpunkter.

Ansök

Sök i början av året för att få mycket tid till er satsning.



7 januari
Ansökningen öppnar.

Genomför

Behöver ni hjälp och/eller får nya förutsättningar – kontakta er handläggare!

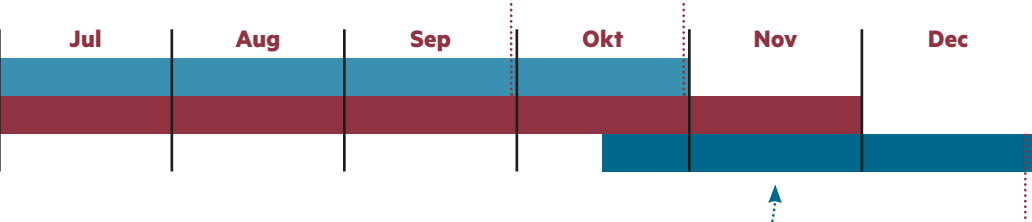
*Vi ser
fram emot
er ansökan!*

Ansöknings-
tiden för övriga
satsningar
stänger.

30 september

Ansöknings-
tiden för
utbildningar
stänger.

31 oktober



Avsluta och återrapportera

Så snart satsningen
är klar och senast
31 december.

31 december

Sista dagen
att skicka in
återrapport.

Så utvecklar ni verksamheten

För att kunna söka pengar från Idrottslyftet behöver er idé passa in i något av Ridsportförbundets fyra utvecklingsområden för 2019. Ni kan antingen komma på en helt egen idé, eller välja bland våra redan färdiga förslag.



UTVECKLINGSOMRÅDE #1

Ideellt engagemang

Har ni en idé för hur medlemmarna i er förening ska känna sig mer engagerade att delta i styrelsearbetet?

Exempel på satsningar

Utveckla ungdomssektionen

Utveckla ungdomssektionen genom att ordna utbildning tillsammans med andra ungdomssektioner. Perfekt sätt att utbyta kunskap och idéer. Ni kan till exempel diskutera styrelsearbete, aktiviteter, hästkunskap, arbeta med verktygslådan "Trygg i stallet". SISU Idrottsutbildarna och distriktets ungdomssektion (DUS) finns där för att hjälpa er om ni vill.

Styrelseutveckling

Vässa er styrelse genom att arrangera en intern utbildning. Använd er av vårt material "Vår Ridklubb" som är fyllt med tips och idéer för hur det ideella arbetet blir lättare och hur man får fler att engagera sig. Boken "Ekonomi i ridsportföreningen" hjälper er

hitta utvecklingsmöjligheter. Här finns fakta, frågeställningar och tips på hur en förening kan jobba med sina utmaningar. Ni kan söka medel till exempelvis lokal, processledare, föreläsare, material och strategiskt arbete.

Vaccinera klubben mot doping!

Det finns bra material som hjälper er göra en antidopinganalys och en handlingsplan för att hantera dopingfall på människa i praktiken. Ta också tillfället att jobba dopingförebyggande för hästar.

Hållbarhet och kommundialog!

Idrottslyftet är också en perfekt hjälp för att utveckla hållbarhetsarbetet i föreningen och jobba med kommundialogen. Vi har inspiration och verktyg som hjälper er på traven.



UTVECKLINGSOMRÅDE #2

Framtidens verksamhet

Hur vill ni att framtidens ridsport ska se ut? Hur kan vi få fler människor att se ridklubben som en härlig mötesplats? Våga tänka nytt och långsiktigt.

Exempel på satsningar

Nya och enkla tävlingsformer

Sänk trösklarna och vässa klubbtävlingarna så att de blir roliga och utvecklande för både ryttare och hästarpå alla nivåer.

Det finns nya, enklare tävlingsformer i dressyr och hoppning som kan vara kul att testa. "Centimeterhoppning" över låga höjder ger till exempel stora möjligheter att utmana sig själv och hitta spänningen i hoppning. Eller kanske påskdressyr där alla som deltar får ett påskägg? En cup eller serie gör satsningen mer långsiktigt.

Testa fler ridsportgrenar

Vi har tio härliga ridsportgrenar. Låt medlemmarna testa fler och fånga nya målgrupper på köpet.

Friskvård och flexiblare verksamhet

Hur kan ni förändra verksamheten så att fler får möjlighet att rida? Och hur tar ni vara på möjligheten att ridning numera är friskvård? Fundera på hur ni kan skapa en mer flexibel verksamhet. Det kan handla om att se över lektionstider, format för ridning och hästkunskap eller vad föreningen mer kan erbjuda. Tema-ridning, drop-in, mindre grupper?

Ridsport för alla!

Ta Idrottslyftet till hjälp för att välkomna nya målgrupper i satsningar som gör ridsporten öppen för fler. Det finns till exempel goda exempel på prova-på för barn och ungdomar i ekonomiskt utsatta områden där man också sått frön till ett längre engagemang och nyfikenhet på den "avsuttna" ungdomsverksamheten.





UTVECKLINGSOMRÅDE #3

Utbildning

En bra ridklubb skapas av bra personal, ledare, styrelse och aktiva ryttare. För att behålla engagerade medlemmar och utveckla verksamheten erbjuder vi olika utbildningar.

Följande utbildningar kan ni söka pengar för:

Förberedande ungdomsledarkurs

Bra ungdomsledare är superviktiga för en trygg och schysst stallmiljö! Den här kursen vänder sig till alla som är 11–14 år. Den ger en första inblick i ledarrollen och handlar om hur man är en bra förebild och god kamrat i stallet. Max 1000 kr/deltagare till max 10 deltagare.

Ungdomsledarkursen

En grundläggande ledarutbildning för ungdomar inom ridsporten. Max 4 000 kr/deltagare till max 10 deltagare.

Ungdomsledarkursen – fördjupningskurser

Fördjupningskurserna är framtagna för unga ledare som gått ungdomsledarkursen och

som vill fördjupa sina kunskaper ytterligare. Max 1000 kr/deltagare till max 2 deltagare.

Basutbildningen

Ger ridsportens ledare en gemensam grund att stå på och är ett sätt att inspirera fler att utvecklas som ledare. Max 500 kr/deltagare till max 20 deltagare.

Funktionsnedsättning och delaktighet – ledarutbildning steg 1–3

Utbildningen ger grundläggande teoretiska och praktiska kunskaper om att leda och möta ryttare med funktionsnedsättningar. Går att söka enligt följande:

Steg 1: 600 kr/deltagare.

Steg 2: 2 000 kr/deltagare.

Steg 3: 4 000 kr/deltagare.

”Det är viktigt för Ridsportsverige att grundutbilda våra unga elever.”

Maria Wiksand, ridlärare hos Norrköpings FRK som jobbar med Ryttarmärken genom Idrottslyftet.

Unga funktionärer

Utbilda fler unga (upp till 25 år) inom er förening till officiella funktionärer. De här kurserna kan ni söka stöd för:

- Hoppdomarutbildning
- Domare inverkansridning
- Banbygggarutbildning
- Banbyggare fälttävlan
- Distansdomare
- Kördomarutbildning
- Banbyggare och domare i working equitation

Ridledarkursen

Ger deltagarna en insikt i ridläraryrket och en chans att testa vad det innebär att arbeta som instruktör. Deltagarna måste vara 18

år och ha genomfört ULK. Går att söka max 8 000 kr per deltagare till max två deltagare.

Grönt kortkurs

Grunden för aktiva ryttare, föräldrar och funktionärer. Kursen innehåller etik, moral, vett och etikett samt tävlingsregler och allmän hästkunskap. Beviljas i möjligaste mån med max 6 000 kr.



UTVECKLINGSOMRÅDE #4

Ryttarutbildning

Ridsporten har alla förutsättningar att vara ett livslångt intresse. Inspirera och utbilda ryttare/kuskar så att fler stannar kvar längre i klubben.

Exempel på satsningar för unga 13–20 år

Ryttarutveckling nivå 1

Låt klubbens medlemmar utvecklas genom Ryttarmärken. Samlas under till exempel en heldag varje månad där ni tränar hoppning, dressyr och temporidning till häst under ena halvan och har teori under den andra. Eller varför inte ta märkena under ordinarie lektionsverksamhet? Lägg till extra teorilektioner i samband med ridtillfällena, men gör den uppsuttna delen under ordinarie lektionstid. Så får fler chansen att hänga på.

Hästkunskapspaketet

Satsa på att stärka och öka ungas kunskaper om hästen, både teoretiskt och praktiskt, genom hästkunskapspaketet. Vi hoppas att paketet ska inspirera föreningar att våga prova nya sätt och verktyg för att utbilda barn och ungdomar i hästkunskap. I paketet

ryms böckerna "Mini-/Maxignägg" för de alla yngsta. Teoritävlingen "Vi i stallet" för barn 9–13 år. Kunskapsävlingen "Hästkunskap Cup" för ungdomar 13–18 år. Eller föreläsningar för mer rutinerade ryttare upp till 26 år, där ni till exempel bjuder in en veterinär eller en hovslagare.

Föreläsningsserier

Sy ihop en egen föreläsningsserie! Välj minst tre föreläsningar som hänger ihop med ett tema. Tänk på att välja ämnen som är intressanta och relevanta för barn och ungdomar. Det kan handla om mental träning, kost, fysträning, etik och moral eller verktygslådan "Trygg i stallet" som fokuserar på att öka gemenskapen i stallet. Fråga medlemmarna vad just de är sugna på att lära sig mer om.

”Säker med häst”

Kunskap är nyckeln till en säker ridsport för både hästar och människor. Gör en kunskapssatsning på cirka åtta tillfällen utifrån materialet ”Säker med häst”.





Tips!

Vill ni få fler tips på hur ni kan jobba med er satsning? Beställ boken "Att leda projekt från start till mål" hos SISU.



Koll på läget?

Att söka Idrottslyftet kräver lite tid och tanke men är värt varenda minut. Här är åtta bra tips från föreningar som sökt tidigare år!

1 Vad tycker andra? Stäm av med målgruppen ni vill nå ut till. Vad drömmer de om? Involvera även gärna föräldrarna så att de också blir engagerade från början.

2 Klockan tickar. En tydlig tidsplan från start gör att allt flyter smidigt. Ta med både stort som smått i tidsplanen; När ska ansökan skrivas? När ska ni börja marknadsföra? Vem gör vad och när? Kolla också av så att satsningen inte krockar med andra aktiviteter etc.

3 Tänk framåt. Ni kanske vill starta en Grönt Kort-kurs när terminen drar igång, eller skicka medlemmarna på ULK senare under hösten? Om ni har bra framförhållning missar ni inga möjligheter.

4 Hur stor är satsningen? Gör en realistisk plan. Då vet ni redan från början hur många deltagare och tillfällen ni vill och kan ha i satsningen. Personalen, hästarna och lokalerna måste ju räcka till.

5 Vänta inte till sista dagen. Är ni ute i god tid har handläggaren mer tid och er chans att få stöd blir större!

6 Hjälp och stötta varandra. Om man är många blir satsningen ett roligt och inspirerande teamwork. En har koll på föreläsare, en annan tar hand om anmälningarna och en tredje ser till att rapportera när allt är klart. Lätt som en plätt!

7 Sprid ordet. Drömmig satsning i all ära, men minst lika viktigt är det förstås att andra vet om det. Kanske kan ni hitta på en rolig kampanj i sociala medier för att få fler att nappa på er satsning? Eller varför inte skicka iväg ett mejl till lokalpressen?

8 Räkna pengarna. När ni ansöker till Idrottslyftet måste ni bifoga en ekonomisk kalkyl. I den ska ni ange vad ni beräknar att er satsning kommer att kosta och vad pengarna ni söker kommer att gå till. Inga konstigheter egentligen.

Redo för Idrottslyftet?

Använd gärna den här checklisten
när ni ska ansöka så riskerar ni inte
att missa någonting viktigt.

*Är alla rutor
ikryssade?*

Då är ni redo för att
ladda upp er ansökan på
ridsport.se/idrottslyftet.

Checka av här:

- Är er förening medlem i Ridsportförbundet?
- Har föreningen sökt och beviljats lokalt aktivitetsstöd (LOK-stöd)?
- Är ni klara med eventuella tidigare satsningar inom idrottslyftet – och har återrapporterat dem?
- Riktat sig er satsning till barn och ungdomar upp till 25 år?
- Har ni kollat så att er förening inte redan har sökt för maxgränsen som är två satsningar per förening? Ni kan däremot söka flera av våra officiella utbildningar.
- Har ni tänkt på att samma satsning kan beviljas medel i max tre år?
- Har er satsning en långsiktig plan?
- Har ni gjort en realistisk plan och sett till att ni har tillräckligt med personal, hästar och lokaler?
- Har ni gjort en tidsplan?
- Har ni gjort en ekonomisk kalkyl?
- Har ni funderat på hur många deltagare ni vill ha och hur många tillfällen satsningen ska pågå?
- Har ni en plan för hur och när ni ska marknadsföra satsningen i föreningen och kanske i andra sammanhang?

Sök redan idag!
Idrottslyftsåret 2019
börjar 7 januari.
Sista ansökningsdag
är 31 oktober för våra
utbildningar och
30 september för
övriga satsningar.



#idrottslyftet

**Miljoner
att söka!**

Vill du veta mer, besök
ridsport.se/idrottslyftet