

Regional Idrottsplan Västmanland 2022-2030

[Klicka och skriv undertitel här]



Innehåll

1	Förord.....	1
2	Läsanvisningar och definitioner	2
2.1	Definitioner	2
2.2	Läsanvisning.....	2
3	Styrande dokument.....	3
3.1	Regional utvecklingsstrategi 2030	3
3.2	Agenda 2030.....	4
3.3	Nationella folkhälsopolitiken.....	4
3.4	Idrottsrörelsens styrande dokument.....	5
4	Vision	7
5	Syfte	7
6	Arbetsprocessen	7
7	Gemensamma utgångspunkter	8
7.1	Hållbarhet.....	8
7.2	Digitalisering.....	8
7.3	Utbildning och folkbildning	9
8	Utvecklingsområden	9
8.1	Ett välmående Västmanland.....	9
8.2	Ett tillgängligt Västmanland	14
8.3	Ett nyskapande Västmanland	17
9	Samverkan.....	19
9.1	Region och kommuner i samverkan	19
9.2	Dialog för samverkan och uppföljning.....	20
9.3	Från ord till handling.....	20
10	Uppföljning	21

1 Förord

Varför en regional idrottsplan?

Ett land, en region eller en kommun med idrott är rikt. Rikt på engagemang, upplevelser och gemenskap. Rikt på ambition, drivkraft och mål. Med idrott mår vi bättre både psykiskt och fysiskt.

Idrotten ger oss möjligheter. Den ger oss laganda och individuell utveckling. Den ger oss identitet och tillhörighet. Den ger oss styrka, uthållighet och förmåga att utmana våra gränser. Inom idrotten tränas vi i att utvecklas utifrån våra egna förutsättningar. Idrotten formar oss både som individer, ledare och lagmedlemmar. Idrott får oss att må bra.

Regional Idrottsplan Västmanland 2022-2030 tar avstamp i visionen om *Ett livskraftigt Västmanland genom hållbar utveckling*. Idrottsplanen beskriver hur Region Västmanland vill bidra till utvecklingen av idrott för alla som bor och verkar här i Västmanland.

Den regionala idrottsplanen är regionens gemensamma strategiska dokument för utveckling av idrott i länet. Region Västmanlands uppdrag är att samordna, koordinera och leda processer som bidrar till hållbar regional utveckling inom olika områden. Alla ska ha möjlighet att delta i idrottsrörelsen och barns och ungas rätt till rörelse och idrott är extra viktig.

Den regionala idrottsplanen har tagits fram i en bred samverkan där RF-SISU Västmanland varit en viktig samverkanspart och arbetat aktivt under framtagandet av den Regionala idrottsplanen. Arbetet har bedrivits med stor öppenhet och lyhördhet för vad idrottsföreningar, idrottsförbund och enskilda medborgare har velat tillföra av goda idéer, konkreta förslag och intressanta tankar.

Vi vill rikta ett varmt tack till RF-SISU Västmanland som tillsammans med oss drivit processen med att ta fram den regionala idrottsplanen och till alla er som engagerat sig i arbetet med att ta fram Västmanlands första Regional idrottsplan 2022-2030.

Nu ska vi tillsammans arbeta för att utveckla idrotten med allt vad den har att ge till oss alla. Oavsett ålder. Oavsett bakgrund. Oavsett om vi idrottat sedan vi var små eller aldrig provat förrän nu. Vi vill att idrotten ska finnas hela livet!

Välkommen att utveckla idrotten i Västmanland!

Agne Furingsten
Regionråd med ansvar för kultur och idrott
Region Västmanland

2 Läsanvisningar och definitioner

2.1 Definitioner

Idrott: Med idrott avses organiserad fysisk aktivitet där träning och möjlighet till tävling bidrar till välmående. Den fysiska prestationen har mer än försumbar betydelse. Idrottsrörelsen lägger särskild vikt på följande fyra områden.

Spontanidrott: Med spontanidrott menas idrott och motion som sker utanför föreningsidrotten eller utan annan officiell aktör.

Fysisk aktivitet: Det fysiska momentet är av mer än försumbar betydelse för själva aktiviteten, prestationen och resultatet.

Elitidrott: Individuell elitidrottare som tävlar på lägst nationell mästerskapsnivå och/eller i landslag eller bedöms ha potential att nå lägst motsvarande nivå. Elitlagidrottare som spelar i någon av de två högsta nationella serierna/divisionerna under förutsättning att det finns inom den idrotten.

Träning: Idrotten består av träning och lek som ger möjlighet till fysisk, mental, social eller kulturell utveckling.

Tävling: Idrotten har definierade tävlingsregler som bestäms och ägs av idrottens organisation.

Välmående: Idrotten bygger på att ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet. Hälsa, trivsel och välbefinnande är normgivande. Idrotten inom idrottsrörelsen ger inte bara fysisk aktivitet och därmed fysisk utveckling. I det sammanhang som idrott bedrivs, tillsammans med andra, erbjuds också en gemenskap som i sin tur bidrar till stora mått av psykisk, social och kulturell utveckling. Att vara med i en förening betyder också att ingå i en demokrati, att kunna göra sin röst hörd och att gemensamt ta ansvar för att verksamheten följer de principer föreningens medlemmar vill att den ska byggas på.

2.2 Läsanvisning

Den regionala idrottsplanen tar avstamp i Regional utvecklingsstrategi (RUS), målen för Agenda 2030 samt idrottsrörelsens styrande dokument.

Den regionala idrottsplanen utgår från idrottsrörelsen i Västmanlands län. I dokumentet används uttrycket Västmanland för att beskriva Västmanlands län med sina tio kommuner.

Den regionala idrottsplanen har **tre utvecklingsområden**; *ett välmående Västmanland, ett tillgängligt Västmanland och ett nyskapande Västmanland*, som följer strukturen från den Regionala utvecklingsstrategin. Till dessa

utvecklingsområden finns det **fokusområden** som beskriver ett önskat läge för idrotten i Västmanland. Inom respektive utvecklingsområde finns det konkreta mål som är mät- och uppföljningsbara.

3 Styrande dokument

3.1 Regional utvecklingsstrategi 2030

Region Västmanland har ansvaret för det regionala tillväxtarbetet i länet och ska "utarbета och fastställa en strategi för länets utveckling och samordna insatser för genomförandet av strategin". En regional utvecklingsstrategi (RUS) kan beskrivas som ett levande arbete med ett överenskommet dokument som verktyg och styrsystem. Den tar sin utgångspunkt i Region Västmanlands vision och landar i handlingsplaner med åtgärder i form av att aktiviteter och mål som följs upp och utvärderas årligen. Resultatet av det regionala tillväxtarbetet redovisas till regeringen, länets kommuner och andra intressenter. Strategin revideras varje mandatperiod och lägger grunden för det regionala utvecklingsarbetet i Västmanland. RUS är en övergripande och långsiktig strategi, som pekar ut hur Region Västmanland, tillsammans med kommunerna, länsstyrelsen, näringsliv, myndigheter, lärosäten, folkbildning, föreningsliv och det övriga civilsamhället vill möta regionens utmaningar och utveckla länet. Den fungerar styrande för Region Västmanlands verksamhet, vägledande för länets kommuner och länsstyrelsen samt inspirerande för övriga aktörer inom den offentliga delen av samhället. Inom Region Västmanlands ansvar för regional utveckling, styr RUS de statliga utvecklingsmedel som Region Västmanland hanterar och den ligger till grund för de prioriteringar som görs.

3.2 Agenda 2030

Agenda 2030 och de globala målen är ett samlat grepp för att skapa ekonomisk, social och ekologisk hållbarhet och utveckling världen över. Avsikten med Agenda 2030 är att lösa klimatkrisen och att förverkliga de mänskliga rättigheterna genom att utrota extrem fattigdom, minska orättvisor och ojämlikhet och främja fred och rättvisa – på global och lokal nivå. Agenda 2030 är en agenda för förändring mot ett hållbart samhälle och ett samhälle för alla.

Sverige ska vara ledande i genomförandet av agendan och alla samhällsaktörer måste bidra. Idrotten har en viktig och stor roll i samhället och genom detta program vill vi bidra till positiv utveckling inom de mål som finns inom Agenda 2030. Det finns en tydlig koppling mellan idrottens fyra övergripande mål inom strategi 2025 och agenda 2030. På bilden till höger finns en tydlig bild hur idrottsrörelsen arbetar med Agenda 2030.

3.3 Nationella folkhälsopolitiken

Det övergripande målet för folkhälsopolitiken i Sverige är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen och sluta de påverkbara hälsoklyftorna inom en generation. Utöver det övergripande målet innefattar folkhälsopolitiken åtta målområden:

1. Det tidiga livets villkor
2. Kunskaper, kompetenser och utbildning
3. Arbete, arbetsförhållanden och arbetsmiljö
4. Inkomster och försörjningsmöjligheter
5. Boende och närmiljö
6. Levnadsvanor
7. Kontroll, inflytande och delaktighet
8. En jämlik och hälsofrämjande hälso- och sjukvård.



Idrottsrörelsens arbete bidrar till samtliga av de åtta målområdena. Idrottsrörelsen är en del av civilsamhället och bygger på delaktighet och demokrati (målområde 7). Idrottens kärnverksamhet handlar om fysisk aktivitet och goda levnadsvanor (målområde 6). Nio av tio barn är någon gång med i en idrottsförening (målområde 1). Många organisationer inom idrottsrörelsen är arbetsgivare vilket medför ett ansvar för att säkerställa goda arbetsförhållanden och en god arbetsmiljö (målområde 3). Utvecklingen av idrottsrörelsen sker med hjälp av utbildning och folkbildning, samt att idrottsrörelsen bidrar till mer rörelse inom den samlade skoldagen och på så sätt bidrar till en god lärandemiljö (målområde 2). Idrottsrörelsen jobbar för att möjligheten att delta i idrott inte ska vara beroende av ekonomiska förutsättningar (målområde 4). Idrottsrörelsen jobbar för att idrottsanläggningar och idrottsmiljöer ska finnas i människors närmiljö (målområde 5). På flera platser i landet jobbar idrottsrörelsen i samverkan med hälso- och sjukvården som en del i det hälsofrämjande- och förebyggande arbetet (målområde 8).

3.4 Idrottsrörelsens styrande dokument

Idrottens styrdokument leder hela idrottsrörelsen framåt med tydliga mål genom Strategi 2025 och visionen, Svensk idrott – världens bästa. Värdegrunden beskriver de värden som ska styra och genomsyra idrotten.

3.4.1 Idrottens Värdegrund

Idrottsrörelsens värdegrund består av fyra grundläggande principer som är vägledande för all verksamhet som bedrivs inom ramen för Riksidrottsförbundets medlemsförbund och dess föreningar. De fyra grundläggande principerna är:

Glädje och gemenskap

Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet.

Demokrati och delaktighet

Föreningsdemokrati innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Allas rätt att vara med

Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill oavsett kön, könsidentitet och uttryck, etnisk och social bakgrund, religion/trosuppfattning, funktionsförmåga, sexuell läggning eller ålder får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

Rent spel

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att följa överenskommelser och leva efter god etik och moral. Detta inkluderar bland annat att aktivt arbeta mot doping, matchfixing, osund ekonomi och annat fusk samt

mot diskriminering, trakasserier, kränkningar och våld såväl på som utanför idrottsarenan.

3.4.2 Strategi 2025

De övergripande målen är idrottsrörelsens gemensamma mål och därför har också specialidrottsförbunden ett indirekt ansvar att leda sina föreningar mot dem. Tillsammans vill idrottsrörelsen att alla ska kunna delta och att verksamheten blir tillgänglig oavsett ålder och ambitionsnivå.

Idrottens strategiska områden

Den regionala idrottsplanen har arbetats fram i nära samverkan med idrottsrörelsen och grundar sig bland annat i Riksidrottsförbundets långsiktiga verksamhetsinriktning med antagna mål mot 2025. Idrotten fyra strategiskt viktiga områden med övergripande målformuleringar för 2025 enligt följande:

Livslångt idrottande

- Svensk idrott ska ha vidareutvecklat verksamheten så att barn, unga, vuxna och äldre väljer att idrotta i förening under hela livet.
- Svensk idrott ska nå fler idrottsliga framgångar internationellt.

Idrottens värdegrund är vår styrka

- Alla lever och leder enligt svensk idrotts värdegrund.

Idrott i förening

- Svensk idrott ska vidareutvecklas, samverka med andra aktörer och ge goda möjligheter att idrotta i förening.

Idrotten gör Sverige starkare

- Idrottsrörelsen är en allt starkare samhällsaktör.

För att nå målen i Strategi 2025 har svensk idrott valt att arbeta utifrån fem prioriterade utvecklingsresor. Tillsammans stakar de ut vägen mot framtidens idrott.

De fem utvecklingsresorna är:

- En ny syn på träning och tävling
- Den moderna föreningen engagerar
- Inkluderande idrott för alla
- Jämställdhet för en framgångsrik idrott
- Ett stärkt ledarskap

4 Vision

Idrott för alla i Västmanland hela livet.

5 Syfte

Syftet med den regionala idrottsplanen är att den ska vara styrande för Region Västmanlands arbete med idrott. Planen ska även vara vägledande för kommunerna och andra aktörers arbete med idrott samt skapa samverkan gällande idrotten i länet. Slutligen ska arbetet med idrottsplanen vara en naturlig del i länets folkhälsoarbete.

6 Arbetsprocessen

Kultur- och folkbildningsnämnden fattade beslut om att en regional idrottsplan skulle skrivas fram. RF-SISU Västmanland (Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarna regionalt i Västmanland, med uppdraget att stödja, leda, företräda, utveckla, bilda och utbilda idrottsföreningar och specialdistriktsförbund), fick i uppdrag av Region Västmanland att leda processen och vara sekreterare i framtagandet av den regionala idrottsplanen. En gemensam plan för arbetet togs fram under hösten 2019. Därefter påbörjades processen där kommunerna, Region Västmanland, idrottsrörelsen och andra intresserade aktörer deltagit i arbetet på olika sätt. Enligt tidsplanen ska Region Västmanlands kultur- och folkbildningsnämnd fatta beslut om planen under 2021.

För att identifiera vilka områden som den regionala idrottsplanen ska omfatta, genomfördes i november 2020 första omgången av dialogmöten med representanter från idrottsrörelsen tillsammans med politiker och tjänstemän från Region Västmanland och länets kommuner. Synpunkter samlades även in via en enkät som gick att besvara digitalt mellan perioden 1 november 2020 – 31 januari 2021. Insamlat material analyserades och tre utvecklingsområden och sju fokusområden togs fram.

Ett välmående Västmanland	Ett tillgängligt Västmanland	Ett nyskapande Västmanland
Idrott hela livet	Idrottsanläggningar och idrottsmiljöer	Evenemang
Barn- och ungdomsidrott	Ekonomi	Elitidrott
Inkludering		

I det andra omgången av dialogmöten, som genomfördes i februari 2021, samlades synpunkter in på hur idrotten bör utvecklas inom respektive utvecklingsområde. Även denna gång erbjöds möjligheten att uttrycka sin åsikt via en digital enkät som gick att besvara från den 17 februari – 15 mars 2021.

För att fånga in barn och ungdomars perspektiv på utvecklingen av idrotten i länet genomfördes samtal med barn och ungdomar. I samband med träningstillfällen fick de aktiva fylla i en enkät om sitt idrottande. Utöver enkäten har aktuell forskning och rapporter som undersökt barn och ungdomars syn på idrotten, motiv till att idrotta, anledningar till att vissa inte vill idrotta, varför barn och ungdomar väljer att sluta med idrott samt vilka hinder som finns för att utöva idrott, har beaktats i framtagandet av den regionala idrottsplanen.

Den 9 april 2021 genomfördes en workshop med samverkansgruppen för kultur och idrott. Vid det mötet fick gruppen arbeta med visionen för den regionala idrottsplanen och målformuleringarna för utvecklingsområdena.

Den regionala idrottsplanen utgår från aktuell forskning och dialogmötena vi genomfört under processen. Den regionala idrottsplanen ska tillämpas under perioden 2022 – 2030.

7 Gemensamma utgångspunkter

Genom att utgå från hållbarhet, digitalisering och utbildning i allt vi gör leder arbetet oss fram till våra mål och vår vision. Hållbarhet i fokus med Agenda 2030 i centrum. Digitalisering ger oss nya möjligheter och skapar tillgänglighet för hela länet. Utbildning och folkbildning för att utveckla idrotten och ge alla ledare bästa möjliga grund för att lyckas som ledare.

7.1 Hållbarhet

Hållbar utveckling tillgodoser våra behov utan att äventyra kommande generationers behov. Det innebär att Västmanland i framtiden är ett län där miljöpåverkande utsläpp har minskat och tydliga kliv mot att bli en resurseffektiv region har tagits.

Hållbarhetsfrågan i den breda definitionen är en förutsättning både för att kunna bedriva idrott och för idrottens långsiktiga överlevnad, samhällsnytta och trovärdighet. Utifrån ett miljömässigt perspektiv riskerar jordens uppvärmning och förlust av biologisk mångfald att omöjliggöra utövande av flera idrotter. Precis som frågor om jämställdhet och inkludering är idrottens anpassning till ett varmare och mer oregelbundet klimat också en överlevnadsfråga i termer av trovärdighet och samhällsnytta. I en tid där människor är mer medvetna och ställer högre krav på de verksamheter som de väljer att engagera sig i, kommer det sannolikt bli högre förväntningar på ett medvetet hållbarhetsarbete, såväl från individperspektiv som från idrottens finansiärer. Hållbarhet behöver genomsyra hela idrottsrörelsens arbete och därför ses som en viktig förutsättning för fortsatt utveckling.

7.2 Digitalisering

Fördelarna med digitalisering är många och år 2030 ska detta nyttjas tillfullo av idrottsrörelsen i Västmanland. Det möjliggör en effektivare verksamhet, smartare lösningar, är kostnadseffektivt och ökar tillgänglighet. Västmanland ligger i

framkant gällande digitala utbildningar, administration och kommunikation inom idrottsrörelsen, och skapar genom detta goda förutsättningar för idrotten i länet. Att öka mängden digitala utbildningar ökar tillgängligheten för hela länet. Att erbjuda både fysiska och digitala utbildningar är 2030 en förutsättning för utveckling och en självklarhet. Öppna plattformar där användarna själva genererar data som sedan kan användas för analys av idrottsrörelsen och för att skapa nya smarta verktyg driver den digitala omställningen framåt. År 2030 finns det tydliga och moderna plattformar inom idrottsrörelsen i Västmanland för att arbeta med administration, kommunikation och utbildning. Plattformarna ska underlätta idrottsrörelsens arbete och det ska vara enkelt att få fram data kring idrotten i Västmanland.

7.3 Utbildning och folkbildning

De ideella idrottsledarna är stommen i den västmanländska idrottsrörelsen. De utgörs av ledare, tränare, förtroendevalda, funktionärer och domare. Genom utbildning och folkbildning skapas framtidsorienterade samtal i föreningarnas klubbstugor, på planer, i hallar, ja överallt där idrott utövas. Med hjälp av folkbildningens metoder hålls samtal om utveckling, normer och värderingar levande i Västmanlands idrottsföreningar och idrottsförbund. Samtal som bidrar till verksamheternas utveckling och att människorna som verkar i dem ständigt lär sig och utvecklas.

Det är där, i idrottsföreningarna och idrottsförbunden, som arbetet med den Regionala idrottsplanen ska synas. Det är där, i ledarnas tankar om idrott och i deras utformning av träning och tävling, vi ser att vi har lyckats.

Attraktiva utbildningar med hög kvalitet på alla nivåer inom idrotten i Västmanland skapar goda förutsättningar för att nå uppsatta mål. Men att ha genomfört en utbildning inom idrottsrörelsen i Västmanland bidrar inte bara till måluppfyllelse av strategiskt uppsatta mål, det är även utvecklande för individen och ses som en stark merit för framtida karriär. År 2030 uppfattas idrottens ledarutbildningar i Västmanland som en ledande ledarskola i länet.

8 Utvecklingsområden

8.1 Ett välmående Västmanland

Idrottsrörelsen i Västmanland ska ge möjlighet till utveckling och god hälsa under likvärdiga möjligheter i trygga miljöer. Genom att det finns aktiviteter för alla skapas ett välmående och tryggt Västmanland. Idrottsplanen har en tydlig koppling till mål #5 "öka andel barn och vuxna som är som anger att deras hälsa är bra eller mycket bra" i den Regionala utvecklingsstrategin.

8.1.1 Idrott hela livet

Den organiserade idrotten i Sverige engagerar en stor andel av befolkningen, unga och gamla, män och kvinnor, elitidrottare och motionärer samt personer med olika bakgrund. År 2021 är cirka 3,3 miljoner personer medlemmar i föreningslivet

fördelat på drygt 19 000 olika föreningar inom cirka 220 olika idrotter. De flesta av idrottsrörelsens medlemmar är ideellt engagerade inom bredd- och motionsidrotten. En stor del av befolkningen har någon gång varit medlem inom idrottsrörelsen och kärnan för att allt ska fungera är de 880 000 ledare som finns kopplade till alla föreningar. Att ständigt arbeta med ledarrekrytering är en viktig del för att idrotten ska kunna växa och utvecklas. Många föreningar upplever att det är svårt att hitta ideella personer vilket gör att ledarrekrytering är en utmaning. Att vara en del av idrottsrörelsen innebär ideellt engagemang som bygger på frivillighet. Det ideella engagemanget skapar tillit, förtroende och gemenskap och förebygger utanförskap i samhället. En stark idrottsrörelse som bedriver ett framgångsrikt folkhälsoarbete vinner alla på, såväl idrottsrörelsen som hela samhället. Genom att idrotten gör att fler kommer i rörelse gynnas folkhälsan och skapar goda, trygga och likvärdiga livsvillkor i Västmanland.

År 2030 har barn och ungdomar i Västmanland positiva erfarenheter av rörelse, motion och idrott som skapar goda vanor för fysisk aktivitet även senare i livet. Det finns en möjlighet att vara aktiv inom idrottsrörelsen hela livet vilket leder till förbättrad folkhälsa för hela befolkningen i Västmanland. Fysisk inaktivitet och ohälsosamma matvanor ökar bland alla åldersgrupper, vilket är oroväckande eftersom det bidrar till några av de vanligaste folksjukdomarna. Genom att fler deltar inom idrottsrörelsen i Västmanland finns det möjlighet att bryta de osunda vanorna och få ett friskare och aktivare liv. År 2030 är fler barn och ungdomar aktiva vilket leder till bättre livskvalitet och en aktivare vardag. En aktiv fritid med rörelse, motion och idrott ger meningsfullhet, trygghet och möjligheten att vara en del av ett större sammanhang, vilket är viktigt för den sociala och personliga utvecklingen.

En växande trend är E-sport, som är en förkortning av elektronisk sport, och är ett samlingsnamn för alla tävlingar som utförs i en virtuell miljö. Många barn och ungdomar spenderar mycket tid via E-sporten och förhoppningsvis kan den bidra till att fler blir fysiskt aktiva på sikt. En del av E-sporten idag utgörs av fysisk aktivitet genom att man exempelvis röra sig mellan olika fysiska platser.

I Sverige blir fler människor generellt äldre och därför är det av stor vikt att fler idrottsföreningar erbjuder aktiviteter för denna målgrupp. Idrott och fysisk aktivitet gör människor gladare, friskare och skapar nya möjligheter till sociala sammanhang.

En annan viktig del för idrotten är att motverka riskmiljöer så som missbruk av alkohol, dopning, narkotika, tobak och spel. Idrotten har en stor möjlighet att fånga upp individer i ett tidigt skede och hjälpa dem med tidiga insatser och skapa en trygg miljö.

Önskat läge 2030:

- Idrottsrörelsen arbetar i större utsträckning med målgruppen +65
- Idrottsrörelsen skapar goda möjligheter till fysisk aktivitet oavsett ambitionsnivå eller ålder

8.1.2 Barn- och ungdomsidrott

Närmare 90 procent av alla barn och ungdomar i Västmanland har någon gång under sin uppväxt varit med i en idrottsförening. År 2021 vänder medlemskurvan nedåt med 11-åringarna – en tråkig verklighet som många idrottsföreningar känner igen från sin egen vardag. Centrum för idrottsforskning beskriver att 44 procent av pojkarna och endast 22 procent av flickorna når de rekommenderade nivåerna av daglig fysisk aktivitet. Detta är en trend som behöver brytas. Forskning visar vilka positiva effekter idrott och fysisk aktivitet har på människors livskvalitet och på vårt samhälle i stort. Idrottsrörelsen har ett stort ansvar för att verksamheten bedrivs på ett bra sätt – på barn och ungas villkor. För många barn är idrottsföreningarna, näst efter hemmet och skolan, den viktigaste miljön för utveckling och trygghet. Idrotten ska vara en trygg plats där alla barn och ungdomar känner sig välkomna och väl bemötta. Skolan är den arena som når ut alla barn och ungdomar och har unika förutsättningar att bidra till ökad fysisk aktivitet och rörelseglädje. Det är viktigt för idrotten att etablera sig i skolan eftersom det ger alla barn möjlighet till att prova på idrott samt möjlighet till att hitta ett intresse.

En annan viktig del för att få barn och unga aktiva är deras föräldrar. Genom att fler föräldrar och vuxna engagerar sig och tar ansvar skapas möjligheter för idrottsföreningarna att utvecklas. På så sätt blir det lättare att hålla ner kostnaderna i föreningarna vilket bör leda till fler aktiva barn och ungdomar.

En tydlig målsättning inom idrottsrörelsen är att skapa förutsättningar för att barn och ungdomar ska kunna vara aktiva inom fler idrotter högre upp i åldrarna. Dock tvingas många i ung ålder av organisatoriska och planeringsmässiga skäl att inrikta sig på en idrott eftersom det bland annat inte är möjligt att hitta träningstider som kan samordnas mellan idrotter. I Västmanland finns ett pågående arbete i den här frågan som heter *Samsyn* vars syfte är att skapa förutsättningar för idrotter att kunna samordna sin planering så att fler barn och ungdomar har möjlighet att vara aktiv i flera idrotter högre upp i åldrarna.

År 2030 arbetar idrotten i Västmanland med värdegrundsdokument *Idrotten vill* samt riktlinjer för barn- och ungdomsidrott som utgår från FN:s barnkonvention och från ett barnrättsperspektiv. Ett barnrättsperspektiv innebär att med respekt för barnets åsikter alltid ha dess bästa, det vill säga dess välmående, hälsa och positiva utveckling, för ögonen. Att ge barnen möjlighet till allsidig idrottsutveckling är normgivande för verksamheten. Tävling ska vara en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor. Det är även viktigt att det finns möjlighet till spontanidrott för både barn och ungdomar eftersom det ger en grund för allsidig träning och motorisk utveckling. Övergången mellan barn- och ungdomsidrotten ska ske successivt och hänsyn bör tas till individernas olika behov, förutsättningar och utvecklingstakt. Likvärdiga möjligheter ska ges till alla barn och ungdomar utifrån sina förutsättningar och ambitionsnivåer. År 2030 är det möjligt för barn och unga att vara aktiva i flera idrotter samtidigt. Det ger dem möjligheten att utveckla och träna sina fysiska färdigheter samtidigt som de introduceras i idrotten genom lek, glädje

och lusten att röra på sig. År 2030 ska färre ungdomar sluta med sin idrott i tidig ålder.

Önskat läge 2030:

- Idrottsrörelsen är en trygg plats för barn och ungdomar
- Idrottsrörelsen skapar förutsättningar för dubbelidrottande
- Fler barn och ungdomar idrottar högre upp i åldern

8.1.3 Inkludering

Idrottsrörelsen har sedan år 2015 arbetat för att utveckla och erbjuda aktiviteter och grundläggande introduktion till föreningslivet för nyanlända. Flertalet idrottsföreningar i Västmanland har utvecklat eller startat ny verksamhet för att välkomna asylsökande, personer med migrationsbakgrund och nyanlända barn, ungdomar och vuxna. Effekten har ofta varit ett starkare och mer levande föreningsliv samtidigt som det har en stor betydelse för de individer som deltar. Arbetet har även lett till ökat engagemang för målgruppen i föreningen. En ökad inkludering leder till att både svensk idrottsrörelse och samhället utvecklas. En av de större utmaningarna är bristande eller otillräcklig informationen till nyanlända gällande det lokala föreningsutbudet och hur medlemskap i en förening går till. En annan utmaning är ekonomi, de vill säga möjligheten till att betala medlems- och träningsavgifter.

Ett annat inkluderingsområde är personer med funktionsnedsättning. För att lyckas med en bra och utvecklande Parasport i Västmanland krävs goda förutsättningar för dessa personer. Det kan handla om ledartäthet samt att det finns goda möjligheter att prova på olika idrotter. Det gör att föreningarna behöver utrustning att låna ut vilket är en stor utmaning eftersom mycket av utrustning till parasport är dyr. Det är därför viktigt för föreningar som bedriver parasport att ha ett gott samarbete med kommun och regionen för att kunna få hjälp med transport, assistans och olika typer av hjälpmedel.

År 2030 ska alla som vill ha möjlighet att delta inom idrottsrörelsen i Västmanland och vara del av föreningslivet och på så sätt känna gemenskap och glädje. Inkluderande idrott handlar om att ta tillvara på alla möjligheter som finns samt sänka trösklar för medverkan inom föreningslivet. Detta gäller samtliga diskrimineringsgrunder; kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder. År 2030 är deltagande för barn och ungdomar inom idrottsrörelsen inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar. Idrotten är tillgänglig och finns nära där människor bor. Aktiviteterna har utvecklats för att passa alla personer oavsett funktions- och fysisk förmåga. År 2030 utvecklar fler föreningar sin verksamhet och erbjuder träning och tävling på olika sätt för att varje individ ska utvecklas.

Önskat läge 2030:

- Goda förutsättningar för idrottsrörelsen att bedriva Parasport
 - Deltagande i idrottsrörelsen speglar samhället i stort

8.1.4 Målområden 2022–2030

Region Västmanland vill att:

- Fler barn deltar i idrottsrörelsen efter 11-års ålder
- Fler medlemmar inom idrottsrörelsen som är +65 år

8.2 Ett tillgängligt Västmanland

En mångfacetterad och attraktiv idrottsrörelse i Västmanland som är socialt, fysiskt och ekonomiskt tillgängligt är en viktig tillgång för barn och vuxnas välmående. Idrottsplanen har en tydlig koppling till mål #11 "öka deltagandet i kultur- och fritidsaktiviteter i hela länet" i den Regionala utvecklingsstrategin.

8.2.1 Idrottsanläggningar och idrottsmiljöer

En avgörande faktor för att kunna bedriva idrott är att det finns tillgång till ändamålsmässiga anläggningar och idrottsmiljöer. Anläggningar och idrottsmiljöer definieras enligt Riksidrottsförbundet som: "Anlagt eller anvisat område för någon form av tävlingsidrott, spontanidrott eller motion oavsett ägandeförhållanden. Det kan också vara luft, mark, väg och vatten som lämpar sig, och används, för såväl organiserad som spontan idrott och motion." I resterande del av texten kommer ordet idrottsanläggningar användas i enlighet med den definitionen och inbegripa både idrottsanläggningar och idrottsmiljöer.

Ett rikt och tillgängligt utbud av idrottsanläggningar möjliggör inte bara för idrottsföreningar att bedriva sin verksamhet. Forskning visar även på ett positivt samband mellan tillgången och tillgängligheten till idrottsanläggningar i sitt närområde och människors idrotts- och motionsvanor. Forskning visar att det råder en ojämlikhet samt ojämställdhet vad gäller nyttjande av och tillgänglighet till idrottsanläggningar. Faktorer som påverkar tillgängligheten och nyttjandet av idrottsanläggningar är funktionsnedsättning, kulturell bakgrund, inkomst- och utbildningsnivå samt upplevd otrygghet. Många idrottsanläggningar nyttjas också mer av pojkar än flickor.

En kombination av olika faktorer, till exempel att många idrottsanläggningar är föråldrade, ökad befolkningstillväxt, förtätning och att nya idrotter tillkommer, medför att behovet av idrottsanläggningar ser olika ut i länet. Att tillgodose behovet och att erbjuda ett brett utbud av idrottsanläggningar är svårare ju mindre befolkningsunderlag en kommun har. Detta gör att kommuner på landsbygden i Västmanland har svårare att erbjuda många olika idrotter. För att kunna erbjuda så många som möjligt chansen att utöva så många idrotter som möjligt behöver det ske en samverkan mellan olika aktörer i planeringen av idrottsanläggningar. Idrotten har en viktig roll för att skapa attraktiva livsmiljöer och bidra till utveckling av landsbygden.

År 2030 finns en god samverkan i länet kring tillgången och utvecklingen av idrottsanläggningar för såväl bredd-, elit- som spontanidrott och nya lösningar för de utmaningar som finns idag. År 2030 är idrottsanläggningstätheten i Västmanland uppbyggd på så sätt att det finns en god valmöjlighet där så många idrotter som möjligt kan bedrivas organiserad idrott och spontanidrott i så många kommuner som möjligt. Alla typer av idrottsanläggningar kan dock inte finnas i alla kommuner men möjligheten att ta sig till och från idrottsanläggningen är god oavsett vart i länet du bor. Detta perspektiv finns därför tydligt med i utvecklingen av länets kollektivtrafik.

Under planperioden utvecklas nya och befintliga idrottsanläggningar ur ett tillgänglighets-, jämlikhets-, trygghets- samt jämställdhetsperspektiv. På så sätt bidrar utvecklingen av idrottsanläggningar och idrottsmiljöer inte bara till ökad fysisk aktivitet bland fler målgrupper utan skapar även samhällsnytta i form av ökad jämställdhet, ökat oberoende bland grupper med begränsad rörelsefrihet, ökad social sammanhållning, ökat socialt kapital samt ökad upplevd trygghet. Utvecklingen sker även ur ett ekonomiskt och ekologiskt hållbart perspektiv.

Idrottsrörelsens värden, behov och kompetens ses som viktiga resurser för att uppnå ett rörelserikt Västmanland och beaktas särskilt när nya områden planeras samt när befintliga förändras och utvecklas. För att utveckla ett samhälle som främjar fysisk aktivitet är idrottsrörelsen en tydlig medspelare tidigt i samhällsbyggnadsprocessen. Det är viktigt att det finns ytor för både organiserad idrott och spontanidrott. Det är viktigt att det finns plaster för spontanidrott i alla kommuner i Västmanland eftersom det är en inkörsport till den organiserade idrotten och till mer rörelse. Spontanidrotten ger också möjlighet till flexibilitet och möjlighet till rörelse på alla dygnets timmar, vilket går i linje med samhällets utveckling eftersom individen själva kan välja hur, vad och med vem. Det är också en självklarhet att barn och ungdomar samt andra målgruppers synpunkter tas tillvara i utvecklingen av nya idrottsanläggningar.

Genom att satsa på idrottsanläggningar som främjar fysisk aktivitet och andra mervärden skapas attraktiva och hållbara boendemiljöer där människor trivs.

Önskat läge 2030:

- Jämlikt och jämställt utbud och användande av idrottsanläggningar oavsett var man bor i länet
 - Samverkan kring idrottsanläggningar är god i länet
 - Möjlighet till idrott och spontanidrott i närområdet

8.2.2 Ekonomi

Att bedriva verksamhet inom idrottsrörelsen är förknippat med olika kostnader, exempelvis plan- och hallhyror, inköp av utrustning och utbildningskostnader. För att täcka kostnaderna behövs intäkter vilket i sin tur medför kostnader i form av exempelvis medlems- och aktivitetsavgifter för den som vill vara aktiv inom idrottsrörelsen. Hur mycket det kostar att bedriva verksamhet såväl som att vara aktiv inom idrottsrörelsen varierar. Skillnader förekommer både mellan idrotter och inom samma idrott. Undersökningar visar att ekonomiska förutsättningar är en faktor som påverkar barn och ungdomars möjligheter att idrotta samt är en orsak till att barn och ungdomar slutar med idrott. Det är därför viktigt för idrottsrörelsen att hålla ner sina kostnader.

För att sköta en föreningsekonomi på ett korrekt sätt krävs kunskap i frågor som rör ekonomi och de lagar och regler som råder. Det finns ett behov av att bredda den

kunskapen inom idrottsrörelsen vilket också skulle medföra att de administrativa uppgifterna kan delas på fler.

Det finns olika statliga, regionala, kommunala och andra externa stöd vars syfte är att stötta idrottsrörelsen att bedriva och utveckla sin verksamhet. Kännedomen om de olika stöden och kunskapen i hur de söks varierar och det finns idrottsföreningar som inte söker de stöd de har möjlighet att få.

År 2030 är möjligheten att träna, tävla och engagera sig i en idrottsförening i Västmanland inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar. En bidragande faktor för att nå dit är att idrottsföreningar söker olika stöd eller sponsring då det kan bidra till att hålla ner kostnaderna för deltagande. År 2030 är kunskapen god bland länets idrottsföreningar om hur olika bidrag söks och fler söker de stöd som finns. Det är även viktigt att arbeta med sponsring och andra inkomstkällor för att förbättra föreningens ekonomi. År 2030 finns en baskunskap om ekonomi, skatter och avgifter för idrottsföreningar hos fler i styrelsen än bara ordförande och/eller kassör. Det bidrar också till att skapa ekonomiskt hållbara idrottsföreningar.

Önskat läge 2030:

- Idrottsrörelsen kunskap i föreningslära är god.
- Deltagande för barn och ungdomar i idrottsrörelsen är inte beroende av individens ekonomiska förutsättningar.

8.2.3 Målområden 2022–2030

Region Västmanland vill att:

- Fler av länets kommuner har en god samverkan med andra kommuner gällande idrottsanläggningar.
- Fler av länets kommuner har en god samverkan med idrottsrörelsen gällande idrottsanläggningar.

8.3 Ett nyskapande Västmanland

För att Västmanland ska utvecklas är det viktigt att länet upplevs som attraktivt så att människor vill bo, leva och verka här samt etablera företag eller komma på besök. Hållbara evenemang inom kultur och idrott bidrar till lokal stolthet och ett attraktivt län.

8.3.1 Evenemang

Tävlingar och idrottsevenemang är en del av idrottens kärna och nerv. Dessa evenemang är allt ifrån mindre, lokala och ideella evenemang till stora och internationella. Oavsett storlek kan evenemanget bygga gemenskap och stolthet på orten och bland de som är engagerade i evenemanget.

Sverige har ett gott rykte som arrangörsland för internationella idrottsevenemang. Sverige är ett välorganiserat land, vilket gäller både idrottsrörelsen och samhället i stort. En viktig förutsättning för att få fler internationella idrottsevenemang till Sverige är ökad samverkan mellan tre parter: idrottsrörelsen, besöksnäringen och politiska beslutsfattare på alla nivåer.

Ur miljösynpunkt ligger Sverige väl framme och har förutom att vi lever i en "ren miljö" möjlighet att bidra till ökad miljöhänsyn kring idrottsevenemang. Våra olika årstider skapar möjligheter för såväl vinter- som sommarevenemang. Teknik och it är andra områden som Sverige ligger långt fram inom och som kan utnyttjas än mer som konkurrensfördel när det gäller internationella idrottsevenemang. Stora idrottsevenemang behöver få tillgång till lämpliga och anpassade anläggningar, men kräver även tillgänglighet avseende hotell, transportmedel och andra lokala faciliteter. Även större evenemang där idrottens beslutsfattande mötesplatser och andra konferensliknande sammanhang samlas, idrottsmöten, bör också kunna erbjudas i länet.

Evenemang är för många idrottsföreningar en källa till inkomster. Andra källor kan vara stöd från näringslivet i form av sponsring. Idrottsrörelsen står för positiva värden som många företag gärna vill associeras och förknippas med. Sponsring handlar om att skapa en ömsesidig nytta för båda parter, där samtliga inblandade kan känna sig tillfreds med hur överenskommelsen är utformad. Sponsring handlar om att skapa en win-win-situation kring ett samarbete, där samtliga parter gynnas positivt. Relationen mellan idrottsförening och företaget som sponsrar verksamheten kan se olika ut beroende på sponsorns önskemål och krav. Det kan handla om att företaget t ex vill vara med och bidra till ett bättre samhälle i form av att vara en god samhällsaktör, till önskan om att förknippas med ett känt lag eller idrottsprofil för att nå en målgrupp som annars hade varit svår att fånga upp.

År 2030 skapar evenemang inom Västmanland uppmärksamhet för idrotten i allmänhet och den aktuella orten i synnerhet. Samtidigt skapas förutsättningar för att evenemangen också ska kunna genomföras utifrån ett hållbarhetsperspektiv. År 2030 skapar länets idrottsevenemang ett direkt ekonomiskt överskott som kan användas för att utveckla den egna verksamheten och ger möjlighet till framtida investeringar för idrottsföreningen. Dessa effekter kan uppnås även vid ungdomstävlingar och motionslopp. Arrangemang och evenemang ger mervärden

och positiva upplevelser för invånarna, idrotten och regionen. De bidrar till att göra Västmanland attraktivt för boende, företag och besökare samt ger värdefulla intäkter till föreningar och näringsliv.

Önskat läge 2030:

- Förutsättningarna för att bedriva idrottsevenemang och idrottsmöten är goda
- Kunskapen om att arrangera idrottsevenemang är god

8.3.2 Elitidrott

Det finns ett stort värde i att investera i elitidrott. Internationella framgångar inspirerar nya generationer och bidrar till en aktiv befolkning. Det finns få saker som berör så många människor som stora idrottsmästerskap. När svenskar tävlar om medaljer står Sverige stilla. Även om elitidrotten utgör en liten del av svensk idrott, spelar den ändå genom sitt uppmärksamhetsvärde en viktig roll för många människor.

För Västmanland som län i allmänhet och länets kommuner i synnerhet, är möjligheten att få vara värd för idrottsevenemang stor. Idrottsevenemang bidrar till ökad konsumtion i närområdet, vilket gynnar det lokala näringslivet samt turismnäringen.

För en stark elitidrott, krävs en bred breddidrottsbas som tar sin utgångspunkt i en livskraftig idrottsrörelse. Den svenska idrottsrörelsen har tidigare beskrivits som en triangel, där elitidrotten utgjort den översta delen och den undre beskriver breddidrotten. I idrottens eget strategiprogram "Strategi 2025" har triangeln blivit en rektangel, där elit och breddidrott mer ses som parallella företeelser som är helt beroende av varandra. Så många som möjligt, så länge som möjligt, i en så bra verksamhet som möjligt är idrottsrörelsens paroll i det arbetet.

År 2030 erbjuder idrottsrörelsen utvecklingsmiljöer där barn och unga deltar i idrott efter sina egna förutsättningar och önskemål. Samma möjlighet till idrottsliga utvecklingsmiljöer erbjuds även till andra grupper som i ett senare skede i livet vill utveckla sitt eget idrottande. År 2030 erbjuder idrottsrörelsen i Västmanland en idrottslig utvecklingsmiljö, som i sin tur skapar en långsiktig och hållbar elitidrott. En god idrottslig utvecklingsmiljö består av att föreningarna har en tydligt strukturerad verksamhet som präglas av en genomtänkt strategi. Det finns en tydlig värdegrund, en vision och ett mål för verksamheten som präglas av ett långsiktigt arbete. Det erbjuds trygga miljöer där unga kan utvecklas med sikte mot elitidrott.

År 2030 finns en god samverkan mellan olika aktörer i länet som möjliggör att kan elitidrottare kan bo kvar efter gymnasiestudier, genom högskoletiden för att sedan etablera sig i Västmanland. Via stöd till elitidrotten tar länet tillvara det marknadsföringsvärde som elitidrotten har och den positiva påverkan som framgångsrika idrottare har för Västmanland.

Önskat läge 2030:

- Elitlag och individuella elitidrottare har goda förutsättningar att bedriva sin elitsatsning i Västmanland.
- Goda utvecklingsmiljöer erbjuds i länet för de som satsar mot elit.

8.3.3 Målområden 2022–2030

Region Västmanland vill att:

- Idrottsrörelsen arrangerar fler nationella och internationella idrottsevenemang.
- Fler verksamma elitidrottare inom fler idrotter
- Idrottsrörelsen når fler idrottsliga framgångar nationellt och internationellt.

9 Samverkan

9.1 Region och kommuner i samverkan

Den regionala idrottsplanen tar sin utgångspunkt i samverkan mellan olika instanser i länet Region Västmanland, idrottsrörelsen, föreningslivet, kommuner, civilsamhället och andra aktörer. Alla samarbeten är något som kommunerna kommer överens om utifrån den ambition man har och utifrån rådande ambitioner och ekonomiska möjligheter. Det är bara kommunerna själva som bestämmer om de ska gå in i eller själva utveckla ett regionalt eller ett delregionalt samarbete. Därför är det viktigt att hitta "vinna-vinna-faktorer" i samarbetena. För att lyckas är viktigt att våga samråda, samverka och samhandla med olika instanserna och tillsammans utveckla idrotten i Västmanland.

I Västmanland finns en struktur för samverkan mellan kommunerna och Region Västmanland. En strategisk regional beredning, SRB, finns mellan länets kommuner och regionen. Där sker information, samråd, och samverkan i frågor som är av gemensamt intresse.

Det finns tre politiska samverkansgrupper under SRB – Äldre, Barn och Unga samt Kultur och idrott. Grupperna hanterar regionala gränsöverskridande frågor inom sina respektive områden samt är en arena för lärande och erfarenhetsutbyte. I samverkansgrupperna finns ledamöter från regionen och länets samtliga kommuner.

9.2 Dialog för samverkan och uppföljning

Samverkan och uppföljning av den regionala idrottsplanen hanteras inom samverkansgrupp för kultur och idrott med politiska representanter från regionen och samtliga länets kommuner. Dialog för enligt nedan:

- Kultur- och fritidschefsnätverk där RF-SISU Västmanland deltar.
- Dialog med idrottsföreningar i länet.
- Mötesplatser där idrottsfrågor diskuteras.

9.3 Från ord till handling

För genomförande av målen kommer en handlingsplan tas fram i samverkan som bryter ned målen till aktiviteter. I handlingsplanen framgår vad, hur, när och vem som ansvarar för aktiviteten.

10 Uppföljning

Uppföljningen ska ske enligt Regions Västmanlands ordinarie uppföljningssystem med syfte att systematiskt kunna följa upp, utvärdera, reflektera och ompröva insatser som finns med i planen.

Mål	Hur	När
Fler barn är aktiva inom idrottsrörelsen efter 11-års ålder	LOK- stöd Liv hälsa ung	2026 och 2030
Fler aktiva medlemmar inom idrottsrörelsen som är +65	IdrottOnline	2026 och 2030
Fler av länets kommuner har en god samverkan med andra kommuner gällande idrottsanläggningar.	Riksidrottsförbundets kommunstudie Kolada	2026 och 2030
Fler av länets kommuner har en god samverkan med idrottsrörelsen gällande idrottsanläggningar.	Riksidrottsförbundets kommunstudie Kolada	2026 och 2030
Idrottsrörelsen arrangerar fler nationella och internationella idrottsevenemang.	Antal evenemang som genomförs i länet	2026 och 2030
Fler verksamma elitidrottare inom fler idrotter	Antal elitföreningar och individuella elitidrottare	2026 och 2030
Idrottsrörelsen når fler idrottsliga framgångar nationellt och internationellt.	Specialidrottsförbunden samt kommunen	2026 och 2030