



Eldsjäl 2.0

FÖRENINGSHANDBOK

För hållbara och framgångsrika
föreningar



Om projektet

Syftet med mitt projekt är att jag vill att alla ska få samma förutsättningar inom idrotten, då jag märkt av stora skillnader mellan föreningar.

Med mitt projekt hoppas jag att föreningar i Sverige kan utvecklas och bli den bästa versionen av sig själv och bli en hållbar och framgångsrik förening!

Om Eldsjäl 2.0:

Eldsjäl 2.0 ger unga ledare chansen att öka kunskapen inom relevanta områden, stärka ledarskapet och skapa nätverk för erfarenhetsutbyte och stöd. Genom att testa och genomföra idéer i projektform kan verksamheten utvecklas, samtidigt som deltagarna får insikt i och praktisk erfarenhet av att påverka beslutsprocesser.



**Izabella
Frejd**

Projektledare

Är aktiv ledare och utövare från Skyttesporten. Var deltagare i Eldsjäl 2.0 2024-2025, i omgång 5.

Bakgrund till Projektet



Definitionen av en framgångsrik förening togs fram genom att intervjua personer som är aktiva inom Skyttesporten på olika sätt.. Sedan sammanställdes intervjuerna och tio olika pusselbitar kunde användas för att tillsammans bygga upp en framgångsrik förening.

Denna handbok är gjord som ett hjälpmedel för att skapa diskussioner inom föreningar så att verksamheten kan växa och utvecklas. Målet med handboken är att med de råd och tips som följer varje pusselbit, ska kunna bidra till föreningar så att dem får en stabil och hållbar verksamhet.

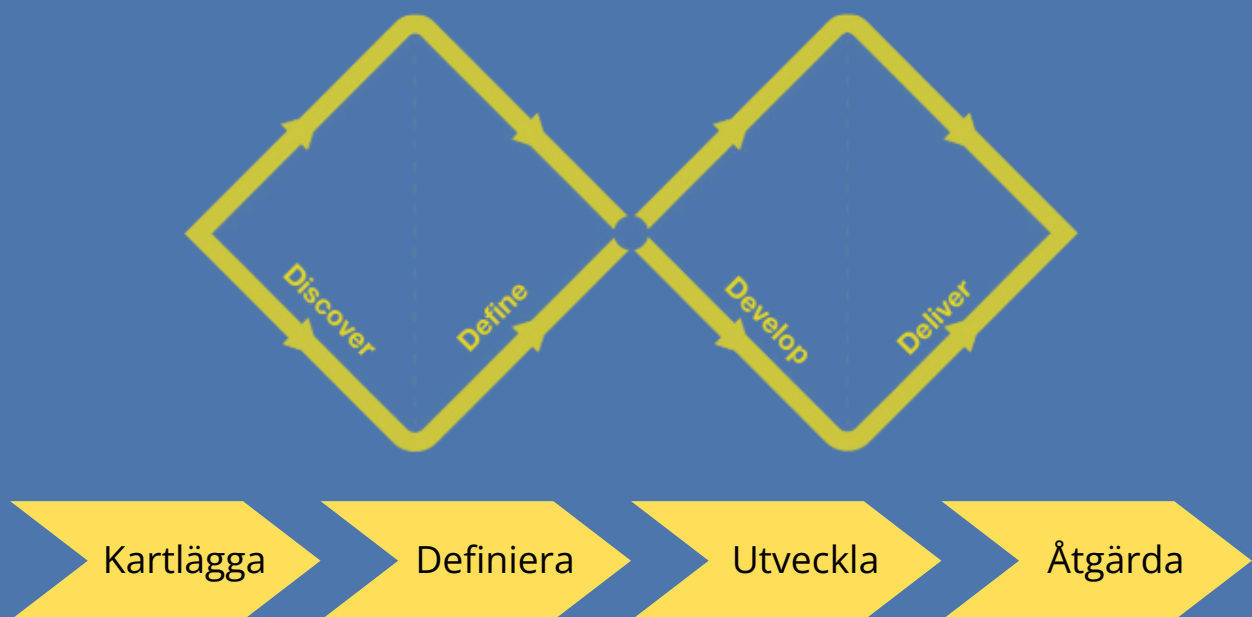
Notera:

Alla föreningar står inte inför samma problem, därmed är följande tips och råd utformade som diskussionsämnen. Förutsättningarna ser olika ut för alla föreningar, därmed går det inte att ge konkreta tips och råd. På grund av detta är denna handbok utformad som ett hjälpmedel inom föreningar för att själva hitta lösningarna.

Tips till diskussionerna:

Innovation och problemlösning

Detta är ett hjälpmedel för diskussionerna när man väl stöter på ett problem som man också vill lösa:



Diamant nr. 1:

Kartläggning och definiera: Sätt fokus och hjälps åt att beskriva problemen och orsakerna till problemet ordentligt. Hjälps varandra och se olika orsaker och hur dessa påverkar problemet. Välj ut ett antal orsaker som ni sedan konkretiserar mer i detalj som sedan blir underlag för fortsatt arbete, (inför diamant nr.2).

Diamant nr. 2:

Utveckla och åtgärda: Spåna fritt idéer på lösningar, stort som smått. Snäva sedan ner genom att välja ut idéer som är genomförbara av de som finns med i processen. Konkretisera vad idéerna innebär mer konkret och hur de kan genomföras.



De 10 pusselfbitarna

01

Medlemmar

06

Ledare

02

Ekonomi

07

Engagemang

03

Lokal, m.m

08

Verksamhet

04

Gemenskap

09

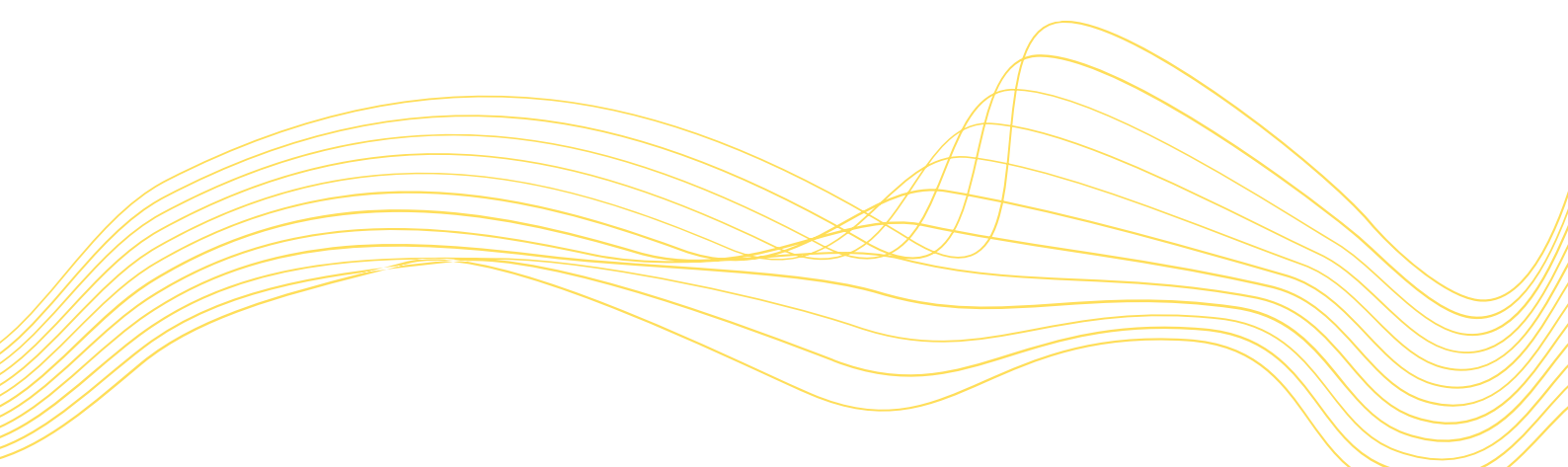
Öppenhet

05

Värdegrunder

10

Parasport



Tips och råd:

01 Medlemmar

1. **Skapa förebilder och en inkluderande miljö** - En elit inom sporten kan inspirera och locka nya medlemmar, men det är också viktigt att betona gemenskap och inkludering så att alla känner sig välkomna och sedda, oavsett ambitionsnivå.
2. **Sänk trösklar och gör sporten tillgänglig** - Håll medlemsavgifterna låga och arbeta aktivt för att ingen ska hindras av ekonomiska skäl. Anordna prova-på-dagar och marknadsför föreningen för att nå fler.
3. **Lyssna och vårda medlemmarna** - Ta kontinuerligt in medlemmarnas åsikter och engagemang. Skapa en stark gemenskap genom sociala aktiviteter och en kultur där alla känner sig viktiga och sedda.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi skapa en kultur där både elit- och breddidrottare känner sig välkomna och får sina behov tillgodosedda?
- Vilka konkreta åtgärder kan vi vidta för att minska avhopp och få fler att stanna kvar i föreningen?
- Vilka grupper i samhället når vi inte idag, och hur kan vi bli mer tillgängliga för dem?
- Vilka kanaler kan vi använda för att marknadsföra föreningen och nå ut till fler potentiella medlemmar?

02 Ekonomi

1. **Diversifiera intäktskällor** - Kombinera medlemsavgifter med sponsring, bidrag och försäljningsaktiviteter. Sök stöd från kommun, stat och företag för att säkerställa en stabil ekonomi.
2. **Engagera fler i föreningen** - Använd resurserna smart genom att låta ungdomar och andra medlemmar ta tränarroller och administrativa uppgifter. En stark gemenskap minskar avhopp och skapar långsiktig ekonomisk stabilitet.
3. **Utbilda och planera ekonomin långsiktigt** - Skapa tydliga budgetar, håll utbildningstillfällen om ekonomi och gör insamlingar till en social aktivitet för att stärka lagkänslan och engagemanget.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi bli bättre på att söka bidrag och samarbeta med företag?
- Behöver vi utbildning i ekonomi inom föreningen?
- Finns det ekonomiska utmaningar om vi ser framåt, och hur kan vi förbereda oss för dem?
- Kan vi använda unga ledare eller andra resurser inom föreningen för att minska kostnader och öka engagemang?

03 Lokal, m.m

Lokal - Träningstider - Utrustning

1. Optimera lokaler och

träningstider - Se över

möjligheten att samarbeta med kommunen och skolor för att få tillgång till fler lokaler och bättre träningstider. Skapa flexibla scheman som gynnar både aktiva medlemmar och nybörjare.

2. Dela och återanvänd

utrustning - Satsa på modern

och funktionell utrustning, men överväg begagnade alternativ för att hålla kostnader nere. Inför system för att medlemmar kan ärva eller dela material.

3. Samverka med andra

föreningar - Samarbeta med

andra idrotter för att undvika krockar i träningstider och skapa bättre möjligheter för allsidig träning. Istället för att konkurrera om resurser, hitta lösningar för gemensam användning av lokaler och utrustning.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi samverka med andra föreningar för att dela lokaler och undvika konkurrens om tider?
- Hur kan vi samarbeta med andra idrotter så att medlemmar inte behöver "välja" idrott?
- Hur kan vi samarbeta med kommunen och skolor för att få bättre tillgång till lokaler och idrottsanläggningar?
- Bör vi införa ett system där erfarna medlemmar får nyckelansvar för bättre flexibilitet?
- Vilka förbättringar i våra lokaler skulle öka trivseln och kvaliteten på träningarna?
- Hur kan vi säkerställa att alla medlemmar har tillgång till bra utrustning, även de med begränsad ekonomi?
- Vilken typ av utrustning skulle göra störst skillnad för verksamheten just nu?

04 Gemenskap

1. **Bygg en inkluderande föreningskultur** - Se till att alla medlemmar känner sig välkomna genom att lyfta både prestation och engagemang. Uppmärksamma alla, inte bara de mest framstående idrottarna, och skapa en trygg och utvecklande miljö.
2. **Anordna sociala aktiviteter och samarbeten** - Skapa gemenskap genom träningsläger, tävlingar med fokus på glädje och teambuilding. Variera aktiviteterna genom att inkludera andra sporter, spelkvällar, utbildningar eller temadagar för att stärka sammanhållningen.
3. **Mentorskap och sammanhållning i grupper** - Låt äldre medlemmar stötta yngre och arbeta aktivt med samarbetsövningar och gruppdynamik redan från tidig ålder. Ha en struktur för att bygga lagkänsla, både inom träning och externa aktiviteter.

Diskussionsfrågor:

- På vilket sätt kan vi uppmärksamma och motivera alla medlemmar, inte bara de som presterar bäst?
- Vilka typer av sociala aktiviteter kan vi anordna för att stärka gemenskapen inom föreningen?
- Hur kan vi göra det lättare för nya medlemmar att komma in i gemenskapen?
- Vilka konkreta samarbetsövningar eller teambuilding-aktiviteter kan vi implementera i vår verksamhet?
- Hur kan vi arbeta långsiktigt för att bygga en stark sammanhållning?

05 Värdegrunder

1. **Formulera och kommunicera en tydlig värdegrund** - Definiera föreningens grundläggande principer kring respekt, inkludering och utveckling, och gör dessa synliga för alla medlemmar, både på träningar och i lokaler.
2. **Utbilda och engagera medlemmar och ledare** - Se till att alla i föreningen känner till och förstår värdegrunder. Arbeta regelbundet med att integrera värdegrundsfrågor i träning och aktiviteter, och håll utbildningstillfällen för att säkerställa efterlevnad.
3. **Lev efter värderingarna** - Agera konsekvent vid konflikter, skapa en trygg miljö och ha system på plats för att hantera eventuella överträdelser. Se till att värdegrunden genomsyrar hela föreningens verksamhet.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi formulera och kommunicera en tydlig värdegrund för föreningen?
- Hur säkerställer vi att alla medlemmar, tränare och ledare känner till och följer föreningens värdegrund?
- Hur kan vi kontinuerligt uppdatera och förbättra vår värdegrund för att hålla den relevant och levande?
- Hur kan vi agera konsekvent vid konflikt för att säkerställa att vår värdegrund efterlevs?

06 Ledare

1. Skapa kontinuerlig utbildning och mentorskap

- Uppmuntra och finansiera tränarutbildningar, både inom och utanför sporten. Låt erfarna ledare handleda unga ledare för långsiktig kompetensutveckling och skapa en kultur av gemensamt lärande.

2. Blanda erfarenhet med nya idéer

- Ha en mix av äldre, erfarna ledare och yngre ledare som kan bidra med friska perspektiv och nya idéer. Rekrytera unga som vill engagera sig och ge dem möjlighet att växa som ledare inom föreningen.

3. Bygg ett hållbart ledarskap

- Skapa rutiner för att introducera nya ledare och se till att det finns en plan för att ta över när en tränare slutar. Anordna workshops och skapa kommunikationsvägar för att främja samarbetet mellan ledare i olika åldrar och nivåer.

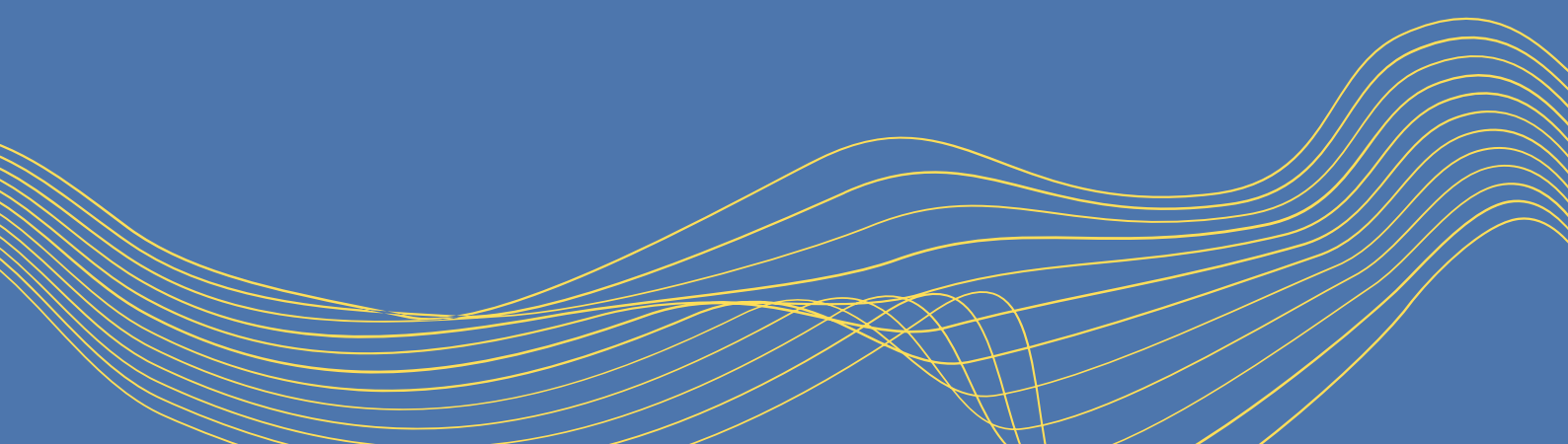
Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi uppmuntra och stödja våra nuvarande ledare att stanna kvar?
- Vilka metoder kan vi använda för att få unga aktiva att börja engagera sig som ledare?
- Hur kan vi säkerställa att nya ledare får rätt stöd och mentorskap för att växa i sina roller?
- Hur kan vi skapa en långsiktig plan för att säkra ett kontinuerligt ledarskap i föreningen?

07 Engagemang

1. **Hitta individers motivation** - Förstå varför människor engagerar sig och skapa en kultur där engagemang känns meningsfullt och roligt istället för ett krav.
2. **Fördela och anpassa uppgifter** - Låt fler bidra genom att erbjuda olika roller som passar deras intressen och styrkor, så att eldsjälar inte bränner ut sig.
3. **Visa uppskattning och skapa gemenskap** - Lyft fram och belöna ideella insatser, skapa en inkluderande miljö där alla känner sig behövda och välkomna.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi bättre förstå vad som motiverar våra medlemmar att engagera sig ideellt?
 - På vilka sätt kan vi aktivt rekrytera fler engagerade personer, istället för att bara vänta på att någon visar intresse?
 - Finns det uppgifter som vi kan förenkla eller digitalisera för att minska arbetsbördan?
 - Hur kan vi fördela ansvarsområden?
 - Hur kan vi skapa en positiv föreningsmiljö där engagemang känns meningsfullt och roligt?
 - Hur kan vi visa uppskattning för de som engagerar sig i föreningen?
- 

08 Verksamhet

1. **Bygg en stabil och långsiktig plan** - Skapa en tydlig strategi och verksamhetsplan som ger föreningen en stadig grund och en tydlig inriktning framåt. Var öppna för förändring och utveckla mål och värdegrund löpande.
2. **Dela på ansvaret och arbeta tillsammans** - Ingen ska bära allt själv. Uppmuntra teamwork, mentorskap och generationsväxling så att nya eldsjälar kan växa fram och föreningen kan leva vidare.
3. **Säkerställ demokrati och transparens** - Låt alla medlemmar vara delaktiga i föreningens beslut. Skapa öppna kommunikationskanaler, uppmuntra samarbete mellan grupper och se till att kunskap och erfarenhet dokumenteras och delas.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi arbeta för att ha en tydlig strategi för föreningens utveckling de kommande åren?
- Vilka är våra långsiktiga mål, och hur säkerställer vi att vi arbetar mot dem?
- Hur kan vi bättre fördela ansvaret så att ingen blir överbelastad?
- Vilka åtgärder kan vi ta för att säkerställa att föreningen lever vidare när eldsjälar lämnar?
- Hur kan vi säkerställa att alla medlemmar känner sig delaktiga i beslut?
- Finns det saker vi gör idag som skulle kunna förbättras genom bättre struktur och planering?

09 Öppenhet

1. **Lyssna och involvera** - Ha en öppen dialog med medlemmar, ledare och föräldrar för att fånga upp behov och idéer. Skapa forum som enkäter, möten eller en åsiktslåda.
2. **Var öppen för förändring** - Släpp prestigen, våga utvecklas och anpassa verksamheten efter nya behov. Påminn om föreningens gemensamma mål och skapa en kultur där nya perspektiv välkomnas.
3. **Förnya och modernisera** - Testa nya arbetssätt, digitala lösningar och innovativa träningsmetoder. Se till att styrelsen speglar föreningens medlemmar och att återväxten säkerställs genom rekrytering av unga ledare och nya styrelsemedlemmar.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi skapa dialog mellan medlemmar, ledare och styrelse?
- Vilka forum (möten, enkäter, ungdomsråd, etc.) kan vi använda för att fånga upp idéer och behov?
- Hur hanterar vi förändringar i föreningen idag?
- Hur kan vi arbeta för att föreningen undviker att fastna i gamla rutiner?
- Vilka nya metoder eller digitala lösningar kan vi testa för att förbättra verksamheten?

10 Parasport

1. **Inkludera istället för att separera** - Integrera parasport i den ordinarie verksamheten så långt det går. Bryt mot gamla normer och uppmärksamma och synliggör parasport!!
2. **Bygg tillgängliga möjligheter** - Skapa tillgänglighet och förutsättningar för parasport genom att samarbeta med lokala boenden, föreningar och förbund. Se över lokaler, utrustning och träningsmöjligheter.
3. **Utbilda och sprid kunskap** - Lär ledare och medlemmar mer om parasport genom utbildningar som samarbete med parasportförbund. Nyttja ekonomiska stöd och bidrag för att göra idrotten mer tillgänglig.

Diskussionsfrågor:

- Hur kan vi integrera parasport i vår ordinarie verksamhet?
- Vilka fördomar eller utmaningar kan finnas inom vår förening kring parasport, och hur kan vi arbeta för att förebygga dem?
- Är våra lokaler och utrustning anpassade för att inkludera fler utövare?
- Vad kan vi lära oss av föreningar som redan har en välfungerande parasportsverksamhet?
- Vilka utbildningar finns för våra ledare och medlemmar för att öka kompetensen inom parasport? Vart hittar vi dem?

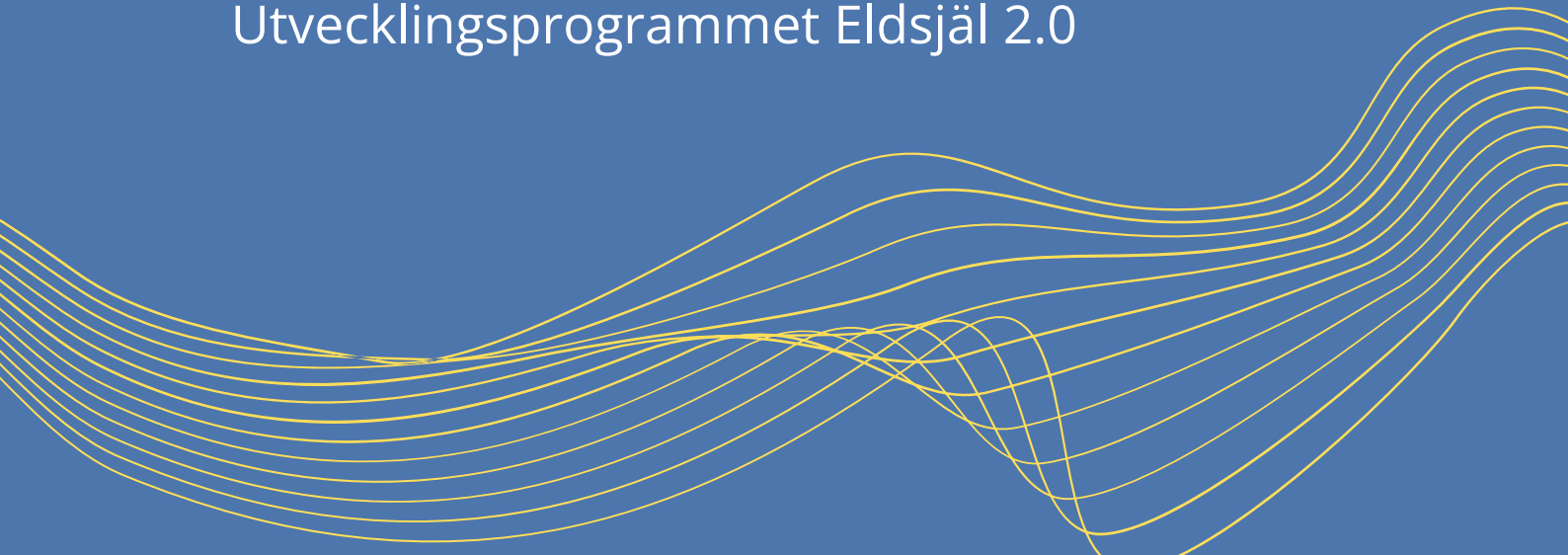
Mer info

Kontaktinformation:

Izabella Frejd (Projektansvarig)
Mail: izabellafrejd@icloud.com

Eldsjälsprogrammet 2.0:

Finns att läsa mer om på Riksidrottsförbundets
hemsida: www.rf.se eller se Youtube:
Utvecklingsprogrammet Eldsjäl 2.0

A series of thin, yellow, wavy lines that flow from the bottom left towards the bottom right, creating a sense of movement and design at the bottom of the page.