

Lärgruppsmaterial

Påverka jämställdheten i din förening



Välkommen som deltagare i en lärgrupp!

Lärgrupp är en del i din förenings utvecklingsarbete i samverkan med RF-SISU.

Vad är en lärgrupp?

Viljan att lära och nyfikenheten att upptäcka tillsammans är det som kännetecknar lärgruppen. I en idrottsförening finns det mycket som är bra att känna till och lära sig mer om. En hel del som inte har med själva träningen att göra. Det kan handla om *hur en bra ledare ska vara, vad som är bra att äta när man tränar* eller *hur man skapar delaktighet och ökar engagemanget i föreningen*.

När ni har bestämt er för vilket ämne som just ni vill prata om är det dags att starta en lärgrupp. Lärgruppen är bra när man vill få igång ett samtal och öppna upp för utbyte av erfarenheter, olika perspektiv och upplevelser.

Lärgruppen och lärande material

I lärgruppen kan man ta hjälp av material från RF-SISU i det ämne som man vill prata och lära mer om. Det kan till exempel vara böcker, filmer, poddar, dialogdukar eller varför inte tidningsartiklar. I lärgruppen finns ingen uttalad expert utan alla bidrar med kunskap och sina erfarenheter.

Lärgruppen och lärgruppsplanen

En lärgruppsplan är ett stöd till lärgruppsledaren eller utbildningsansvarig i föreningen. Även om alla i en lärgrupp förväntas delta aktivt behöver någon ta på sig ledartröjan. Vi kallar denna någon för lärgruppsledare. I en lärgrupp kan till exempel föreningsledare, föräldrar eller aktiva i föreningen vara deltagare. I lärgruppsplanen finns frågor som underlättar för er när ni ska komma igång med ert samtal och reflektera utifrån ett ämne. Ett ämne som just ni har valt med koppling till er idrott och verksamhet i föreningen. Ni bestämmer sedan hur er lärgrupp ska genomföras. Hur, när och var ni ska träffas och vad ni vill samtala om.

Regler för att genomföra en lärgrupp

Om en lärgrupp ska godkännas som bidragsberättigad verksamhet i er förening gäller följande: Den måste pågå under minst 3 utbildningstimmar. En utbildningstimme = 45 minuter. Det går att dela upp denna tid på fler tillfällen, till exempel 2 x 1.5 utbildningstimme. Det måste vara minst 3 deltagare. Deltagarna måste vara minst 13 år. Avsteg kan göras och låta deltagare från 7 år vara med. En förutsättning då är att lärgruppen är anpassad för just denna grupp.

Så här anmäler du er lärgrupp

Logga in i IdrottOnline (från föreningens IdrottOnline-hemsida). Gå till "Utbildning" > Gå till "Anmälan" och välj "Lärgrupp". Under fältet "Studieplan" väljer du aktuellt namn för den lärgruppsplan ni jobbar med. Fyll i de övriga fält som hör till er planering av lärgrupp.

TIPS!

Hör av dig till en idrottskonsulent på ditt RF-SISU distrikt om det verkar krångligt eller om du inte förstår. Då får du hjälp med allt kring vad en lärgrupp och lärgruppsplan är och hur man gör. Enklare än så kan det inte bli.

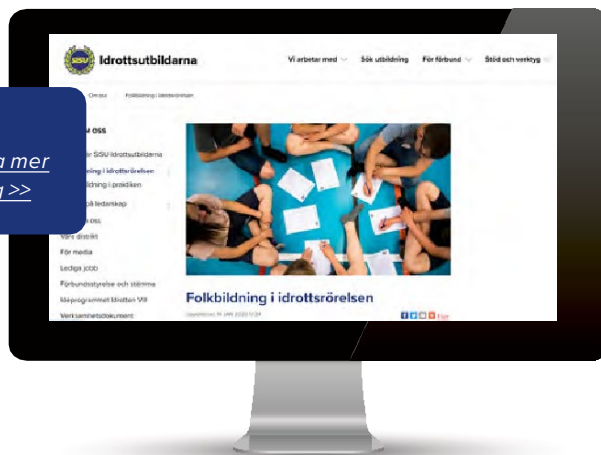


Lärgrupp är folkbildning, men vad är folkbildning?

Folkbildning är en form av lärande där deltagarna själva bestämmer vad de vill lära och veta mer om. I folkbildningen är mötet mellan människor och att lära av varandra genom samtal det viktigaste. Folkbildning utgår ifrån frivillighet, lust att delta, närhet och tillgänglighet. Perfekt för alla i en förening.

TIPS!

[Här kan du läsa mer om folkbildning >>](#)



Berätta att ni gör det här tillsammans med RF-SISU

Det är viktigt att alla i din förening som deltar i RF-SISU:s folkbildningsverksamhet känner till att den genomförs tillsammans med just RF-SISU. Det är viktigt då det handlar om att säkerställa att din förening fortsatt ska kunna ta del av de resurser som RF-SISU har för att genomföra folkbildning i förening (läs mer nedan). Så, berätta gärna för alla i föreningen att ni gör det här tillsammans med RF-SISU.

RF-SISU distriktet – en resurs för såväl lärgrupp som föreningsutveckling

RF-SISU distriktet är SISU Idrottsutbildarnas och Riksidrottsförbundets regionala och lokala organisationer. Vi delar gärna med oss av erfarenheter, ger stöd och kraft till utvecklingsarbetet i just din förening. Ett samarbete som ni har både nytta och glädje av. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel RF-SISU distriktet genom folkbildningsanslaget bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.

Kontakta oss på [RF-SISU](#), så berättar vi mer om hur ett samarbete kan gå till.

En jämställd ledarstab vid uppstart av barngrupper

Frågor att diskutera

Hur ser könsrepresentationen ut i tränarstaberna i vår barnverksamhet?

Vilken inverkan kan en jämn könsfördelning i tränarstaberna ha på föreningens yngsta idrottare?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

“En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling.

Jämställdhetsperspektivet ska finnas med på alla nivåer, alla beslut och i all verksamhet.”

Förslag till beslut

“Idag är fördelningen mellan män och kvinnor i tränarroller inom idrotten ojämn. För att barn och ungdomar i vår förening ska få både manliga och kvinnliga förebilder, med de olika perspektiv som det bär med sig, föreslås att vi i vår förening kräver en numerärt jämställd tränarstab då våra nya barngrupper startas upp.”

Konsekvens

Genom en jämställd tränarstab säkerställer föreningen att barn och unga ges möjlighet att ha både kvinnliga och manliga tränare som förebilder.

Detta främjar en jämställd och inkluderande idrottsmiljö och bidrar till att uppfylla de övergripande jämställdhetsmålen inom idrotten.

Kvinnor och män representerade i alla ledarstab

Frågor att diskutera

Hur ser representationen ut mellan könen i dagsläget?

Vilken betydelse kan det ha att varje idrottare i föreningen har minst en man och en kvinna som förebild i träningsgruppens ledarstab?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling.

Idag är fördelningen mellan män och kvinnor i tränarroller inom idrotten ojämförbar. I nuläget sker rekrytering av nya tränare ofta genom principen "lika rekryterar lika".

Förslag till beslut

"För att aktiva barn, ungdomar och vuxna i vår förening ska få både kvinnliga och manliga förebilder som tränare och för att rekrytering inte slentrianmässigt ska göras utifrån rådande normer föreslås: att styrelsen arbetar för att alla tränarstab i föreningen, oavsett ålder och könsindelning, har män och kvinnor representerade i sportsliga teamet senast år XXXX. "

Konsekvens

Genom att sträva mot att ha jämställda tränarstab inom föreningen skapar styrelsen en mer inkluderande och jämställd idrottsmiljö.

Detta möjliggör för barn, ungdomar och vuxna att ha varierade förebilder och stärker föreningens engagemang för att uppnå de övergripande jämställdhetsmålen inom idrotten.

Fördelning av träningstider

Frågor att diskutera

Hur ser fördelningen ut i din förening i nuläget?

Hur skulle du kommunicera vikten av jämställd tidfördelning till medlemmar och ledare i föreningen?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling. Jämställdhetsperspektivet ska finnas med på alla nivåer, alla beslut och i all verksamhet.

Föreningen har upplevts fördela träningstider på ett ofördelaktigt sätt för det ena könet.

Förslag till beslut

“Träningstider ska fördelas på ett sätt där jämställdhetsperspektivet prioriteras.”

Konsekvens

Genom att införa jämställda träningstider skapar föreningen en mer inkluderande och jämställd miljö.

Detta ger alla medlemmar likvärdiga möjligheter att delta under träningar, oavsett kön, och stärker föreningens åtagande gentemot de övergripande jämställdhetsmålen inom idrotten.

Föreningen skall ha en jämställdhetspolicy

Frågor att diskutera

Finns någon policy i föreningen redan idag och nämns något om jämställdhet i den?

Vilka nyckelelement bör ingå i en effektiv jämställdhetspolicy för din förening?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen



Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling.

Inom idrottens jämställdhetsmål finns ett antal delmål som vår förening på lokal nivå bör bidra till att uppfylla.



Förslag till beslut

“Vi föreslår att föreningen skall upprätta en jämställdhetspolicy som beskriver hur föreningen skall arbeta kring jämställdhet utifrån föreningens värdegrund. “



Konsekvens

Genom etableringen av en jämställdhetspolicy förbinder sig föreningen att aktivt och medvetet arbeta för jämställdhet inom verksamhetens alla delar.

Policyn blir ett verktyg för att skapa en inkluderande och jämställd miljö i föreningen och bidrar till idrottens övergripande jämställdhetsmål.

Det underlättar uppföljning och utvärdering av jämställdhetsarbete samt ger en tydlig ram för medlemmar och andra intressenter om föreningens åtagande och strävan mot jämställdhet.

Jämställdhetsperspektiv i publiceringar

Frågor att diskutera

Hur ser flödet ut på era sociala medier idag?

Hur kan representationen av olika kön i föreningens publikationer påverka medlemmarnas och icke medlemmars uppfattning om jämställdhet?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling. Jämställdhetsperspektivet ska finnas med på alla nivåer, alla beslut och i all verksamhet.

Det finns en upplevelse av att det ena könet får större utrymme och uppmärksamhet i våra officiella kommunikationskanaler.

Förslag till beslut

“Föreningen ska analysera och jämföra publiceringar av bilder och text på hemsidan och i sociala medier löpande. Föreningen integrerar ett jämställdhetsperspektiv i sin kommunikation och marknadsföring.

Genom detta säkerställs att tjejverksamhet och killverksamhet ges likvärdigt utrymme.”

Konsekvens

Genom årliga analyser av nyhetsflöden på hemsida och sociala medier kan föreningen aktivt arbeta för att skapa en balanserad och inkluderande representation av tjej- och killverksamhet.

Detta ger en jämställd kommunikation som gör föreningen attraktiv och inkluderande för alla oavsett kön.

Numerärt jämställt i styrelsen

Frågor att diskutera

Hur ser representationen ut mellan könen i dagsläget?

Hur kan en numerärt jämställd styrelse påverka beslutsfattandet inom föreningen?

Blir det lättare eller svårare att rekrytera till styrelsen med ett beslut om att föreningen ska ha en numerärt jämställd styrelse?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling.

Jämställdhetsperspektivet bör genomsyra samtliga nivåer, beslut och verksamhetsområden.

Förslag till beslut

“Från och med år xxxx framgår i våra stadgar att styrelsen ska vara numerärt jämställd. Valberedningen får fram till stadgeändringen arbeta för att möjliggöra detta.

Stadgetext: I föreningens styrelse är kvinnor och män representerade med minst 40 %.”

Konsekvens

En numerärt jämställd styrelse kan bidra till en mer dynamisk och effektiv organisation, där olika röster hörs och där beslutsfattandet blir mer representativt och välavvägt.

Genom att sätta ett årsbestämt mål har vi tid på oss att lägga upp en handlingsplan och rekrytera in rätt personer in i styrelsen.

Jämställdhetsbudgetering

Frågor att diskutera

Utifrån budgeten, går det att utläsa några skillnader i fördelning mellan könen?

Hur kan en jämställdhetsbudgetering bidra till en mer rättvis resursfördelning i föreningen?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling.

Jämställdhetsperspektivet bör genomsyra samtliga nivåer, beslut och verksamhetsområden.

Att fördela resurser inom föreningen på ett jämställt vis är en förutsättning för uppnå jämställdhet.

Förslag till beslut

“Verksamhetskostnader relaterade till tjej- och kill-/dam- och herrverksamhet budgeteras med ett tydligt jämställdhetsperspektiv.”

Konsekvens

Genom ett tydligt jämställdhetsperspektiv i budgetplaneringen öppnar föreningen upp för en mer transparent och rättvis fördelning av resurser. Genom en likvärdig ekonomisk satsning på både tjej- och killverksamhet, skapas en mer inkluderande och jämställd idrottsmiljö där alla ges möjlighet att delta och utvecklas oavsett kön.

På lång sikt kan detta bidra till en mer hållbar och framgångsrik idrottsutveckling där både kvinnor och män ges lika möjligheter att blomstra inom idrotten.

Redovisning av kostnader för kill- och tjejverksamhet

Frågor att diskutera

Kan vi idag dra slutsatser om fördelningen av resurser utifrån ett jämställdhetsperspektiv?

Varför är det viktigt att redovisa kostnaderna separat för kill- och tjejverksamhet inom föreningen?

Hur kan denna redovisning hjälpa till att identifiera och åtgärda eventuella ekonomiska ojämlikheter?

Förslag på motion/underlag att lämna till årsmötet eller styrelsen

Bakgrund

En jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik idrottsutveckling.

Jämställdhetsperspektivet bör genomsyra samtliga nivåer, beslut och verksamhetsområden.

Att ha koll på hur resurser fördelas inom föreningen är en god förutsättning för att ha en jämställd resursfördelning.

Förslag till beslut

“Vi föreslår att verksamhetskostnader relaterade till tjej- och kill-/dam- och herrverksamhet tydligt redovisas och bokförs, samt tas upp som separat punkt på föreningens årsmöte. “

Konsekvens

Genom en öppen redovisning och analys av kostnaderna för tjej- och killverksamhet får föreningen möjlighet att bättre reglera fördelningen av medel.

Analysen kan användas som ett verktyg för att granska tidigare budgetfördelning och som underlag för att lägga fram konkreta budgetförslag inför framtida verksamhetsår.

Målet är att säkerställa att lika stora ekonomiska resurser tilldelas både tjej- och killverksamhet och främja en jämställd och inkluderande idrottsmiljö.



Sätter idéer i rörelse

www.rfsisu.se

