



# Idrottslyftet - paket 2019

Vi har tagit fram ett antal färdiga projektpaket där innehållet är det som ofta efterfrågas inom studentidrotten. Projektpaketerna finns för att göra det enkelt att ta del av stöd från Idrottslyftet och för att studentidrotten ska utvecklas i linje med vad svensk idrott som helhet strävar efter - att mer och fler ska trivas och vilja vara fysiskt aktiva inom föreningsidrotten.

## 1. Utbildning & mötesplatser

Välutbildade ledare, styrelsemedlemmar och en god kunskap om hur andra föreningar arbetar kan göra stor skillnad för att era medlemmar trivs och vill fortsätta träna med er! Det kan handla både om att utbilda de som leder idrottsaktiviteter och de som är engagerade i styrelsen. Detta paket vänder sig också till föreningar som vill arrangera erfarenhetsutbyte genom möten och studiebesök. Genomförs gärna i samverkan med SISU Idrottsutbildarna.

**Belopp:** 1000 kronor - 30 000 kronor.

**Beloppet ska gå till:** utbildningskostnad och övriga kostnader kring erfarenhetsutbyte.

**Exempel:** ledarskapsutbildning, tränarutbildning inom olika idrotter, idrottskadautbildning, hjärt- och lungräddning, idrottens föreningslära (grundutbildning för styrelsen, kassör, valberedning, ordförande), medlemsdagar och erfarenhetsutbyte mellan föreningar.

## 2. Börja träna – ”sänka trösklar”

Studentidrotten har en stor möjlighet att återrekrytera studenter till en aktiv livsstil. Som student kan man prova en ny idrott eller återuppta en idrott som man tidigare hållit på med, men nu på en annan ambitionsnivå. Det övergripande målet med detta projekt är att kunna erbjuda aktiviteter för fler medlemmar hos er. Detta paket syftar till att sänka trösklarna så att fler får chansen att delta.

**Belopp:** 1000 kronor - 40 000 kronor.

**Beloppet kan gå till:** ledare som leder nybörjarträningarna, hallhyra för nystartad aktivitet, samarbete med andra idrottsföreningar, särskilda satsningar mot fysiskt inaktiva studenter, samverkan med till exempel studenthälsan och studentkåren samt marknadsföring av föreningens aktiviteter.

**Exempel:** Nybörjarträningar i olika idrotter och särskilda intropass för de som är helt nya. Det kan också vara riktade satsningar mot vissa målgrupper så som studenter på ett visst program eller för att få en jämnare könsbalans i föreningen eller fysiskt inaktiva studenter som får extra stöd.

Ett större projekt inom detta paket är Aktiv student, som innebär att en grupp fysiskt inaktiva studenter börjar träna tillsammans. Efter 12 veckor är målet att deltagarna tränar med glädje på egen hand. Aktiv student innehåller även motiverande samtal och någon föreläsning kring träning och livsstil. [Läs mer om Aktiv student här.](#)



### 3. Startpaket nya idrottsföreningar

Är ni en nystartad förening? Behöver ni få struktur på arbetet i styrelsen och planera det första året på ett bra sätt? Hur ska er förening locka nya medlemmar? Vi vet att det ibland kan vara svårt att komma igång för en nystartad förening och här är ett paket som hjälper er en bit på vägen! Ta hjälp av föreningens SISU-konsulent för att få en bra start på styrelsens arbete. Skapa kanaler för marknadsföring och se till att synas på lärosätet. Ett krav vid ansökan för detta paket är så klart att föreningen är nystartad.

**Belopp:** Max 10 000 kronor.

**Beloppet kan gå till:** Processledning av en SISU-konsulent, visst material och utrustning, marknadsföring och lokalhyra.

**Exempel:** Styrelsen vill få struktur på sitt arbete och göra en bra planering av första året. Då kan föreningens SISU-konsulent leda arbetet så att hela styrelsen kan delta i planeringen. Kanske behöver föreningen utbildas inom ekonomi och då kan en kassörsutbildning och ett bokföringsprogram köpas in. En nystartad förening vill starta upp aktiviteten futsal. De behöver då träningstider i en idrottshall, några fotbollar och västar samt en beachflagga i marknadsföringssyfte för att rekrytera nya spelare.

### 4. Bli fler än 100!

Behöver ni få struktur på arbetet i styrelsen och planera verksamheten på ett bra sätt? Hur ska er förening locka nya medlemmar? Vi vet att det ibland kan vara svårt att hålla en föreningsverksamhet levande, detta är ett paket som hjälper er en bit på vägen! Ta hjälp av föreningens SISU-konsulent för att utveckla styrelsens arbete. Skapa kanaler för marknadsföring och se till att synas på lärosätet. Ett krav vid ansökan för detta paket är att föreningen har färre än 100 medlemmar.

**Belopp:** 7500 kronor.

**Beloppet kan gå till:** Processledning av en SISU-konsulent, marknadsföring och lokalhyra.

**Exempel:** Styrelsen vill få struktur på sitt arbete och göra en bra planering av första året. Då kan föreningens SISU-konsulent leda arbetet så att hela styrelsen kan delta i planeringen. Kanske behöver föreningen utbildas inom ekonomi och då kan en kassörsutbildning och ett bokföringsprogram köpas in. En nystartad förening vill starta upp aktiviteten futsal. De behöver då träningstider i en idrottshall, några fotbollar och västar samt en beachflagga i marknadsföringssyfte för att rekrytera nya spelare.

### 5. Videopaketet

Videopaketet är en satsning för att bidra till en mer attraktiv studentidrottsverksamhet samt öka antalet medlemmar i er förening. Satsningen går ut på att visa upp sin förening i ett filmklipp med temat "*Studentidrott – det självklara valet*". Filmen ska vara nyinspelad och minst 30 sekunder lång och maximalt 120 sekunder lång.

Varje förening tilldelas ett bidrag på 3000 kronor för sin video. Därefter utser Sveriges Akademiska Idrottsförbund en vinnare bland alla inskickade bidrag för bästa video. Den föreningen tilldelas 5000 kronor i vinst under Studentidrottsgalan 2019 i november och Sveriges Akademiska Idrottsförbund får rättighet att sprida videon på förbundets sociala medier.



I er projektansökan, beskriv hur ni kan skapa innehåll i videon som är kopplad till projektets tema. Tänk på att innehållet i videon ska gå i linje med studentidrottens fyra kärnvärden: Mångfald, Hälsa, Demokrati och Gemenskap.

**Exempel:** Vi vill skapa en video som visar vad studentidrott är i vår förening. Det vi främst kommer att trycka på är att "alla studenter ska känna sig välkomna" och "gemenskap/rörelseglädje". För att vi ska visa att vi har något för alla, ska vi dels ha med videoklipp från olika idrotter/aktiviteter, men också skildra olika typer av personer med olika typer av ambitionsnivåer. Studentidrott för oss är gemenskap och rörelseglädje och det kan vi visa genom att personer gör high five eller hejar på varandra, klappar någon på ryggen etc.

**Belopp:** 3000 kronor samt eventuell vinstsumma på 5000 kronor.

### Fotopaketet

Fotopaketet är en satsning för att bidra till en mer attraktiv studentidrottsverksamhet samt öka antalet medlemmar i er förening. Satsningen går ut på att visa upp sin förening genom foton utifrån temat "*Studentidrott – det självklara valet!*" Fotografierna ska vara från aktiviteter 2019 och sammanlagt syftar paketet att ni ska få minst 10 st bilder att använda i er marknadsföring. Fotopaketet syftar till att ge er förening möjlighet att få proffsig(are) bilder genom att anlita en fotograf. Sveriges Akademiska Idrottsförbund får rättighet att sprida 2 utav bilderna på förbundets sociala medier.

I er projektansökan, beskriv hur ni kan skapa innehåll i foton som är kopplad till projektets tema. Tänk på att innehållet i foton ska gå i linje med studentidrottens fyra kärnvärden: Mångfald, Hälsa, Demokrati och Gemenskap.

**Belopp:** 3000 kronor

### Ansökningsdatum 2019

15 januari-15 februari

1 mars - 1 april

1 maj - 1 juni

1 september – 1 oktober.

### Frågor kring Idrottslyftet

Kontakta Cecilia Olsson,

[cecilia.olsson@saif.se](mailto:cecilia.olsson@saif.se)

010- 476 54 92

## Välkomna med ansökningar!