

# HUR KAN VI INTEGRERA UNGDOMAR I DISTRIKTSFÖRBUNDET?

Vill ni integrera ungdomar i distriktsarbetet? Vill ni ge unga en möjlighet att vara med och inspirera, utveckla och forma ert distrikt? Här kommer några exempel på arbetsuppgifter och projekt som unga i ert distrikt skulle kunna vara med och genomföra.

**Starta ett ungdomsråd.** För att öka ungdomsintegrering vilket i sin tur kan ge nya perspektiv och leda till utveckling av er verksamhet. Det är lättare och roligare för unga att driva projekt om de får arbeta tillsammans.



**Unga ledamöter, alternativt adjungerade, i distriktstyrelsen.** För ytterligare ungdomsinflytande och för att minska klyftan mellan äldre och yngre. Förslagsvis två personer som kan stötta varandra.

**Kick-off / årsavslutning.** För att sammansvetsa föreningar i distriktet, öka gemenskapen och för att få en bättre tränings-/tävlingsmiljö över föreningsgränserna. Låt ungdomar vara med och planera/genomföra kick-off eller årsavslutning, de vet vad som uppskattas och känns attraktivt.

**Träningar över föreningsgränser.** Skapar en större friidrottsfamilj vilket möjliggör utbyte av tränings-tips och erfarenheter.

**Tävling.** Låt unga anordna en större tävling med alla föreningar i distriktet, till exempel en lagtävling. Detta skapar möjlighet att öka gemenskapen mellan föreningarna samtidigt som det är roligt med nya tävlingsformer.

## **Tips:**

- Ge ungdomarna en chans att visa vad de kan och ta vara på deras nytänkande och kunskap.
- Erbjud de unga som vill driva projekt en mentor, någon de kan vända sig till för tips, frågor och stöd.
- Sätt tillsammans upp tydliga ramar för när arbetsuppgifter eller delmål i projekt ska vara klara. Bestäm hur ni ska kommunicera, när och på vilket sätt sker avstämning?
- Ta in någon från SISU Idrottsutbildarna (tillsammans med rådet och/eller styrelsen) som de kan jobba med för att ta fram en verksamhetsinriktning och idéer hur de kan jobba vidare.
- Det är viktigt att ungdomar med styrelseuppdrag har ett verkligt ansvarsområde eller projekt att rapportera kring, en punkt på dagordningen.
- Låt ungdomar vara med i arbetsgrupper och medverka vid till exempel årsmöten.