

# HUR KAN VI INTEGRERA UNGDOMAR I FÖRENINGEN?

Vill ni integrera ungdomar i föreningsarbetet? Vill ni ge unga en möjlighet att vara med och utveckla och forma er förening? Här kommer några exempel på projekt och arbetsuppgifter som unga i er förening skulle kunna vara med och genomföra eller genomföra själva genom till exempel ett ungdomsråd.

**Starta ett ungdomsråd/aktivas råd.** 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.

**Kick-off / Föreningsdag/ Årsavslutning.** För att öka sammanhållningen och skapa föreningsanda. Kanske ett knytkalas eller en annorlunda tiokamp?

**Tävling.** Anordna en tävling. Kanske en lagtävling eller en tävling med påhittade eller utvalda grenar?

**Träningsläger / tävlingsresa.** Låt unga vara med och planera/genomföra träningsläger/ tävlingsresor på hemmaplan, i andra delar av Sverige eller utomlands.



Foto: Hanna Malm

**Friidrottsskola.** Ge chansen till unga att vara ledare på friidrottsskola eller med i projektgruppen för friidrottsskolan.

**Ledare/tränare.** Ge unga möjligheten att bli tränare/ledare för en grupp. Ett tips är att skicka era ungdomar på ledarutbildningar för att ge de möjlighet att bli trygga i ledarrollen redan från början. Det är också ett utmärkt tillfälle för dem att träffa andra och utbyta idéer samt erfarenheter, nätverka och ta med sig inspiration att implementera i föreningen.

## 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.