

VP 2025



# Förslag VERKSAMHETSPLAN

samt

# INKOMSTER OCH UTGIFTER

för år 2025

Föreliggande arbets- och ekonomisk plan omfattar verksamhetsåret  
1/1 – 31/12 2025

# Värmlands Orienteringsförbunds kompassriktning

## Övergripande mål mot 2030

Svensk och värmländsk orientering har som målsättning att bli flera och mera. Med flera och mera menar vi att bli fler orienterare och att varje individ aktiverar sig mera. Med flera och mera menar vi också att det arrangeras och anordnas mer orientering i alla olika former som fler träningar, tävlingar, motionsaktiviteter och utbildningar.

Vi ska arbeta för att utbudet av nationella-, distrikts- och närtävlingar ökar i antal samt underlätta för föreningar att arrangera tävlingar och ge fler individer möjligheter till att utöva vår idrott.

## Tillsammans är vi starka

### *Vi skapar Värmlandskänslan genom att vi tillsammans:*

- Har gemensamma aktiviteter för ungdomar och vuxna.
- Ska arbeta för ett jämställt orienteringsvärmland.
- Ska samverka med RF-SISU Värmland när vi arbetar med utbildning och utveckling.
- Ska bidra till ett hälsosamt Värmland genom att sprida och marknadsföra Naturpasset inklusive Hittaut.

## Föreningarna

- Män och kvinnor ska ha lika stort inflytande i beslutande och rådgivande organ. Arbetsformer och fördelning av uppdrag ska utformas så att män och kvinnor har lika stora möjligheter att medverka.
- Ökar antalet LOK-stödssammankomster.
- Står bakom Idrotten vill. Träning och tävling bedrivs utifrån individens villkor.
- Ska bli fler orienterare.
- Ska visa upp Värmland genom att arrangera värdetävlingar.

## Kommunikation

- Är aktiva på hemsida, Facebook och Instagram.
- Är en öppen och tillgänglig organisation.

## Ledarutveckling

- Genomför utbildningar av olika slag (förenings-, distrikts-, RF-SISU Värmland- och SOFT-utbildningar).
- Öka antalet studietimmar tillsammans med RF-SISU Värmland.

## Övriga mål

- Ser till att vi utvecklar våra fyra grenar inom Orienteringen; Orienteringslöpning, Skidorientering, Mountainbikeorientering och Precisionsorientering.

## Målen för 2025 för alla grenar inom Orienteringsförbundet samt resultaten från föregående år (2023, 2024)

Mål	Resultat 2023	Resultat 2024	Mål 2025
• Antalet medlemmar i våra klubbar	3 009	2 970	3 300
• Antalet LOK-stödsammanskomster Gruppaktiviteter	888	878	1 000
• Antalet studietimmar	2 232	2 400	2 500
• Antal deltagare av VOF arrangerade utbildningar	162	16	150

## Verksamhet

### *Styrelsen*

Styrelsens medel för att dessa mål skall uppnås är följande:

- Vara en väl integrerad del av distriktets verksamhet.
- Väl förvalta förbundets ekonomi.
- Företräda och representera distriktet i intressefrågor och andra sammanhang utanför vår egen verksamhet.
- Organisera, stödja, stimulera och samordna kommittéernas arbete enligt nedan.

## Organisation

*Styrelsen* är ansvarig för att verksamheten bedrivs enligt gällande stadgar och att Värmlands Orienteringsförbunds lång- och kortsiktiga verksamhet bedrivs i enlighet med fattade årsmötesbeslut.

Den leder och samordnar kommittéernas och kansliets arbete, enligt vad som framgår av den årliga verksamhetsplanen. Den fördelar inom sig kommittéer och arbetsgrupper, uppdrag och arbetsuppgifter i linje med verksamhetens krav.

Styrelsen arbetar för att Idrottsrörelsens jämställdhetsmål 2025 ska uppnås. Det innebär att vi även under 2025 behöver se över våra riktlinjer för hur styrelsen och kommittéer bemannas för att leva upp till målet.

*Ordföranden* leder styrelsens arbete och är även ordförande inom Arbetsutskottet. Likaså uppbär ordföranden personalansvar för kansliets bemanning och är även förbundets kontaktperson gentemot media.

*Kommittéer och arbets-/projektgrupper* tillsätts av styrelsen och är dennes förlängda arm inom främst arbetsområden för Elit/TVO, Ungdom, Tävlingsverksamhet, Mark/Kart, MtbO, SkidO, PreO, Utbildning, Naturpass/Rekrytering och Information samt Ekonomi. Kommittéernas mål redovisas nedan.

*Kansliet*, genom Distriktskonsulenten (DK) handlägger, på styrelsens uppdrag, ärenden och frågor inom ramen för fattade beslut. DK är informationsansvarig för den löpande verksamheten inom VOF. DK biträder kommittéerna och klubbarna enligt önskemål. DK är styrelsens sekreterare.

DK utgör också en stödresurs vid ansökningar av medel ur Projektmedel.

## Ungdomskommittén

Året 2025 kommer innehålla följande från ungdomskommitténs sida. SOFT:s mål om mera och flera försöker vi få in i våra verksamheter. Det vi planerar för är:

- Gemensam information 26 april på **Boda Borg för ungdomsledare** i samband med Boda borg-aktiviteter för ungdomarna.
- Gemensam information om ungdomskommitténs arbete 26 april på **Boda Borg för föräldrar**. Ena träffen först och andra efteråt.
- **Lilla VM**. Vi kommer att samverka med sex tävlingsarrangörer i syfte att genomföra en Lilla-VM-serie med deltävlingar både under våren och hösten. Denna aktivitet är en del i att få fler ungdomar att orientera **mera**.
- **Värmlandslägret** arrangeras av Deje/Forshaga 24–25 maj. Vi har som mål att få 80 ungdomar med på lägret. Detta är vårt största och viktigaste arrangemang där alla ungdomar är välkomna och ett led i att få **fler** att vilja orientera och våga komma ut och lära känna ungdomar från andra klubbar.
- Till **rikslägret** samordnar UK en gemensam resa som bekostas av klubbarna/deltagarna men subventioneras av UK (genom bidrag från Skogskarlarna).
- Vi planerar också att ha en **USM-träningsdag** i områdena kring där USM ska gå under sommaren.
- **Distriktsmatch** mot Örebro, Sörmland och Östergötland 5–6 aug. Vi ska vara arrangörer. Logi och mat ordnas i Deje. Medeldistans på Mosarenkartan och stafett i Deje. Vi avser att delta med alla aktuella ungdomar i åldrarna 13–16 år. Vi har som mål att få 30 ungdomar som följer med. Distriktsmatchen är ett breddarrangemang som syftar till att få **fler** ungdomar att lära känna varandra över distrikten och att vilja fortsätta orientera.
- **USM** går i Säffle och Grums 12 - 14 sep. Vi ordnar med resa dit för de 15–16 åringar som är aktuella.
- Till **Daladubbeln** ordnar vi med bussresa som vanligt. Denna resa gör vi för att få fler ungdomar att orientera **mera**. Utan bussresan skulle flera förmodligen inte åka på dessa tävlingar.

**Budget Värmlands OF Ungdomskommittén 2025**

<b>Aktivitet</b>	<b>Kostnad</b>	<b>Intäkt</b>	<b>Anm.</b>
Upptaktsträff	30 000 kr	30 000 kr	Questar och mat.
Lilla VM-medaljer	200 kr		Gravyr
Värmlandslägret	16 000 kr		Subventioneras med 200 kr/deltagare. Målet är 80 deltagare.
Rikslägret	24 000 kr	24 000 kr	4–5 minibussar
Distriktsmatch	26 400 kr	16 500 kr	Egenavgifter förutom 250 kr/ungdom som VOF står för. Målet är 30 deltagare. VOF står även för kostnad gällande ledare, 3 st.
USM – ledarpaket	4 000 kr		Mat, boende, resa och ledarpaket (2 ledare)
USM – Distriktsstafett	3 000 kr		2 lag
USM – Individuellt	20 000 kr	12 000 kr	För logi och mat. Faktureras deltagarnas klubbar. Resan subventioneras.
USM – tröjor	8 000 kr		
USM – bidrag tröjor		8 000 kr	Bidrag från Värmlands Skogsflickor
Daladubbeln	45 000 kr	45 000 kr	Kostnad för bussar som handläggs av VOF men faktureras i sin helhet vidare till deltagarna.
Skogsflickorna extra bidrag		6 000 kr	Extra bidrag från Värmlands Skogsflickor
Skogskarlarna Bidrag		16 000 kr	Bidrag från Värmlands Skogskarlar
Summa	176 600 kr	141 500 kr	
		-35 100 kr	

### ***Lilla VM-programmet 2025***

- 26 april Boforsloppet (OK Djerf) lång
- 10 maj Skattkärr Vämmlandstrippeln medel
- 17 maj Vikingträffen medel
- 23 aug Skattkärr SOK Sprint DM
- 5 sep OK Hierne Natt DM
- 28 sep Kils OK medel final

### ***Utsedda arrangörer för VOF:s Värmlandsläger:***

2025 Deje SF/SISU Forshaga  
2026 Kristinehamns OK/Skattkärrs SOK  
2027 Kroppa IF/Filipstad OK  
2028 OK Älgen/Säffle IK  
2029 OK Hierne/Åmotfors OK/Årjängs OK  
2030 OK Tyr/SK Örnen  
2031 OK Djerf/Degerfors OK  
2032 IK Viking/OK Fryksdalen  
2033 OK Mängen/OK Jösse  
2034 Kils OK

## **Team Värmland Orientering (TVO)**

### ***Målsättning 2025***

- Behålla ungdomar och juniorer och yngre seniorer i Värmandsklubbarna.
- Erbjuder gemensamma aktiviteter som lockar äldre ungdom, juniorer och yngre seniorer i Värmland.
- Utveckla "Vi-känslan" i Värmland.
- Öka antalet startande juniorer och seniorer vid värde tävlingar i övriga Sverige.
- Anordna teknikträningar på kartor med till exempel relevant SM terräng.

### ***Målsättningen uppnås genom:***

- Arrangera gemensamma träningstillfällen på olika platser i Värmland.
- Samordna resor till värde tävlingar utanför Värmland och uppmuntra **alla** i målgruppen att följa med.
- Arrangera teknikträningssdag under lågsäsong.
- Försöka blanda träning/tävling med sociala aktiviteter. Genom att resa och bo tillsammans stärker vi gemenskapen bland de som deltar i aktiviteterna.

## **Aktiviteter 2025**

### ***Tävlingsresor***

Arrangera gemensam resa och boende till Swedish League #2 Natt-SM och Stafettligan #2 i Stockholm, 25–27/4, Swedish League #5–7 i Söderhamn/Sundsvall. Swedish League #8 samt Sprint-SM och Knock-Out Sprint i Växjö, 16–17/8.

Utöver det försöka samordna mellan klubbarna om någon är ensam från sin klubb och behöver resehjälp.

På gemensamma resor och på träffar ska vi planera in en aktivitet som är lekbetonad ca 30 min/träff (lika som Örebro elit) för att öka gemenskapen, vem som helst kan utses att hålla i aktiviteten.

### ***Gemensamma träningstillfällen***

Vi planerar för några teknikträningar under våren, beroende på intresse och snöläget. En gemensam träningsdag med fokus på SM lik terräng under tidig vår (mars – april) i Mosaren / Filipstad inför stundande medel-SM och stafett-SM.

Ett gemensamt träningstillfälle, även här med fokus på SM lik terräng, inför lång-SM i Hallsberg under sensommaren/förhösten.

Vi ska även titta på om möjlighet finns till att genomföra en sprintträning inför sprint-SM.

Vid något av tillfällena planeras även för gemensam lunch och ”lekaktivitet”.

### ***Övrigt 2025***

Under 2024 startade Svenska Orienteringsförbundet upp Stafettligan, detta innebar att det låg en stafett vid nästan varje SL deltävling. Under 2025 är det enbart 4 deltävlingar, varav en är Tiomila och den andra SM-stafetten i Värmland. Utifrån detta så kommer fokus för TVO under 2025 vara att samordna så att så många värmlänningar som möjligt kan följa med på de individuella Swedish League deltävlingarna.

Om det blir en utbildningshelg 2025 bör aktiva ur TVO komma till tals för att se vad som skulle kunna locka dem att vara med på utbildningshelgen.

Vi som planerar i TVO är Jenny Nilsson, Stefan Eriksson, Helen Skoog, Rasmus Pettersson. Målet är att under 2025 utöka gruppen med ytterligare deltagare.

### ***Fler och mer***

Enligt kompassriktning 2030 ska vi jobba för flera och mera. TVO:s bidrag under 2025 är att även fortsatt försöka få med fler som inte är elitsatsande på våra resor under året.

Fundering kring att överlappa mellan äldre ungdomar och juniorer och seniorer i Värmland genom att vara med under VOF UK:s USM-träningsdag under sommaren.

Fokus för 2025 förutom att samordna ett antal resor kommer ligga på att försöka att få med så många som möjligt ut på de träningsdagar / aktiviteter som vi tänkt oss i Värmland.

För att nå ut finns en Facebook grupp, TVO-Team Värmland Orientering. Förmedla information via denna grupp. Inför gemensamma resor startas en Messenger-grupp för de som ska åka med.

### ***Budget 2025***

Bidrag söks hos Värmlands Skogskarlar på 20 000 kr. 35 000 kr söks hos VOF. Pengarna fördelas enligt nedan.

<b>Aktivitet</b>	<b>Kostnad</b>	<b>Intäkt</b>
Swedish League #2 Natt-SM och Stafettligan #2	15 tkr boende och resa	15 tkr VOF
Swedish League #5-7 Söderhamn/Sundsvall	20tkr boende och resa	20 tkr SKK
Swedish League #8 / SM Sprint Växjö	15 tkr boende och resa	15 tkr VOF
Andra aktivitet, så som SM träningsdagar	5 tkr Lunch/kartor	5 tkr VOF

TVO hanterar delar av kostnader för resor medan rättvis fördelning sker mellan klubbarna utefter hur många deltagare de haft med på resan.

## **Tävlingskommittén**

### ***Målsättning***

- arbeta för att öka antalet deltagare i distriktets arrangemang
- arbeta för att klubbarnas tävlingsarrangemang kvalitetssäkras
- arbeta för att samtliga banläggare har banläggarkort
- arbeta för att värde tävlingar arrangeras i Värmland
- arbeta för att fler klubbar arrangerar tävlingar inom alla grenar
- bibehålla god kvalitet på kartor i Värmland

### ***Verksamhet***

- ansvara för tävlingsfrågor
- uppdatera PM för tävlingsarrangörer
- utse tävlingskontrollanter och vara behjälplig vid val av bankontrollanter
- uppdatera långtidsplan för DM
- uppdatera långtidsplan och regler för Värmlandsserien
- att vara arrangörer av nationella tävlingar behjälpliga att utse jury
- upprätta tävlingsprogram för 2026
- handläggning av banläggarkort
- sammanställa deltagarstatistiken från tävlingar
- administrera Kylklampen och Park Tour Värmland

### ***Utbildning***

- uppmuntra att utbildning i banläggning i cirkelform startas i klubbarna
- anordna den årliga Banläggartreffen

### ***Konferenser***

- delta i av SOFT anordnade centrala konferenser och utbildning
- delta i regionträffar

### ***Information och IT teknik***

- vara klubbarna behjälplig med support för tävlingsadministrations program
- förse VOF:s hemsida med aktuell information

### ***Tävlingsprogram 2025, Bilaga 2***

## **Kartor**

Vi fortsätter utveckla hur vi i värmländsk orientering ska arbeta med kartproduktionen. Vi behöver hitta arbetssätt för att säkerställa tillgången på godkända kartor av hög kvalitet.



# Naturpasset, Hittaut och Motionsorientering

## ***Målsättning***

- Samtliga klubbarrangörer av Naturpass/Hittaut skall vara anslutna till SOFT.
- Vi skall vara ett distrikt som lockar många till friskvård och utevistelse.
- Fler klubbar skall ansluta sig till konceptet Hittaut.
- Alla klubbar som arrangerar Motionsorientering skall finnas med på portalen <https://koncept.orientering.se/provapaaktiviteter/motionsorientering/>
- För att ta tillvara det ökade intresset från allmänheten för orientering skall klubbarna erbjudas utbildning för att locka nya målgrupper inom bredd och motion.

## ***Inriktning***

- Verksamheten skall syfta till att ge allmänhet, motionärer och orienterare möjlighet att utöva motionsorientering på självvald plats och tid i Värmland.
- Naturpassarrangemang/Hittaut ska vara enkla, lättillgängliga och tätortsnära.
- Andra inriktningar, till exempel cykel/mountainbike, kultur- eller stadsinriktning kan med fördel provas som komplement.

## ***Naturpasset/Hittaut och Motionsorientering kan/bör profileras som:***

- En naturlig fortsättning på nybörjarkurser.
- Friskvårdsarrangemang till företag. FaR (fysisk aktivitet på recept) kan ge draghjälp ut mot företagen.
- Komplement till skolans orienteringsundervisning.
- Semesteraktivitet med spridning i länet och Sverige.

## ***Aktivitetsansvar***

### **Distrikt**

- Distribuerar, via kansliet, aktuell information till alla klubbar inför säsongen.
- Inför säsongstart kommer en pressrelease att skickas ut för hela distriktet till samtliga media i länet.
- Bevaka att klubbarna lagt in sina aktiviteter i Eventor.
- Biträder klubbarna med IT-stöd för marknadsföringen.
- Inbjuda till digital nätverksträff för klubbansvariga efter avslutad säsong. alternativt inhämta rapport från klubbarna via enkät.
- Bevaka och söka bidrag för friskvårdsinsatser som kan komma klubbarna till del.

### **Klubbar**

- Alla klubbar bör i sina Naturpasspaket ha information om klubbens övriga verksamhet.
- Klubbarna lägger ut information om årets Naturpass på SOFT's hemsida och via länkar från klubbarnas hemsidor till VOF's och SOFT's hemsidor.
- Efter säsongen redovisas försäljningsstatistik av Naturpass till SOFT
- Motionsorienteringar läggs upp som en närtävling i Eventor och skall uppfylla SOFT's tre grundkriterier för Motionsorientering.
- Arbetsplatser, turistbyråer, vårdcentraler, apotek, friskvårdsanläggningar, företagshälsovård, fritidsbanker, turistanläggningar, liksom klubbmedlemmar bör utnyttjas som försäljningskanaler och utlämningsställen av Naturpasset och Hittaut.
- Ansvara för marknadsföring mot arbetsplatser, lokaltidningar och sociala medier.

## **Utbildning**

### ***Mål:***

- Att stötta kommittéer och verksamhetsgrenar med utveckling och utbildningsfrågor.
- Att ha en bra kontakt med ansvarig idrottskonsulent på RF-SISU Värmland
- Att arbeta för bra tillgång till utbildningar inom länet samt digitalt.
- Att verka för ett bra samarbete mellan distriktets föreningar i utbildning och utvecklingsfrågor.
- Att planera och genomföra en utbildningshelg/inspirationsdag hösten 2025.

## **PreO**

### ***Mål:***

- Flera och mera. Genom fler värmländska deltagare på PreO arrangemang, både i Värmland och andra distrikt.
- Arrangera PreO SM i natt och tempo.
- Att det finns en presentation av PreO på VOF:s hemsida.

## **MtbO**

Under 2025 kommer Värmlandsserien arrangeras, i år blir det en serie med 5 deltävlingar i varierande men oftast lättillgängliga terrängtyper. Kils OK planerar för att arrangera ett DM i höst. Det är långt till de nationella tävlingarna i år, vi planerar för en gemensam resa till SM i Blekinge i höst.

## **SkidO**

Skidorienterare som vill tävla får söka sig till framför allt Dalarna där det arrangeras tävlingar.

De aktiviteter som planeras är att uppmärksamma de närliggande tävlingar som arrangeras samt att verka för att några ungdomar från distriktet ska delta även vid 2025 års riksläger i skidorientering (vid 2024 års läger deltog sex ungdomar), med gemensam ledare från Värmland.

## ÖVRIGT

**Tävlingssinbidningarna** skickas via e-post till Värmlands klubbadresser och i "när-Norge" samt via e-post till aktiva klubbar i närliggande distrikt. Underlag (**Wordfil/PDF**) från klubbarna för vårens tävlingar ska lämnas **senast 15/2** respektive **1/5** för höstens tävlingar.

**Förtjänsttecken och stipendier** finns att söka. Klubbar och klubbledare uppmärksammas och uppmuntras. Långvarigt och meriterande arbete i styrelser och kommittéer belönas. Detta bör ske i 5-, 10- och 15-årsintervaller, med utdelning vid årsmöten och jubileer. Regler för detta finns på VOF:s hemsida: [www.orientering.se/varmland](http://www.orientering.se/varmland) under fliken Förbundet och rubriken "Utmärkelser & Stipendier" eller kontakta VOF:s kansli för mer information. Framstående insatser vid SM, EM, World Cup och VM kan belönas med stipendier.

Klubbarna uppmanas uppmärksamma funktionärer, som gjort fina insatser utan att ha haft ledaruppgift. De kan inte tilldelas SOFT:s, RF-SISU Värmlands eller VOF:s förtjänsttecken för ledare, men kan belönas på annat sätt.

Klubbarna och kommittéerna uppmanas sända ansökningar om stipendier från Skogs-sportens Gynnare. VOF:s kansli kan bistå.

### **IdrottOnline Medlemsregister**

Medlemsregistret syftar till att göra administrationen i föreningen mer effektiv.

Du får tillgång till medlemsregistret genom att gå in IdrottOnline-sidan och klicka på låset i högra hörnet och använd dina vanliga inloggningsuppgifter. När du loggat in kommer du som har behörigheten **Administratör** se en meny med en flik med namnet Medlemsarkivet.

**Som medlem i föreningen kommer du att logga in enligt ovanstående beskrivning men får då dessutom tillgång till fliken "Min sida" där du bl. a. kan se och uppdatera dina kontaktuppgifter och se vilka roller du har inom svensk idrott med mera.**

**OBS!** Den 1 november 2023 aktiverades Freja+ för de användare som har rollerna huvudadministratör, klubbadministratör och förbundsadministratör i IdrottOnline.

Ytterligare roller som kommer åt och kan ändra personuppgifter i IdrottOnline aktiveras tidigast i mars 2024.

Mer information om hur du går till väga för att aktivera Freja+ hittar du på sidan [Säker inloggning med Freja+](#).

### **Nytt verksamhetssystem ska ersätta IdrottOnline**

I oktober 2024 tog Riksidrottsstyrelsen beslutet att ett nytt verksamhetssystem ska ersätta IdrottOnline. Detta kommer ske i början av 2026. Mer information om detta hittar du på sidan [Nytt verksamhetssystem](#).

### **Föreningsrapporter**

Det är inget krav längre att skicka in Föreningsrapport till SOFT.

Däremot uppmanar SOFT er föreningar att gå in och lägga in rätt uppgifter i IdrottOnline och uppdatera medlemsregistren. SOFT tar all sin statistik och annan information därifrån.

## ***LOK-stödet***

LOK-stöd kan sökas av varje idrottsförening som är ansluten till något av de specialidrottsförbund som tillhör RF och som bedriver verksamhet för deltagare i åldern 7–25 år. LOK-stödet finns för att stödja föreningsdriven barn- och ungdomsidrott.

Förkortningen LOK står för statligt lokalt aktivitetsstöd, och avser att stödja idrottslig föreningsverksamhet för barn och ungdomar mellan 7 och 25 år (för deltagare med funktionsnedsättning finns ingen övre åldersgräns).

Ansökan görs i IdrottOnline. Samtliga aktiviteter måste närvaroregistreras digitalt och föreningens siffror förs då över till ansökan automatiskt. Det enda ni behöver göra är att öppna ansökan och skicka in den.

De som kan skicka in en ansökan för en föreningsräkning är de som är registrerade i IdrottOnline som ordförande, kassör eller LOK-stödsansvarig firmatecknare i en förening.

**Ansökan för perioden 1/1 - 30/6 (vårens period) ska ha inkommit till RF:s LOK-stödsgrupp senast den 25 augusti. Ansökan för perioden 1/7 - 31/12 (höstens period) ska ha inkommit till RF:s LOK-stödsgrupp senast den 25 februari. Var noga med att lämna in handlingarna i tid. För sent inkommen ansökan ger inte rätt till bidrag. Läs mer om LOK här: <https://www.rf.se/bidrag-och-stod/lok-stod>**

## ***Projektstöd/Idrottsmedel (före detta Idrottslyftet)***

Från och med 2020 erbjuds en ny typ av projektstöd för landets idrottsföreningar, Projektstöd Idrottsförening - barn och ungdom. Det nya projektstödet ersätter det tidigare Idrottslyftet som avslutades den 31 december 2019.

## ***Kompassriktning 2030***

**Flera och mera** - Svensk orientering har som målsättning att bli flera och mera. Med flera och mera menar vi att bli fler orienterare och att varje individ aktiverar sig mera. Med flera och mera menar vi också att det arrangeras och anordnas mer orientering i alla olika former som fler träningar, tävlingar, motionsaktiviteter och utbildningar.

## **Projektstöd-Svenska Orienteringsförbundet**

### ***Syfte och mål***

Syftet med Projektstöd IF är att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin barn- och ungdomsverksamhet i enlighet med Strategi 2025. Målsättningen är en idrottsrörelse för fler där det blir vanligare att stanna länge, oavsett förutsättningar och ambition med sitt idrottande.

### ***Sökbara områden***

Det finns fem sökbara områden där föreningen kan söka stöd. Dessa är:

- Tränare och ledare 2024–25
- Demokrati och delaktighet 2024–25
- Lärande i samband med tävling 2024–25
- Inkluderande orientering 2024–25
- Trygga och hållbara utvecklingsmiljöer 2024–25

Projektstöd IF pågår från den 1 januari 2024 till den 31 december 2025. Ansökan är öppen till och med den 25 oktober 2025, eller så länge de tilldelade projektmedlen räcker. Alla projekt ska vara avslutade senast den 31 december 2025 och återrapporteras omgående efter projektets avslutning. Alla föreningar anslutna till Svenska Orienteringsförbundet är välkomna att söka projektstöd. Ansökan kan göras löpande. Svenska Orienteringsförbundet granskar inkomna ansökningar regelbundet, vanligtvis i början av varje månad.

Ansökan om projektstöd görs via föreningens egen sida IdrottOnline. Under fliken Idrottsmedel i IdrottOnline finns ansökningsformuläret till Projektstöd IF. Välj det sökbara område som är aktuellt för föreningens satsning och fyll i ansökningsformuläret. [Här finns en manual för hur ansökan går till.](#)

**Projektstödet Projektstöd IF 65+** finns för att utveckla verksamheten i föreningen så att fler i målgruppen 65+ utöver orientering i föreningen. I den pågående perioden finns tvåprioriterade områden. De är Öka antalet föreningsmedlemmar i målgruppen 65+ och Öka antalet föreningar med verksamhet för målgruppen 65+. Projektstöd IF 65+ är en möjlighet att utveckla föreningsverksamhet för att nå nya målgrupper och få fler medlemmar. Här kan du läsa mer om Projektstöd IF 65+:

<https://www.orientering.se/forening/foreningen/bidrag-medel/projektstod-if-65/>

### **Strategi 2025**

Strategi 2025 är svensk idrotts gemensamma resa mot framtiden. Genom fem olika utvecklingsresor ska föreningar och förbund bli redo att möta framtida utmaningar på ett framgångsrikt sätt. Strategi 2025 är en viktig del av Projektstöd idrottsförening.

<https://www.rf.se/RFarbetarmed/Strategi2025/> .

### **Projektstöd - RF-SISU Värmland**

**Projektstöd, Anläggningsstöd** innebär en utökad satsning på tillgänglighet/anläggningar. Värmland har tilldelats 4 190 000 kr för 2024–25. Innan föreningen påbörjar arbetet med att fylla i ansökan för Anläggningsstöd, kontakta Lars Andersson, tfn: 010-476 47 03, e-post: [lars.andersson@rfsisu.se](mailto:lars.andersson@rfsisu.se) för att stämna av att er projekttid överensstämmer med Riktlinjerna och är bidragsberättigad.

Under 2025 kan idrottsföreningar söka projektstöd (före detta Idrottslyftet) för sin verksamhet. Ansökan görs i samverkan med en av RF-SISU Idrottskonsulenter:

<https://www.rfsisu.se/distrikt/varmland/kontakta-oss/kontaktuppgifter-till-personal>

Projektstödet syftar till att skapa förutsättningar för idrottsföreningar att utveckla sin barn- och ungdomsidrott i enlighet med Strategi 2025. Den övergripande målsättningen med stödet är en idrottsrörelse för fler där det blir vanligare att stanna länge, oavsett förutsättningar och ambition med sitt idrottande.

### ***Swedbank – Alfastiftelsen***

Swedbank genom Sparbanksstiftelsen Alfa fördelar, i samverkan med RF-SISU Värmland, stöd till föreningar inom tre olika områden: anläggning, unga ledare och material som möjliggör utvecklingsresan ”Ny syn på träning och tävling”.

1. Föreningsägda anläggningar - stöd till renoveringsprojekt - stöd till energi- och miljöprojekt - mindre projekt
2. Unga ledare
3. Material som möjliggör utvecklingsresan ”Ny syn på träning och tävling”

I Värmland riktar sig stödet till föreningar i Filipstad, Forshaga, Grums, Hagfors, Hammarö, Karlstad, Kil, Kristinehamn, Munkfors, Säffle, Torsby (Storfors och Årjäng ingår formellt men där finns i dag lokala sparbanker som ger bidrag till idrott. Dessa kommuner omfattas inte av denna insats).

### **Så söker föreningar stödet**

Ta kontakt med RF-SISU Värmlands idrottskonsulent i din kommun för att bolla idéer.

### ***Inspirationsdag/Utbildningshelg och O-Gala*** arrangeras årligen av styrelsen.

Syftet är att skapa en mötesplats för Värmlands orienterare. Föreläsare som ger inspiration och grogrund till nya idéer och aktuella frågor kan diskuteras över klubbgränserna. O-Galans syfte är att ge en glamourös avslutning på säsongen där utmärkelser för goda prestationer under året blandas med underhållning. Under året kommer tidigare arrangemang och föreningarnas förväntningar att grundligt analyseras. Nästa **Inspirationsdag/Gala** planeras inför senhösten **2025**.

***Föreningsbesök*** Vart annat år genomför distriktsstyrelsen dialogträffar med företrädare för medlemsklubbarna. Detta tillgodoser flera syften, bland annat att fånga upp och diskutera problem men också idéer och möjligheter inom värmländsk orientering i allmänhet och i de olika klubbarnas verksamhet i synnerhet. Nästa runda med föreningsbesök planeras under hösten 2026.

***Ordförandekonferens*** Ordförandekonferensen genomförs vart annat år. Nästa ordförandekonferens planeras under hösten 2025.

### ***VOF's Årsmöte***

Nästa årsmöte planeras till onsdagen den 5 mars 2025 och onsdagen den 4 mars 2026.

## Budget 2025

Budget 2025	Belopp i kr
Bidrag SOFT	145 000
Bidrag RF-SISU	54 000
Bidrag SKK	36 000
Bidrag SKF	14 000
Grundavgift klubbar	101 000
Avg. enl. uttaxering	121 400
Utfakturerat (deltagaravgifter mm)	120 600
<b>Summa intäkter</b>	<b>592 000</b>
Inköp matr. Inkl. livsmedel	-2 000
Lägerkostnader	-39 400
Inköp o gravyr medaljer/plaketter	-5 200
Kurs/konferens/utbildning	-67 300
Kostnader kartor	-8 000
Kläder	-8 000
Ungdomskommittén	-40 000
<b>Summa råvaror o förnödenheter</b>	<b>-169 900</b>
Lokalhyra	-55 200
Tele, IT-data inkl. programvara	-10 800
Resekostnader inkl logi o drivmedel	-143 600
Övriga kontorskostnader	-14 000
Fika och mat (årsmöte, planeringsdag, styrelsemöten)	-7 000
Tidningar, facklitteratur	-4 800
Föreningsavgifter	-2 600
Lämnade bidrag o gåvor	-3 000
<b>Summa övriga externa kostnader</b>	<b>-241 000</b>
<b>Summa personalkostnader</b>	<b>-276 800</b>
<b>Avskrivningar</b>	<b>-4 300</b>
<b>BUDGETERAT RESULTAT</b>	<b>-100 000</b>

<b>Budget fördelad per kommitté</b>	
Gemensamma bidrag och uttaxering	421 400
Ungdom (inkl. bidrag från SKK och SKF)	-35 100
Elit / TVO (inkl. bidrag från SKK)	-35 000
Tävling	-4 000
MtbO	-7 000
Skid-O	0
Pre-O	-2 500
Bredd och Motion	0
Kartor	-5 000
Utbildning och O-gala	-50 000
Gemensamt inkl. kansli	-382 800
<b>Budgeterat netto</b>	<b>-100 000</b>



**TÄVLINGSPROGRAM 2025 Värmlands OF**

Datum	Klubb	Distans	Övrigt	Tävlingsledare	Tävlingskontrollant
26/4	OK Djerf	Lång	Boforsloppet/Lilla VM	Patrik Nylén	Ann-Sofie Hulstved
27/4	Degerfors OK	Medel	Letälvssträffen	Patrik Nylén	Ann-Sofie Hulstved
4/5	OK Jösse	Medel, Distrikt	Jösseorienteringen	Styrelsen	Ann-Sofie Hulstved
9–10/5	OK Tyr	SM Medel	Swedish League 4 Kval & Final	Thomas Hollowell & Tone Hollowell	Per-Martin Svärd
9/5	OK Tyr/Skattkärrs SOK	Medel	Vämlandstrippeln 1	Markus Johnsson	Håkan Lindberg
10/5	OK Tyr/Skattkärrs SOK	Medel	Vämlandstrippeln 2, Lilla VM	Markus Johnsson	Håkan Lindberg
11/5	OK Tyr	Lång, SM stafett	SM & Stafettligan 4	Thomas Hollowell & Tone Hollowell	Per-Martin Svärd
11/5	OK Tyr/Skattkärrs SOK	Medel	Vämlandstrippeln 3	Markus Johnsson	Håkan Lindberg
17/5	IK Vikings OK	Medel	Vikingträffen, Lilla VM	Ewa Lundberg & Per-Martin Svärd	Sören Johansson
5/9	Värmlands OF	Medel	Distriktsmatch		
6/9	Värmlands OF	Sprint	Distriktsmatch stafett		
23/8	Skattkärrs SOK	Sprint	DM Sprint, Lilla VM	Markus Johnsson	Magnus Nordström
24/8	Kristinehamns OK	Lång	Värmlandsserien	Ingemar Ziljat	Håkan Lindberg
30/8	IK Vikings OK	Lång, stafett	Klarälvs kavlen	Anders Alamaa	Örjan Beckius
5/9	OK Hierne	Natt	DM Natt, Lilla VM	Mathias Axelsson Löfvenholm	Örjan Beckius
7/9	OK Mängen	Lång	DM Lång	Johannes Nordqvist	Magnus Nordström
12/9	OK Älgen, Säffle IK, Åmåls OK	Sprint	USM	Marika Olsson	Håkan Lindberg
13/9	OK Älgen, Säffle IK, Åmåls OK	Lång	USM	Anna Eriksson	Håkan Lindberg
13/9	OK Älgen, Säffle IK, Åmåls OK	Distrikt	Öppna klasser	Anna Eriksson	Håkan Lindberg
14/9	OK Älgen, Säffle IK, Åmåls OK	Stafett	USM Distriktsstafett	Anna Eriksson	Håkan Lindberg
20/9	SISU Forshaga SK/Deje SF	Medel	DM Medel	Tore Zetterberg	Sören Johansson
21/9	OK Djerf	Lång	DM Stafett		Per-Martin Svärd
27/9	Kristinehamns OK	Medel	Kristinehamnsmedeln	Ingemar Ziljat	Ann-Sofie Hulstved
28/9	Kils OK	Medel	Lilla VM Final	Lars Ahlström	Örjan Beckius
17/10	OK Tyr	Natt	PreO SM Natt	Karin Mood	
18/10	OK Tyr	Sprint	PreO SM TempO	Ann-Sofie Hulstved	
1/11	OK Tyr	Ultralång Distrikt	Lången		Magnus Nordström
2/11	OK Tyr	Medel Distrikt	Korten		Magnus Nordström

## Regler Lilla VM

- **Regler och riktlinjer för Lilla VM**

Lilla-VM är en tävlingsserie för ungdomar i Värmland som genomförs med deltävlingar och en final. Ungdomskommittén föreslår vilka tävlingar som ska ingå i Lilla VM inför varje säsong. De klubbar som inte är intresserade av att ha Lilla VM får meddela det i förväg eller vid förfrågan om att arrangera.

- **Poängberäkning i klasserna HD12, HD14 och HD16 i deltävlingarna**

Placering 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 osv.

Poäng 12 10 8 7 6 5 4 3 2 1 1

- **Final i klasserna HD12, HD14 och HD16**

Finalen genomförs med jaktstart för HD14 och HD16.

Inför finalen räknas startordningen fram genom att lägga samman poängen från de 3 bästa tävlingarna av 5 möjliga.

- Löpare med mest poäng startar först i varje klass. Varje poäng mindre än ledaren ger 30 sekunders startmellanrum. (ex: löpare med 4 p mindre startar 2 min efter ledaren som startar först).
- 20 minuter efter första start startas kvarvarande löpare genom minutstart.
- Löpare utan poäng startar sist i minutstart.
- Löpare som startat i minutstart kan inte placera sig före löpare som startat i jaktstart.
- För att få ett slutresultat måste man delta vid Lilla VM finalen.

- **Priser**

Priser till de tre första i varje klass i finalen.

### **I övrigt gäller SOFT:s tävlingsregler och VOF:s rekommendationer kring tävlingar.**

- **Riktlinjer för arrangörer**

Ungdomskommittén har satt upp följande riktlinjer för de som arrangerar Lilla-VM:

- **Deltagande i egen tävling?**

SOFT:s Tävlingsregler säger:

6.2.4 Tävlände som har sådan kännedom om ett tävlingsområde att han eller hon kan anses ha fördel av detta, får inte delta i tävlingsklasser vid tävlingar på nivåerna 1, 2 och 3 inom området. Förbudet gäller också rankingmeriterande klasser vid tävling på nivå 4.

VOF's Ungdomskommitté kan inte avgöra hur väl arrangörsklubbens ungdomar känner till terrängen, därmed överläts det till arrangören att avgöra om ungdomarna känner till terrängen eller inte.

Ungdomskommittén rekommenderar arrangören, framför allt av finalen, att lägga tävlingen på en karta/område där alla kan springa på lika villkor.

- **Uppföljning?**

Använd gärna nummerlappar på samtliga HD12-HD16 klasser. Sen start för jaktstartsklasser i Lilla VM för att öka uppmärksamheten på Arenan. **Rak bana för HD12 vid masstart. Ingen jaktstart för HD12 enligt SOFT's riktlinjer.**

Se till att speakern har bra stöd och info om ställningen inför och under tävlingen och kan lyfta fram att det är en ungdomstävling som pågår.

Dessutom ser vi hellre en förvarning än en radiokontroll. Även anvisad plats för varvnings-/publikkontroll eller en bra "fotokontroll" i skogen är uppskattat för att lyfta uppmärksamheten kring ungdomarnas tävlande.

- **Priser/Prisutdelning?**

VOF UK ordnar medaljer och priser till de tre första i klasserna HD12, HD14 och HD16 i finalen.

**I Lilla VM-klasser ska det vara prisceremoni.** Prisceremonin bör ske på prisvall i en Lilla-VM tävling, detta för att höja uppmärksamheten kring Lilla VM. ALLA startande ungdomar ska bli uppropade och få komma fram, börja nerifrån i resultatlistan och gå uppåt. Låt alla stå kvar och bli applåderade tills alla fått sitt pris. Om tävlingen sammanfaller med DM bör ändå det finnas priser till alla ungdomar upp till och med HD14 och även prisutdelning.

Priserna i Herrklass och Damklass ska vara av samma värde. Priserna kan som exempel bestå av presentcheckar på en sportaffär eller motsvarande. 200 kr till segraren, 150 kr till tvåan och 100 kr till trean.

På finalen räcker det att dela ut priser till slutresultaten i Lilla-VM. Resterande ungdomsklasser utanför Lilla VM bör ha prisceremoni för den enskilda tävlingen. Samtliga deltagande ungdomar bör uppmärksammas och få priser.

//VOF's Ungdomskommitté