

Välkommen till föreningen

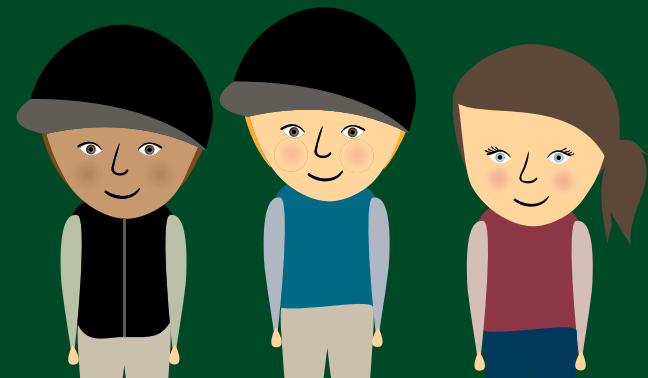


SVENSKA RIDSPORT
FÖRBUNDET



Bienvenido, welcome, välkommen till föreningen!

Du är en av ridsportens 150 000 medlemmar i en av landets 840 ridsportföreningar. Som medlem är du välkommen att delta i föreningens aktiviteter, lära dig mer i hästvåg och träffa andra människor som delar dina intressen och passion för ridsporten. Du har även möjlighet att bidra till och påverka föreningens verksamhet.



Så hänger vi ihop

Föreningarna är hjärtat i ridsportsverige och utgör basen i den folkrörelse som rymmer alla oss 150 000 medlemmar, från nybörjare till OS-guldmedaljörer. Föreningens arbete vilar på demokratisk grund. Det betyder att du kan vara med och påverka val och beslut, inte bara i din förening utan även i distrikt och på central nivå i Svenska Ridsportförbundet.



Internationella samarbeten
Sveriges Olympiska Kommitte (SOK)
Fédération Equestre Internationale (FEI)
The International Group for Equestrian Qualifications (IGE)



5 bra saker med att vara med i en ridsportförening

✓ Vägörande hästkrafter

Att vara i stallet och umgås med hästar, kräver stor närvaro. Att ta en paus från skärmen för att hänga i stallet, ger inte bara mindre skärmtid – det adderar även värdefull härvärde. Veldig bra och väl värt att prova på.

✓ Vänner för livet

Det finns många sätt att knyta sociala kontakter med hjälp av föreningslivet. Genom föreningen kan du lära känna människor som gillar samma sak som du.

✓ Stärkt fysisk hälsa

Ju mer du rör på dig, desto bättre blir din fysiska hälsa. Det är vetenskapligt bevisat. Att hänga i stallet ger dig fantastiska möjligheter till rörelse. Både i sadeln och i stallet.

✓ Bra för ditt mående

Vad sägs om att förbättra självkänslan? Att jobba mot mål och uppnå dem kan boosta både ditt självförtroende och din självkänsla. Att göra det man tycker är roligt, hänga med hästar och röra på sig kan förebygga stress och ångest.

✓ Lär dig nya saker

Genom att vara med i en ridsportförening kan du ta del av aktiviteter och verksamheter som gör att du både kan utvecklas som människa och ryttare. Forskning visar på att stallmiljön fostrar framtida ledare. En jordnära ledarskola helt enkelt.



Vi är bäst tillsammans

Brinner du för några särskilda områden inom ridsporten? I föreningen kan du hjälpa till med just det du tycker är roligt och viktigt. Du kan göra skillnad – tillsammans med andra.

Ridsporten är i grunden en ideell verksamhet som bygger på samarbete och gemenskap. Att vara ideell innebär att du arbetar utan att ta ut någon ersättning. Du delar med dig av din tid och ditt kunnande, för att bidra till föreningens verksamhet. Ideellt arbete är även en viktig del av föreningslivet och en förutsättning för att föreningen ska fungera. Ideellt arbete kan omfatta allt från att organisera evenemang och tävlingar till att bidra med sin kunskap och erfarenhet för att förbättra föreningens verksamhet eller anläggning.

Exempel på aktiviteter som vi som medlemmar i föreningen kan vara med och möjliggöra:



✓ **Tävlingar.** För att föreningen ska kunna ge ut licenser och för att det ska finnas tävlingar för våra ryttare, behöver föreningen arrangera tävlingar. För att hålla tävlingskostnaderna på en rimlig nivå hjälps vi åt och genomför tävlingarna tillsammans. Det finns massor av uppgifter när det ska anordnas tävlingar. Exempelvis parkeringsvärdar, cafévärdar och funktionärer på tävlingsbanan.


✓ **Cafeterian** är en betydelsefull mötesplats. Det är även viktigt att barn och unga ska kunna få ett bra mellanmål före eller efter ridning. Ofta är det några i föreningen som planerar och ansvarar för att caféverksamheten fungerar. Här finns många uppgifter att fördela på ideella krafter.

✓ **Medlemsaktiviteter** för att skapa trivsel och gemenskap i föreningen. På det här området är det bara kreativiteten som sätter gränser!

✓ **Anläggningarna** är stora och det finns oftast något som behöver snickras, målas, rensas eller städas. Det handlar både om säkerhet och om hållbarhet.

✓ **Hitta sponsorer** och etablera samarbeten är ett bra sätt att bidra till föreningen. Sponsring kan ge extra pengar eller material för att kunna utveckla verksamheten eller genomföra specifika projekt och satsningar.

Detta är bara några vanliga exempel ur föreningens vardag – stäm av vad som är på gång just nu i föreningen. Och kom gärna med egna idéer!



En viktig del av föreningslivet är det ideella, frivilliga arbetet där vi tillsammans genomför olika aktiviteter. Att vara ideell är en viktig del av den svenska ridsportens tradition och kultur. Genom att arbeta tillsammans och bidra till den gemensamma verksamheten är vi med och bevarar och utvecklar ridsporten för kommande generationer. Det är viktigt på riktigt.

3 positiva effekter av ideellt arbete

✓ Glädje och gemenskap

Arbetet i föreningen gör vi tillsammans! När du delar med dig av din tid och kunskap växer den till aktiviteter som gör gott och sprider glädje för många. Du träffar nya vänner som delar samma intresse och du är med och påverkar din och andras framtid i ridsporten. En gemenskap som utvecklar och stärker vår förening och våra medlemmar.

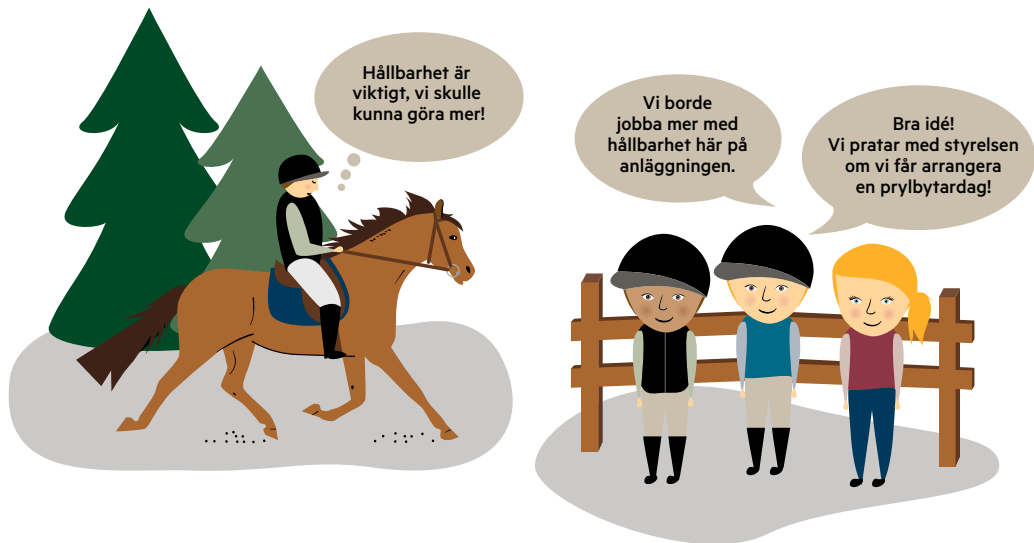
✓ Bestäm vad du vill göra

I föreningen finns massor av olika uppgifter, som går att göra på en mängd olika sätt. Ett ypperligt tillfälle att lära något nytt, att testa idéer och göra saker som du tycker om. Var tydlig med vad du vill göra och när du har möjlighet så kan vi tillsammans i föreningen organisera vårt gemensamma arbete och ta vara på olika kompetenser på ett klokt sätt.

✓ Påverka själv – och var en del i något större

En spännande del av föreningslivet är möjligheten att påverka. Du kan vara med att tycka till om och ibland bestämma, vad som händer i din förening. Och har ni idéer i er förening som är större, som kan omfatta fler hästvänner, finns vägar att driva dem i hela Svenska Ridsportförbundet.

Självklart hoppas vi att du har möjlighet och vill vara med och bidra i det här frivilliga arbetet. Men vilket typ av jobb vill du göra? Fyll gärna i formuläret på sista sidan, skriv ut och lägg i föreningsbrevlådan.



Vägen till påverkan

Demokrati i föreningen kan vara så enkelt som att lyssna på varandra, respektera varandras åsikter och komma överens i frågor där man tycker olika, även om det främst är vid årsmötet som föreningens medlemmar kan påverka utifrån sina demokratiska rättigheter.

De allra flesta har många tankar och idéer på hur föreningen skulle kunna utvecklas. Genom att hålla de tankarna för dig själv, kommer du inte att göra någon skillnad – men vägen från ord till handling kan vara kortare än du tror!

PS. Det går mycket väl att hålla en diskussion öppen hela året i olika sociala forum. Fördelen är öppenheten, alla ser och alla kan tycka till om olika saker. Nackdelen är att det sällan är en hel bild som kan redovisas. Det kan finnas saker som styrelsen måste väga in i ett beslut som resurser, regler och lagar. Men att ha en öppen diskussion främjar utvecklingen – tänk bara på att hålla en trevlig ton.

✓ Dela din idé med andra

Att prata med sina kompisar på stallbacken eller tycka till i olika sociala forum, kan leda till att dina idéer och åsikter når fram till någon i styrelsen. Men bättre är såklart att prata direkt med någon ur föreningens styrelse. Ge tips och förslag på förändringar, och erbjud din hjälp till att genomföra dem.

✓ Motionera till årsmötet

Som medlem kan du dels vara med och påverka vilka som leder verksamheten när styrelsen väljs på årsmötet. Du kan också skriva motioner (förslag) till föreningens styrelse – eller ställa dig till förfogande för olika uppdrag inom föreningen, till exempel ett styrelseuppdrag.

✓ Gör dig valbar

Att engagera sig själv i någon arbetsgrupp eller i styrelsearbetet är den bästa vägen att välja om man verkligen vill vara med och påverka. Känner du att du har mer att ge, prata med föreningens valberedning. Om du blir invald i styrelsen har du alla förutsättningar att göra skillnad.



Vad vill jag göra i föreningen?



Fyll i formuläret, skriv ut och lägg i vår föreningsbrevlåda.

Namn: _____

Ålder: _____

Kontaktuppgift: _____

Ridande medlem: _____

Jag...	Inte alls	>	>	>	Mycket
...är hästintresserad	1	2	3	4	5
...är van vid att hantera hästar	1	2	3	4	5
...är rädd / allergisk för hästar	1	2	3	4	5
...jobbar gärna i grupp	1	2	3	4	5
...föredrar att jobba fysiskt	1	2	3	4	5
...är en hejare på sociala medier	1	2	3	4	5
...kan planera och styra upp det mesta	1	2	3	4	5
...engagerar mig helst vardagar	1	2	3	4	5
...engagerar mig helst kvällstid	1	2	3	4	5
...engagerar mig helst helger	1	2	3	4	5
...jobbar hellre längre pass mer sällan	1	2	3	4	5
...jobbar gärna korta pass lite oftare	1	2	3	4	5

Finns det något annat som kan vara av värde för oss att känna till?

