



Verksamhetsbeskrivning 2025

Västergötlands OF





Om dokumentet

Verksamhetsbeskrivning för Västergötlands orienteringsförbund kan beskrivas som ett tillägg till Verksamhetsplanen.

Avsikten med detta dokument är att kortfattat beskriva den utåtriktad verksamhet Västergötlands Orienteringsförbund bedriver vilken då kan sättas i relation till det som framgår av Verksamhetsplanen.

Verksamhetsbeskrivning är indelad i tre områden, för aktiva, för ledare och för arrangörer samt med ett tillägg för föreringsstöd. För varje område finns kort beskrivning kring verksamhet som riktas till just dem.

Aktiva

Träningsdagar	Regelbundet återkommande aktivitet för från 13 år. Genomförs på vintern/våren.
Västgötatruppen	Från april-november kan 15-16-åringar vara med i truppen. Medverkan innefattar 5-6 olika samlingar, läger och tävlingar, vanligen ett minnesrikt orienteringsår. Anmälan vanligtvis i mars, info via förbundets hemsida.
Unionmatchen	Distriktsävling med svenskar och norrmän i månadsskiftet maj/juni för 13-16-åringar.
O-Ringenträffen	En kvällsträff med gemenskap och aktiviteter för Västgötaungdomar i åldern 13-16 år på O-Ringen.
GM-resan	Götalandsmästerskapen avgörs vanligen andra helgen i augusti och där finns det plats för 13-20 åringar att delta med Västergötland.
Daladubbeln	Samordnad resa från Västergötland till Falun för deltagande i patrulltävlingarna under Daladubbeln. Resan är i mitten av oktober och lämpar sig för de som är 10-18 år.
O-Camp	Årets häftigaste läger för de som är 13-18 år. Vanligtvis i midsommarveckan. Se o-camp.se . Arrangeras av unga ledare.
Kretstränare	VOF stödjer kretsarna med 500 kr per träning, håller sammankomster och bidrar till fortbildning, om man vill arvoda någon som regelbundet lägger teknikträningar och är på plats och instruerar aktiva på träningarna. I dagsläget är det bara kretsen Orientering Borås av distriktets nio kretsar där det finns en kretstränare. Om det finns intresse i ytterligare kretsar, kontakta kansliet.
Västgötatoppen	Ungdomsserie, där poäng räknas vid sex deltävlingar över året. Individuellt för ungdomar DH 14-16 år, benämnd som UNGDOM. Det finns även en serie för klasserna DH 18-21 benämnd som MÅSTARE, som räknas på de individuella DM-tävlingarna. Dessutom finns en serie där klubbarna tävlar mot varandra, KLUBB. Här räknas poäng på samma tävlingar som för UNGDOM för alla som startar i U-klasser, Ö-klasser upp till 16 år och DH10-16.
Hittaut	Hittaut är ett friskvårdsprojekt med karta och teknik i fokus. Finns i nio städer/områden i Västergötland. Alingsås, Borås, Falköping, Mark, Skövde, Tibro, Trollhättan, Ulricehamn och Vårgårda.

Annat för aktiva

POL/VOL	Pensionärs- och Veteranorienteringar är inte VOFs aktivitet men bör omnämnas då daglediga runt om i Västergötland ges goda möjligheter att orientera.
SOFT	För ungdom, junior och senior driver Svenska Orienteringsförbundet mycket verksamhet. Mest inriktat för satsande, t ex läger, NIU, RIG och landslag.

Tränare/Ledare

UngOteket	Projekt för unga orienterare 14-25 som vill lära sig mer om föreningsverksamhet, ledarskap, funktionärskap och att skapa, "göra" orientering. Egen hemsida: www.ungoteket.se
UTB-helgen	Vanligen helgen vecka 5 erbjuds 15-20 orienterings- och föreningsinriktade utbildningar under en utbildningshelg.
IUT-Utbildning	Genom ett samarbete med Bohuslän-Dals OF erbjuds årligen en introduktionsutbildning för orienteringstränare/ledare. Utbildningen ger en första inblick i vad det innebär att vara tränare/ledare inom idrotten generellt och orienteringssporten specifikt. Innehåller både teoretiska och praktiska inslag.
Träffar/forum	Vart eller vart annat år arrangeras lokalt fortbildningar kring ungdomsledarskap och ungdomsträningar. Kan vara på vår eller höst.
REKRYTERA	Rekrytera är ett färdigt och komplett material för föreningen att nyttja för att planera, förbereda, marknadsföra och genomföra nybörjarkurser.
Skärmfullt	Skärmfullt är ett färdigt och komplett material för föreningen att utveckla hela sin rekrytera- och behållkedja med sin ungdomsverksamhet.
Orienteringskurser	Ett material framtaget i Västergötland för att enkelt kunna genomföra orienteringskurser för barn och unga på grön, vit, gul, orange och violett nivå. Finns på svenskorientering.se/orienteringskurs .
Hittaut	Hittaut är ett friskvårdsprojekt med karta och teknik i fokus. Kan utgöra stöd både för egen verksamhet och för rekrytering av nya medlemmar.
Västgötatoppen	Ungdomsserie, där poäng räknas vid sex deltävlingar över året. Individuellt för ungdomar DH 14-16 år, benämnd som UNGDOM. Det finns även en serie för klasserna DH 18-21 benämnd som MÅSTARE som räknas på de individuella DM-tävlingarna. Dessutom finns en serie där klubbarna tävlar mot varandra, KLUBB. Här räknas poäng på samma tävlingar som för UNGDOM för alla som startar i U-klasser, Ö-klasser upp till 16 år och DH10-16.

Verktyg

Alla verktyg finns samlade på hemsidan.

Idébanken	Sida på orientering.se där teknikövningar presenteras per svårighetsnivå. Flera bra exempel och anvisningar för genomförande per nivå finns.
OCAD-stöd	På hemsidan finns en färdig OCAD-mall för skapande av bra teknikövningar. Finns även manual för användande.
Mer stöd	Hänvisningar till utbildningar och litteratur hos SISU Idrottsutbildarna och Svenska Orienteringsförbundet.

Aktiva i alla åldrar

Rekrytera & Behålla. Materialen Rekrytera och Skärmfullt ger bra arbetsgång för såväl nyrekrytering och planering av attraktiv verksamhet i syfte att behålla.

VOF-Ledare

O-Camp	O-Camp är inte bara ett läger utan också ett ledarutvecklingsprojekt. Varje år drivs projektet med ca 25 unga ledare som parallellt ges utbildningar och planerar lägret.
Västgötaledare	8-10 unga ledare planerar och genomför gemensamt samtliga sammankomster för Västgötatruppen och övriga ungdomsaktiviteter.
Kretstränare	VOF stödjer kretsarna med 500 kr per träning, håller sammankomster och bidrar till fortbildning, om man vill arvoda någon som regelbundet lägger teknikträningar och är på plats och instruerar aktiva på träningarna. I dagsläget är det bara kretsen Orientering Borås av distriktets nio kretsar där det finns en kretstränare. Om det finns intresse i ytterligare kretsar, kontakta kansliet.

Arrangör/Funktionär

UngOteket	Projekt för 14-25 åringar där deltagarna får lära sig att skapa orientering tillsammans med klubbkompisar. Se www.ungoteket.se
Träffar/forum	Arrangemangsträffar arrangeras av VOF årligen och därutöver kan tillkomma exempelvis kartforum eller ytterligare extra sammankomster.
UTB-helgen	Vanligen helgen vecka 5 erbjuds 15-20 orienterings- och föreningsinriktade utbildningar under en utbildningshelg.
Västgötamodellen	Kortfattat dokument som stöd för tävlingsarrangörer. Finns både som tryckt material och som digitalt material på hemsidan. Uppdateras årligen.
Tävlingsplanering	I samråd med granndistrikt planerar VOFs tävlingskommitté distriktets tävlingsprogram och sköter Eventor samt kontakter med SOFT i frågan.
Arr. utveckling	VOF medverkar vid förfrågan vid träffar där föreningar har ambitioner att utveckla sina arrangemang. Inom ämnet finns även bra stöd via RF- SISU.
Västgötatoppen	Ungdomsserie, där poäng räknas vid sex deltävlingar över året. Individuellt för ungdomar DH 14-16 år, benämnd som UNGDOM. Det finns även en serie för klasserna DH 18-21 benämnd som MÅSTARE som räknas på de individuella DM-tävlingarna. Dessutom finns en serie där klubbarna tävlar mot varandra, KLUBB. Här räknas poäng på samma tävlingar som för UNGDOM för alla som startar i U-klasser, Ö-klasser upp till 16 år och DH10-16.
DM	VOF verkar för att kvalitén på DM ska vara god och särskilda anvisningar framgår av Västgötamodellen.



Mer stöd	Hänvisningar till utbildningar och litteratur hos SISU Idrottsutbildarna och Svenska Orienteringsförbundet.
Ledare & funktionärer	Lite tips gällande rekrytering och ledarvård finns i materialet Skärmfullt. Därutöver hänvisas till utbildningar, fortbildningar och tillgänglig litteratur.
VOFs föreningsstöd	
UTB-helgen	Vanligen helgen vecka 5 erbjuds 15-20 orienterings- och föreningsinriktade utbildningar under en utbildningshelg.
Träffar/forum/möten	Vid behov erbjuder VOF föreningarna olika typer av tematräffar, utvecklingsforum och/eller föreningsledartäffar. VOF medverkar även ibland vid kretsmöten.
Föreningslyftet	VOF ensamt eller i samverkan med RF-SISU har en stående inbjudan om att hjälpa föreningar med föreningsutveckling.
Ledarlyftet	Innefattar och åskådliggör ett stort utbud för ledarutbildning och fortbildning. Upplägg och innehåll är inte helt statiskt utan kan varieras.
Rekryteringslyftet	Visar en tillgänglig rekrytera och behålla tråd från grön till svart nivå.
VOF Info	Information och kommunikation från VOF regleras i kommunikationsplanen. I korthet är hemsidan huvudkanal och nyhetsbrev, sociala medier och olika utskick, träffar och sammankomster spridningsmetoder.
Samverkan	VOF stödjer samverkan mellan klubbar, kretsar och inom olika geografiska områden med information, medverkan vid träffar och annat efter önskemål.
Orienteringskurser	Ett material framtaget i Västergötland för att enkelt kunna genomföra orienteringskurser för barn och unga på grön, vit, gul, orange och violett nivå. Finns på svenskorientering.se/orienteringskurs .
REKRYTERA	Rekrytera är ett färdigt och komplett material för föreningen att nyttja för att planera, förbereda, marknadsföra och genomföra nybörjarkurser.
Skärmfullt	Skärmfullt är ett färdigt och komplett material för föreningen att utveckla hela sin rekrytera- och behållakedja med sin ungdomsverksamhet.



Västergötlands OFs kommunikationskanaler

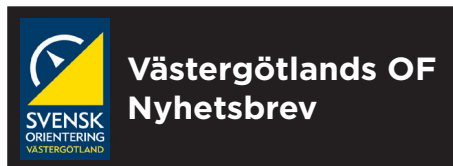


Västergötlands OF Hemsida

www.orientering.se/vastergotland

Hemsidan - www.orientering.se/vastergotland

Förbundets primära informationsbärare är hemsidan. Här finns all information förbundet är ägare av och/eller vill sprida publicerad. Hemsidan är också platsen för nyhetsbevakning och artiklar om aktiviteter, tävlingar och event mm.



Västergötlands OF Nyhetsbrev

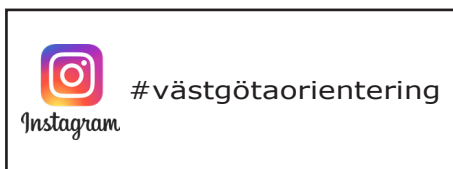
Nyhetsbrev - anmälan till nyhetsbrevet sker på hemsidan

Informationen och innehållet på hemsidan sprids vid ett antal (8-10 ggr) per år via förbundets nyhetsbrev. I brevet sker även påminnelser om för stunden viktiga frågor. Brevet skickas till alla som anmält att de önskar brevet samt klubbar och VOFs funktionärer.



Facebook - www.facebook.com/VastergotlandsOF/

Förbundets största kommunikationskanal i sociala medier är förbundet facebookside. Alla nyheter på hemsidan ska delas på facebookside. Här delas även annan information som sprids på Facebook, information som inte alla gånger återfinns på hemsidan.



Instagram - [instagram.com/voforientering/](https://www.instagram.com/voforientering/) eller [@voforientering](https://www.instagram.com/voforientering)

Ytterligare en kanal i sociala medier. Förbundet har ett eget Instagramkonto för nyttjande vid sammankomster och aktiviteter. Bilder delas med fördel på Facebook, samt hashtaggas med #västgötaorientering.

Föreningens informationsspridning?

Västergötlands OFs kommunikationsstrategi har nu varit i bruk sedan 2014 och du som läser den här texten har sannolikt anammat förbundets sätt att kommunicera och sprida information. Men, hur är det med dina klubbkamrater?

Sedan 2014 har Västergötlands OF flyttat sin information och kommunikation till främst digitala medier. Hemsidan är central informationsbärare och sedan sprids informationen via facebook samt ett antal nyhetsbrev per år.

Hjälp förbundet att nå dina klubbkamrater

Så, till en vädjan. En vädjan till dig och din förening. Sprid gärna i er förening hur Västergötlands OF kommunicerar och uppmana era medlemmar att gå med i facebookgruppen, följa förbundet på Instagram eller teckna sig för Nyhetsbrevet för att på så sätt möjliggöra att förbundets information når ut till fler medlemmar.



Kontakt:
Bertil Åkesson
Tel: 0706-77 98 06
bertil.vof@vgidrott.se

Västergötlands OF
Gustav Adolfs gata 49
549 54 SKÖVDE

