



# Trygg segling på turné

# Syftet med projektet

1. Ta reda på hur det ser ut idag!  
Vilka kulturer och normer råder.
2. Skapa verktyg
3. Berätta och implementera verktygen

**Målet att göra segling som idrott tryggare och mer inkluderande!**





**Hur mäter man upplevelsen av trygghet och inkludering?**

**Man tar hjälp av proffs =**

**friends**



”

**Världens bästa barnidrott  
är den som fångar intresset  
hos varje enskilt barn och  
lägger grunden för det som  
ska bli en livslång relation  
med idrotten.**

Idrottens vision,  
Idrotten vill – idrottsrörelsens idéprogram



Riksidrottsförbundet  
Riktlinjer för Barn och Ungdomsidrott.

Genomsyrar allt vi gör för barn och unga!

Så det blev naturligt att utgå ifrån den även i detta projekt.

# Enkäten till barn och unga

**Målgrupp:** Barn och ungdomar som tränar/tävlrar i en seglarklubb mellan 12-20 år.

**Syfte:** Ta reda på om seglande barn och unga (12–20 år) upplever att träning och tävling inom segling lever upp till/bedrivs i enlighet med riktlinjerna för barn och ungdomsidrott

**Svarande:** 106 unga i samband med träning eller tävling.

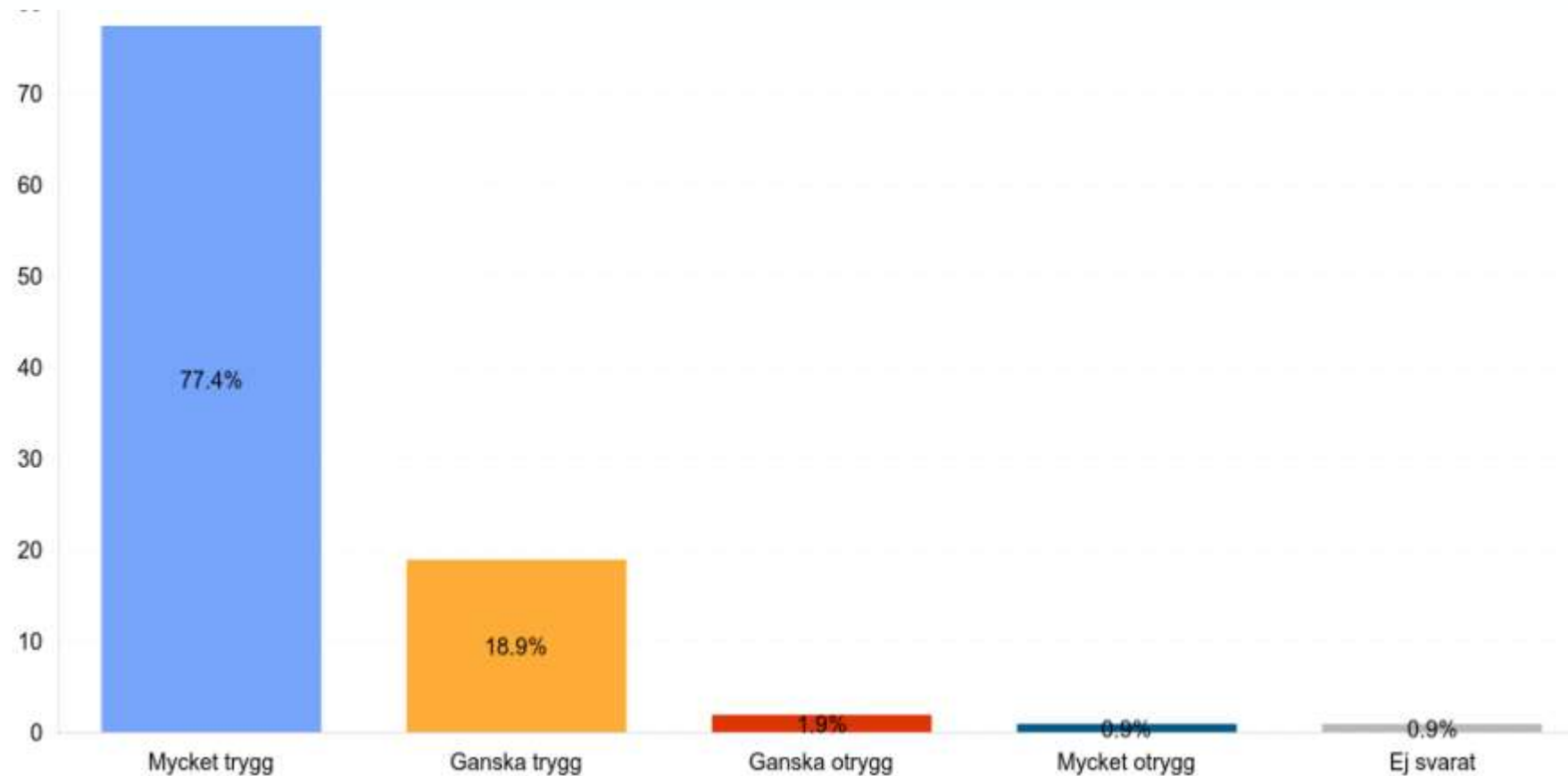
A photograph of a sailboat on a choppy sea. The boat has a white hull and two large sails: a white mainsail and a jib with orange and white panels. The rigging is orange. Two crew members are visible on deck. The sky is overcast.

**Axplock av resultatet**



# Trygghet

Om du tänker på när du tränar eller tävlar inom segling, hur trygg eller otrygg känner du dig oftast då?







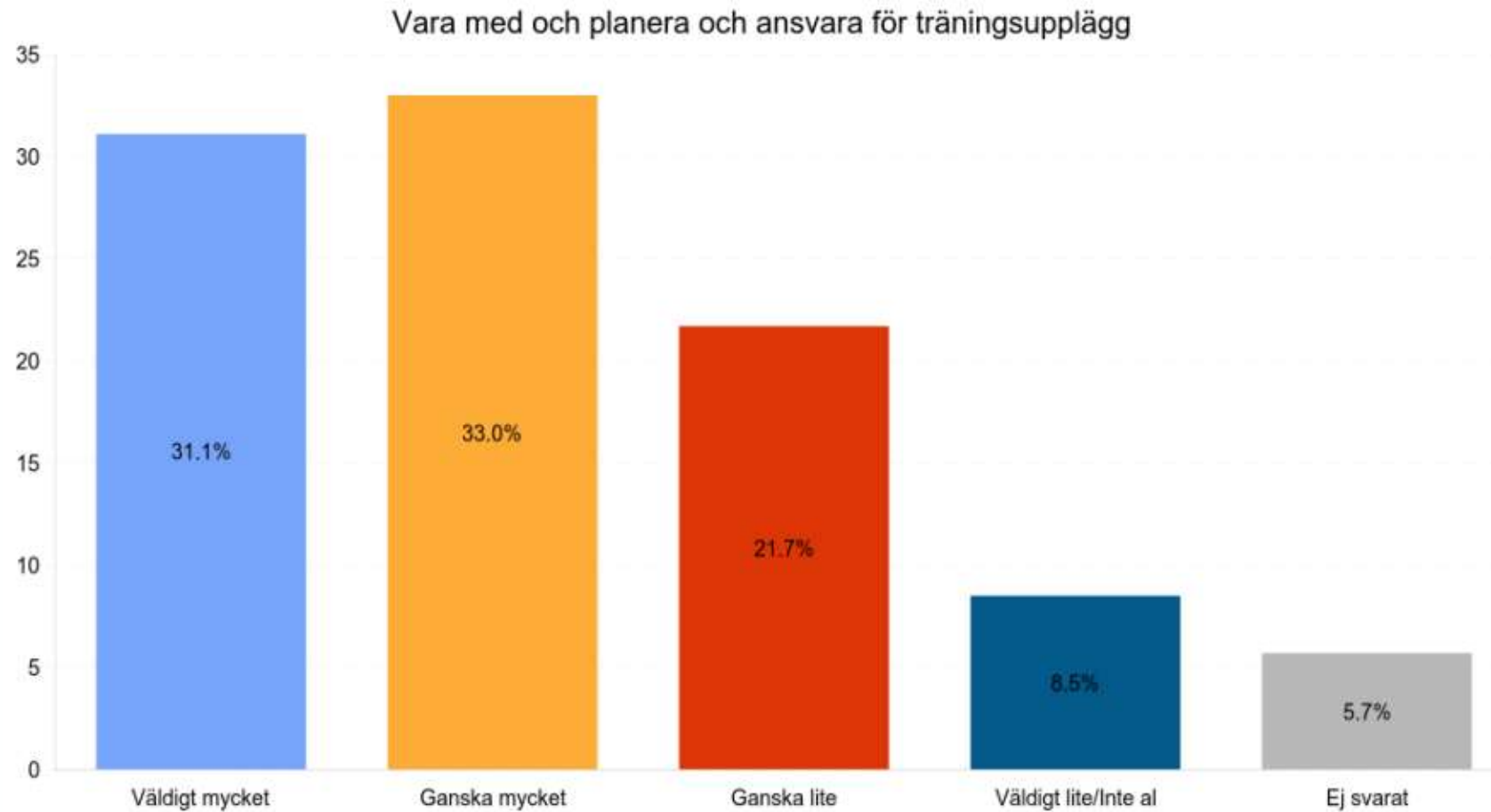
# Delaktighet

Så många som 97% av de tillfrågade, upplever att deras tränare "alltid" eller "oftast" lyssnar på dem.

Men hur mycket upplever seglarna att de får vara med och planera och ansvara för träningsupplägg?



# Delaktighet



# Glädje

Jag håller på med segling för att....

1. För att det är kul
2. För att jag känner att jag blir bättre och utvecklas
3. För att träffa vänner och känna en gemenskap
4. För att jag tycker om att tävla och vill gärna vinna
5. För att jag vill känna spänning



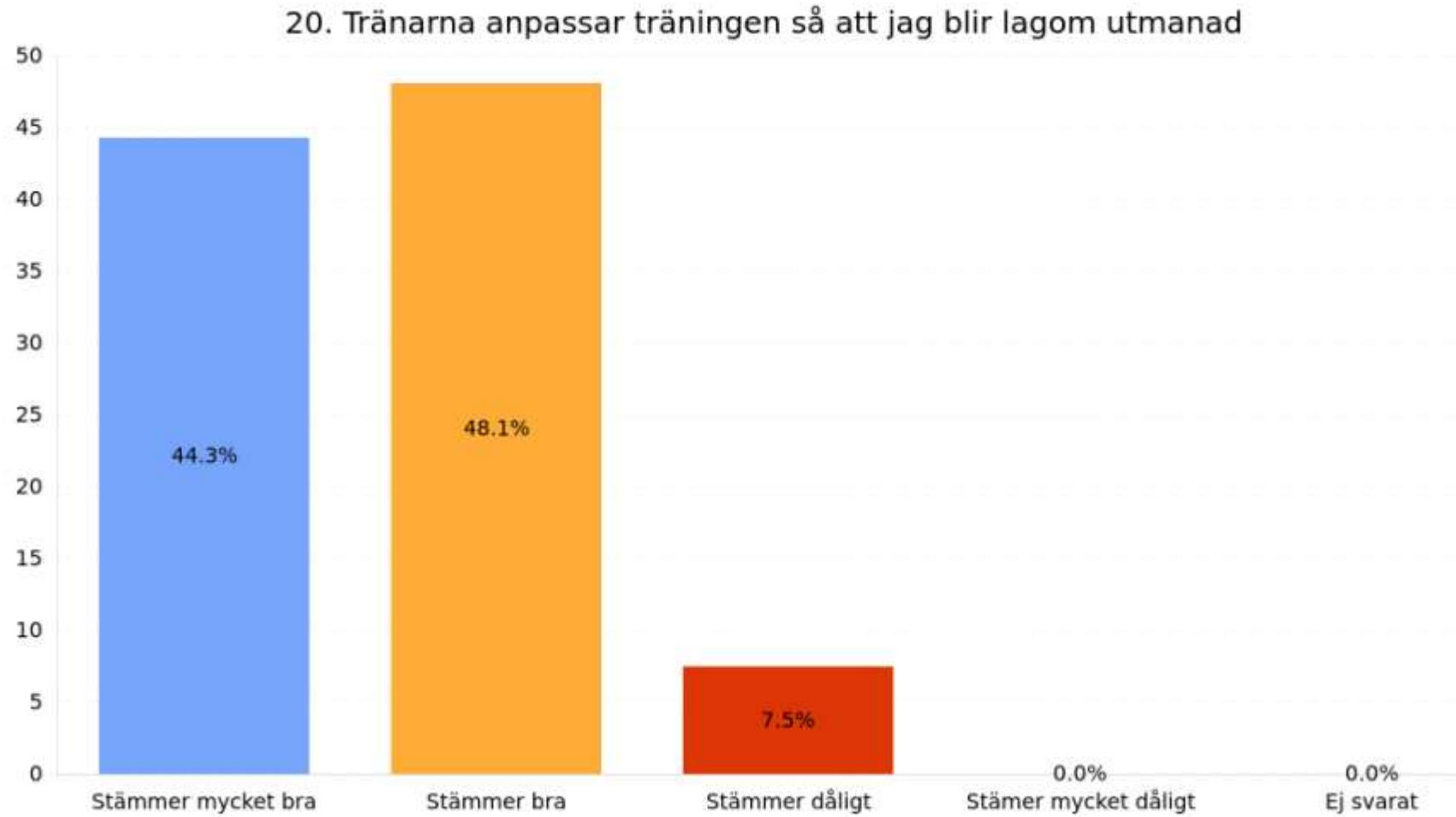
# Allsidighet



”Jag vill ha lite mer lek och variation på träningarna det är lite enstörigt”



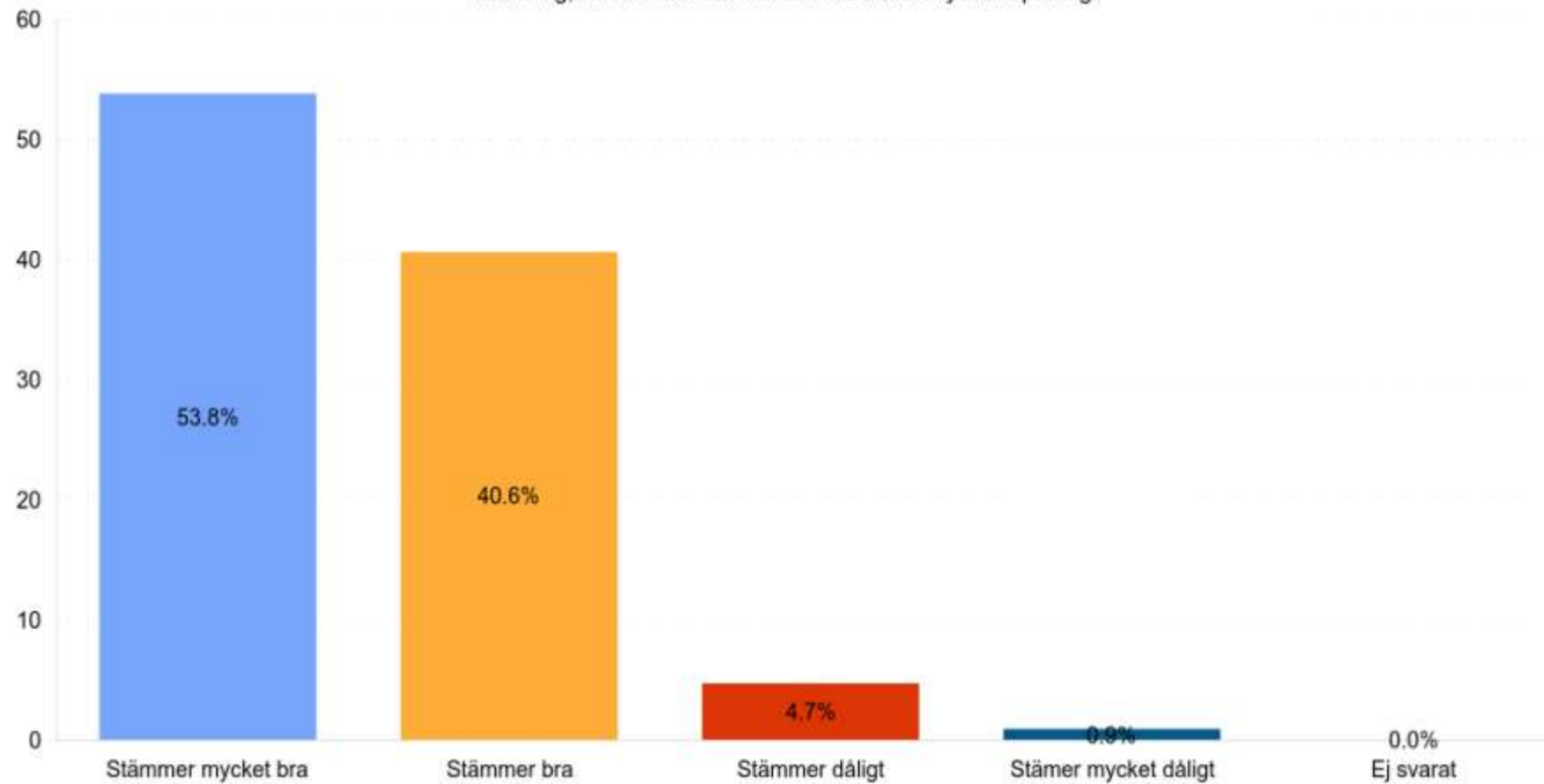
# Hälsa





# Hälsa

21. Jag upplever att jag kan säga ifrån om jag exempelvis är trött, kissnödig, frusen eller har ont och att tränare lyssnar på mig.



# Hälsa

Hur ofta jag tränar bestämmer...

Jag själv - 50 %

Jag och mina föräldrar tillsammans – 33 %

Tränaren och jag tillsammans – 6,6 %

Vi alla tillsammans - 5,7 %

Mina föräldrar – 3,8 %

Mina tränare – 0,9 %





# Nästa steg

**För projektet**

Färdigställa kartläggningen

Ta fram/Välja verktyg

Kampanj som startar nästa vår






# Hjälpmedel för er

- [Barn och Ungdom på svensksegling.se](https://svensksegling.se)
  - Handbok Barn- och ungdomssegling.
  - Redskapsguiden.
- ”[Träning och seglarskola](#)” guide och verktyg samlade på svensksegling.se

Och mycket mycket mer.





**Aktiviteter kan genomföras mot, med, för eller av en målgrupp. Hur gör ni?**



Tack!

Kontakt:  
[theres@ssf.se](mailto:theres@ssf.se)