

## 2. Paket nystartad verksamhet 65+

### Syfte

Att ge föreningar möjlighet att starta upp eller utveckla ny verksamhet för målgruppen 65+ och skapa en långsiktig grund för deltagande.

### Vad projektet kan innehålla

Föreningen testar och utvecklar nya aktiviteter eller upplägg riktade till målgruppen, med fokus på att sänka trösklar och skapa en trygg och välkomnande miljö.

### Exempel på aktiviteter

- Start av nya träningsgrupper eller tider för 65+
- Öppna träffar
- Kombination av padel och sociala inslag som fika
- Rekryteringsinsatser för att nå nya deltagare
- Anpassning av aktiviteter utifrån målgruppens behov
- Föreläsning inom olika områden

### Medel kan sökas för

- Hallhyra
- Marknadsföring och inbjudningar
- Ledararvode
- Mat och fika

### Förväntad effekt

Fler aktiva i målgruppen 65+, ökad tillgänglighet till verksamheten och en stabil grund för fortsatt utveckling. Fler medlemmar i förening.

## Nystartad verksamhet 65+ – Inspiration och goda exempel

### Exempel 1: Starta upp 65+ grupp via befintliga medlemmar

Föreningen bjuder in målgruppen genom sina nuvarande medlemmar. Barn och vuxna uppmuntras att ta med föräldrar eller släktingar till en prova på aktivitet.

#### Upplägg:

- Personliga inbjudningar
- Ett första prova på tillfälle
- Tydlig plan för fortsättning

#### Effekt:

Trygg start och högre sannolikhet att deltagare återkommer

### Exempel 2: Prova på + fika som startpunkt

Föreningen arrangerar ett öppet tillfälle där padel kombineras med fika och information om verksamheten.

#### Så gör föreningen:

- Bjuder in via affischer, kommun och nätverk
- Har värdar som tar emot
- Informerar om nästa steg direkt på plats

#### Effekt:

Sänker tröskeln och skapar en positiv första upplevelse

## Medskick och tips: Skapa dagtidsverksamhet för 65+

Ett effektivt sätt att nå målgruppen är att erbjuda återkommande aktiviteter på dagtid, anpassade efter deras behov och förutsättningar.

#### Tänk på att:

- Anpassa träningen så att den känns tillgänglig och inkluderande
- Skapa utrymme för social samvaro före eller efter aktiviteten
- Sträva efter kontinuitet, exempelvis genom samma ledare varje gång

**Varför det är viktigt:**

Kontinuitet och en trygg miljö gör det lättare för deltagare att komma tillbaka och bygga en vana över tid.

**Medskick och tips: Engagera deltagare i föreningen**

När verksamheten är igång kan deltagare med fördel bjudas in att bidra och bli en del av föreningens utveckling.

**Det kan ni göra genom att:**

- Erbjud enklare roller som värdar vid aktiviteter
- Låta deltagare stötta och välkomna nya personer
- Involvera dem som funktionärer vid event

**Varför det är viktigt:**

Delaktighet stärker gemenskapen och bidrar till en mer levande och hållbar förening.

**Medskick och tips: Samverka med lokala aktörer**

För att nå fler i målgruppen är samarbete med lokala aktörer ofta avgörande.

**Ett bra sätt att komma igång är att:**

- Ta kontakt med kommunens äldre- eller anhörigsamordnare
- Sprida information via lokala mötesplatser
- Bjuda in till öppna prova-på-aktiviteter.

*Viktigt*

Kontakta RF-SISU distriktet i planeringsfasen

**Varför det är viktigt:**

Genom samverkan når ni personer som annars inte hittar till föreningen och sänker trösklarna för deltagande.

Avslutningsvis så rekommenderar vi att ni tar en avgift för aktiviteten så att den håller över tid.