



## September 2020

Hej !

Här är senaste informationen från FSO. Vänligen förmedla denna information inom föreningen till medlemmar och utövare av sporten. Ifall du inte hör till e-postlistan som får dessa meddelanden och vill i fortsättningen ha, vänligen meddela [fso@idrott.fi](mailto:fso@idrott.fi). Du kan även meddela ifall du inte i fortsättningen vill ha av dessa meddelanden.

## Föreningsträffar i oktober

Förbundets personal kommer under veckorna 43 och 44 i oktober att ordna diskussions- och planeringstillfällen tillsammans med medlemsföreningar, alltså s.k. föreningsträffar. Under träffarna presenterar vi rådande planer för verksamhet 2021 samt kartlägger aktuella behov och önskemål bland föreningar och medlemmar. Vi hoppas på att se deltagare från så många föreningar som möjligt.

Tidtabellen för dessa tillfällen är under planering enligt följande ramar:

2 st vardagskvällar (kl. 18-20) under vecka 43: Österbotten

3 st vardagskvällar (kl. 18-20) under vecka 44, Nyland och Åboland.

Därtill ännu 1st virtuell distansträff, för dem som ovannämnda datum och/eller orter inte passar.

Föreningsträffarna kommer att arrangeras i rymliga utrymmen så att säkerhetsavstånden deltagare emellan beaktas. Delta endast frisk! Orter, tidtabell, lokaler och klockslag kommer att fastställas och informeras senare. Info om detta kommer att uppdateras på förbundets hemsidor.

Välkommen med på planeringskvällar!

## Idrottens skolläger i orientering, skolåret 2020-2021

FSO samarbetar med Folkhälsan för att förverkliga Idrottens skollägerverksamhet (= den riksomfattande yläkoululeiritys-verksamheten) inom orientering. Lägerverksamheten följer Olympiska Kommitténs direktiv och är ämnad för orienterare i årskurserna 7-9.

Lägerverksamheten arrangeras vid Norrvalla idrottsinstitut, Vörå och Solvalla idrottsinstitut, Esbo. Spikat lägerupplägg, mer information och anmälningen för skolåret 2020-2021 hittar du på [Folkhälsans hemsida](#). **Ansökning (för hela skolåret) till lägerverksamheten bör göras senast 2.10.**

Under lägren leds grenträningarna och grencoachingen i orientering av FSO-tränaren Maritta Nurmi. Allmän fysträning leds av David Söderberg och Joakim Träskelin. Livshantering leds av David Söderberg och Joakim Träskelin.

Mera info på [FSO-sidor](#) eller direkt på [Folkhälsans sidor](#). Övriga nationella (finskspråkiga) yläkoulu-alternativ går att se på [SSL:s sidor](#).

## FSO söker arrangör för FSOM i skidorientering vintern 2020-2021

FSO söker under hösten efter förening intresserad av att arrangera FSOM i skidorientering under vintern 2020-2021. Intresserad förening bör ansöka om arrangörsrätt för mästerskapen genom



att fylla i den elektroniska ansökningsblanketten, senast 30.11.2020. [Styr vidare till FSO:s webbplats](#) för mer info, ansökningsblanketten och kontaktuppgifter vid frågor.

### **Bantest i Vörå 30.9**

FSO & VSG arrangerar bantest 3000m/5000m i Vörå 30.9 ([anmälningsslänk](#) - anmälningssdeadline 27.9). FSO:s testtillfällen är öppna för alla intresserade. Anmäl dig på förhand med länken ovan.

Vid lämpligare datum och ort kan man naturligtvis också löpa [testlopp annonserade på SSL-sidor](#).

Idrottare som avser att söka till FSO:s träningsgrupper bör i samband med ansökan senare under hösten ange resultat från bantest och dessa testtillfällen är ypperliga tillfällen att granska löpformen samt notera ett banresultat för ansökan.

### **Höstens FSO-ungdomsläger**

FSO kommer att arrangera två veckoslutsläger för ungdomar under återstående månader av 2020. Lägren är öppna för alla idrottare i FSO:s ungdomsgrupp 2020 samt för nya intresserade av ungdomsgruppens lägerverksamhet. Alla orienterare från FSO:s medlemsföreningar från och med åldern 12-13 uppåt är alltså välkomna att delta på något eller båda av lägren. Datum och orter för FSO:s ungdomsläger är:

Fre 30.10 - Söndag 1.11: Norrvalla, Vörå

Fre 11.12 - Söndag 13.12: Solvalla, Esbo.

Utförligare information om lägren, lägerinbjudan, program, anmälning etc. kommer senare under hösten att laddas upp på [fso.idrott.fi](#). Intresserade rekommenderas dock att skriva upp datumen i kalendern redan nu.

### **Höstens banläggartutbildningar**

FSO kommer att arrangera två banläggarkurser, nivå 2, under återstående höst. En av kurserna kommer att arrangeras i Ekenäs. Den andra kursen är norra Österbottens kurs som ursprungligen skulle ordnas i mars i Pedersöre. Datum, kursinbjudan och mera info kommer att informeras om på [FSO:s webbplats](#) samt i oktober-månads nyhetsbrev. Stay tuned!

### **Vinterhalvårets FSO-Träningsdagar 2020-2021**

FSO-träningsdagarna, som under de senaste åren varit en del av förbundets och föreningarnas träningsverksamhet under vinterhalvåret kommer att arrangeras återigen inkommande vinterhalvår. FSO:s tränarpersonal smider planer för träningsdagarna under september. Mera info om träningsdagarna kommer under hösten, så intresserade rekommenderas att [hålla ögonen öppna för uppdateringar på hemsidan](#).

### **Ansökning till förbundets träningsgrupper 2020-2021 i oktober**

Uttagning av förbundets träningsgrupper 2020-2021 börjar sakta men säkert närma sig långsamt med att hösten stegar framåt. FSO kommer under 2021 att fortsätta med träningsgrupperna Elit- och Utmanargruppen. Information om ansökan till träningsgrupperna, riktlinjer för träningsverksamheten samt uttagningskriterier kommer att förmedlas i förbundets kanaler kring



månadsskiftet september/oktober eller senast under oktober. Intresserade bör följa med uppdateringar på [FSO-hemsidan](#).

Alla sökanden bör i samband med ansökan ha utfört ett löptest på bana (3000m/5000m). De intresserade som inte ännu har utfört löptest bör se till att löpa bantest under hösten, senast 25.10.

### **Inkommande distriktsmästerskap**

Följande distriktsmästerskap inom Svenskfinland finns i diverse kalendrar under skrivande stund (21.9)

- ÅM:
  - 2.10 [ÅM natt](#). Arrangör LUJA.
- ÖIDM:
  - 27.9 [ÖIDM ultralång](#). Arrangör Gamlakarleby IF.

[Här finns alla tävlingar i nationella IRMA-kalendern på "FSO-märk" listade.](#)

### **Idrottsrörelsens #Seurasydän -kampanj under september**

Den finländska idrottsrörelsens Seurasydän -kampanj (Föreningshjärta) lyfter återigen denna höst upp idrottsföreningarnas betydelsefulla verksamhet. Kampanjen ger en möjlighet för både föreningsaktiva och idrottsutövare att lyfta upp den egna föreningens viktiga roll inom finländsk idrott och motion. Tisdagen 29.9 är det åter dags för Föreningskläddagen (=Seurapaitapäivä), en dag då var och en uppmanas att visa sitt föreningshjärta genom att under dagen bära sin idrottsförenings kläder.

#seurapaitapäivä #föreningskläddagen #seurasydän #liityseuraan

### **Suomisport föreningstjänstens presentationstillfällen (webinarier) under hösten**

Suomisport är en digital lösning för administration av idrott. Många känner igen Suomisport som portalen var man inhandlar tävlingslicenser och tillhörande försäkringar. Olympiska Kommittén utvecklar Suomisport till att bli hela nationella idrottens digitala administrationsplattform. Olympiska Kommittén har lanserat [Suomisport-föreningstjänsten](#), en tjänst skapad för digital administration av idrottsföreningar. Längs med hösten ordnas webinarietillfällen (på finska) där Suomisport-föreningstjänsten presenteras och där tjänstens olika delar introduceras. Är man intresserad av att modernisera och digitalisera föreningsadministrationen (bl.a. evenemangshantering, ekonomi, medlemsregister) lönar det sig att bekanta sig med tjänsten genom webinarier. [Webinariernas tidpunkter, mer info och anmälning här.](#)

### **Aktuellt inom Suunnistusliitto**

Urval till de nationella landslagsgrupperna och Team2025 görs 12.10 och de senast 15.10.

Uttagningslägret till juniorlandslaget arrangeras i Pajulahti 9-11.10. Urvalen görs 12.10 och de publiceras senast 15.10. SSL kallar 10-15 st. idrottare i H&D-20 klasserna baserat på säsongens tävlingsframgång. Utvalda idrottare får en personlig inbjudan 21.9.2020.

Suunta Huipulle - lägerupplägg är SSL:s lägerhelhet för 16-20-åriga orienterare (f. 2001-2004) som siktar mot toppen. Lägerupplägget är avsett för sådana unga tävlingsorienterare, som inte



tillhör ungdomslandslaget, men som presterat bra på nationell nivå och innehar goda fysiska egenskaper att utvecklas till att bli elitorienterare. Idrottare väljs till lägerhelheten enligt SSL urvalskriterier (FM-framgång, bantestresultat etc.). Intresserade idrottare som uppfyller SSL:s uttagningskriterier bör anmälas deras resultat **anmälas senast 9.10**. Det är idrottares förening som anmäler idrottare till Suunta Huipulle -verksamheten. [Här](#) noggrannare info om Suunta Huipulle-lägerplanen 2020-2021 och tillhörande urvalskriterier.

SSL:s utförligare info (på finska) om alla ovannämnda aktiviteter och urval [här](#). Bakom samma länk även info om ansökning till Helsingfors-, Tammerfors- och Åboregionens idrottsakademier och orienteringsgrupperna inom dessa akademier.

---

**För att hänga med** i vad som är aktuellt för orientering på en nationell nivå, lönar det sig att hålla ögonen öppna för [nya artiklar på SSL sidor](#) och evenemangskalendern uppe till höger på webbplatsen.

### **Finlands Svenska Idrott informerar**

#### **På samma linje -projektets slutseminarium 24.11**

Den 24.11.2020 välkomnar vi er med på På samma linjes slutseminarium där projektets resa mot en mer jämställd, normmedveten och inkluderande idrotts- och ungdomsverksamhet sammanfattas. Under seminariet presenteras resultat, konkreta verktyg och metoder som utvecklats under projektets gång. Dagen kommer att vara fylld av inspiration, nya idéer och erfarenhetsutbyte för alla de som vill vara en del av förändringsarbetet och medverka för en modern och framgångsrik idrotts- och ungdomsverksamhet. [Mer information hittas här](#). Save the date 24.11.2020!

#### **FSI:s utbildning inom trakasserifri idrott**

Tisdagen 8.9 publicerade FCEI (Finlands centrum för etik inom idrotten) sin forskningsrapport om sexuella trakasserier inom tävlingsidrotten i Finland. Rapporten har väckt tankar och omfattande diskussion inom idrottande Finland. Information om forskningen hittar ni bl.a. på [FCEI:s sidor](#) och i [Hufvudstadsbladet](#).

FSI:s På samma linje -projekt utbildar och föreläser föreningar inom trakasserifri idrott som innehåller bl.a.:

- Vad är mobbning, sexism och sexuella trakasserier?
- Hur skapar man en trygg idrottsmiljö?
- Handlingssätt om någon blivit utsatt för sexuella trakasserier.

[Bekanta dig med På samma linjes utbildningsutbud för föreningar här](#). Vi erbjuder även gärna föreläsningar och workshops för arbete i förebyggande syfte, som är det som lönar sig att satsa på. Passa även på att vara med i kampanjen [#respektinomidrott](#) för att ta ställning till en trivsamt, trygg och respektfull idrott och därmed fungera som exempel inom idrottande Svenskfinland.

Vid frågor, [kontakta projektteamet](#) som hjälper och svarar gärna på frågor. Mera info, uppkommande tillställningar, kampanjer och workshops - <https://sammalinje.fi/>



## **Påminnelser från tidigare nyhetsbrev**

### **Baltic Junior Cup 23-25.10.2020 inställt.**

FSO:s styrelse beslöt, med stöd av arrangörsföreningen OK Raseborg, att ställa in Baltic Junior Cup i Ekenäs denna höst till följd av rådande osäkra och ofördelaktiga utsikter Coronaepidemin har orsakat internationell tävlingsverksamhet. Mera info och argument bakom beslutet att ställa in evenemanget går att [läsa här](#).

### **Orienteringens tävlingsverksamhet med specialarrangemang under september**

Det nationella grenförbundet Suunnistusliitto har regelbundet uppdaterat sina riktlinjer och anvisningar för nationell tävlingsverksamhet inom orientering och hurdana specialarrangemang som bör tillämpas. Riktlinjerna och rekommendationerna som gäller under september finns tillgängliga:

- [SSL rekommendationer och direktiv. FSO:s översättning](#) till svenska,
- [SSL rekommendationer och direktiv. originalnyhet](#), på finska,
- [Regionförvaltningsverkens](#) sammanställning av det väsentliga innehållet i sammankomstbegränsningarna för september

### **Nationella och internationella åtgärder och råd inom orientering för att förhindra Coronavirusets spridning**

FSO, FSI, Suunnistusliitto, Olympiska Kommittén, IOF och andra idrottsorganisationer uppdaterar regelbundet sina egna webbplatser hur Coronaviruset påverkar den egna grenen och idrotten. FSO sammanfattar aktuellt beträffande begränsningar, inhiberingar etc. för orienteringssporten till denna [artikel på FSO:s webbplats](#). Undertecknad uppdaterar artikeln vid eventuella större förändringar.

---

### **Beställ utbildning till er förening eller region**

Hurdan utbildning behöver er förening? Har grannföreningen eventuellt motsvarande behov? FSO har som avsikt att förverkliga utbildningar då en eller fler föreningar uttrycker en beställning eller ett önskemål.

Grenspecifik utbildning som kan arrangeras är bl.a. banläggartutbildning, banläggartutbildning för barn och unga, tränartutbildning, Ocad-kurs samt kartritningsutbildning. I samråd med Finlands Svenska Idrott kan allmän och grenöverskridande föreningsutbildning arrangeras kring ämnesområden som t.ex. Likabehandlings- och jämställdhetsarbete, GDPR, föreningsförvaltning, speakerutbildning, barnledartutbildning etc. Utbildningar kan "beställas" då man inom en eller fler föreningar är minst 6 intresserade personer. "Beställ" i så fall utbildning genom att kontakta FSO-kansli ([wilhelm.stenbacka@idrott.fi](mailto:wilhelm.stenbacka@idrott.fi)).

### **Förmedling av er förenings evenemang och tillställningar via FSO kanaler?**

Ordnar er förening tillställningar, tävlingar, motionslopp eller evenemang, som ni vill dela med er till övriga föreningar inom FSO? FSO kan förmedla information om evenemang, träningsdagar



tävlingar mm. via vårt infobrev, nätsidor samt övriga kanaler. Kontakta grenchefen om er förening önskar informera övriga orienterande Svenskfinland : [wilhelm.stenbacka@idrott.fi](mailto:wilhelm.stenbacka@idrott.fi)

Hälsningar,

Wilhelm Stenbacka

vik. Grenchef FSO / Ombudsman FSS

Gjuterivägen 10, 00380 Helsingfors