

## Västernorrlands Parasportförbund

### ”Orrengalan” i Sollefteå

Orren Parasportförening i Sollefteå har ordnat en ”Orrengala” med middag, underhållning samt prisutdelning. Ca 30 medlemmar ur föreningen hade samlats för en trevlig kväll med god mat och middag

”Orrengalan” arrangerades på restaurang Old Oak den 30 januari och restaurangen var bokad för detta evenemang  
Stort tack till alla som kom och förgyllde denna kväll och gjorde den till en magisk upplevelse.



// Pelle Bodin

### Ansvarig utgivare



Årgång 2023, utgåva 2

#### Nyhetsbladet

*Nyhetsbladet har som målsättning att skickas ut en gång i månaden med information om kommande evenemang eller evenemang som varit.*

*Västernorrlands Parasportförbunds föreningar uppmanas att skicka in material till nyhetsbladet så att det kan publiceras.*

#### Kommande aktiviteter

**Prova på aktiviteter**  
Hallstaberget, Sollefteå  
4 mars

**Prova på aktiviteter**  
Sidsjön, Sundsvall  
19 mars

**Vinterläger**  
Sollefteå  
17-19 mars

**Årsmöte VPSF**  
Hotell Höga Kusten  
26mars

## SDF konferens Arlanda



Den 6-7 februari var det äntligen dags för den första fysiska konferens mellan SDF och Svenska Paraportförbundet sedan pandemin. Alla var glada att kunna ses fysiskt och temat för konferensen var återstart. Det deltog 13 av 19 SDF vilket sågs som en god uppslutning. Nytt på inkluderingsfronten var att rullstolsdans numera är överlämnat till Danssportförbundet.

Vi pratade också om återstartsstöd 3 och 4 som snart kommer vara tillgängligt för föreningar att söka, där pratade man mycket om att försöka förenkla ansökan så att man fångar upp dom föreningar som ej sökt återstartsstöd 1,2 och 3.

Inom Svenska Paraportförbundet kommer det att finnas något som heter "Kompetenslyftet" och det är ett stöd till specialidrottsförbunden (SF) som Svenska Paraportförbundet tillsammans med Riksidrottsförbundet tagit fram efter en kartläggning av behov av kompetens inom paraportverksamhet. Kompetenslyftet kommer vara riktat till specialidrottsförbund för att utveckla sin paraportverksamhet.



// Marcus Holm

## Träningsutbyte mellan föreningar

Söndagen den 12/2 hade Orren parasportförening planerat tillsammans med delar av IF Rycket att ha en träningsdag på Nipanskolans gymnastiksal i Sollefteå. Planen var att spela mycket och mycket spel blev det.

Spelarna blandades och delades in i 4 olika lag med 3-4 personer i varje. Gymnastiksalen delades in i tre delar, två matchplaner och en publik, funktionärsyta. På en av planerna var det stora mål med målvakter och på den andra små innebandymål.

Korta matcher (runt 5 minuter och sen byte så man fick möta alla och så man fick prova både med målvakt och utan. Allt avslutades med gott fika. Tack till alla inblandade spelare, familj, personal och kontaktpersoner som såg till att allt fungerade och flöt på fint!



// Malin Bodin