



## **FSS nyhetsbrev i februari 2025**

Här är den senaste informationen från Finlands Svenska Skidförbund. Du får gärna vidarebefordra detta nyhetsbrev till föreningsaktiva, klubbkompisar, föreningsmedlemmar eller andra personer som kan ha nytta av informationen. Ifall du inte hör till e-postlistan som får dessa meddelanden och vill i fortsättningen ha nyhetsbrevet, vänligen meddela [fss@idrott.fi](mailto:fss@idrott.fi). Du kan även meddela ifall du inte i fortsättningen vill motta detta nyhetsbrev.

### **Sportchefens hälsning**

FSSM i Lappfors, Pedersöre, med anrika IK Falken som arrangör blev en härlig finlandssvensk skidfest. Jag tror att de flesta håller med om det. Stämningen vid Timmerbacken i Lappfors var avslappnad och positiv, skidåkarna, föräldrarna och besökarna trivdes i det fina vintervädret. Åtminstone upplevde jag en idrottslig gemenskap, som är svår att beskriva, men som inte finns överallt.

I tävlingsspåret fick vi uppleva många fina prestationer. Vi fick se tajta duster uppe på backen och inne på skidstadion. Publiken hejade, skrek och bjöd på hela repertoaren för att hjälpa fram åkarna i spåret. Det var säkert många som överträffade sig själv och sina egna förväntningar, vissa var säkert också besvikna på sin åkning och sin insats. Det är inte så farligt, det hör till i idrott. Alla kan inte alltid lyckas. Kanske går det bättre nästa gång?!?

I ett mästerskap tävlar man om medaljer och framskjutna placeringar. I år, liksom under de senaste åren, var det Pargas IF som roffade mest medaljer till staden i skärgården. Jag besökte Pargas och föreningen under hösten vid ett av deras träningsläger. Jag upplevde ett väldigt "Go!" i verksamheten och dessutom såg jag hur föreningen med hjälp av staden byggt fina faciliteter för skidträning ute i skärgården. Det gäller bara att optimera det man har. Av ren nyfikenhet gick jag in på Pargas stads nätsidor. Rubriken jag fastnade för löd: "Pargas är inte bara en stad, det är en livsstil!"

Det samma gäller väl också oss som är involverade i skidåkning - det är en livsstil!

Nykarlebyklubben IF Minken samlade näst mest poäng i tävlingen "Den mångsidigaste föreningen". Under FSSM-helgen hade jag nöjet att besöka Nykarlebys idrottsgala. Jag blev imponerad! Genast då man steg in i Stjärnhallen märktes att idrotten var viktig i småstaden. Under kvällen bjöds på härliga programnummer och fina tal hölls av stadens högsta tjänstemän och beslutsfattare. Det uppskattade festtalet hölls av FSI:s generalsekreterare Henrika Backlund. Under kvällen premierades tiotals idrottare i otaliga grenar för framgångarna under 2024. Många av dem var skidåkare i IF Minken. Och, det var inte bara toppen som uppmärksammades, utan också de som helhjärtat jobbat för en idrottslig livsstil fick komma upp i rampljuset. Här igen ett exempel på en ort som uppskattar den aktiva livsstilen.

På tredje plats i tävlingen "Den mångsidigaste föreningen" under FSSM kom IF Brahe. Det här överraskar inte heller. Då jag den här veckan fick vara på plats under en av klubbens gemensamma träningar i Larsmo upplevde jag och många andra en varm gemenskap. Unga skidåkare, tränare, ledare, föräldrar samt mor- och farföräldrar spenderade tid tillsammans under en helt vanlig vardagskväll. Det kändes som så mycket mer än bara skidåkning, alla hittade sin plats i gemenskapen, i den här livsstilen.

Då jag efter träningspasset satte mig i bilen tänkte jag igen: Föreningsverksamheten är grunden för all idrott och för ett aktivt liv! Det här hoppas jag att kommun och stat noterar, uppskattar och respekterar vid resursfördelningen. Den frivilliga idrottsverksamheten håller Finland till ett fint land att leva i.





## **Månadens tips - tänk långsiktigt**

Vi är mitt inne i tävlingssäsongen. Någon har siktat in sig på ett mästerskap, någon annan kanske har ett långlopp i tankarna. Det är bra att ha ett mål, någonting att sträva mot.

För att maximera ditt potential i skidåkning behöver du tid. Under min tid i Kina, där man alltid har bråttom, var mitt tätt återkommande uttryck till idrottare och ledare: "There is no shortcut to the top!" Det finns ingen genväg till toppen! Alla är tvungna att göra jobbet, för vissa krävs mera, andra kanske kommer lättare undan. Stigen är ändå lika lång för alla. Och det är möjligt att nå målet, för alla, om man orkar jobba tillräckligt länge. Det krävs tålamod och ibland ett hårt pannben.

Vi har en snöfattig vinter, tyvärr. I de flesta kustkommunerna finns det lyckligtvis ett konstsnöspår där det går att utöva sporten. Det är bara att utnyttja det man har. Och nu kommer jag igen till mitt budskap, till mitt tips. Den här gången gäller speciellt unga skidåkare.

Det är inte bråttom till toppen!

Man måste inte vara framgångsrik i silvertrisseklasserna för att bli en duktig skidåkare som vuxen. Man behöver inte ens vara framgångsrik i ungdomsklasserna för att ta medaljer som vuxen. Det viktigaste nu under vintern är att man samlar på sig skidvana. Man blir ju oftast bra på det man tränar, på lång sikt.

Placeringar och meriter behöver inte vara så viktiga i ung ålder. Det väsentliga är att man skidar och idrottar mångsidigt, för att skapa en grund för tuffare träning i framtiden. I tränarkretsar talar man ofta om progressivitet, från lite till mycket, från lätt till tufft, från sakta till hårt...

Det är inte alltid så lätt att tänka så här. Det är inte heller fel att vara duktig som barn eller i ungdomsklasserna. Åtminstone gratulerar jag till all framgång. Dessutom utvecklas vi alla olika snabbt. I min statistikuppföljning, under drygt fyrtio år, har jag alla FSS-skidåkare som placerat bland de tio främsta i Silvertrissan, junior- och seniorklasserna på FM. Det är alltid lika intressant att skrolla i dokumentet och man kan på basen av resultaten dra slutsatser av många slag. Idrottarens stig är inte förutsägbar. Bra så!

## **FSSM i skidskytte i Larsmo 8.3.2025**

Förbundsmästerskapen i skidskytte arrangeras i Larsmo den 8 mars i samband med Keski-Pohjanmaan Biathlon Games. Man tävlar på normaldistans. För arrangemangen ansvarar Larsmo idrottsförening.

[Tävlingsinbjudan](#)

## **Stora-FSSM 2026 arrangeras av Österby Sportklubb**

Under FSS-mästerskapen i Lappfors blev det klart att förbundsmästerskapen i längdskidåkning 2026 arrangeras av Österby Sportklubb vid Västerby skidcentrum i Ekenäs, Raseborg.

Österby Sportklubbs Johanna Lind och Henrik Malmberg tog i Lappfors över stafettpippen av IK Falkens Tage Ray och Pedersöre kommunfullmäktiges ordförande Niclas Sjöskog. I tacktalet välkomnade Malmberg hela skidfamiljen till Raseborg, hoppeligen i början av februari 2026, då snötillgången borde vara som bäst i nejden. FSS-mästerskapen har senast arrangerats av ÖSK år 2013.





Arrangemangen för FSSM 2027 lediganslås att sökas i slutet av detta år.

Förbundsmästerskapen har arrangerats sedan 1913 i Gamlakarleby som SFI-mästerskapen (Svenska Finlands Idrottsförbund). De första SFS-mästerskapen (Svenska Finlands Skidförbund) arrangerades i Kronoby 1922 och de första FSS-mästerskapen efter namnbytet till det nuvarande år 1945 i Fiskars.

## **Föreningsstöd 2025**

Föreningsstöd kan beviljas föreningar för idrottsverksamhet och -projekt som främjar idrottsverksamhet på svenska i Finland. År 2025 prioriterar vi ansökningar för upprätthållandet av verksamheten och för att engagera folk i föreningsverksamheten. Ansökningstiden är under tiden 3.2-31.3.2025.

Mer information och ansökan finns [HÄR](#)

## **Medlemsavgift för 2025**

FSS höstmöte 2024 beslöt att medlemsavgiften för föreningarna höjs till 70€ fr.o.m. 2025. Medlemsavgiften sänds till föreningarna under februari månad.

## **Årsrapport 2024**

FSS-föreningar ska lämna in rapport, det är viktigt att fylla i uppdaterade uppgifter. Årsrapporten fungerar som en form av medlemsregister, bl.a. kontaktoppgifter m.m.

Fyll i årsrapporten senast 30.4.2025 i följande länk: [https://www.lyyti.in/FSS\\_Arsrapport\\_2024](https://www.lyyti.in/FSS_Arsrapport_2024)

## **FSS Service under säsongen 2024-2025**

Liksom tidigare år har förbundet en servicetrupp på plats vid större nationella tävlingar.

Här några påminnelser om tillvägagångssättet då du vill anlita FSS:s vallningsservice:

- Idrottaren bokar i god tid tävlingsvallning via FSS:s nätsidor, oftast en dryg vecka före tävlingarna.
- Idrottaren ansvarar för att skidorna är rengjorda och fluorfria då de förs till vallatrailern.
- Idrottaren för tävlingsparet till vallatrailern i god tid, enligt instruktionerna som framkommer vid anmälningstillfället.
- Notera att tidtabellen eventuellt blir tajtare p.g.a. fluortestning.
- Priset på en tävlingsvallning säsongen 2024-2025 är 50 euro, som faktureras föreningen i efterskott eller kan betalas på plats via MobilePay. Notera att det i sprint kan handla om två separata tävlingsvallningar om man går vidare från prologen.

FSS Service är ännu på plats under följande tävlingshelger 2025:

8-9.3	Rovaniemi	NM- och världscupgranskning, <a href="#">intresseförfrågan</a> om behovet
14-16.3	Haapajärvi	Junior-FM
21-23.3	Jyväskylä	Silvertrissan
4-6.4	Taivalkoski	Senior-FM





Tilläggsinformation av Johan Öhberg, serviceansvarig, 0400 955872.

## **FSS-föreningarnas nationella tävlingar**

FSS-föreningarnas kommande nationella tävlingar finns listade nedan. Den nationella tävlingskalendern finns på [hihtokalenteri.fi](http://hihtokalenteri.fi).

15-16.2	<a href="#">ÖIDM</a>	IF Åsarna
1.3	<a href="#">Borgå Akilles nationella och NÅIDM</a>	Borgå Akilles
1.3	<a href="#">Vargbergets Jaktstart</a>	Närpes Kraft Skidförening
8.3	<a href="#">Söderkulla sprintstafett</a>	IF Sibbo-Vargarna
8.3	<a href="#">Vörså Spelen</a>	Vörså IF
9.3	<a href="#">Nallestafetten</a>	Vörså IF
9.3	<a href="#">Johans Lopp</a>	Pargas IF
15.3	<a href="#">BotniaVasan</a>	Norrvala Sport
30.3	<a href="#">Final Climb</a>	Vörså IF

## **Finländska mästerskapstävlingar i längdskidåkning 2025**

28.2-2.3	<a href="#">Veteran-FM</a>	Ylivieska
14-16.3	<a href="#">Junior-FM</a>	Haapajärvi
21-23.3	<a href="#">Silvertrissefinalen</a>	Jyväskylä
4-6.4	<a href="#">Senior-FM</a>	Taivalkoski

Programmet för [Finlands cup 2024-2025](#).

## **Internationella tävlingar i längdskidåkning 2024-2025**

9-16.2	European Youth Olympic Festival (U18) i Bakuriani, Georgien
26.2-9.3	VM i Trondheim, Norge
28.2-2.3	Skandinaviska cupen i Madona, Lettland
8-16.3	Masters World Cup, Klosters, Schweiz
21-23.3	Världscupen i Lahtis
21-23.3	Nordiska juniorlandskampen (U18) i Gålå, Norge
21-23.3	Skandinaviska cupen i Gålå, Norge
23-30.3	Militär-VM i Goms, Schweiz

[Uttagnings- och granskningstävlingar för världscupen 2024-2025](#)

[Ungdomarnas uttagnings- och granskningstävlingar 2024-2025](#)

[Nationella tävlingsregler 2024-2025](#) (på finska)

[Internationella tävlingsregler 2024-2025](#) (på engelska)

[Tävlingsregler vid FSSM](#)



Finlands Svenska Skidförbund  
Gjuterivägen 10  
00380 Helsingfors

fss.idrott.fi  
#idrottfi

0207309290 (växel)  
fss@idrott.fi



## **Finländska mästerskapstävlingar i skidskytte 2025**

28.2-2.3 [Veteran-FM i Sankt Michel](#)

28-30.3 [Junior- och senior-FM i skidskytte i Kontiolahti](#)

## **Suomen Hiihtoliitto informerar**

Du läser Hiihtoliittos föreningsbrev [HÄR](#)

## **Kom igång med föreningens jämställdhets- och likabehandlingsplan**

Välkommen med på ett webinarium om utformande av en jämställdhets- och likabehandlingsplan. Vi arrangerar två webinarier, ett på svenska och ett på finska. Webbinariet arrangeras via Zoom där du kan ställa frågor.

Under webinariet får du:

- Information om underlag och material som kan användas i arbetet och hur använda dem
- Tips på hur gå tillväga i arbetet
- Idéer på hur du kan uppdatera och utveckla din nuvarande plan så att den blir mer praktisk och konkret

Vi erbjuder två tillfällen, en på svenska och en på finska. Tidpunkterna är:

10.2 kl. 17.30-18.30 på SVENSKA (detta tillfälle har redan arrangerats)

10.3 kl. 17.30-18.30 på FINSKA (anmäl med senast 8.3 kl.23.59)

[Anmäl med här](#). I samband med anmälan kan du ställa frågor som du funderar på och skulle önska att tas upp under tillfället. Passa på att bjuda in även andra föreningsmedlemmar. Deltagande är avgiftsfritt. Webbinariet är en del av [Hållbar idrottsförening - nätverket](#).

I samband med anmälan kan du ställa frågor som du funderar på och skulle önska att tas upp under tillfället. Passa på att bjuda in även andra föreningsmedlemmar. Deltagande är avgiftsfritt. Webbinariet är en del av Hållbar idrottsförening - nätverket.

## **Kom med i Hållbar idrottsförening - nätverket**

Välkommen att ta del av Hållbar idrottsförening-nätverket! Nätverkets syfte är att ge kamratstöd och kraft till föreningsaktiva i arbetet för en hållbar, jämställd och ansvarsfull idrott.

[Mer information om nätverket och anmälan hittar du här](#).





## **Webbkurs om förebyggande av våld och trakasserier inom idrottsföreningar**

I och med den nya brottslagen rekommenderar vi varmt aktörer på idrottsfältet att utföra Du är inte ensam tjänstens webbkurs Förebyggande av våld och trakasserier inom idrottsföreningar. Kursen vänder sig till tränare, anställda och frivilliga inom idrottsföreningar. Under kursen får du lära dig om att förebygga och ta itu med våld mot barn inom idrottsföreningsvärlden.

Kursen tar drygt en timme att utföra och språkalternativ är svenska, finska och engelska. I slutet av kursen hittar du en länk som gör det möjligt att ladda ned allt material och de instruktioner som refereras till under kursens gång. Du får även ett intyg för godkänd kurs.

Efter utförd kurs vet du vad som behövs göras i föreningen på beslutsfattande nivå samt helt konkreta åtgärder under bl.a. träningar. <https://www.etokeyksin.fi/verkkokoulutus/>

## **Visa att du att du förbinder dig till ansvarsfull träning genom att genomföra ansvarsfull tränare -webbutbildningen**

På Olympiska kommitténs webbkurs för ansvarsfulla tränare får du bekanta dig med ansvarsfull och bra träning och lära dig hur du främjar en fysiskt, mentalt och socialt säker verksamhetsmiljö. Genom att genomföra kursen visar du att du förbinder dig till ansvarsfull träning. Denna kurs är avsedd för alla ledare och tränare som är verksamma inom idrott och motion. Utbildningen tar ca 1–1,5 h att gå igenom. Webbutbildningen är gratis och finns på finska, svenska och engelska.

Webbutbildningen hittas [HÄR!](#)

## **Nytt material för att främja barn och ungas motionsvanor**

[UKK-institutet](#), [Frisk skolelev](#) och [Smart Moves](#) har producerat en hel del nytt svenskspråkigt material kring träningsrekommendationer för barn och unga (7-17 år). Vi på Finlands Svenska Idrott är mer än glada över att få [dela materialet vidare till dig!](#)

## **Webbkurs om förebyggande av våld och trakasserier inom idrottsföreningar**

I och med den nya brottslagen rekommenderar vi varmt aktörer på idrottsfältet att utföra Du är inte ensam tjänstens webbkurs Förebyggande av våld och trakasserier inom idrottsföreningar. Kursen vänder sig till tränare, anställda och frivilliga inom idrottsföreningar. Under kursen får du lära dig om att förebygga och ta itu med våld mot barn inom idrottsföreningsvärlden.

Kursen tar drygt en timme att utföra och språkalternativ är svenska, finska och engelska. I slutet av kursen hittar du en länk som gör det möjligt att ladda ned allt material och de instruktioner som refereras till under kursens gång. Du får även ett intyg för godkänd kurs.

Efter utförd kurs vet du vad som behövs göras i föreningen på beslutsfattande nivå samt helt konkreta åtgärder under bl.a. träningar. <https://www.etokeyksin.fi/verkkokoulutus/>





## **Uppdatera din kunskap om antidoping med webbutbildningen "Rent spel är bäst"**

Utbildningen är avsedd för idrottare, idrottares stödpersoner och övriga idrottsaktörer för att kontrollera sina kunskaper om antidopingfrågor och för att lära sig mer om dessa frågor. Utbildningens innehåll baseras på Världsantidopingkoden som trädde i kraft 1.1.2021. Att gå igenom utbildningen tar cirka 35 minuter. Efter godkänt resultat får man ett diplom som bevisar att man genomfört utbildningen. Utbildningen kan även göras på mobila enheter.

Webbutbildningen hittas [HÄR!](#)

## **Vi vill också delta**

VI OCKSÅ- En podcast om jämlikhet

Vi också är den första finlandssvenska podcasten om anpassad motion och paraidrott. Podden finns till för att sprida kunskap om mångfald inom idrotten och tillsammans med paraidrottare, idrottare och erfarenhetsexperter. Läs och lyssna på podcasten här: <https://idrott.fi/vi-ocksa-podcast/> eller på t.ex. Spotify.

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

Ordnar er förening tillställningar, tävlingar, motionslopp eller evenemang, som ni vill dela med er till övriga föreningar inom FSS? FSS kan förmedla information om evenemang, träningsdagar, tävlingar mm. via vårt infobrev, nätsidor samt övriga kanaler. Kontakta kommunikationsansvariga om er förening önskar informera övriga skidande i svenskfinland: [fss@idrott.fi](mailto:fss@idrott.fi)

Hälsningar

Catherine Ahrenberg  
förbundssekreterare

