

Time Out

OFFICIELLT ORGAN FÖR HALLANDS PARASPORTFÖRBUND

INSPIRATIONSdag PÅ FALKENBERGS MOTORBANA

Testa på att cykla och springa
utifrån dina förutsättningar

PARAUTVECKLINGSDAGAR I INNEBANDY

HALMSTADS CROQUET CLUB

Ny medlem i Hallands Parasportförbund

HALLÄNNING LADDAR FÖR SPECIAL OLYMPIC WORLD SUMMER GAMES

Möt Tobias Hansson från Falkenberg

Vi Stöder parasporten i Halland



Kungsbacka

www.kungsbacka.se
Tel 0300-83 40 00



www.hylte.se
Tel 0345-180 00



Varberg

www.varberg.se
Tel 0340-880 00



www.halmstad.se
Tel 035-13 70 00



FALKENBERG
Hitta det här

www.falkenberg.se
Tel 0346-88 60 00



www.laholm.se
Tel 0430-150 00

Ur innehåll



Ledare	5
Inspirationsdag på Falkenbergs Motorbana	6
Hallands Parasportförbund välkomnar ny medlem Halmstads Croquet Club	9
Hallänning laddar för Special Olympic World Summer Games	10
Förbundet deltog på prova-på-dag i Kungsbacka	11
Förbundet medverkade på parautvecklingsdagar i innebandy	12
Inbjudan till SM i mattcurling	13
Krönika	18
Skolinformation	20
Hallandsserien i stående parainnebandy	22
Gotti Gott Gott sidan	25
Samverkan eller Samarbete	27
Tävlingskalender 2022	28
Parasportföreningar i Halland	29

Hallands Parasportförbund

• Redaktionen:

Peter Malmberg
Alexandra Velegi

• Ansvarig utgivare:

Leif Andersson
Hallands Parasportförbund
Ryttarevägen 18 B
302 62 Halmstad
e-post:
hallands.parasportforbund@telia.com
www.parasport.se/Distrikt/Halland

• Konsulent:

Peter Malmberg
0708-97 07 87

• Besöksadress:

Ryttarevägen 18 B
302 62 Halmstad

• Utgivningsmånad:

April 2023

• Annonssavdelning:

031-91 47 60

• Original:

Monica Georgsson

VI STÖDER PARASPORTEN I HALLAND

AB Ilmonte
Nattflyvägen 7
313 50 Åled
035-18 19 40
www.ilmonte.se

Aderbys Rör AB
Teknikgatan 4
434 37 Kungsbacka
0300-337 20
www.aderbys.se

**Akustikmiljö i
Falkenberg AB**
Box 77
311 21 Falkenberg
0346-71 48 50
www.akustikmiljo.se

Arena Food Systems AB
Märgelvägen 2
312 77 Skottorp
0430-165 80
www.arenakemi.se

**Bennys
Isoleringstjänst AB**
Steglitsvägen 10
302 40 Halmstad
0703-33 37 72

**Bertil Svederberg
Gräv AB**
www.bsgrav.se

Bewico AB
Plåtvägen 2
430 10 Tvååker
0340-470 40
www.bewico.se

Brukke Consulting AB
Box 7003
300 07 Halmstad
0768-97 44 00
www.brukke.se

**Bräutigams Marsipan &
Konfektyr AB**
Fjärås Smedjeväg 31
439 74 Fjärås
0300-54 18 70
www.brautigams.se

**Bröderna Henrikssons
Stenhuggeri AB**
Industrigatan 4
434 32 Kungsbacka
0300-180 25
www.henrikssonsstenhuggeri.se

Depend Cosmetic AB
Box 4054
300 04 Halmstad
035-15 08 00
www.depend.se

Eksta Bostads AB
Box 10400
434 24 Kungsbacka
0300-356 00
www.eksta.se

Falkenbergs Sparbank
*Vi har kontor i Falken-
berg, Getinge och Ullared*
0346-550 00
www.falkenbergssparbank.se

Getinge Mattcenter
Göteborgsvägen 48
305 76 Getinge
035-545 05
www.mattcenter.com

**GS Byggvaror
Gullbranna AB**
Gullbranna 1371
310 31 Eldsberga
035-424 64
www.gsbyggvaror.se

Gyback Flexografi AB
Seldonsvägen 3
302 62 Halmstad
035-22 12 00
www.gybackflexografi.se

Hot Screen AB
Gunneshövdsvägen 2
439 74 Fjärås
0300-56 89 90
www.hotscreen.se

Högskolan i Halmstad
Kristian IV:s väg 3
302 50 Halmstad
035-16 71 00
www.hh.se

KG Sleep Over
Storegårdsvägen 5
432 69 Karl Gustav
072-221 02 65
booking@kgsleepover.se
www.kgsleepover.se

**Kungsmässans
Leksaksland**
Borgmästaregatan 5
434 32 Kungsbacka
0300-168 48

Kårarp Timber AB
Kistingevägen 8
305 94 Halmstad
035-12 75 12
www.kararptimber.se

**Markplanering i
Varberg AB**
Bälggatan 5
432 32 Varberg
0340-62 04 16
www.markplanering.se

**Mediateknik i
Varberg AB**
Härdgatan 20
432 32 Varberg
0340-67 92 90
www.mediateknik.net

Mellby Pac AB
Idëvägen
312 96 Laholm
0430-106 45
www.mellbypac.se

Månsson TL AB
Box 7089
300 07 Halmstad
035-370 88
www.manssons.se

**Ottosson & Wolrath
Byggkonsult AB**
Bredgatan 1
302 45 Halmstad
035-16 22 60
www.owb.se

Restaurang China Sea
V.Vallgatan 17
432 40 Varberg
0340-122 57

**Rolfstorps Svets &
Smide AB**
Bäck 11
432 96 Åskloster
0340-375 08
www.rolfstorpsmeden.se

**Schakt o. Transport i
Stallberg AB**
Stallberg
310 34 Kvibille
0703-19 06 90

Skånetryck AB
Box 7006
300 07 Halmstad
035-241 04 70

Sunchem AB
Stentorpsvägen 43
310 44 Getinge
035-545 45
www.sunchem.se

SÄKRA AB
Halmstad 035-15 60 60
Falkenberg 0346-297 80
Varberg 0340-848 05
Kungsbacka 0340-848 05
www.sakra.se

Trönningeverken AB
Västra vägen 1
302 65 Halmstad
035-400 93
www.tronningeverken.se

Tylebäck
Kungsvägen 1
302 70 Halmstad
035-19 18 00
www.tyleback.com

**Vinbergs
Lantmannaförening**
311 99 Vinberg
0346-190 14
www.vinbergslantmanna.se



Leif Andersson
Ordf. HGIF Tre Hjärtan

Vi är på gång

Vi är på gång in i ett nytt år. Med nya förväntningar och förhoppningar. Vi avslutade 2022 med ett antal nyrekryteringar som bådär gott inför framtiden. Vår uppgift som ledare är att skapa möjligheter för våra nya medlemmar att komma in i vårt gäng samtidigt som vi stimulerar våra gamla medlemmar att stanna kvar och utvecklas i sina sportgrenar. Vi är många föreningar som arbetar inom parasporten. Just nu ser vi ett lyft inom gruppen innebandyn, där många yngre finner en stimulans i sportens snabbhet och teknik. Men samtidigt ska vi vara observanta på ett antal kritiska framgångsfaktorer som kan bli hinder eller skapa svårigheter om vi inte kan hantera dessa. Man kan gruppera dem enligt följande:

Tillgång till ideella ledarkrafter,

I många föreningar har vi en naturlig inskolning när barnen kommer upp i ungdomsåren och känner att de kan dela med sig av sina erfarenheter till yngre. Men för driva att en förening krävs ofta förmåga att organisera verksamheten, att sköta ekonomin, att hantera juridiska frågor och ta ett ansvar för våra ledare och deras utveckling. Inom parasporten har vi inte ekonomiska resurser att arvoda våra ledare, utan vi måste förlita oss på ideella krafter. Tyvärr är det idag en bristvara och har varit så de sista 20 åren. Forskningen lyfter ofta fram den inre motivationen som en dragkraft. Att ge tillbaka något av det jag själv har fått ta del av borde vara en mänsklig ledstjärna.

Tillgång till ändamålsenliga lokaler

Många föreningar får idag stå tillbaka när olika kommersiella intressen tar i anspråk de träningslokaler de behöver för att bedriva sin verksamhet. Halmstad Arena är bara ett exempel i raden.

Samtidigt får t.ex bowlingen i Halmstad åka till Falkenberg och Båstad för att kunna träna och spela matcher. Detta har nu pågått i åtta år. Vi har nu en diskussion i Halmstad om en ny arena till en kostnad på 300 miljoner, men det är för dyrt att satsa 30 miljoner på en bowlinghall. Vad är logiken? Men det finns flera verksamheter som är drabbade av lokalbristen. Vi hade tidigare möjlighet för äldre att dansa, men nu saknar de en lokal så många får åka till Laholm för att dansa. Det lyfts ofta fram behovet att både yngre och äldre behöver ha ett mer aktivt rörelseliv, men utan lokaler blir det ett stillsamt liv.

Tillgång till sportutrustning och tekniska hjälpmedel anpassade efter målgruppens behov

Resurssvaga grupper har många gånger svårt att köpa in viss sportutrustning på grund av kostnaden för densamma. När det inte finns pengar att köpa utrustning för är det lätt att man avstår från aktiviteter. Många kommuner har skapat fritidsbanker där du kan få låna utrustning. Ett bra initiativ för att nå ut till nya grupper. Vi är flera föreningar som tar med oss viss utrustning när vi har gemensamma tävlingar. Det är också ett exempel på hur man kan hålla kostnaderna nere. Ett annat sätt är att köpa in begagnat som kan vara fullt funktionsdugligt.

Tillgång till personella resurser i form av ledsagare

På våra gruppboenden har vi ibland personer som gärna vill delta i vår verksamhet men som av olika skäl inte klara av att ta sig till och från lokalen och där färdtjänsten inte är tillräcklig, utan det behövs en personell resurs som stöd för att han eller hon ska kunna vara med. Vid personalbrist blir det inte något deltagande och därmed går individen miste om en upplevelse som skulle berika tillvaron. För att våra visioner om ett livslångt idrottande ska bli verklighet för alla, så måste det finnas personella och ekonomiska resurser som krävs för ett genomförande.

Möjlighet att erbjuda aktiviteter till låg kostnad

Inom parasporten har vi många personer som har en låg ekonomisk standard. Därför måste föreningarna erbjuda aktiviteter till låg kostnad. Det kan vi göra om vi har ideella krafter som driver vår verksamhet. Förutom de ekonomiska bidrag som stat och kommun ger till vår verksamhet vill jag lyfta fram ett exempel från Halmstads kommun som medverka till att vi kan hålla låga kostnader för vår verksamhet. Kommunen tar inte ut någon lokalhyra för de aktiviteter där vi har lokbidrag. Ett beslut som underlättar vår verksamhet och som borde spridas till flera kommuner.

Som framgår av ovanstående har vi flera områden som vi måste bevaka och aktivt arbeta med för att få fram ännu fler goda exempel som kan vara en inspirationskälla för oss alla.

Inspirationsdag på Falkenberg's Motorbana

Välkommen till en fullmatad aktivitetsdag på Falkenberg's Motorbana den 22 april 2023 där du kan få testa på att cykla och springa utifrån dina förutsättningar. Vi vänder oss till dig över 16 år med rörelse- eller synnedsättning.



Cykling med Paracykel

Testa på att cykla! Du behöver inte ha egen cykel med utan handcyklar och tandemcyklar finns att låna på plats. Vi har även piloter som ledsagar dig som cyklar tandem. Kunniga ledare inspirerar och delar med sig av tips och tricks kring cykling.

Digital ledsagning med Nordic Evolution

Nu har du med synnedsättning chansen att prova på ett ljudbaserat guidesystem som med hjälp av GPS och ett par hörlurar guidar dig med centimeterprecision. Olle från Nordic Evolution finns på plats för att hjälpa dig!

Testa tävlingsrullstol

Svenska Triathlonförbundet har med tävlingsrullstolar för dig som vill testa. Falkenberg's motorbana är en utmärkt bana för ändamålet. Få en ny upplevelse med en stol anpassad för att köra fort med!

Running clinic med Ottobock

Missa inte detta unika tillfälle till rörelse och social interaktion för benprotesanvändare på olika aktivitetsnivåer. Du får möjlighet att prova sportprotes och hitta ny inspiration. Heinrich Popov, tvåfaldig guldmedaljör i Paralympics kommer att guida dig. **OBS! Sista anmälningsdag för Running clinic är 12 mars. Särskild anmälan till Runnic clinic här**



|| [Runnic clinic här](#)

Fritidsbanken

Fritidsbanken är som ett bibliotek med sport- och fritidsartiklar och det är gratis att låna från Fritidsbanken i upp till två veckor. Fritidsbanken kommer att finnas på plats på motorbanan i samband med inspirationsdagen. Kom och träffa dem och passa på att testa olika sportredskap som finns på Fritidsbanken. Perfekt om du vill ta med familjen!

Plats: Falkenberg's Motorbana, Lastadsvägen 11 utanför Falkenberg

Tid: Klockan 10-17

Pris: Deltagande är kostnadsfritt och vi bjuder på lunch, kaffe och fika

Tänk på: Ta med dig träningskläder efter väder. Omklädningsmöjligheter finns.

Schema för dagen presenteras på plats.

Anmäl dig här

OBS! Sista anmälningsdag är 15/4-23

För frågor, kontakta:

Camilla Oldberg Projektledare Paratriathlon på Svenska Triathlonförbundet
Camilla.oldberg@svensktriathlon.org
0733-85 99 78

Varmt välkommen!

Dagen arrangeras av Svenska Triathlonförbundet tillsammans med:

Med stöd från



SWEDEN
PARATRIATHLON

ottobock.



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN



Kom och träna/prova Paracykel på Falkenbergs motorbana

Hallands Parasportförbund i samverkan med CK Bure, Mölndal CK, Hallands Cykelförbund och grengrupp Paracykel inom Svenska Cykelförbundet anordnar under sommaren 2023 ett antal tränings-/prova-på-dagar i Paracykel.

Du får prova ut en handbike, tandem eller anpassad cykel som passar din funktionsnedsättning. Har du en egen cykel och vill cykla tillsammans med andra är du också välkommen!

På plats har vi profiler från vårt landslag och våra motionsprofiler som kommer att inspirera oss med att informera och dela med sig av tips och tricks för att cykla.

Plats:

Falkenbergs motorbana, Hällarp 308, 311 95 Falkenberg.

När:

Måndagen den 15 maj kl. 17.00-20.00

Måndagen den 19 juni kl. 17.00-20.00

Vi återkommer med fler träningskvällar i augusti och september.

Kom ombytt. Kläder efter väder. Glöm inte vattenflaska.

Anmälan: Görs till senast 1 vecka före varje träningstillfälle på länk nedan:

<https://forms.office.com/r/kHoj6kUfJ5>



Svenska Cykelförbundet

Idrottens Hus
Box 11016, SE-100 61 STOCKHOLM

Telefon: +46 8 699 60 00

kansli@scf.se
www.scf.se





PARASPORTENS GRUNDER

Välkommen på utbildning!

Parasportens grunder går bland annat igenom vad parasport är för något, vem den riktar sig till och hur den är organiserad. Syftet är att ge ökad kunskap, förståelse och trygghet gällande Parasport.

Utbildningen är idrottsöverskridande och vänder sig i första hand till dig som är föreningsledare, tränare, förtroendevald eller anställd inom idrotten. Den ger utrymme till erfarenhetsutbyte mellan deltagande föreningar och innehåller såväl teoretiska som praktiska moment.

Parasportens grunder omfattar följande moduler:

- Block 1 — Vad är parasport?
- Block 2 — Organisering, samhällsstruktur och förändring.
- Block 3 — Inkluderande och normmedveten idrott.
- Block 4 — Att träna och tävla som paraidrottare.
- Block 5 — Rörelseförståelse i praktiken.

Varmt välkommen med din anmälan!

Information

Datum:	4 juni 2023.
Tid:	kl. 13.00-16.30.
Plats:	Björkängs Vägkrog, Tvååker.
Kostnad:	Subventionerat av Parasport Sverige.

Anmäl dig här:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1744621>

Sista anmälningsdag är den 26 maj 2023.

Kontakt:

Peter Malmberg
Hallands Parasportförbund
peter.malmberg@parasport.se

Hallands Parasportförbund välkomnar ny medlem Halmstads Croquet Club

Text: Leif Andersson, ordf. Parasport Halland



Kort om

Klubben bildades under maj 2020. Vi var runt och informerade olika intresseföreningar om sporten under hösten 2019. Vi fick då en lång lista med personer som var intresserade av att prova på att spela "riktig engelsk krocket", Golf Croquet.

Tillströmningen har varit bra och vi har en bra bredd av medlemmar.

Klubben styrs genom en styrelse vald av klubbens medlemmar och är registrerad som en ideell idrottsförening med organisationsnummer.

Spelplanen - Halmstad Krocketarena

Vi spelar nu på två "full size" spelplaner på Halmstad Golfarena, Golfarenan ombesörjer klippning, och underhåll av spelområdet.

Golfarenan odlar gräs och Halmstad Croquet Club har fått tillstånd att spela krocket där.

Vi benämner spelområdet för Halmstad Krocketarena.

Två matcher kan pågå samtidigt på en plan, det kallas på krocketspråk "double banking".

Detta gör att vi kan spela 4 matcher samtidigt och vara max 16 krocketspelare samtidigt vid dubbelspel och 8 vid singelspel.

Det är vårt mål att spelplanen skall vara plan och kortklippt som en golfgreen, alla medlem-

mar ansvarar för att vara försiktiga och laga ev hål som man orsakat och hjälpa till att hålla undan ogräs.

Utrustningen

Klubben tillhandahåller utrustning med hög kvalité, klubbor i olika storlekar, bågar och klot som är godkända för tävlingsspel.

Vi har utrustning för hemlån och där man i lugn och ro kan öva på egen hand.

Vi har också en uppsättning av utrustning för att spela svensk krocket.

Medlemmar kan låna klubba, men vi rekommenderar att man efterhand köper en egen klubba som man kan spela in sig på. En klubba av god kvalité kostar från 1500 kr och uppåt. Klubben kan samordna inköp för att spara in på frakt och tullavgifter.

Klädsel

Engelsk krocket tillhör de gamla sporter som tex tennis, där man traditionellt bar vita kläder. Därför är det roligt om man har vita kläder på tävlingar, men det är inget måste.

Det enda kravet är att man alltid bär ett par skor med platta sulor för att undvika skador på gräsmattan.



Hallänning laddar för Special Olympic World Summer Games

Text och bild: Peter Malmberg

Tobias Hansson från Falkenberg ska den 17-25 juni tävla i Special Olympic World Summer Games i Berlin. Tävligen väntas locka cirka 7000 tävlande från 170 länder.

Tävlingen i Berlin är den största tävlingen i hela världen för personer med en intellektuell funktionsnedsättning. Tävlingen består av 26 idrotter. Förutom 7000 tävlande väntas över 3000 ledare finnas på plats och över 20 000 volontärer ska se till att tävlingar flyter på som planerat.

Sverige skickar en trupp på 70 aktiva och ledare som kommer att delta i åtta idrotter:

Basket
Bordtennis
Bowling
Friidrott
Golf
Judo
Ridsport
Simning

Trots sina enbart 31 jordeliv har Tobias en lång karriär bakom sig. Han började nämligen spela redan som 6-åring. Han tränar i dagsläget bordtennis fyra gånger i veckan. Dessutom kör han ett gympass varje vecka. Han tillhör idag Åsa IF, men karriären började en gång i tiden i BTK Ratic. När han inte tränar hittar man Tobias på DollarStore i Falkenberg, där han gör praktik.

Vad är då Tobias mål i Berlin?

-Jag siktar på guld! säger Tobias självsäkert.

Förutom Tobias representeras Halland av ytterligare en aktiv, nämligen simmaren Edit Sjöstrand från Varbergs Parasport.

Time-out önskar både Tobias och Edit lycka till i Berlin!



Förbundet deltog på prova-på-dag i Kungsbacka

Text och bild: Peter Malmberg

I mitten av februari, i samband med sportlovet, arrangerade Kungsbacka Kommun en prova-på-dag i Parasport. Förbundet var givetvis också på plats.

Som ett led i att få fler personer med en funktionsnedsättning av att bli fysiskt aktiva hade Kungsbacka kommun i samarbete med kommunens föreningar som är öppna för parasportare, eller som vill öppna upp för parasportare, en prova-på-dag i Kungsbacka sportcenter.

De som kom till Kungsbacka sportcenter kunde prova på handboll, fotboll, bordtennis och inne-

bandy. Dessutom fanns det möjlighet att prova ridning och voltige på en hästsimulator.

Som en extra krydda dagen till ära fanns Åsa IF:s parabordtennistjärna Tobias Hansson på plats. Tobias ska representera Sverige på Special Olympic World Summer Games i Berlin i juni månad. Alexander Öhgren fanns också på plats. Även han landslagsspelare bordtennis.



Förbundet medverkade på parautvecklingsdagar i innebandy

Text och bild: Peter Malmberg

I början av februari, i samband med att Malmö Open gick av stapeln för första gången sedan pandemirestriktionerna togs bort, bjöd svenska innebandyförbundet tillsammans med svenska parasportförbundet in till utvecklingsdagar för inkluderingsprocessen av parainnebandy.

På konferensen var det representanter både från svenska innebandyförbundets och svenska parasportförbundets distrikt. Hallands parasportförbund representerades av ordförande och idrottskonsulent. Även Hallands innebandyförbundet hade tre representanter på plats.

Syftet med konferensen var att tillsammans diskutera och arbeta utifrån specifika fokusområden för en lyckad inkludering. Fokusområdena var utbildning, utveckling och återväxt samt tävling och administration. Deltagarna hann även med att se en match i rullstolsinnebandy mellan ett lag från USA och ett lag från Tjeckien.

Konferensen var ett bra och viktigt steg i processen. Svenska innebandyförbundet har dagsläget som målbild att ta över parainnebandyn 2025.



Parasport Falkenberg

inbjuder till



Svenska Mästerskapen

i mattcurling, ind. & lag 22-23 april 2023

- Arrangör** HI Falkenberg
- Plats** Tångaskolans idrottshall, Murarevägen
- Tider** lördag, kl. 08.45 invigning,
kl. 09.00 individuellt spel
söndag, kl. 09.00 till ca.15.00
- Klasser** Individuellt för **Juniorer, R, S, U** och **Ö** för resp. damer & herrar
Juniorer och **klass R** spelar på 10-meters matta och 3 kg-stenar.
Lag för **Juniorer, R, S, U** och **Ö**, gäller både för **2- och 3 mannalag**.
Juniorer spelar med 10-meters matta/ 3 kg stenar.
2-mannalag, där lagen spelar med 4 stenar vardera och 4 omgångar/match.
- Regler** Enligt Parasports gällande regler
- Tävlingsdräkt** Enligt reglerna, enhetlig klubbdress
- Startavgifter** Individuellt: 300:-/deltagare Lag: 500:-/lag
- Servering** Kommer att finnas tillgång till kaffe, dricka, korv med bröd, mackor m.m i anslutning till tävlingshallen
- Logi** **Vi har reserverat hotell och rummen bokas via arrangören**
Pris: enkelrum: 875: -/natt, dubbelrum: 1 150: -/natt, 3-bäddsrum 1.575: -/natt
- Transport** Transport mellan flygplatsen - hotell – tävlingsplats ombesörjes av arrangören **om** detta anmäls på anmälningslistan.
Om rullstol brukas, ansök om färdtjänst i annan kommun, för transport till/från flygplatsen.
- Dopning** Dopingkontroll kan förekomma.
- Anmälan** Anmälan skall göras till **Parasport Falkenberg**
Lasarettsvägen 11
311 37 Falkenberg
eller maila till info@parasportfbg.se
- Anmälan skall vara arrangörens ombud tillhanda **senast den 7 april 2023 kl. 16.00**
- Avgifter** Startavgifter, logi kommer att faktureras till resp. förening och skall inbetalas till **bg 5120 - 6530 HI Falkenberg** senast den **7 april 2023**
- Avbokning** Senaste avbokning för återbetalning av logikostnader är den **14 april 2023 kl. 16.00.**
- Förfrågningar** Urban Karlsson 0704 – 27 46 83

Anmälningssblankett för Svenska Mästerskapen i mattcurling 2023

Individuellt

Namn	Licensnr.	Klass
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Ledare och supportrar

.....

Förening:

Kontaktperson för anmälningslistan:

Telefon dagtid

E-postadress:

Fakturaadress:

.....

Anmälan insändes till **Parasport Falkenberg, Lasarettsvägen 11, 311 75 Falkenberg**
 Anmälan skall vara arrangörens ombud **tillhanda senast den 7 april 2023 kl. 16.00**
 Anmälan kan även insändas via e-post: **info@parasportfbg.se**

Anmälningssblankett för Svenska Mästerskapen 2023 för 2- & 3-mannalag

OBS! Lagen kan endast spela i 2- eller 3-mannalagspel

Beroende på att båda tävlingarna spelas samtidigt

2-mannalag

Lag nr. 1	Klass.....	Lag nr. 2	Klass.....
Lagkapt.		Lagkapt.	
.....		
Reserv		Reserv	
Lag nr. 3	Klass.....	Lag nr. 4	Klass.....
Lagkapt.		Lagkapt.	
.....		
Reserv		Reserv	

3-mannalag

Lag nr. 1	Klass.....	Lag nr. 2	Klass.....
Lagkapt.		Lagkapt.	
.....		
.....		
Reserv		Reserv	
Lag nr. 3	Klass.....	Lag nr. 4	Klass.....
Lagkapt.		Lagkapt.	
.....		
.....		
Reserv		Reserv	

Förening:

Kontaktperson för anmälningslistan:

Telefon dagtid

E-postadress:

Fakturaadress:

.....

Anmälan insändes till **Parasport Falkenberg, Lasarettsvägen 11, 311 37 Falkenberg**

Anmälan skall vara arrangörens ombud **tillhanda senast den 7 april 2023 kl. 16.00**

Anmälan kan även insändas via e-post: **info@parasportfbg.se**

Logisidan vid Svenska Mästerskapen 22-23 April 2023



Enkelrum (875 :-/natt) ankomst avresa

.....
.....
.....
.....



Dubbelrum (1150:-/natt) ankomst avresa

..... &
..... &
..... &
..... &
..... &
..... &



Trebäddsrum (1 575 :-/natt) ankomst avresa

..... & &
..... & &
..... & &

Förening

Kontaktperson för logibeställning

Telefon

E-postadr.

Fakturaadress:

Logiblancketten sänds in till **Parasport Falkenberg, Lasarettsvägen 11, 311 37 Falkenberg**

Blanketten ska vara arrangören **tillhanda senast 7 april 2023 kl 16.00**

Blanketten kan även insändas via e-post: **info@parasportfbg.se**

Transportsidan vid Svenska Mästerskapen 2023



Arrangören hämtar vid hotellet om Ni fyller i denna blankett noggrant.

Resorna kostar 50:-/enkel väg .

Förening

Kontaktperson för transportbeställning

Telefon.....

E-postadr.

Arrangören hämtar vid flygplatsen om Ni fyller i denna blankett noggrant.

Resorna kostar 150:-/ enkel väg om man kommer från Halmstad flygplats

Det kostar 250:-/ enkel väg antingen från Säve eller Landvetter.

Förening.....

Kontaktperson för transportbeställning.....

Telefon.....

E-postadr.

Blanketten skickas till Parasport Falkenberg senast 7 april 2023 kl. 16.00

Lasarettsvägen 11

311 37 FALKENBERG

eller mail info@parasportfbg.se



TONY BALOGH

Livet avhandlat på två halvlekar bandy

Mitten av februari och helgarbetet tar mig till en konstfrusen utomhusbana där två bandylag – IFK Kungälv och IF Boltic – ska mötas för en match i allsvenskan för herrar.

Ni som är ointresserade av sport behöver inte oroa er för det här kommer inte i första hand att handla om idrott utan om livet (även om livet också består av sport).

Under natten hade det blåst kraftigt samt regnat men stormen, som hade namnet Otto, hade lagom till kampens start övergått i ett bländande senvinterväder med en generös sol som lyste från en nästan klarblå himmel. Helt ljuvligt för den som tycker det här med bandy utomhus är något alldeles fantastiskt.

Men jag tar plats i presskabyssen eftersom det ändå är rätt OK att kunna sitta ner, i synnerhet som man har ett arbete att utföra – i mitt fall att bevaka matchen för lokaltidningen.

Efter en stund kommer en man in in. Han presenterar sig busschaufför och den som därmed har kört laget – de har åkt cirka 24 mil från Karlstad – till västkusten.

Kallpratet börjar med hur resan var för dem och om de var tvungna att åka tidigt. Men resan inleddes inte jättetidigt eftersom laget hade mat med sig och värmdes förpackningarna i en värmeugn ombord. Då behövde laget inte stanna på vägen för att äta och kunde avresa från Karlstad senare.

Men ganska snart förändrades samtalet och blev så där djupt på ett sätt som man inte alltid får uppleva men som man kommer ihåg långt efteråt.

Mannen hade fyllt 65 år och var arbetsmässigt att betrakta som pensionär men han tyckte fortfarande att det var roligt att arbeta. Hans väg in i yrket men också hans syn på livet – skulle det visa sig – hängde ihop med att hans pappa gick bort i en olycka. Då var mannen en yngling på 21 år men händelsen för 44 år sedan satte sina spår.

Via en kompis till sin pappa fick han möjlighet att köra buss. Han upptäckte att han tyckte det var kul, men bestämde sig också för att inte jobba heltid. Att ta körningar på udda tider eller helger betalade sig på ett annat vis.

På så sätt har han och hans fru kunnat köpa sig ett hus en bit ut på landet och fått fyra barn som alla i sin tur hittat vägar ut i livet.

Eftersom jag själv har en bit kvar till min pension – även om den kanske inte är så långt borta – kom samtalet att handla om detta och om följande fråga: ska man se till att få så hög pension som möjligt eller handlar det om att minska sina kostnader för att leva?

”Jag har vänner, där båda i hushållet arbetar, men de verkar inte kunna få pengarna att räcka” sa han.

Men svaret är kanske inte så svårt att räkna ut. Busschauffören var ingen storkonsument. Han sa att han ”inte köper sådant som jag inte behöver för pengar jag inte har” och eftersom han i stort sett har samma storlek på kroppen nu som när han var yngre ”räcker de kläder jag köper – och jag köper inte särskilt mycket – desto längre”.

Hans hobby var att köpa billiga bilar för kanske 5 000 kronor, ta hand om och vårda dem under en tid för att sedan sälja för ibland dubbelt så mycket pengar.

Det överskott som har uppstått och uppstår har gått till att kunna äta bättre mat och att

kunna resa lite mer. De prylar som många köper håller inte särskilt länge medan upplevelser och därmed minnen lever kvar desto längre.

Framför allt handlar det om synen på tiden och vad som i livet är viktigt. Det skiljer några år mellan oss men vi hade ungefär samma syn på tiden. Att kunna vara herre över sin egen klocka och inte ägna kraft och energi åt sådant som inte leder någonstans.

Han betraktade sig som en mötesmänniska men inte en person som satt i en massa möten utan en som istället via sitt arbete mötte en massa människor. Underförstått: det måste vara mer givande.

Så här höll vi på att prata med varandra allt medan hemmalaget, utan alltför stora bekym-

mer, vann matchen med 6–2 inför 442 personer.

Vi skiljs åt. Han för att förbereda bussen för hemresan och jag för att prata med spelare för att via dem få bekräftat att jag sett samma match som de precis har spelat.

Med all säkerhet kommer mannen och jag inte att stöta på varandra mer men hans ord om hur han valt att leva sitt och sin familjs liv – för det var verkligen fråga om att välja – satte djupa avtryck.

Undrar just vad jag kommer fram till för slutsats när jag själv uppnår min pensionsålder?

Samverkan eller Samarbete

Text: Leif Andersson, ordf. Parasport Halland

Det skapas många olika trender i vårt avlångs land. En del trender passerar efter ett tag och vissa stannar kvar lite längre.

En del trender är mer positiva än andra och de trender som jag valt att titta lite extra noga på är samverkan och samarbete.

Vad är det egentligen för skillnad mellan samverkan och samarbete?

Jag kommer att nämna ett exempel:

Vi tänker oss att en förening vill bredda sin verksamhet och kontaktar en annan aktör. Det kan vara en annan förening som bedriver

liknande verksamhet, eller en större organisation. Föreningen bjuder in till möte med den utvalda aktören och visar upp sin plan för att bredda

verksamheten och ställer frågan till den valda aktören om de kan komma med råd och idéer.

Aktören säger att man har bedrivit liknande verksamhet i många år och känner sig bekväma i detta.

Aktören beskriver sin verksamhet för föreningen och aktören är givetvis stolt över deras arbete.

Föreningen upptäcker att det finns saker som man gör olika och poängterar detta för aktören.

Aktören säger då att även dom har planer på att bredda sin verksamhet, men vet inte hur.

Föreningen tycker att man borde samverka i dessa frågor. Dom sätter sig ner och utbyter tankar och idéer med varandra.

Detta mynnar ut i att den ena aktören föreslår att man borde starta ett projekt tillsammans.

De kommer fram till att man kan driva delar av verksamheten tillsammans och även söka projektpengar tillsammans.

Nu har enligt min mening samverkan övergått till samarbete.

Vi i Hallands Parasportförbund har under lång tid haft ett samarbete med bland andra Katri-nebergs Folkhögskola och Högskolan

i Halmstad. Förbundet samverkar med bland andra Hallands Innebandyförbund och Svenska cykelförbundet.

GOALBALL

Är en bollsport som utövas av personer med synnedsättning.

Alla spelar med en bindel för ögonen. Bollen som används innehåller en pingla för att spelarna ska kunna lokalisera den.



Skolinformation

Hallands Parasportförbund har nöjet att erbjuda skolinformation rörande parasport. Informationen kan vara av både teoretisk och praktisk art och sträcker sig allt från lågstadiet till högskolenivå.

VAD ÄR DET SOM INGÅR PÅ EN SKOLINFORMATION?

Jo, antingen en föreläsning om parasportens historia och organisation eller att praktiskt i en gymnastik- eller idrottshall prova på olika parasporter, eller varför inte en kombination av teori och praktik?

Hallands Parasportförbund kan erbjuda just DIN skola en dag med parasport. En dag som vi tillsammans skapar efter ERA önskemål och VÅRA förutsättningar.

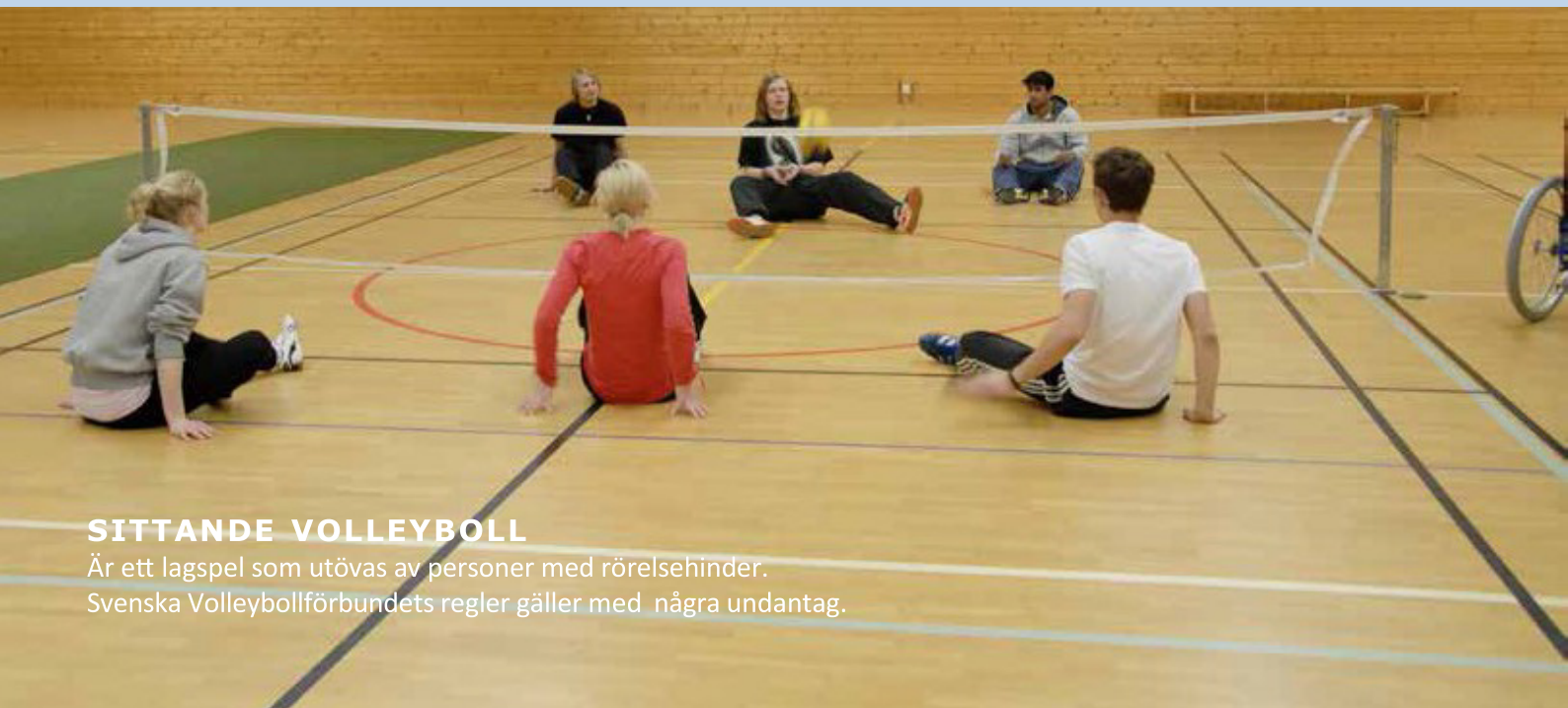
BOKNING/PRAKTISKA ARRANGEMANG

Bokning bör göras två månader i förväg så att vi tillsammans kan göra en planering för idrottsdagen.

Låter detta intressant? Kontakta:

Peter Malmberg på Hallands Parasportförbund

Mobil: 0708-97 07 87



SITTANDE VOLLEYBOLL

Är ett lagspel som utövas av personer med rörelsehinder.

Svenska Volleybollförbundets regler gäller med några undantag.



RULLSTOLSTEKNIK

Här gäller det att öva sig på att med en rullstolta sig upp och ner för ramper och mellan koner.



BOCCIA

Är en bollsport som passar de flesta personer med funktionsnedsättning, gammal som ung. Dessutom är det en sport som lämpar sig alldeles utmärkt att utöva även för personer med gravt funktionsnedsättning.



CURLING

Spelas inte på is utan på nålfiltsmatta.



RULLSTOLS- INNEBANDY

RULLSTOLS- BASKET

Att spela innebandy och basket stående har säkert de flesta provat på, men hur är det att spela dessa idrotter i rullstol?

Hallandsserien i stående parainnebandy

Text och bild: Peter Malmberg

Under hösten fick, efter några års uppehåll, Hallands Parasportförbund i samverkan med Hallands innebandyförbund igång en serie i stående parainnebandy. Fem lag från fyra förening medverkar.

Det är Varla innebandyklubb, Varbergs Parasport, Falkenbergs Parasportförening samt HGIF Tre Hjärtan från Halmstad som deltar i serien. Varla innebandyklubb deltar med två lag. Serien består av fyra sammandragningar. Varje förening arrangerar en omgång var. Första omgången spelades i december förra året och arrangerades av Varla innebandyklubb. I januari arrangerade Falkenbergs Parasportförening en

omgång och i februari var det HGIF Tre Hjärtans tur. Serien avslutas i mars med att Varbergs Parasport arrangerar en omgång. För att möjliggöra att så många föreningar som möjligt ska kunna vara med i serien spelar lagen med tre utespelare plus en målvakt.

Bilderna nedan är från omgång tre som spelades i Halmstad Arena.







Gotti Gott Gott Sidan

Påskklyx med pocherat



4 Portioner.

Ingredienser:

- 4 färska ägg
- 1 liter vatten
- 3 msk ättiksprit (12%)
- Klippt gräslök

Gör så här:

Använd färska ägg, på gamla ägg flyter vitan ut.

Koka upp vatten och ättiksprit i en låg, vid kastrull. Knäck 1 ägg i taget i en kopp. Rör upp en virvel i vattnet och håll försiktigt ner ägget i den. Forma äggvitan över gulan med hjälp av en sked. Sjud 3-4 minuter för rinnig gula, annars 5-6 minuter. Pochera max 4 ägg åt gången.

Fiska upp äggen med hålslev. Lägg i en bunke med kallt vatten. Låt rinna av på hushållspapper. Lägg upp på fat och strö över klippt gräslök.

Källa: ICA.se

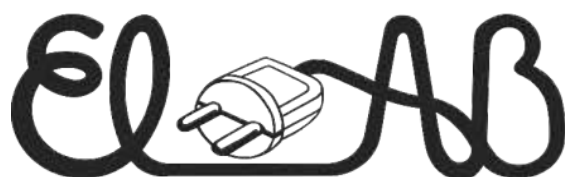


Creating Freedom!

decon

Drivaggregat till brukare och vårdare som förenklar vardagen!

Decon | Södra Ekeryd 115 | 31483 Hyltebruk | 0345-40880
www.decon.se | info@decon.se



Vi utför elinstallationer och underhåll för
Industrier – Kontor – Butiker – Skolor – Bostäder

Tel. 035– 22 10 50 | www.elab-halmstad.se

Se våra utbildningar här, även sommarkurser.



 **Katrinebergs folkhögskola**
Region Halland



310 50 SLÖINGE • TEL: 0346-715 200

Den gamla qvarnen är 1569

*Allt från den gamla
qvarnens dar...
Har Berte mjöl sitt
goda rykte kvar...*

Kvalitén syns inte, den märks när man bakar.

www.berteqvarn.se



12 MARS

KÄNN KÄNSLAN
VÄLKOMMEN PÅ VISNING!



teamolmed
ORTOPEDTEKNIK

Utprovning av ortopediska hjälpmedel i

Halmstad	035-13 12 56
Varberg	0340-48 15 65
Kungsbacka	0300-131 80

Traverskranar
Skensystem
Svängkranar
Lintelfrar
Kättingtelfrar
Specialkranar
Moderniseringar
Underhåll
Utbildning



ABUS
Auktoriserad återförsäljare

Säkra och ekonomiska lyft

JJ GRUPPEN gör allt från att ta fram kravspecifikationer och ritningsunderlag till att leverera nyckelfärdiga anläggningar och tillhandahålla heltäckande serviceavtal. Läs mer på www.jjgruppen.se

JJ GRUPPEN



TÄVLINGSKALENDER 2023

(UPPDATERAD 2023-03-06)

Januari

15 Hallandsserien i innebandy omg. 2 Falkenbergs Parasportförening
28 Sverigeserien i rullstolsinnebandy omg. 4 Göteborg

Februari

9-12 Malmö Open FIFH Malmö
18-19 Sverigeserien i rullstolsinnebandy omg. 5 Eskilstuna PF
19 Hallandsserien i innebandy omg. 3 HGIF Tre Hjärtan

Mars

4 DM boccia ind+lag inomhus HGIF Tre Hjärtan
11 Hallandsserien i innebandy omg. 4 Varbergs Parasport

April

1-2 LG:s Trofé 2022 Halmstad/Snöstorps skytteför.
DM i mattcurling HGIF Tre Hjärtan
15-16 Sverigeserien i rullstolsinnebandy, slutspel Eskilstuna PF
22-23 SM mattcurling Falkenbergs Parasportförening

Maj

9 Special Olympic School day i friidrott Förbundet+Katr.Folkhögkolan
23 Special Olympic School day Förbundet+Katr.Folkhögskolan

Juni

Juli

22-23 Halmstads Laxacup Halmstads BK
Halmstad Wakeboardtävling Halmstad Wakeboardklubb

Augusti

5-6 SM i Boccia ute Falkenbergs Parasportförening

September

2 DM luftvapenskytte Varbergs Parasport
9 DM i boccia ind.+lag utomhus HGIF Hjärtan+Falkenbergs PF

Oktober

V.40-41 Special Olympic School day i fotboll Förbundet+Katr.Folkhögkolan
Hallandsserien mattcurling lag omg 1 HGIF Tre Hjärtan+ Falkenbergs PF









November











18-19 Falkenbergsspelen, mattcurling Falkenbergs Parasportförening
17-19 Göteborg Open Göteborgs HIF

December

OBS! Tänk på att skicka ut inbjudan till tävling senast sex veckor i förväg!

PARASPORTFÖRENINGAR I HALLAND

LAHOLM	
	<p>Höks Handikappidrott Stationsgatan 2, 312 30 LAHOLM Tel. 0430-266 73, Kanslitider: mån.-tors.10.00-13.00 E-post: hokshandikapp1971@gmail.com Hemsida: www.idrottonline.se/HoksHi-Handikappidrott</p>
HALMSTAD	
	<p>Halmstad BTK-Bordtennis Halmstad Arena, Växjövägen 11, 302 44 HALMSTAD Tel. 0706-12 09 13 E-post: info@halmstadbtk.com Hemsida: www.halmstadbtk.com</p>
	<p>Halmstad IBK Växjövägen 11, Halmstad Arena, 30244 HALMSTAD Tel. 035-12 99 60 Kanslist, Tore Nilsson mobil: 0705-82 28 71 Hemsida: www.halmstadibk.com</p>
	<p>HGIF Tre Hjärtan c/o Leif Andersson Andregatan 14, 302 38 HALMSTAD Tel. 0703-13 47 80 E-post:hgiftrehjartan@gmail.com Hemsida: www.idrottonline.se/HGIFTreHjartan</p>
	<p>Halmstads Bågskytteförening C/o Mats Fehrman Erlandsliden 18 302 93 Halmstad Tel 0706 - 94 76 23 E-post: HalmstadBagskytteForening@gmail.com Hemsida: www.idrottonline.se/HalmstadsBF-Bagskytte</p>
	<p>Halmstads BK Halmstad Arena/Kombihallen Vid frågor: Roger Ekström, Tel. 0735-26 91 85 E-post:roger.ekstrom66@hotmail.com Hemsida: www.hbk.se Ungdomsansvarig: stefan@hbk.se</p>
	<p>Halmstad/Snöstorps Skytteförening Tel. 0702-61 79 23 Hemsida: www.idrottonline.se/Halmstad-SnostorpSF-Sportskytte</p>
	<p>IFK Halmstad Sannarps IP/Kombihallen, 302 44 HALMSTAD E-post:kansliet@ifkhalmstad.se Hemsida: www.ifkhalmstad.se</p>

	<p>SK Laxen Halmstad Arena Bad, Växjövägen 11, 302 44 HALMSTAD Peter Pettersson Tel. 035-10 35 50 E-post: info@sklaxen.se Hemsida: www.sklaxen.se</p>
	<p>Halmstad Wakeboardklubb Mats Örjes Stenhuggerivägen 86, 302 40, Halmstad Tel. 0705-228222 E-post: mats.orjes@gmail.com Hemsida: halmstadwakepark.se</p>
	<p>Halmstads Croquet Club Halmstad Golfarena, Halmstad Tel. 070-536 00 01 E-post: info@halmstadsCroquetclub.one Hemsida: https://halmstadsCroquetclub.one</p>
<p>FALKENBERG</p>	
	<p>Falkenbergs Parasportförening Lasarettsvägen 11, 31 137 Falkenberg Tel. 0346-10551, kanslitider mån.-fre.08.00-13.00 E-post: info@parasportfbg.se Hemsida: www.idrottonline.se/falkenberg/hifalkenberg-handikappidrott</p>
	<p>Falkenbergs Simklubb Ulrike Feldhusen Havsbadallén, 311 42 Falkenberg Tel. 0704-07 96 66 E-post: kansli@falkenbergsk.se Hemsida: www.falkenbergsk.se</p>
	<p>Falkenbergs Idrottsklubb Box 72, 311 21 Falkenberg E-post: info@fik.se Hemsida: www.fik.se</p>
<p>VARBERG</p>	
	<p>Unite People FC Klastorps By 2, 432 91 VARBERG Tel. 0736-79 58 99 fax 736795899 E-post: parasport@upfc.se. Hemsida: www.unitepeople.se</p>
	<p>Varbergs Parasport Västra Vallgatan 19, 432 45 VARBERG Tel. 072-549 31 00. Kanslitider: 07.00 - 15.00 E-post: kansli@vbgparasport.se Hemsida: www.vhi.se</p>
	<p>Capricorn IC Krabbes väg 6 A, 432 52 VARBERG Tel. 0340-21 93 13 Kanslitider: mån. 09.00-14.00, tors. 13.00-18.00 E-post: capricorn@seaside.se Hemsida: www.capricornic.se</p>
<p>KUNGSBACKA</p>	
	<p>Kungsbacka IF Kungsbacka Sportcenter 11, 434 42 KUNGSBACKA Tel. 0300-728 95 Fax 0300-747 60, kanslitider: 09.00-14.00 E-post: info@kungsbackaif.se Hemsida: www.kungsbackaif.se</p>

PARASPORTER I HALLAND

BOCCIA	
HGIF Tre Hjärtan, Halmstad Falkenbergs Parasportförening Varbergs Parasport	
BOWLING	
Falkenbergs Parasportförening Höks HI, Laholm HGIF Tre Hjärtan, Halmstad Varbergs Parasport	
BÅGSKYTTE	
Halmstads Bågskytteförening	
BORDTENNIS	
Halmstad BTK	
CURLING	
HGIF Tre Hjärtan, Halmstad Falkenbergs Parasportförening	
FOTBOLL	
Halmstad BK Kungsbacka IF Falkenbergs Parasportförening Unite People FC	
FRIIDROTT	
IFK Halmstad Falkenbergs Parasportförening Falkenbergs Idrottsklubb	
GO-KART	
Varbergs Parasport	
INNEBANDY	
Höks HI, Laholm HGIF Tre Hjärtan, Halmstad Varbergs Parasport Capricorn IC Falkenbergs Parasportförening	
RULLSTOLSINNEBANDY	
Halmstad Innebandyklubb	
KROCKET	
Halmstads Croquet Club	
FRAME RUNNING	
Falkenbergs Parasportförening	
SIMNING	
SK Laxen, Halmstad Varbergs Parasport Falkenbergs Simklubb	
SPORTSKYTTE	
<i>(elektroniskt och luftvapen pistol)</i> HI Höks HI, Laholm Varbergs Parasport Halmstad/Snöstorps Skytteförening	
WAKEBORD	
Halmstad Wakeboardklubb	

Svenska kyrkan



Plats för eftertanke och möte med Gud!

STILLHET - GUDSTJÄNST - GEMENSKAP - SÅNG OCH MUSIK

Genom

- Gudstjänster av olika slag • Barn- och ungdomsverksamhet • Gemenskap för vuxna i samtals- och sökargrupper • Körer • Studiecirklar och föredrag
- Andlig vägledning i samtal och själavård

Inbjuder Svenska kyrkans församlingar genom kompetenta och välutbildade medarbetare till öppna mötesplatser mellan människor - en gemenskap i bön och arbete

Välkommen till Din församling!

Höks kyrkliga samfällighet0430-323 00
www.hoks.kyrkliga.samfällighet@svenskakyrkan.se

Susedalens församling.....0346-71 89 51
www.svenskakyrkan.se/susedalen

Tvååkers kyrkliga samfällighet0340-817 00
www.svenskakyrkan.se/tvaaker

Tölö församling.....0300-43 40 00
www.svenskakyrkan.se