



Qvinna Ombord Handbok

Tips och underlag för utveckling av
verksamheten



INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. KORT OM QVINNA OMBORDNÄMNDEN	3
1.1 Qvinna Ombord i SXX organisation	
1.2 Historik	3
1.3 Nämndinstruktion	3
1.4 Mål för Qvinna Ombord	3
1.5 Qvinna Ombord – värdegrund	3
2. START AV NY VERKSAMHET I KRETS	4
2.1 Sammansättning av kommitté i krets	4
2.2 Ekonomi	4
2.3 Att ta betalt	4
2.4 Möten	4
2.5 Verksamhetsbeskrivning (Verksamhetsplan + Verksamhetsberättelse)	4
2.6 Hur nå ut - marknadsföring	4
3. EXEMPEL PÅ AKTIVITETER	5
3.1 Kortare segling/båttur	5
3.2 Längre segling/båttur	5
3.3 Skepparsatsning	6
3.4 Utbildning/kurs/aktivitet	6
4. DOKUMENT	7

BILAGOR

Bilaga 1 – QO Verksamhetsbeskrivning – mall



1. KORT OM QVINNA OMBORDNÄMNDEN

1.1 Qvinna Ombord i SXX Organisation

Qvinna Ombordnämnden lyder under Svenska Kryssarklubbens riksförening. Nämnden tillkom efter beslut i Riksföreningens styrelse 1994-03-25/26. Verksamhet hade då pågått ett antal år i ett flertal kretsar i kommittéverksamhet eller som projekt.

1.2 Historik

Upprinnelse till verksamheten Qvinna Ombord (QO) hade sin början i en enkät i Västkustkretsen där ett antal medlemmar (män) angav att kvinnan var ett hinder för deras båtliv. För att ta tag i detta startades projekt Qvinna Ombord bestående av 2 män och 2 kvinnor.

1.3 Nämndinstruktion

Qvinna Ombord:s nämndinstruktion daterad 22 okt -17 beskriver nämndens övergripande uppgift, mål, arbetsuppgifter, ansvar inför SXX riks, riksstyrelsens ansvar gentemot nämnden, organisation och uppbyggnad, arbetssätt och ekonomi.

1.4 Mål för Qvinna Ombord

QO-nämnden ska ha utarbetat en nämndinstruktion som ska föreläggas SXX:s riksstyrelse för beslut. Qvinna Ombord arbetar för att öka kvinnors deltagande i båtlivet och öka kvinnors engagemang i riksföreningens och kretsarnas verksamhet.

Övergripande mål

- Öka kvinnors deltagande i båtlivet
- Öka kvinnors kunskap
- Öka säkerheten ombord

Detta vill vi uppnå genom att ha en verksamhet som

- Stöder fler kvinnor att ta hela ansvaret för båten.
- Stöder fler kvinnor att våga prova nya saker.
- Ger kvinnor ökat självförtroende genom att bekräfta den kunskap de redan har.
- Visar på kvinnliga förebilder.
- Varvar praktisk träning med teori.
- Uppmuntrar och ger en gemenskap genom aktiviteter som stimulerar till vidare upptäckter.

1.5 Qvinna Ombord – värdegrund

- *Utveckling under tillåtande och trygga former med hänsyn och respekt för alla.*



2. START AV NY VERKSAMHET I KRETS

2.1 Sammansättning av kommitté på krets nivå

Man bör vara minst 3 personer för att kommittén ska fungera. Det är lättare att starta upp en ny verksamhet om man är flera som diskuterar och planerar.

2.2 Ekonomi

Riksföreningens reglemente gäller för reseersättningar, policy och ersättningsregler för ideellt arbete. Självbärande ekonomi. Åska pengar från kretsstyrelsen, specificera satsningen och vad pengarna ska användas till.

2.3 Att ta betalt

Flera sätt att ta betalt används:

- Per aktivitet
- Klumpsumma för ett antal aktiviteter

Anpassning görs lokalt för den form som kanske fungerar bra på andra SXX-aktiviteter. Priset är oftast inte avgörande för deltagande. Ta betalt! Informera om kostnad och inbetalningsätt. Man uteblir inte lika lätt om man har betalt. Återbetala ej utan synnerliga skäl, ange detta klart och tydligt vid anmälan. Be om namn, adress, telefonnummer och e-postadress, dessa uppgifter kan senare användas för utskick.

2.4 Möten

Förslag på agenda

- Plats, datum och tid för mötet
- Deltagare
- Planering av aktiviteter och ansvariga för detta.
- Ekonomi
- Beslut
- Kommande möte

2.5 Verksamhetsbeskrivning (= Verksamhetsplan + Verksamhetsberättelse)

Varje år ska man se över sin målsättning och göra upp en verksamhetsplan (VP) för kort och lång sikt. VP ska inlämnas till kretsstyrelsen i samband med äskande av medel, se mall i bil 1 del 1. Vid årsslut görs en uppföljning av VP, se bil 1 del 2, och hela verksamhetsbeskrivningen inlämnas till kretsstyrelsen inför årsmöte.

Uppföljningen av VP ska lämnas in till QO- nämndens ordförande efter årsslut. Denna ska innehålla uppgift om aktiviteter och antal deltagare/aktivitet.

2.6 Hur nå ut – marknadsföring

Vanligast är att annonsera i kretsblad under rubriken Qvinna Ombord med aktivitet, information, berättelse eller dylikt. Tänk på att alltid försöka ha något under denna rubrik i kretsbladet. Det ger utdelning på sikt! När man inte har någon anordnad aktivitet kan någon kvinna skriva om en aktivitet som har genomförts eller en annan berättelse som har anknytning till Qvinna Ombord. Man ska lära sina läsare att alltid leta under rubriken Qvinna Ombord. Gör dem inte besvikna, se till att de har något att läsa.

Andra möjliga kontaktvägar:

- Uppdatera kretsens hemsida.
- Tidning, finns ibland möjligheter att annonsera gratis för föreningar.
- Anslag
- Facebook
- Besök till exempel lokala båtklubbar för att se vilket samarbete som skulle kunna vara givande för bägge parter.
- Mässor, bokhandel. Ta chansen att stå och sälja material för SXX. En chans att träffa människor som är intresserade av bätliv.
- Informella kontaktvägar, till exempel fikabordet på jobbet.



3. EXEMPEL PÅ AKTIVITETER I KRETS

Nedan följer förslag på tänkbara aktiviteter och tanken är att man ska bli inspirerad och samtidigt få lite hjälp till vad man ska tänka på. Efter genomförd aktivitet är det bra att utvärdera aktiviteten. Det går att göra på olika sätt, mer formellt med enkäter eller informellt genom att prata med deltagarna under eller efter aktiviteten.

3.1 Kortare segling/båttur

En kortare segling, exempelvis kvällssegling är ett sätt att få tjejer att komma ut på sjön och pröva på hur det är att hantera en båt. Några bra saker att tänka på är:

- Gör en säkerhetsgenomgång innan avfärd.
- Gå gemensamt igenom den planerade turen.
- Roterar roller ombord under turen.
- Avsluta gärna med att fika och diskutera igenom turen.
- För den som ansvarar är det bra att ha ett alternativt program om man måste stanna i hamn på grund av dåligt väder.

3.2 Längre segling/båttur

Vi beskriver nedan hur en tjejssegling/båttur med övernattnings kan läggas upp.

- Annons i kretsbladet/hemsida.
- Anmälan.
- Inventera kompetensen hos deltagarna, till exempel genom att skicka ut en enkät vid anmälan.
- Planera helgen.
 - Tänkbara hamnar, eventuellt kan plats förbokas i hamnen.
 - Ska ni ha andra planerade aktiviteter? Exempel på sådana kan vara man överbord övningar, öva med nödraketer/handbloss, föredrag och/eller studiebesök (ex SSRS-station), manövrering och knopar.
 - Det kan vara bra att även planera alternativa hamnar eller aktiviteter om vädret inte blir som man tänkt sig.
- Anordna förträff.

På en förträff går man igenom praktiska frågor så som:

- Planerad resrut.
- Varifrån avgår respektive båt?
- Vilken tid träffas man?
- Samlas alltid i båten oavsett väder, det kan bli annorlunda än man kan bedöma på land.
- Skepparen tar tillsammans med sin besättning det slutliga beslutet om man ska avgå eller inte.
- Sena avhopp kan ställa till med problem vad gäller kompetenssammansättning ombord och bör undvikas.
- Beskriv skepparens ansvar ombord, besättningens ansvar.
- Säkerhet ombord
- Kommunikation – mobil eller VHF?
- Ansvar för båten vid skada. En del kretsar har tagit beslut i styrelsen om att kretsen står för självrisk upp till ett angivet maxbelopp vid skada.
- Matsedel och drycker, vem köper vad och hur delas kostnaden?
- Skepparen köper normalt inte något men står för att båten har vatten och diesel.



3.3 Skepparsatsning

Skepparsatsning syftar till att stärka självförtroendet och bekräfta kunskaper så att den kvinnliga deltagaren vågar ta steget att själv ansvara för båten. Deltagarna måste ha grundkunskaper i navigation. Nedan följer en uppräknig på aktiviteter som kan ingå i skepparsatsning.

- Informationskväll
- Information om teknik ombord, GPS, VHF och radar
- Föredrag, gärna av kvinna som har en egen båtlivsupplevelse
- Skrivbordsnavigering
- Säkerhet ombord
- Väjningsregler
- Färd i egen båt
- Segeltrimning

3.4 Utbildning/kurs/aktivitet

Nedan ges några förslag på utbildningar/kurser/aktiviteter. Samarbeta gärna med någon lokal seglingsklubb eller studieförbund.

- Förarintyg
- 12-24-48 timmars
- AIS
- Besök båtillbehörsfirma
- Brandskydd
- Båtmanövrering
- Båtvård
- GPS
- Hjärt-lungräddning
- Inspirationskvällar
- Knopar och förtöjning
- Motorkunskap
- Mörkernavigering
- Naturhamnar
- Nybörjarsegling
- Segelmakeri - studiebesök
- Segel- och riggtrimning
- Sociala aktiviteter så som sushi-kurs, ridning, curling eller vinprovning.
- Väder
- Fågelliv
- Gemensam resa till båtmässa
- Man överbord-övningar
- Marinhistoriskt museum – studiebesök
- Mat ombord – för kokbok se Blekingekretsens hemsida
- Plocka ätliga växter
- Prova-på-segling (ex vid hamndagar, prylbyttardag)
- Repslagarbana – studiebesök
- Sjöräddningen – besök
- Växter i strandkanten
- Lägga till med hjälp av spring
- Segla gennaker och spinnaker



4. DOKUMENT

För dokument som skapas inom SXX och Qvinna Ombord ska följande anges:

- Logo
- Krets
- Qvinna Ombord
- Datum
- Utfärdare eller författare
- Dokumentrubrik
- Sidnummer och totalt antal sidor på varje sida

I bilaga 1 finns ett exempel på hur detta kan se ut.

Handboken är utgiven av Qvinna Ombordnämndens AU efter remissbehandling på årsmötet i Kalmar 1999. Ansvariga då var Birgitta Källberg, Karin Augustsson och Annki Falck.

Handboken har reviderats vid fyra tillfällen:

Qvinna Ombordnämndens möte i Göteborg 21 november 2009 (rev 1).

Qvinna Ombordnämndens möte i Karlstad 15 september 2012 (rev 2).

Qvinna Ombordnämndens möte på Malma Kvarn 18 oktober 2014 (rev.3).

Qvinna Ombordnämndens möte på Kolmårdsgården 21 oktober 2017. (rev.4) Här bryts Nämndens uppbyggnad och ansvar mm ut ur Qvinna Ombord Handbok. Godkänd av styrelsen december-18.