



**PARA-HITTAUT**





**ERIK ALMSÉUS**

Hittautsamordnare  
[erik.almseus@orientering.se](mailto:erik.almseus@orientering.se)  
010 4590 308



**HELENA HEHLKE**

Projektlédare Paraverksamhet  
[Helena.hehlke@orientering.se](mailto:Helena.hehlke@orientering.se)  
070 204 83 12

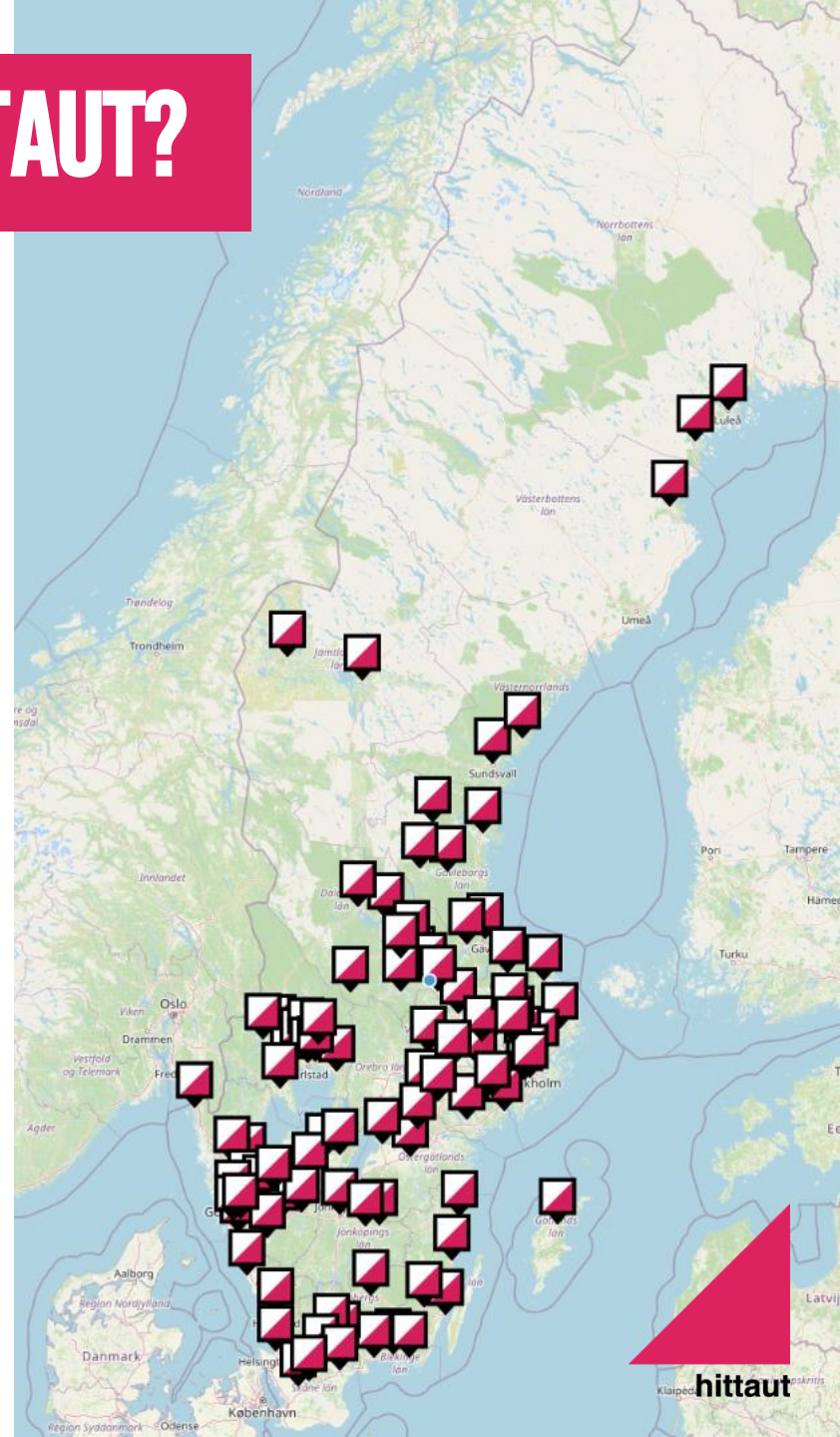
# Agenda



- Vad är Hittaut?
- Bakgrund och mål med projektet
- Pilotaktiviteter 2022-2023: inspiration från föreningar
- **Film:** Hittaut med en funktionsnedsättning
  - ur ett familjeperspektiv
- Lansering av ny app 2024
- **Film:** Föreningsfilmen
- Framtid: Para-Hittaut år 3 av 3 2024

# VAD ÄR HITTAUT?

- En form av orientering som lockar till fysisk aktivitet och att upptäcka närområdet.
- Både i urban miljö och tätortsnära skogar.
- Svenska Orienteringsförbundets friskvårdssatsning för allmänheten.
- Drivs ideellt av orienteringsklubbar.
- Finns på över 93 orter.
- Startade 2008.







89 %

av deltagarna i

**Hittaut**

är inte medlem

i någon

orienteringsklubb



# CHECKPOINTS



## SVÅRIGHETSGRADER

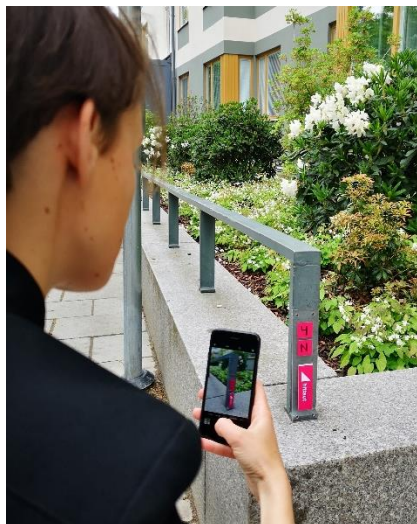
**Grön** Mycket lätt

**Blå** Lätt

**Röd** Medelsvår

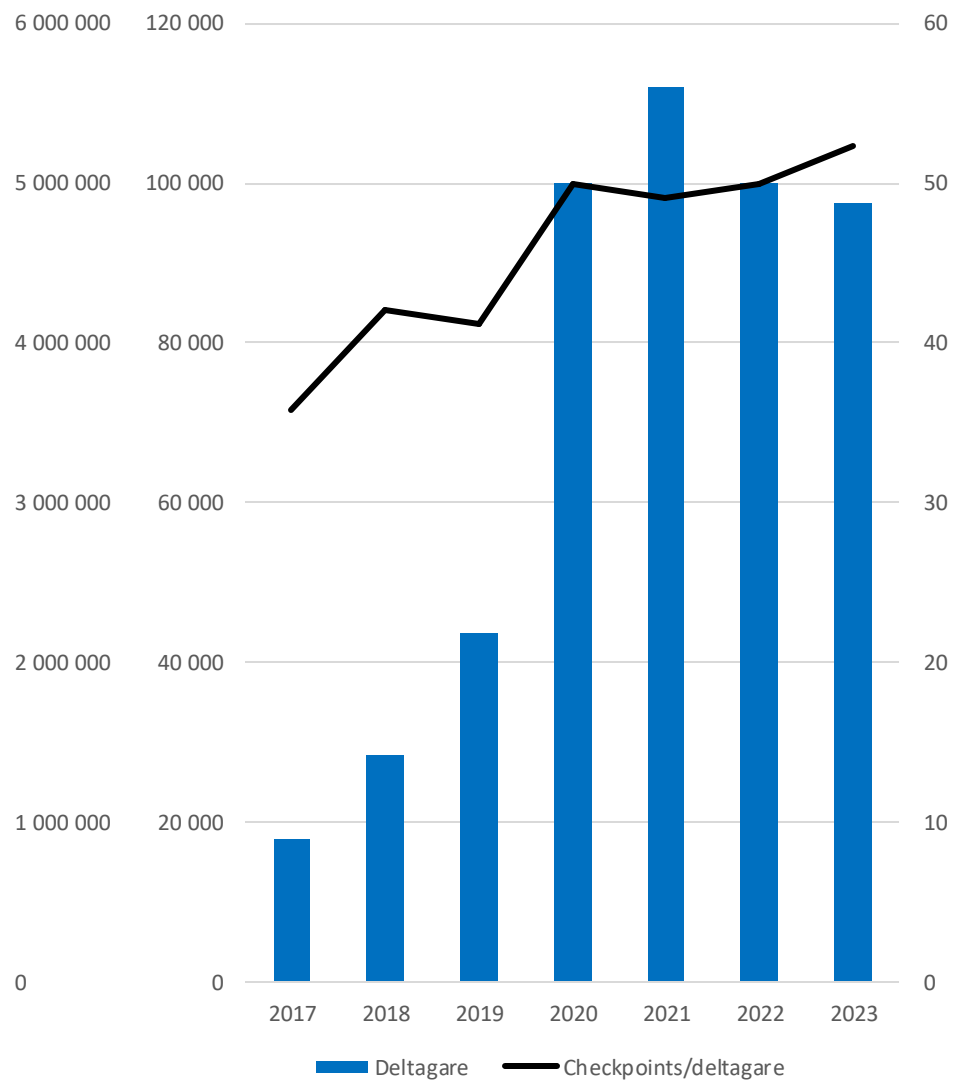
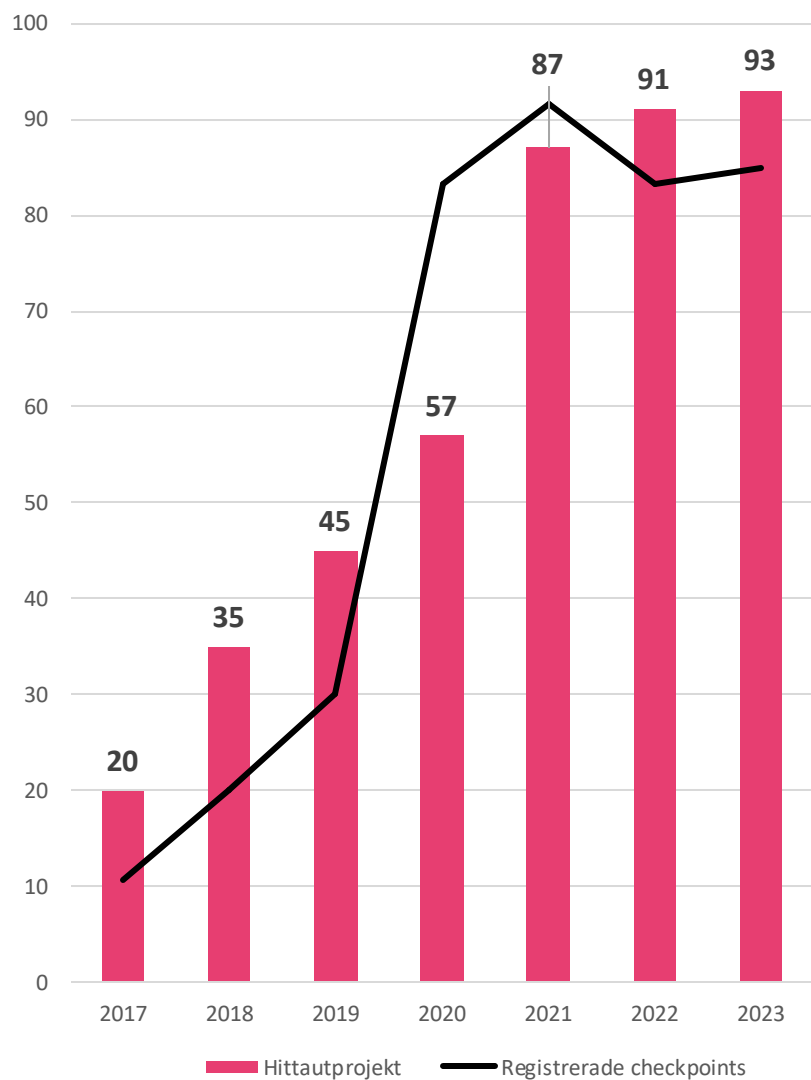
**Svart** Svår

 Tillgänglighetsanpassad



- › Papperskarta
- › App, GPS
- › När du vill
- › Skapa Hittautkonto och registrera checkpointbesök

# HISTORIK



# Agenda

- Vad är Hittaut?
- ➔ • Bakgrund och mål med projektet
- Pilotaktiviteter 2022-2023: aktiviteter som föreningar arrangerat 2023
- **Film:** Hittaut med en funktionsnedsättning
  - ur ett familjeperspektiv
- Lansering av ny app 2024
- **Film:** Föreningsfilmen



## Bakgrund Para-Hittaut

### Startskott 2021:

Tillgänglighetsanpassade checkpoints efterfrågas i Hittauts deltagarenkät

Projekt i linje med Svensk Orienterings ”Kompassriktning 2030”

## Mål

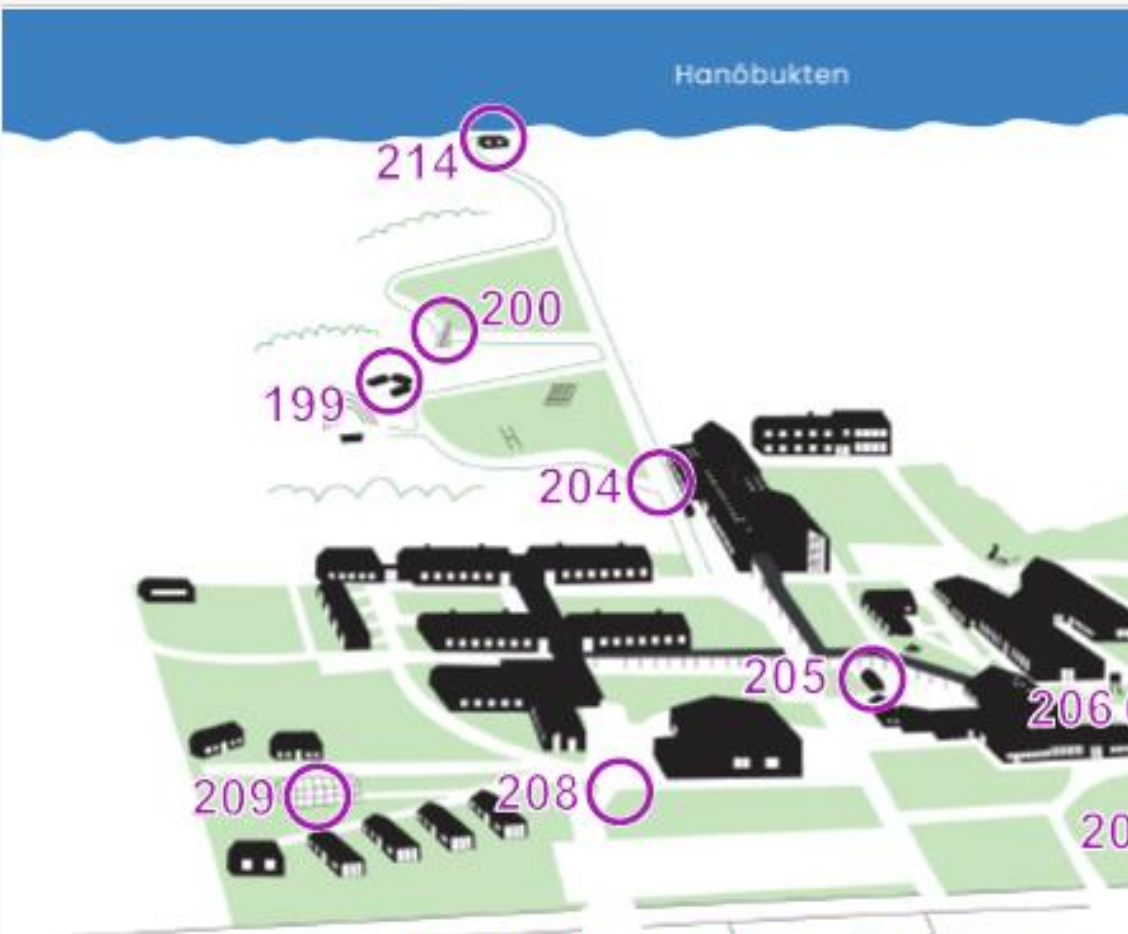
Att välkomna alla,  
oavsett förutsättning,  
ambition  
eller ålder.



# Agenda

- Vad är Hittaut?
- Bakgrund och mål med projektet
- ➔ • Pilotaktiviteter 2022-2023: inspiration från föreningar
- **Film:** Hittaut med en funktionsnedsättning
  - ur ett familjeperspektiv
- Lansering av ny app 2024
- **Film:** Föreningsfilmen

Hittaut Kristianstad – Furuboda FHS



Fyll i koden i rutorna nedan. Varje kod består av två bokstäver.

199	200	204	205	206	207				





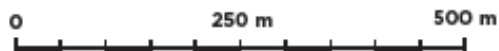
## Hittaut Kristianstad – Furuboda FHS



### Karttecken



Furuboda



Fyll i koden i rutorna nedan. Varje kod består av två bokstäver.

198	199	200	202	203	204	205	206	207	208	209
210	211	212	214	215	216	217	219	220	221	



### Beskrivning

198 Stigen	210 Staketet
199 Vindskydden	211 Gångvägen, svängen
200 Utsikten	212 Höjden
202 Stigen	214 Strandstugan
203 Gropen	215 Stigen
204 Gångvägen	216 Gropen
205 Muséet	217 Höjden
206 Pilgrimsstolpen Frihet	219 Trädet
207 Portalen	220 Trädet
208 Skjulet	221 Trädet
209 Växthuset	

Vill du leta  
efter fler  
checkpoints?

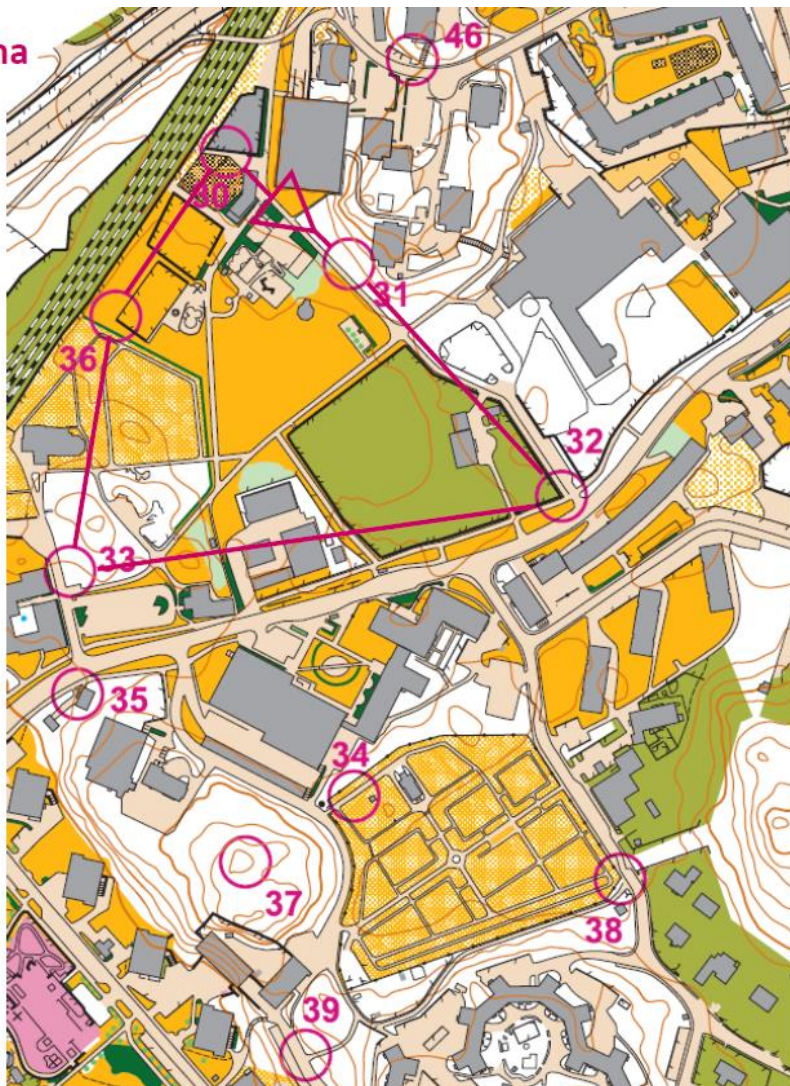
- Ladda ned  
hittaut-appen!



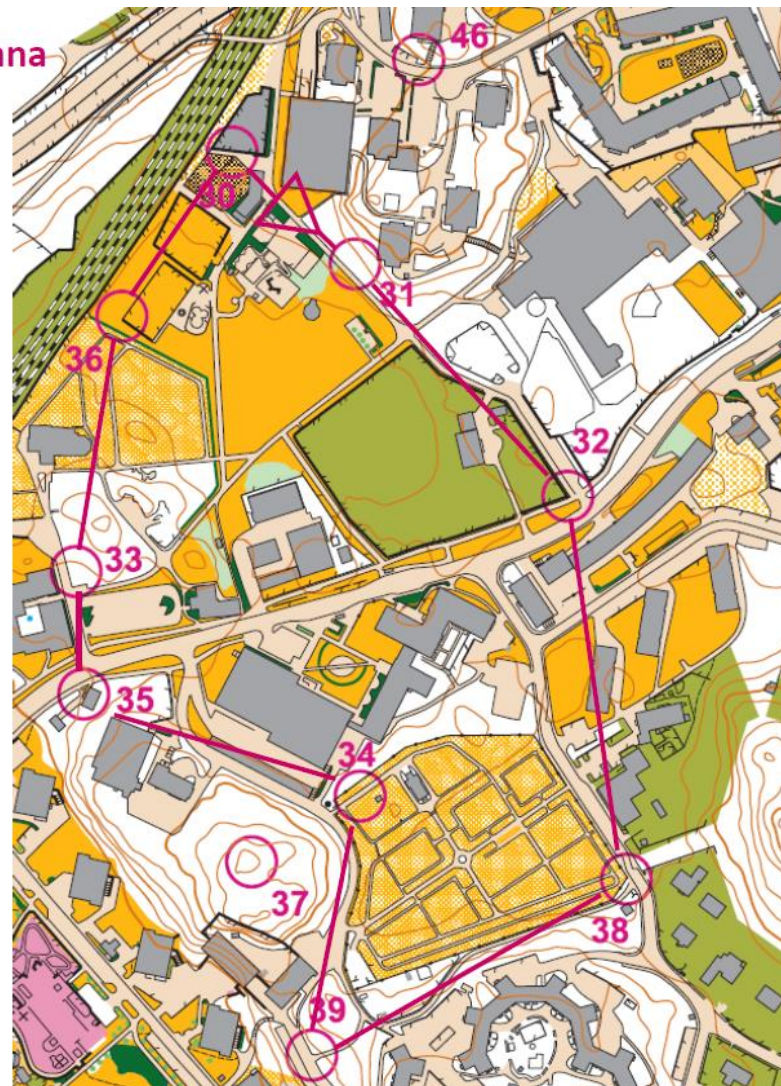


## Hittaut Stockholm - Huddinge

Kort bana  
1 km



Lång bana  
1,6 km





## Hittaut Stockholm - Huddinge



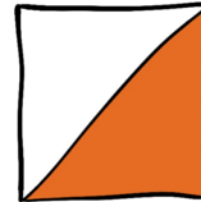


## Hittaut Växjö



Nummer:

**160**



Kod:

**MA**

Kontrollpunkt:  
Trädet



**hittaut**  
växjö

2023

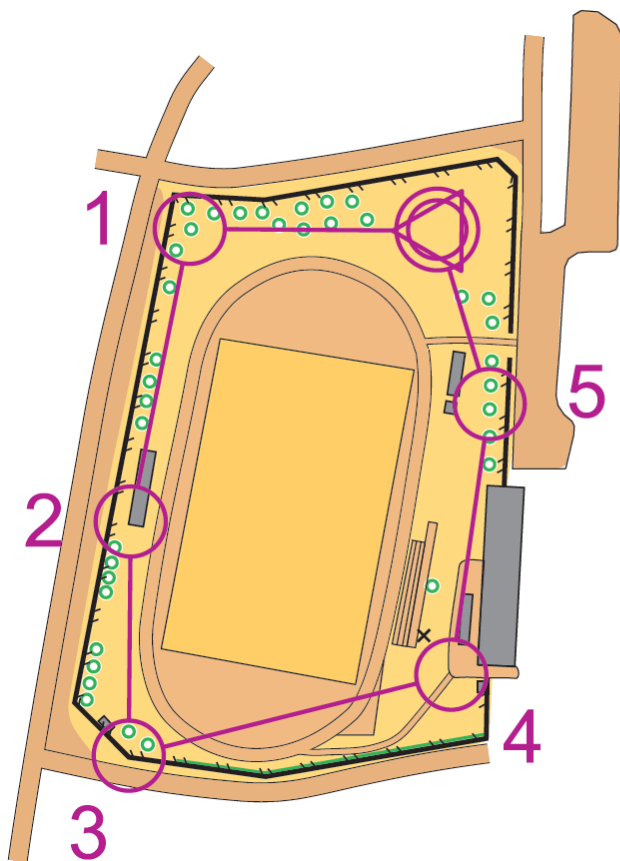
22 APRIL - 15 OKTOBER






**LETA CHECKPOINTS OCH  
UPPTÄCK NYA PLATSER!**








<https://koncept.orientering.se/hittaut/vaxjo/>

## Hittaut Arvika



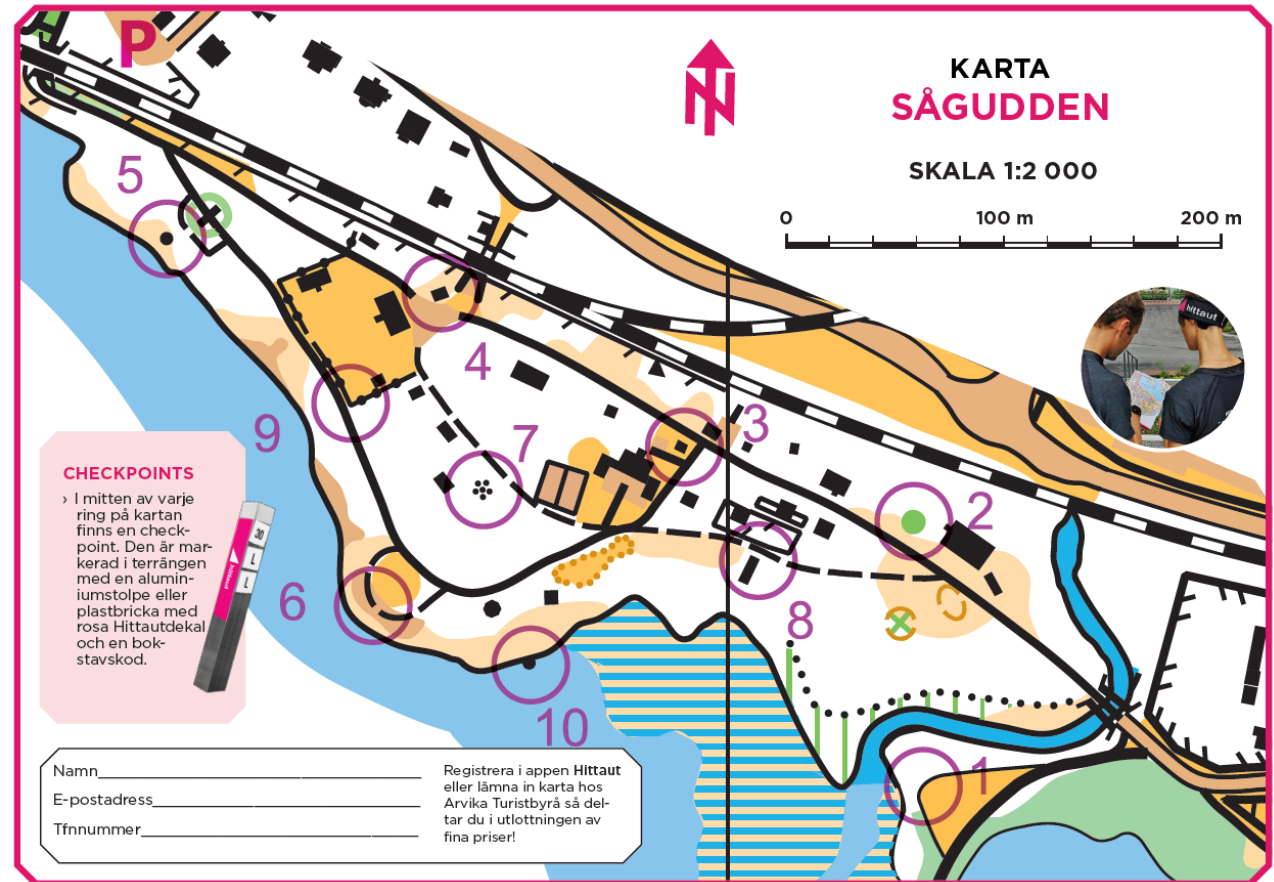
Kontroll	Kod	Objekt	Bild
1	31	Träd	
2	32	Hus	
3	33	Staket	
4	34	Stig/väg	
5	35	Träd	

### Teckenförklaring karta

-  Öppen mark
-  Asfalt eller grusyta
-  Hus / byggnad
-  Träd
-  Staket

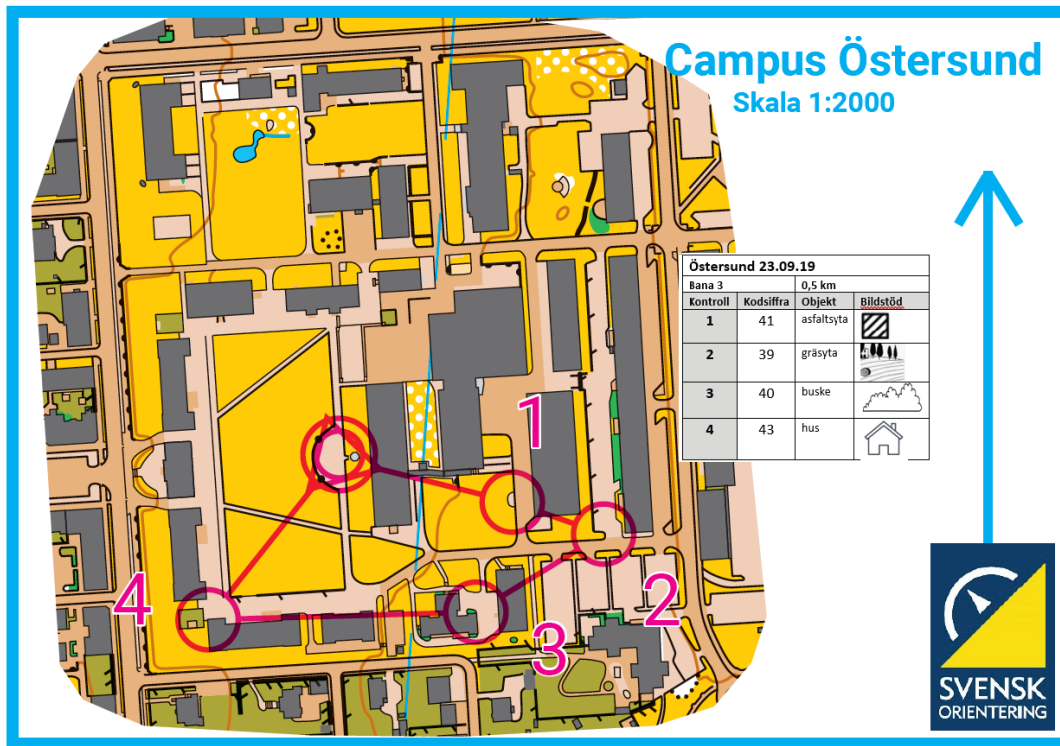


# Hittaut Arvika





# Hittaut Östersund



# Agenda

- Vad är Hittaut?
- Bakgrund och mål med projektet
- Pilotaktiviteter 2022-2023: inspiration från föreningar
- ➔ • **Film:** Hittaut med en funktionsnedsättning
  - ur ett familjeperspektiv
- Lansering av ny app 2024
- **Film:** Föreningsfilmen







# Agenda

- Vad är Hittaut?
- Bakgrund och mål med projektet
- Pilotaktiviteter 2022-2023: inspiration från föreningar
- **Film:** Hittaut med en funktionsnedsättning
  - ur ett familjeperspektiv
- ➡ • Lansering av ny app 2024
- **Film:** Föreningsfilmen

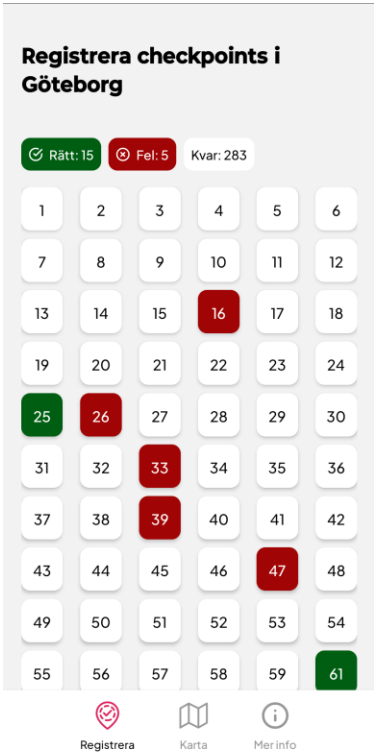
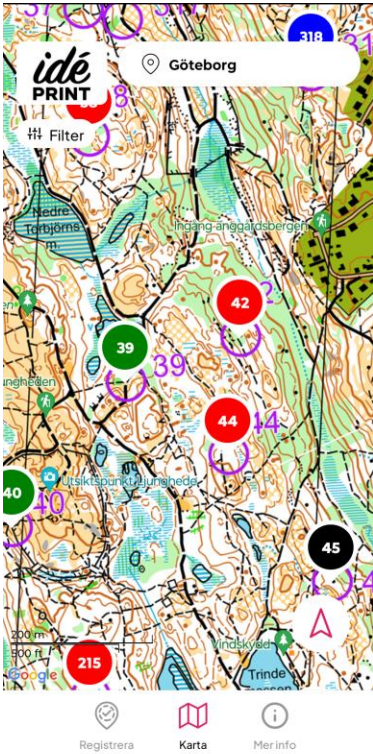
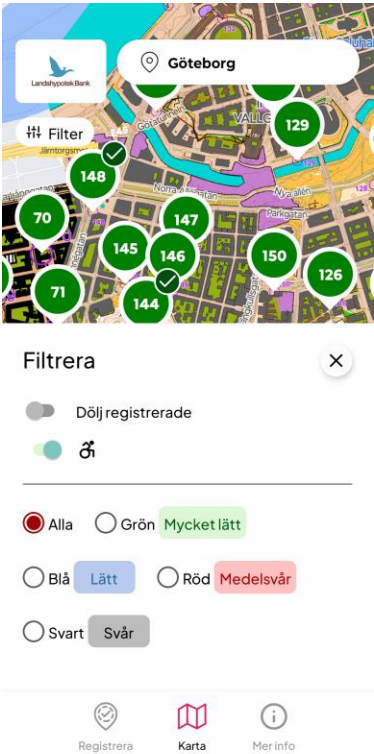
## Para-Hittaut år 3 av 3 2024

- Lancering av ny design i appen
- Sammanställning av erfarenheter från anpassade Hittaut-projekt
- Erbjuder råd och stöd till Hittautarrangörer
- Marknadsföring av Hittaut till målgruppen





# Ny version av app 2024



# Agenda

- Vad är Hittaut?
- Bakgrund och mål med projektet
- Pilotaktiviteter 2022-2023: inspiration från föreningar
- **Film:** Hittaut med en funktionsnedsättning
  - ur ett familjeperspektiv
- Lansering av ny app 2024
- ➡ • **Film:** Föreningsfilmen









# HITTAUT I SOCIALA MEDIER

Hund-  
promenad

Skidskyttar  
varierar  
träningen

Friskvårds-  
utmaning på  
Volvo

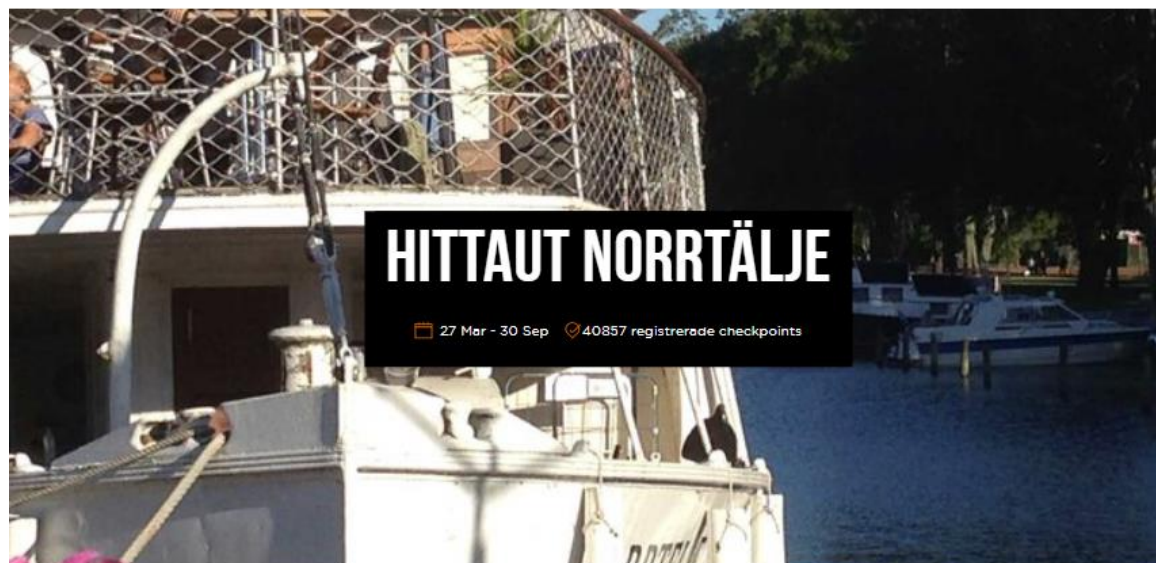
Fotbolls-lag  
testar Hittaut

hittaut





# CENTRAL OCH LOKAL HEMSIDA



4work Yrkeskläder • AB Karl Hedin • Åhman mäklari • Bergströms Ur och Guld • Campus Roslagen • Cramo • Elmsta Järn • Faktoriet • Forsa Arkitektur & Byggkonsult AB • Furusund Vårdshus • ICA Supermarket Kryddan • ICA Vaddö • Köpmanholm Grill, Lanthandel & Bar • Letro Sport • Lunds Optik AB, Specsavers • Magasin Skärgård • Naturvatten • Norrtälje Energi • Norrtälje Driftsbyrå Redovisning AB • Norrtälje Musteri • Norrtälje Tidning • Pappersstugan • Personal Roslagen • Prolog AB • Ratius • Roslagens Sparbank Vaddö • Sportringen • Sweco • Tillvext • Vaddö Möbelfärr • Visit Roslagen



**VÄLKOMNA MED ERA FRÅGOR!**



**JENNY WEGMÜLLER**

Projektledare Para-Hittaut  
[Jenny.wegmuller@orientering.se](mailto:Jenny.wegmuller@orientering.se)  
076 103 77 13



**HELENA HEHLKE**

Projektledare Paraverksamhet  
[Helena.hehlke@orientering.se](mailto:Helena.hehlke@orientering.se)  
070 204 83 12