IDROTTSFÖRVALTNINGEN
STABEN FÖR IDROTT OCH FOLKHÄLSA

Stockholms stads fastighetskontor
2012 -06- 01
Dnr 1.6-324/2012
Fastighet
Handläggare M-N, E, J

Till
berörda nämnder och styrelser i staden
(enl sändlista)

fk. J. Cappelli Hemy
E. Olofsson
J. Holmer

FÖRSLAG TILL NYTT IDROTTSPOLITISKT PROGRAM FÖR STOCKHOLMS STAD – REMISS

Idrottsnämnden beslutade den 22 maj att sända förslaget till nytt idrottspolitiskt program på remiss till stadens berörda nämnder och styrelser. Förslaget bifogas. Remisstiden sträcker sig till den 31 augusti 2012. Remissvaret skickas per e-post till Idrottsförvaltningen, idrott@stockholm.se.

Tydligt mål – fler stockholmare fysiskt aktiva
Det nya programmet har en tydlig inriktning på folkhälsa och att få fler stockholmare fysiskt aktiva. Sju områden har definierats för att staden ska nå målet med att få fler fysiskt aktiva: jämställdhet och mångfald, tillgänglighet, föreningsliv, övrig organiserad idrott/motion och spontanidrott, anläggningar för fysisk aktivitet samt idrotten som upplevelse och inspiration. Till varje område finns strategier och ansvar kopplat. Ett antal indikatorer är utvalda för att det ska vara möjligt att följa upp om staden når målet. Alla stadens nämnder har ansvar för att nå målet men några nämnder föreslås genom programmet få en tydligare roll: idrottsnämnden, utbildningsnämnden, stadsdelsnämnderna samt fastighets-, stadsbyggnads – och exploateringsnämnderna.

Tidplan
Efter remissbearbetning på idrottsförvaltningen ska ärendet behandlas på idrottsnämndens sammanträde den 20 november. Därefter sker beredning på idrotts- och stadsbyggnadsroteln för senare beslut om nytt idrottspolitiskt program i kommunfullmäktige under våren 2013.

Frågor besvaras av Magnus Åkesson, tfn 508 27638,
magnus.akesson@stockholm.se.

Vänliga hälsningar

Olof Öhman
Förvaltningschef

Box 8313, 104 20 Stockholm. Besöksadress Götalandsvägen 230, Hus 25, Älvsjö
Telefon 508 27 700
www.stockholm.se/idrott

Sändlista för remittering av förslag till nytt idrottspolitiskt program

Stadsdelsnämnderna
Arbetsmarknadsnämnden
Exploateringsnämnden
Fastighetsnämnden
Kulturnämnden
Kyrkogårdsnämnden
Miljö- och hälsoskyddsnämnden
Socialnämnden
Stadsbyggnadsnämnden
Trafik- och renhållningsnämnden
Utbildningsnämnden
Äldrenämnden
Stockholm Business Region AB
Svenska Bostäder AB
Familjebostäder AB
Stockholmshem AB
Stockholms Hamnar AB
SISAB

Box 8313, 104 20 Stockholm. Besöksadress Götalandsvägen 230, Hus 25, Älvsjö
Telefon 508 27 700
www.stockholm.se/idrott

Idrottspolitiskt program för Stockholms stad 2013–2017

Vision 2030 – Fler stockholmare ska vara fysiskt aktiva!

Stockholms stads mål med det idrottspolitiska programmet är att stimulera fler stockholmare till att bli fysiskt aktiva!

Stockholms stads vision är att *alla* år 2030, oavsett kön, ålder, funktionsnedsättning, etnisk och socioekonomisk bakgrund, utövar idrott och motion utifrån egna önskemål och förutsättningar. I Stockholm år 2030 erbjuder tillgången och närheten till ytor och anläggningar stora möjligheter till fysisk aktivitet. Många får motion på köpet genom att cykla eller promenera när de förflyttar sig. På fritiden kan invånarna ta del av ett rikt utbud av idrotts- och motionsmöjligheter där det finns något för alla. Skoldagen genomsyras av rörelse, från förskolan upp till gymnasiet, och alla har kunskap om att fysisk aktivitet är en viktig faktor för en bättre livskvalitet. Föreningslivet har goda förutsättningar för att bedriva sin verksamhet. År 2030 är Stockholm en stad i världsklass när det gäller idrott och motion!

Stockholm är en motions- och idrottsstad

Stockholm präglas av gröna kilar och naturnära miljöer, en anledning till de många motionslopp som genomförs i staden, och det finns uppmuntrande och tillgängliga träningsmiljöer för löpare och joggare. Stockholms närhet till naturen gör det enkelt för invånare och besökare att utöva naturnära fysisk aktivitet som segling, paddling, klättring och friluftsliv.

Stockholm har ett rikt föreningsliv som spänner över ett brett spektrum med allt från fokus på natur- och friluftsliv till idrottsföreningar som bedriver verksamhet för både bredd och elit.

Stockholm erbjuder idrott som upplevelse inom en mängd idrotter och grenar på flera arenor för större och mindre evenemang. Många besöker Stockholm i samband med ett internationellt eller annat större idrottsevenemang och många ser också Stockholm som ett turistmål, där genomförandet av idrott och motion är ett mål i sig.

Det är många aktörer som har ett ansvar för folkhälsoarbetet eller verksamheten inom idrottssektorn. Stockholms idrottsförbund är idrottsrörelsens regionala organ som representerar 67 specialdistriktsförbund. Idrottsrörelsen samlar dagligen tusentals ledare som oftast helt ideellt lägger ner mycket tid på idrottsutövande barn och ungdomar.

I Stockholm finns många privata gym, bad och ett verksamhetsutbud inom friskvårdsområdet i företagsform eller med organisationer som inte ingår i Riksidrottsförbundet. Det här utbudet når ett stort antal vuxna och barn och ungdomar som regelbundet deltar i verksamheten.

Fysisk aktivitet och folkhälsa

Forskningen är entydig med att fysisk aktivitet motverkar, lindrar och i vissa fall till och med botar en rad sjukdomar, inte minst hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes typ 2, fetma, depression, olika cancerformer med mera. Genom att vara fysiskt aktiv ökar muskelmassan och bentätheten, koordinationen, balansen, konditionen och den allmänna orken förbättras. Även immunförsvaret stärks vid fysisk aktivitet. En fysiskt aktiv befolkning gör att antalet sjukdagar, sjukskrivningar och sjukvårdskostnader minskar. En god fysik kan ge år till livet och liv till åren genom ökad motståndskraft mot sjukdomar och en piggare tillvaro.

För barn och ungdomar finns dessutom särskilda anledningar att vara fysiskt aktiv. I barn- och ungdomsåren, när kroppen fortfarande växer och utvecklas, är det av särskild vikt att skelettet belastas för att bli stärkt och att motorisk träning genomförs så att utvecklingen av koordination, motorik och balans främjas. Vidare visar forskning på att inlärningsförmågan ökar och att skolprestationerna förbättras när barn och ungdomar är fysiskt aktiva. Hos de ungdomar som är fysiskt aktiva är bruket av tobak mindre utbrett och de fysiskt aktiva skattar sin hälsa och livskvalitet bättre än de fysiskt inaktiva ungdomarna. Att eleverna har en god självskattad hälsa är av stor vikt då det finns en tydlig koppling mellan självskattad hälsa och prediktion av framtida sjuklighet och dödlighet.

Vi lever allt längre, år 2017 beräknas den genomsnittliga livslängden för män vara 80,7 år och för kvinnor 84,2 år jämfört med år 2000 då medellivslängden var 77,4 respektive 82,0 år.[1] För äldre människor är motion och rörelse inte bara en källa till fysisk och mental hälsa utan även nödvändig för att behålla självständighet i vardagslivet.

Fysisk aktivitet på recept (FaR) började skrivas ut i början av 2000-talet och ökar som preventions- och behandlingsmetod. Stockholms stad har det senaste decenniet genom idrottsnämnden arbetat aktivt för att öka kapaciteten och kunskapen att ta emot patienter med FaR.

Livsnödvändigt med fysisk aktivitet

Forskning har visat att stillasittande är en stor riskfaktor i dagens samhälle oberoende av graden av idrottande/motionerande. Många arbeten sker idag stillasittande och det är av stor vikt att med jämna mellanrum bryta av stillasittandet med rörelse. En timmes motion på kvällen väger inte upp för åtta timmars stillasittande under arbetsdagen.

Alla vuxna individer bör, helst varje dag, vara fysiskt aktiva i sammanlagt minst *30 minuter*. Intensiteten bör vara åtminstone måttlig, till exempel rask promenad. Ytterligare hälsoeffekt erhålls om man utöver detta ökar den dagliga mängden eller intensiteten. För barn och unga rekommenderas minst *60 minuter* fysisk aktivitet varje dag. En del forskning visar dock på att det krävs mer än 30 respektive 60 minuter/dag för att bibehålla en god hälsa. En norsk forskargrupp har kommit fram till att det för 9–15 åringar krävs minst 90 minuters daglig fysisk aktivitet för att förebygga risken för hjärt- och kärlsjukdomar.[2]

Aktiviteten bör inkludera både måttlig och hård aktivitet. För både barn, ungdomar och vuxna gäller att aktiviteten kan delas upp i flera pass under dagen och aktiviteterna bör vara så allsidiga som möjligt för att ge kondition, muskelstyrka, rörlighet, snabbhet, kortare reaktionstid samt koordination. Den fysiska aktiviteten kan ta sig olika former såväl spontant som organiserat: Idrott som träning eller tävling, lek, kroppsövning, motion, friluftsliv med mera.

Prioriterade grupper

Stockholms stad ska arbeta för att *alla invånare i Stockholm* ska vara och förbli fysiskt aktiva.

För att lägga grunden för en fysiskt aktiv livsstil inriktar sig programmet särskilt på:

- Ungdomar 13–20 år, särskilt flickor
- Flickor 7–20 år med utländsk bakgrund
- Personer med funktionsnedsättning

[1] Statistiska centralbyrån, SCB.

[2] Andersson L B mfl., *Phsyical activity and clustered cardiovascular risk in children: cross-sectional study* (The european youth heart study).

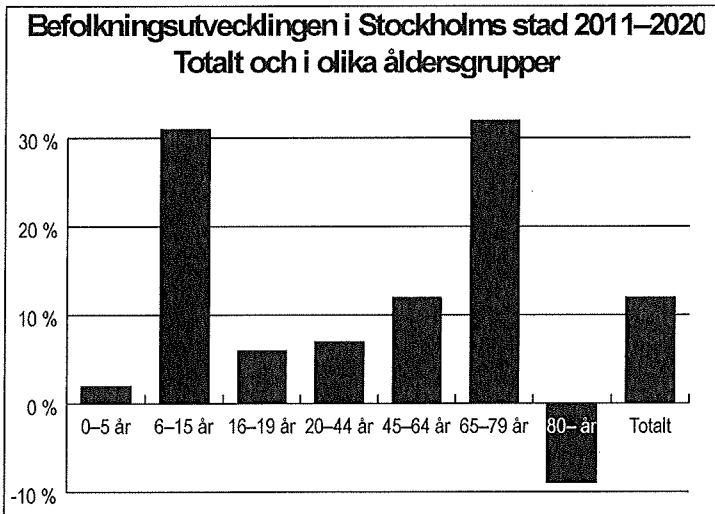
- Barn och ungdomar 7–20 år med lägre socioekonomisk bakgrund än genomsnittet

Alla barn och ungdomar har rätt till en hälsosam tillvaro och fritid på lika villkor. De ska ges rätt till inflytande i den verksamhet som riktar sig till dem och inriktningen i FN:s barnkonvention ska genomsyra verksamhet som bedrivs i stadens såväl som föreningslivets regi. Mobbning, sexuella trakasserier och liknande får inte förekomma i verksamheter som stöds av Stockholms stad och om så sker ska detta kraftfullt bekämpas.

Stadens nämnder och bolag

Det idrottspolitiska programmet är ett styrdokument för alla Stockholms stads nämnder och bolag. Stadens folkhälsoarbete omfattar många ansvarsområden samt många aktörer både inom och utom staden. Folkhälsoarbetet innefattar en rad områden men koncentreras i detta program på fysisk aktivitet. Alla stadens nämnder och bolag har en funktion i folkhälsoarbetet och särskilt idrotts-, utbildnings- och stadsdelsnämnderna samt fastighets-, stadsbyggnads- och exploateringsnämnderna. Därutöver finns andra aktörer i staden, framför allt föreningslivet och privata friskvårdsaktörer, som på olika sätt bidrar till att stärka folkhälsan genom ökad fysisk aktivitet bland invånarna i Stockholm.

Idrottsnämnden har uppdraget att förvalta och utveckla den idrotts- och motionsverksamhet som staden svarar för. Nämnden ska följa utvecklingen inom sitt ansvarsområde och främja idrotts-, motions- och friluftslivet för stadens invånare samt hitta vägar och strategier för att locka invånarna att i större utsträckning bli fysiskt aktiva.



Befolkningen ökar från 863 000 (2011) till 965 000 (2020) enligt Befolkningsprognos 2011. Den totala ökningen uppgår till 12 procent. I åldersgruppen 6–15 år är ökningen drygt 30 procent.

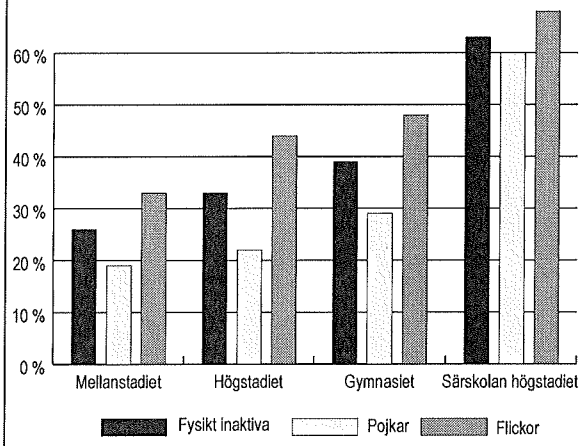
Fysisk aktivitet – nuläge och tendenser

Vilka motionerar?

Flera studier visar att många barn och ungdomar rör på sig för lite eller är fysiskt inaktiva. Flickor är mer fysiskt inaktiva än pojkar, flickor med utländsk bakgrund är i större utsträckning inaktiva än de med svensk bakgrund och barn som kommer från hem med sämre ekonomisk standard idrottar/motionerar mindre än de som kommer från hem med god ekonomisk standard.

Hälften av alla barn och ungdomar i Stockholm är med i en idrottsförening. Många idrottar även utanför idrottsrörelsen, till exempel i kommunens verksamhetsutbud, men även i privat regi. Trots detta är nära 40 procent av ungdomarna i högstadiet och gymnasiet fysiskt inaktiva även efter idrottsförvaltningens kriterier (de har inte motionerat eller idrottat minst två gånger i veckan innan mättillfället). De senaste decennierna har barn börjat idrotta allt tidigare och som konsekvens så uppnår en del unga tidigt en mättnad av att utöva föreningsdriven idrott.

Andel fysiskt inaktiva, totalt och för pojkar och flickor, bland elever i olika stadier/skolformer



Andelen fysiskt inaktiva ökar med åldern i den vanliga skolan. I särskolan är andelen allra högst. Andelen flickor som är fysiskt inaktiva är genomgående högre än andelen fysiskt inaktiva pojkar.

Med fysiskt inaktiv avses person som uppger sig "ej idrottat/motionerat minst två gånger eller mer den senaste veckan så de blir andfådda och svettas".

Preferenser för idrott och motion

Elever i mellanstadiet anser att idrott ska prioriteras högst när det gäller kommunala satsningar inom fritidssektorn, detta gäller både flickor och pojkar, fysiskt aktiva och inaktiva. Ungdomar i högstadiet och gymnasiet anser även de att idrott ska prioriteras när kommunen satsar på fritidsaktiviteter. Idrott prioriteras högst i högstadiet och gymnasiet av fysiskt aktiva pojkar och flickor samt inaktiva pojkar. De fysiskt inaktiva flickorna i dessa åldrar prioriterar dock inte idrotten lika högt, många ser idrotten som viktig men vill hellre att kommunen prioriterar satsningar på kultur och fritidsgårdar.[3]

De fysiskt inaktiva

Den senaste undersökningen från Ung livsstil i Stockholm 2005 visar att omkring 40 procent av eleverna i högstadiet och gymnasiet är fysiskt inaktiva. Bland de vuxna är cirka 60 procent icke fysiskt aktiva. Flickor och kvinnor är mindre aktiva än pojkar/män, de med mindre ekonomiska resurser är mer inaktiva än de med bättre ekonomiska resurser. Cirka 10 procent

[3] Blomdahl, Elofsson, *Hur många motionerar/idrottar för lite och vilka är dom?*

av befolkningen har någon form av funktionsnedsättning och bland elever i särskolan är mer än 60 procent fysiskt inaktiva.

Det finns dock hopp om att nå ut till fler med fysisk aktivitet! Mer än hälften av de fysiskt inaktiva eleverna i högstadiet och mer än 70 procent av de inaktiva i gymnasiet skulle vilja idrotta/motionera. Lika många inaktiva pojkar och flickor i högstadiet skulle vilja idrotta/motionera och i gymnasiet något fler flickor än pojkar. De fysiskt inaktiva flickorna i högstadiet och gymnasiet vill i stor utsträckning ägna sig åt olika former av gruppträning som aerobics och dans men även gym och joggning. De inaktiva pojkarna sätter idrottande i förening och gym högt på önskelistan. När de inaktiva pojkarna och flickorna tillfrågas vad som är viktigt när de idrottar/motionerar svarar de samstämmigt: att ha kul, att må bra och att ha bra ledare.[4]

Bland elever i särskolan vill cirka 70 procent av högstadieeleverna och cirka 60 procent av gymnasieeleverna ägna sig åt idrott/motion.[5]

Varför idrottar/motionerar inte de idag fysiskt inaktiva trots att de har en positiv inställning? De vanligaste svaren som kommer upp bland gymnasieungdomar är att de inte orkar träna regelbundet, att det är för kostsamt samt att de inte hittat någon träningsform som de tycker är kul. Bland de vuxna inaktiva är ett vanligt argument att motionerandet helt enkelt inte blir av, att man prioriterar andra saker trots en positiv inställning och att man har det bra trots avsaknad av fysiskt aktivitet.

Fokusområden

För att nå målet om att fler stockholmare ska bli fysiskt aktiva krävs ett strategiskt arbete. Stockholms stad har definierat ett antal fokusområden för att nå dit: Jämställdhet och mångfald och Tillgänglighet som ska genomsyra alla områden, Föreningsliv, Övrig organiserad idrott/motion och spontanidrott, Samverkan, Anläggningar och ytor samt Idrott som upplevelse.

Jämställdhet och mångfald

Stockholms stad ska erbjuda likvärdiga möjligheter för alla att vara fysiskt aktiva oavsett kön, ålder, funktionsnedsättning, etnisk bakgrund eller socioekonomiska förhållanden. Det ska inte råda någon diskrepans mellan prioriterade grupper och planerade och genomförda investeringar och verksamheter.

Strategi

Idrottsnämnden ska verka för ett jämställt idrottande och motionerande genom investeringar i idrottsanläggningar, bidragsgivning till föreningslivet samt tidsfördelning av tränings- och matchtider. Idrottsnämnden ska vara rådgivande för stadsdelsnämnder och andra nämnder och bolag när det gäller investeringar inom området idrott och motion.

I Stockholms stads investeringar inom idrott och motion ska minst hälften gynna flickor/kvinnor utifrån preferenser samt faktiskt utövande. I de fall investeringarna inte speglar denna könsfördelning ska kompensatoriska åtgärder genomföras.

---

[4] Blomdahl, Elofsson, *Hur många motionerar/idrottar för lite och vilka är dom?*

[5] Blomdahl, Elofsson, *Idrott och motion bland ungdomar i särskolan.*

Alla nämnder, inte minst idrottsnämnden, ska särskilt verka för att få fler flickor i allmänhet och flickor med utländsk bakgrund i synnerhet mer fysiskt aktiva.

Indikator

- Fördelning av investeringsbudget mellan män och kvinnor utifrån preferenser och beräknat faktiskt utövande. *Berörda nämnder redovisar vart tredje år.*
- Andel fysiskt aktiva pojkar. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*
- Andel fysiskt aktiva flickor. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*
- Andel fysiskt aktiva flickor med utländsk bakgrund. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*

Ansvar

Idrottsnämnden ansvarar för att det vid varje investering och särskild verksamhetsmässig insats för ökad fysisk aktivitet som görs inom Stockholms stad tydligt framgår vilka som ska nås med investeringen/insatsen.

Berörda nämnder ansvarar för att genomlysning av respektive nämnds treårsbudget sker utifrån ett könsmässigt perspektiv när det gäller satsningar inom idrott och motion.

Ett könsmässigt jämnt perspektiv är självklart i verksamheter och satsningar och minst lika mycket resurser ska läggas på det flickor vill göra som på det pojkar önskar.

Idrottsnämnden ska medverka till ett jämställt idrottande i Stockholm genom bidragsgivning till föreningslivet, tidsfördelning av träningstider eller på annat sätt inom det egna ansvarsområdet.

Alla nämnder ska särskilt stimulera fram ett ökat idrottande/motionerande bland flickor.

Tillgänglig idrott och motion

Stockholms stad ska vara en tillgänglig stad när det gäller möjligheter till fysisk aktivitet. Var man än bor i staden ska det inom rimligt avstånd vara möjligt att idrotta och motionera. Tillgänglighet handlar om närhet till idrott och motion men också om att anlagda ytor och platser ska vara lättåtkomliga för alla. Det handlar om möjlighet att ta sig till platser med kommunala färdmedel, cykel, färdtjänst eller att det finns parkering avsatt för personer med funktionsnedsättning.

Stadens anlagda ytor för fysisk aktivitet ska vara tillgänglighetsanpassade för personer med funktionsnedsättning. I den motions- och idrottsverksamhet som bedrivs av staden eller på uppdrag av staden ska alla få ett välkomnande bemötande och personalen ska ha god kunskap om olika funktionsnedsättningar. I verksamheter för personer med funktionsnedsättning ska könsskillnader tas i beaktande även för denna prioriterade grupp.

Strategi

Stadsdelsnämnderna och idrottsnämnden ska verka för att berika utbudet av aktiviteter för personer med funktionsnedsättning. Staden ska även arbeta för att underlätta för dessa personer att medverka i befintligt utbud.

Indikator

Se Stockholm – en stad för alla, program för delaktighet för personer med funktionsnedsättning 2011–2016.

Ansvar

Fritidsnätverket *Fritid för alla* ska stärkas och berörda nämnder ska aktivt arbeta för att delta. Stadsdelsnämndernas fritidsverksamheter ska erbjuda barn och ungdomar med funktionsnedsättning en regelbunden fysiskt aktiv fritid.

Stadsdelsnämnderna ska verka för att personer boende på gruppbostad erbjuds möjlighet till regelbunden fysisk aktivitet.

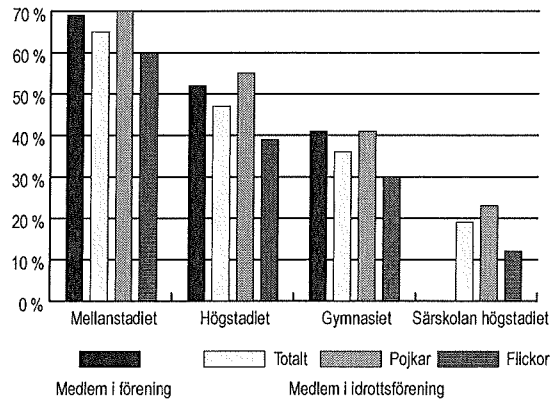
Idrottsnämnden ska aktivt delta i undergruppen *Frihand* inom nätverket *Föreningen för Storstockholms kultur- och fritidschefer*.

Idrottsnämnden ska arbeta för att utveckla utbudet för personer med funktionsnedsättning vid stadens sim- och idrottshallar.

Föreningslivet stärker folkhälsan

Föreningslivet har en stor och betydande roll i folkhälsoarbetet och är idag den enskilda verksamhet där flest barn och ungdomar är fysiskt aktiva. Det är inte bara idrottsföreningar som bidrar i folkhälsoarbetet utan även föreningar som ägnar sig åt exempelvis friluftsliv och djurhållning gör att fler blir fysiskt aktiva.

Andel elever som är medlem i förening och idrottsförening bland elever i olika stadier/skolformer



En majoritet av eleverna på mellanstadiet och högstadiet är medlemmar i en förening. Med ökande ålder minskar andelen som är medlemmar. Medlemskap i idrottsförening dominerar. Andel flickor som är medlemmar i en idrottsförening är genomgående lägre än andelen pojkar.

Att vara aktiv i en förening leder utöver själva idrottandet till social samvaro, fostran och kunskap. Många har funnit vänner för livet genom sitt föreningsdeltagande. Att vara delaktig i en förening skapar även gemenskap inom bostadsområden och stadsdelar, många områden i Stockholm skapar sin identitet med hjälp av den lokala föreningen. Föreningslivet samlar varje dag tusentals ledare som ofta ideellt lägger ner mycket tid och kraft på att leda barn och ungdomar.

Utmaningar för föreningslivet

Föreningslivet skapar en meningsfull fritid för många barn och ungdomar men det finns grupper som delvis står utanför. Flickor är i mindre utsträckning aktiva i förening än pojkar, särskilt flickor med utländsk bakgrund. Barn och ungdomar med sämre ekonomiska resurser deltar inte lika mycket som de med bättre ekonomiska förutsättningar och barn och ungdomar med funktionsnedsättning är mindre delaktiga än övriga barn och ungdomar. Ett stort medlemstapp sker för många föreningar när ungdomarna börjar i högstadiet och framför allt i gymnasiet.

Föreningslivet har idag svårt att finna personer som är beredda att engagera sig i föreningen genom att vara ledare eller sköta andra sysslor. Detta gäller särskilt mindre föreningar där få personer får dela på många åtaganden och där man inte har samma möjligheter att erbjuda ersättning till de som väljer att engagera sig.

Strategi

Alla berörda nämnder och bolag ska arbeta för att skapa goda förutsättningar för stadens föreningsliv att bedriva verksamhet och få fler fysiskt aktiva.

Indikator

- Antal medlemskap i förening, pojkar 7–20 år. *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Antal medlemskap i förening, flickor 7–20 år. *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Antal medlemskap i förening, elever i särskolan. *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Andel föreningsanslutna pojkar. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*
- Andel föreningsanslutna flickor. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*

Ansvar

Idrottsnämnden ska ge praktiskt och ekonomiskt stöd till föreningar som bedriver eller vill starta verksamhet med fysisk aktivitet för barn och ungdomar 7–20 år samt för personer med funktionsnedsättning. Stadens stöd till föreningslivet ska vara av den omfattningen att brist på ekonomiska resurser för individen inte utgör ett hinder för deltagande. Särskilt stöd ska ges till föreningar som bedriver verksamhet för äldre ungdomar, 13–20 år, flickor och personer med funktionsnedsättning.

Utbildningsnämnden och stadsdelsnämnderna ska ge föreningar möjlighet att visa upp sin verksamhet genom till exempel prova på-tillfällen i samband med skoldagen eller genom information på skolor, fritids och fritidsgårdar. Staden ska även uppmuntra föreningar att arrangera aktiviteter kvällstid eller på helgen för alla ungdomar, det vill säga övrig organiserad idrott/motion eller så kallad drive in-verksamhet.

Idrottsförvaltningen ska kontinuerligt hålla täta kontakter med såväl Stockholms idrottsförbund som den förening, stor som liten, som vill engagera sig i att få fler invånare fysiskt aktiva. Idrottsförvaltningen ska även med jämna mellanrum arrangera dialogmöten med föreningslivet.

Varje stadsdelsförvaltning ska ha en funktion dit föreningar i stadsdelsområdet kan vända sig med lokala frågor. Denna funktion ska i den mån stadsdelsförvaltningen inte kan möta upp föreningen lotsa vidare till rätt instans i staden. Funktionen i stadsdelsförvaltningen ska även kunna lotsa intresserade invånare till lämplig förening för dennes intresse.

Idrottsnämnden ska arbeta för att underlätta administrationen för föreningar.

Idrottsnämnden ska arbeta för att underlätta för föreningar att rekrytera och behålla ledare genom att ge extra stöd till de föreningar som väljer att utbilda sina ledare. Särskilt stöd ges till idrottens eget utbildningsorgan SISU för att föreningslivet ska få duktiga och pedagogiska ledare som gör att fler ungdomar lockas att bli aktiva och att fler ska fortsätta vara aktiva längre.

Övrig organiserad idrott/motion och spontanidrott

För att locka fler invånare till fysisk aktivitet krävs det ett mångfacetterat utbud av idrotts- och motionsmöjligheter i staden. De yngre barnen deltar i stor utsträckning i föreningslivet men när ungdomarna går i högstadiet och gymnasiet krävs det tillskott till det traditionella föreningslivet för att locka fler till fysisk aktivitet, och det gäller även för de vuxna invånarna i staden.

För att kunna erbjuda stadens invånare möjligheter till att vara fysiskt aktiva krävs det att staden själv eller i samverkan med föreningslivet eller andra aktörer organiserar möjligheter till idrott och motion. Det kan vara allt ifrån så kallad drive in-idrott och öppen dansträning för ungdomar i samverkan med fritidsgårdar till gruppträning och gym i sim- och idrottshallarna.

Stockholms stads sim- och idrottshallar har tre miljoner besök årligen. Verksamheterna innehåller gym, bad och gruppträning och inriktar sig särskilt på att få fler fysiskt aktiva genom att erbjuda tränings- och motionsmöjligheter på en nivå som alla klarar av. Många privata friskvårdsaktörer etablerar sig i Stockholm och arbetar också de för att få fler i rörelse. Med en gemensam målsättning som grund bör staden ta initiativ till dialog och samarbete för att ytterligare bredda utbudet och nå ut till fler invånare.

Många människor önskar motionera på egen hand och när det passar dem själva, så kallat spontant idrottande. Stockholms stad ska stötta dessa invånare genom att erbjuda platser, ytor och anläggningar dit det är fritt tillträde, och sträva efter ett generöst öppethållande.

Strategi

År 2017 ska minst:

85 procent av alla elever i mellanstadiet ha tränat/motionerat minst två gånger den senaste veckan så att de blivit andfådda eller svettats.

75 procent av alla elever i högstadiet ha tränat/motionerat minst två gånger den senaste veckan så att de blivit andfådda eller svettats.

70 procent av alla elever i gymnasiet ha tränat/motionerat minst två gånger den senaste veckan så att de blivit andfådda eller svettats.

55 procent av stadens vuxna invånare ha tränat/motionerat minst två gånger den senaste veckan så att de blivit andfådda eller svettats.

Simkunnigheten i Stockholm ska öka.

Indikator

- Hur nöjda ungdomar är med tillgången till organiserad idrott/motion. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*

- Hur nöjda ungdomar är med tillgången till spontanidrott. *Idrottsnämnden redovisar vartannat år.*
- Andel skolor som erbjuder elever minst 30 minuters fysisk aktivitet under skoldagen. *Utbildningsnämnden redovisar årligen.*

Ansvar

Stadsdelsnämndernas fritidsverksamheter, fritidsgårdar och parklekar ska regelbundet själva eller i samverkan med föreningslivet och/eller idrottsnämnden arrangera regelbundna idrotts-/motionsmöjligheter för barn, ungdom och personer med funktionsnedsättning. Barnen på förskolor ska få möjlighet till en fysiskt aktiv skoldag.

Utbildningsnämnden ansvarar för att dagligen erbjuda alla elever i skolan möjlighet till fysisk aktivitet under eller i anslutning till skoldagen.

Utbildningsnämnden ska i samråd med idrottsnämnden arbeta fram systematik i uppföljningen av elevernas simkunnighet.

Idrottsnämnden och övriga berörda nämnder verkar för att kunna erbjuda en mångfald i anläggningar och ytor som syftar till att främja det spontana idrottandet.

Idrottsnämnden ska avsätta tider i idrottsanläggningar för verksamhet som syftar till övrig organiserad idrott/motion samt spontanidrott.

Idrottsnämnden ska erbjuda simundervisning för skolor och allmänhet i stadens simhallar.

Idrottsnämnden ska, i egen eller annan aktörs regi, driva friskvårdsverksamhet i sim- och idrottshallar och bad med en inriktning på ökad folkhälsa och prioriterade grupper. Särskilt fokus ska läggas på att nå de grupper som idag är fysiskt inaktiva och verksamheten baseras på att få invånare i regelbunden hälsofrämjande fysisk aktivitet. Idrottsnämnden och fastighetsnämnden ska också verka för att kringaktiviteter, exempelvis utbudet på serveringar, präglas av ett folkhälsoperspektiv.

Stockholms stads prioriterade grupper ska erbjudas subventionerade priser i stadens egna verksamheter. För övriga grupper ska dock inte kostnaden att idrotta/motionera utgöra ett hinder för deltagande.

Samverkan för att fler ska bli fysiskt aktiva

I Stockholm finns många aktörer, kommunala, privata och föreningar, som arbetar för att invånarna i staden ska leva ett hälsosamt liv. Det är av stor vikt att alla intressenter drar åt samma håll för att få fler fysiskt aktiva. För att nå ut brett med budskapet krävs också en bred samverkan mellan aktörerna på både lokal och övergripande nivå. Detta gäller inte minst informationsinsatser om vikten av en hälsosam livsstil och vilket utbud som finns i staden.

Stockholmsregionen är stor och Stockholms stad ska vara initiativtagare till samverkan över kommungränserna i länet när det gäller frågor som rör idrott och motion. Erfarenhetsutbyte är ett viktigt område, likaså samarbeten kring större projekt och anläggningar. Detta för att nå ut till fler invånare med insatser och att nyttja de kommunala resurserna på ett effektivt och kostnadsmässigt fördelaktigt sätt.

Ansvar

Idrottsförvaltningen ska ta initiativ till att skapa beständiga nätverk med andra kommuner i regionen gällande idrotts- och motionsfrågor.

Idrottsförvaltningen ska hålla samman nätverk där samtliga stadsdelsförvaltningar, utbildningsförvaltningen och eventuellt privata aktörer finns representerade för att tillsammans stimulera till ökad fysisk aktivitet.

Stadsdelsnämnderna ansvarar för att det finns ett lokalt nätverk där stadsdelsförvaltning, skola, föreningsliv och eventuellt privata aktörer finns representerade.

Vid planering av nya områden och stadsdelar är det av stor vikt att idrottsförvaltningen, fastighets-, stadsbyggnads- och exploateringskontoret tillsammans arbetar för att tillräckligt med idrottsmark avsätts och att idrotts- och motionsanläggningar uppförs.

Anläggningar och ytor för fysisk aktivitet

Stockholms befolkning växer kontinuerligt och en förtätning och utbyggnad av staden skapar konkurrens om mark för idrott, motion och rekreation. Planläggning av sådan mark står inskrivet i stadens översiktsplan och är en nödvändig förutsättning för stockholmarnas framtida idrottsliv och folkhälsa.

Betydelsen av tillgång och närhet till anläggningar och ytor för fysisk aktivitet ska inte underskattas för att få fler fysiskt aktiva. Väl fungerande och rustade anläggningar och ytor är viktigt för att dess nyttjare, det vill säga stadens invånare, ska inspireras till fysisk aktivitet. Staden ska verka för att det finns en bredd i anläggningsutbudet så att alla intressen tas tillvara. Stockholm ska erbjuda anläggningar för bredd-, motions- och spontanidrott där en del av dessa även kan användas för tävlingsidrott på hög nivå. Stadens anläggningar ska finnas till för alla och syfta till att få fler invånare i rörelse, därför är det av stor vikt att det finns tillgång till anläggningar och ytor för motion och spontanidrott, inte minst i friluftsområden.

Stadens anläggningar ska vara optimalt nyttjade och det är en självklarhet att män och kvinnor har samma tillträdesmöjligheter.

Vilka anläggningar önskar ungdomar att staden ska satsa på?

Flickor, både aktiva och inaktiva, anser att staden i första hand ska satsa på simhallar/äventyrsbad och i hög grad också på lokaler för dans/aerobics, på gym och på utomhusbad. Pojkar önskar i första hand att staden ska satsa på fotbollsplaner men håller med flickorna om att satsningar på simhallar/äventyrsbad och gym bör prioriteras högt. Pojkarna önskar dessutom i högre grad än flickorna att staden ska satsa på sporthallar för bollsporter.[6]

Vilka anläggningar önskar vuxna att staden ska satsa på?

De vuxna i Stockholm önskar att staden ska satsa på friluftsområden, motionsspår/skidspår, simhallar/äventyrsbad och utomhusbad. Både de fysiskt aktiva och inaktiva männen anser det viktigt att staden satsar på fotbollsplaner jämfört med både fysiskt aktiva och inaktiva kvinnor som istället önskar att staden satsar på lokaler för yoga, meditation och Qi Gong.[7]

Strategi

Stockholms anläggningar ska vara tillgängliga och öppna för alla invånare i staden.

---

[6] Blomdahl, Elofsson, *Vilka idrottsanläggningar vill ungdomar i Stockholms stad att det ska satsas på?*

[7] Blomdahl, Elofsson, Öhman, *Vilka anläggningar/verksamheter tycker de fysiskt inaktiva vuxna att Stockholms stad ska satsa på under 2009–2013?*

Brukare och andra medborgare ska ges möjlighet till inflytande över drift och skötsel av idrottsanläggningar och den egna verksamheten.

I Stockholm ska det finnas anläggningar för fysisk aktivitet som är mångfacetterade och kan nyttjas till flera olika ändamål.

Stadens anläggningar ska vara tillgängliga för alla invånare under de tider då efterfrågan finns.

Indikator

- Andel bokad tid av bokningsbar tid i stora idrottshallar (20x40m). *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Andel bokad tid av bokningsbar tid i små idrottshallar (18x36m). *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Andel bokad tid av bokningsbar tid i stora gymnastiksalar (≥250 kvm). *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Andel bokad tid av bokningsbar tid i små gymnastiksalar (<250 kvm). *Idrottsnämnden redovisar årligen.*
- Andel bokad tid av bokningsbar tid i motionsrum (exkl. budolokaler). *Idrottsnämnden redovisar årligen.*

Ansvar

Stadsbyggnadsnämnden ska aktivt bidra till att mark och ytor för idrott, motion, lek och rekreation avsätts i tillräcklig utsträckning i den fysiska planeringen.

Exploateringsnämnden har i uppdrag att tidigt i planeringen avsätta väl tilltagna ytor för fysisk aktivitet. I de fall idrottsyta exploateras för annan marktyp ska detta ersättas med likvärdig yta.

Trafiknämnden ansvarar för att planlägga gång- och cykelvägar så att invånarna på ett lätt sätt kan få in vardagsmotion i sin tillvaro.

Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ska verka för att utbudet av ytor för fysisk aktivitet motsvarar efterfrågan i så stor utsträckning som möjligt. Vid byggande av anläggningar ska särskild hänsyn tas till de idag fysiskt inaktivas önskemål.

Berörda nämnder ska underlätta för byggande och drift av privata idrottsanläggningar.

Idrottsnämnden och utbildningsnämnden/SISAB ska anpassa öppethållande av idrottsanläggningar utifrån invånarnas efterfrågan.

Utbildningsnämnden och SISAB ansvarar för att skolgårdarna är attraktiva och inbjuder till rörelse.

Fastighetsnämnden ansvarar för att stadens byggnader för idrott och motion innehar god kvalitet och funktionalitet.

Barn och ungdomar mellan 7–20 år ska prioriteras vid tidstilldelning i stadens idrottsanläggningar på attraktiv kvällstid.

Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ska verka för att friluftsområden, motionsspår, parker och liknande områden håller en god estetisk och funktionell nivå för att stimulera till utevistelse och fysisk aktivitet.

Idrotten som upplevelse och inspiration

Idrott är idag en viktig del av kultur- och evenemangsutbudet. Idrott har en stark ställning inom underhållningsindustrin och i media och möjligheten till publika idrottsevenemang är betydelsefull i samhället och för Stockholm som en attraktiv evenemangsstad. Evenemang kan också vara en inspirationskälla och ett sätt att locka nya utövare till olika idrotts- och motionsformer. Inte minst för nya idrotter är evenemang ett sätt att profilera och marknadsföra sig. Idrottsnämnden, stadsdelsnämnderna och övriga berörda nämnder ska verka för att stötta evenemang som bidrar till ökad fysisk aktivitet, särskilt evenemang med motsvarande ändamål som vänder sig till barn och ungdomar. Idrottsnämnden ska även arbeta för att möjliggöra för att evenemang ska kunna komma till stånd i Stockholm genom att tillhandahålla anläggningar och kunskap.

Många idrotter och föreningar har trogna supporterskaror, inte minst inom fotbollen, ishockeyn och bandyn. Det är av stor vikt att alla besökare på idrottsevenemang känner sig trygga och att det råder en positiv läktarkultur på stadens arenor.

För att Stockholm regelbundet ska kunna erbjuda invånarna idrott på högsta nivå krävs en elit. Stockholm har idag många lag och individuella idrottare i de högsta serierna. Att ha idrottare på högsta nationella nivå leder till att barn och ungdomar får förebilder inom sin idrott, det profilerar Stockholm som en idrotts- och evenemangsstad och kan i bästa fall också öka intresset för eget idrottande/motionerande. Eventuella satsningar på elitverksamhet ska ske med samtida fokus på breddidrotten och Stockholms stad ska arbeta för att motverka elittänkande i för tidiga åldrar.

Strategi

Stockholms stad ska fortsätta vara en attraktiv stad för idrotts- och motionsevenemang.

Stockholms stad ska stimulera till fler evenemang som bidrar till ökad fysisk aktivitet.

Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ska verka för att alla ungdomar känner sig trygga när de besöker evenemang.

Antal större nationella evenemang i Stockholms stad för barn, ungdom och personer med funktionsnedsättning ska öka.

Ansvar

Stockholm Visitors Board har i uppdrag att medverka till att evenemang, däribland idrottsevenemang, förläggs till Stockholm.

Idrottsnämnden ska så långt det är möjligt tillhandahålla anläggningar och kunskap vid evenemang. Stadens nämnder ska särskilt stötta evenemang som syftar till att få fler fysiskt aktiva. Det kan handla om evenemang som vänder sig till barn och ungdomar, personer med funktionsnedsättning eller evenemang som syftar till profilera nya idrotts- och motionsformer.

Idrottsnämnden ansvarar för att Program supporter fortlöper och utvecklas för att minska rekryteringen av ungdomar till kriminella och våldsamma nätverk inom supporterkulturen.

Idrottsnämndens huvudsakliga bidrag till elitidrott är att tillhandahålla anläggningar och ytor som även kan användas vid evenemang.

Planer och program som berör idrottande i Stockholm

Gällande idrottspolitiskt program för Stockholms stad antaget av idrottsnämnden den 19 december 2005.

- Stockholms stads vision 2030.
- Fördelningsprinciper av tider i idrottsanläggningar.
- Bidragsregler.
- Översiktsplan för Stockholm.
- Stockholm – en stad för alla, program för delaktighet för personer med funktionsnedsättning 2011–2016.
- Miljöprogram.
- Skolplan.
- Nationella idrottsförbunds regelverk.
- Program supporter.

Nationell eller internationell nivå

- FN:s barnkonvention.
- Vitbok om idrott. *Europeiska kommissionen.*
- En idrottspolitik för 2000-talet. *Riksdagen.*
- Nationella folkhälsomål. *Riksdagen.*
- Skollagen. *Riksdagen.*
- Idrottspolitiskt positionspapper. *Sveriges kommuner och landsting.*

Idrottsrörelsens program

- RF: *Idrotten vill.*
- Stockholms idrottsförbunds program *Den goda idrotten.*