

PARASPORTPOLITISKA PROGRAMMET

2020
2021

Ett politiskt program om idrottens möjligheter – för alla – oavsett förutsättningar

2020 2021

1. INLEDNING	4
1.1 Bakgrund och hur programmet ska läsas	4
2. TRÄNING SOM LIVSSTIL	6
2.1 Lust att träna och utvecklas	6
2.2 Paraeliten – förebilder för alla	7
2.3 Hjälpmedel	8
2.4 Färdtjänst	8
2.5 Habilitering, rehabilitering och syncentral	8
2.6 Familjens förutsättningar	9
3. ORGANISATION OCH FÖRENINGAR	11
3.1 Idrotten måste nå ut	11
3.2 Sätt stopp för diskriminering	12
3.3 Forskning	12
3.4 Ekonomi	12
3.5 Organisation	12
4. SAMHÄLLET RUNTOMKRING	15
4.1 Samverkan	15
4.2 Utbildning	15
4.3 Sysselsättning	16
4.4 Vård	16
4.5 Psykisk hälsa	16
4.6 Ett samhälle för alla. På riktigt.	17



2020
2021

2020
2021

1. Inledning

Människor mår bra av fysisk aktivitet och vi vet att för personer med funktionsnedsättningar är hälsovinningarna stora. Genom fysisk aktivitet och idrott får vi bättre fysik, större sociala nätverk, bättre resultat i skolan samt möjlighet att lyckas på arbetsmarknaden. Samtidigt som vi vet hur bra det är att röra på sig, så vet vi också hur dåligt det är att inte göra det. Därför är parasporten central i att erbjuda fysisk aktivitet och idrott i ett socialt sammanhang på lika villkor. Parasporten är en verksamhet som är viktig både för individen och för samhället i stort.

Idrottsrörelsen är en viktig del av det svenska samhället och erbjuder idag ca 3 miljoner medlemmar en aktiv fritid. I bakgrunden finns tusentals djupt engagerade ledare som varje dag möjliggör för fysisk aktivitet. Ett ideellt arbete som ger glädje, rörelse och hälsa för väldigt många.

Trots att Riksidrottsförbundets idéprogram lyfter fram personer med funktionsnedsättning som en viktig grupp i ”Idrotten vill”, så är det många som ännu inte blivit aktiva inom idrotten. Det finns flera anledningar men i grund och botten är det en jämlikhetsfråga. Vi inom den samlade idrottsrörelsen och samhället skapar inte de förutsättningar som behövs för att personer med funktionsnedsättning ska kunna ha en aktiv fritid på lika villkor.

Vi har tagit fram det parasportpolitiska programmet eftersom parasporten inom idrottsrörelsen är en del i lösningen på folkhälsoproblem i Sverige. Utöver detta är fysisk aktivitet och rörelse också en mänsklig rättighet. Exempelvis i FN:s Agenda 2030 lyfts personer med funktionsnedsättning fram som en särskild grupp med rätt till rörelse. Barnkonventionen tydliggör alla barns rätt att utifrån sina förutsättningar och behov utvecklas så mycket som det är möjligt, både fysiskt och psykiskt. FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning understryker rätten till fysisk aktivitet och rik fritid för personer med funktionsnedsättning.

Nu vill vi bjuda in den samlade idrottsrörelsen, makthavare och samhället i stort för att tillsammans

med oss i Parasport Sverige skapa bättre förutsättningar för fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättning och minska ohälsan i befolkningen. Med gemensamma insatser kan vi säkerställa att vi får ett starkare, friskare och med inkluderande samhälle.

1.1 BAKGRUND OCH HUR PROGRAMMET SKA LÄSAS

Programmet är indelat i tre olika kapitel. Med kapitlen Träning som livsstil, Organisation och föreningar och Samhället runtomkring vill vi både beskriva den utveckling som vi vill se inom vår verksamhet, i den samlade idrottsrörelsen och i samhället i stort. Varje kapitel har brutits ner i flera delar där vi ger en kortare problembeskrivning och vilka potentialer vi ser. Vi vill göra idrottsverksamheten bättre och vara en röst för personer med funktionsnedsättningar i frågor som på olika sätt berör idrotten.

Vi tror på dialog och är övertygade om att vi genom samverkan når ett tillgängligt och välmående samhälle, för alla. Vi vet att vi sitter inne med många lösningar och att samhället och övriga idrottsrörelsen behöver oss för att nå framgång. Samtidigt är vi beroende av medel och stöd från båda parter för att kunna bidra. Därför har vi tagit fram ett konstruktivt program där vi både ställer krav på samhället och övriga idrottsrörelsen samtidigt som vi lovar att själva bidra till en positiv utveckling. Tillsammans skapar vi en inkluderande, hållbar och stark idrottsrörelse, på riktigt!



2020

2021

2. En livsstil med fysisk aktivitet

Omkring 3 miljoner människor i Sverige är idag medlemmar i en idrottsförening och många av dessa har träning mer eller mindre som en del av sin livsstil. Att känna lust och ha förutsättningarna att kunna delta i fysisk aktivitet eller idrott och därmed se rörelse, fysisk aktivitet och träning som naturliga delar i sin livsstil ska inte vara ett privilegium, utan en rätt som tillfaller alla. Vi vill se ett friskare och starkare samhälle, där alla kan ha fysisk aktivitet som en del i sin livsstil.

2.1 LUST ATT RÖRA PÅ SIG, TRÄNA OCH UTVECKLAS

Regelbunden fysisk aktivitet ger positiva effekter för alla människor. För personer med funktionsnedsättning är de positiva hälsoeffekterna ännu större. För individen ger träning bättre fysik, starkare psykisk hälsa, bredare sociala nätverk och större självständighet. Många personer med funktionsnedsättning upplever dock idag träning som en börda. Utmaningen grundar sig bland annat i att idrottslokaler ligger för långt bort, de brister i sin tillgänglighet, eller att stödinsatser inte är individanpassade. Vi vet också att många personer med funktionsnedsättning inte känner sig välkomna eller trygga inom idrotten, vilket hela idrottsrörelsen måste arbeta aktivt med på flera plan.

Parasport Sverige lovar att

- fortsätta bygga upp vår kunskap om fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättning i samarbete med Riksidrottsförbundet
- aktivt driva upp frågan om möjlighet att delta i idrott och fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning på den politiska agendan, för att genom det öka den fysiska och psykiska tillgängligheten
- bidra med kunskap och resurser för att träning ska upplevas utvecklande och kännas lustfyllt för personer med funktionsnedsättning
- medvetet arbeta för att stärka förbundets kompetens om inkludering utifrån ett intersektionellt perspektiv

- erbjuda specialidrottsförbund och samhället i stort kompetens i frågor om fysisk aktivitet, idrott och tillgänglighet för personer med funktionsnedsättning
- tydliggöra ett antal konkreta exempel i bemötande av personer med olika typer av funktionsnedsättning samt att ta fram en övningsbank för nyutbildade ledare i idrottsrörelsen
- driva på för att idrottsrörelsen ska bli bättre på att erbjuda utbildning om parasport till tränare och idrottsledare

Krav på idrottsrörelsen att

- sträva efter att träning ska vara utvecklande och lustfylld och säkerställa att tillgänglighet är en given aspekt vid planering och utveckling av idrottsaktiviteter samt event
- Riksidrottsförbundet bör i samarbete med Parasport Sverige bygga upp kunskap om fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättning
- Riksidrottsförbundet bör i samarbete med Parasport Sverige bygga upp en hållbar stödfunktion för utveckling av parasport i Sverige
- ett fördubblat antal idrottsföreningar har idrott för personer med funktionsnedsättning
- ta fram planer för inkludering av personer med funktionsnedsättning i respektive specialidrottsförbund
- säkerställa att parasport ingår i allmänna idrottsledarutbildningar som till exempel "Grundtränarutbildningen (GTU)"

- alla medlemsförbund i Riksidrottsförbundet bör sätta upp mål, arbeta strategiskt och utvärdera sitt arbete för att öka inkluderingen utifrån ett intersektionellt perspektiv

Krav på samhället att:

- tillgängliga träningsanläggningar måste finnas spridda geografisk över hela landet för att säkerställa att alla ska ha nära till träning
- nya träningsanläggningar som konstrueras ska vara tillgängliga, samt att existerande anläggningar renoveras så att de blir det
- tuffare lagstiftning med högre miniminivå för tillgänglighet och ökade möjligheter att sanktionera byggherrar som inte lever upp till kraven
- alla idrottsanläggningar bör ha omklädningsrum som är tillgängliga
- dra nytta av den kompetens som finns och involvera Parasport Sveriges föreningar och distrikt i planering av idrottsanläggningar och ytor för fysisk aktivitet
- med god tidsmarginal arbeta fram handlingsplaner för fortsatt fysisk aktivitet för de personer som ”skrivs ut” från barnhabiliteringen och vuxenhabilitering
- extra kommunala och regionala resurser bör avsättas för idrottsföreningar, distrikt och förbund som behöver stöd i sitt arbete att stärka inkluderingen av personer med funktionsnedsättning
- alla kommuner och regioner bör ha kriterier om inkludering utifrån ett intersektionellt perspektiv vid hantering av bidrag till idrottsföreningar och distrikt

2.2 PARALITEN – FÖREBILDER FÖR ALLA

Det finns en stor bredd inom parasporten, allt från lek till elit. Även om det är genom breddidrotten som vi vinner de största folkhälsovinster, så spelar elitsatsningen en stor roll. Elitidrottare är förebilder och spelar därför en viktig roll både för att parasporten ska kunna nå ut till fler. De stora möjligheterna som finns med paraidrotten försvagas av bristfälliga förutsätt-

ningarna för elitidrottarna och föreningarna. Utöver detta syns paraelitidrottare väldigt lite i föreningskommunikation, genom förbunden och i media. Vi vill se ett gemensamt krafttag för att öka synligheten och förutsättningarna för parasportens elitidrottare.

Parasport Sverige lovar att

- varje elitidrott har en kravprofil och varje elitidrottare har en individuell kapacitetsanalys med tydliga tränings- och tävlingskrav
- regelbundet genomföra tränings- och tävlingsutbyten, främst med de nordiska länderna men också med andra nationer i alla elitidrotter på olika nivåer från ungdomsidrott till seniorlandslag
- driva kampanjer och marknadsföring av elitidrottare inom parasporten som riktar sig brett till idrottsintresserade
- se över ifall vi kan arvoda elitidrottare inom parasport för uppsökande verksamhet gentemot personer som visat intresse för paraidrott

Krav på övriga idrottsrörelsen att

- justera idrottsrörelsens ekonomiska fördelningsnyckel så att parasporten har en stabil ekonomi för att kunna rekrytera och behålla kompetenta och engagerade ledare i sina landslag
- tillse att resurserna till paraelitverksamhet fördelas utifrån specifika kriterier där högrepresterande idrotter i den internationella konkurrensen premieras inför varje verksamhetsår
- uppmärksamma prestationer från elitidrottare med funktionsnedsättning

Krav på samhället att

- införa särskilda möjligheter för att kombinera elitsatsningar och universitetsstudier för paraelitidrottare, till exempel genom att möjliggöra för fler guider, assistenter och medhjälpare eller anpassade studiescheman
- säkerställa att det finns goda ekonomiska resurser till förberedelser och genomförande av Sveriges deltagande i Paralympics

2.3 HJÄLPMEDEL

Många idrotter kräver olika former av hjälpmedel eller redskap för att de ska kunna genomföras. Utgångspunkten är att individen, istället för kommuner eller regioner, är ansvarig för finansiering av hjälpmedel för sport- och fritidsaktiviteter. För många innebär det stora kostnader, vilket kan leda till att idrott väljs bort. Parasport Sverige anser att alla människor ska ha tillgång till de idrottshjälpmedel som behövs för att kunna utöva sin idrott- eller träningsform.

Parasport Sverige lovar att

- finnas som kunskapsbank för att utveckla olika former av hjälpmedel för att säkerställa större individanpassning
- finnas som stöd för föreningar, distrikt eller förbund som vill köpa in hjälpmedel för fysisk aktivitet och idrott, för att skapa en mer tillgänglig verksamhet
- genom medlemsföreningar och distrikt fortsätta arbeta med egna resurser (utrustning eller liknande) som ett komplement till andra insatser för att erbjuda fler möjligheter till fysisk aktivitet och idrott

Krav på idrottsrörelsen att

- säkerställa att det finns Fritidsbanker över hela landet, det vill säga möjlighet att låna idrottsutrustning, även gällande hjälpmedel för personer med funktionsnedsättning
- tillse att det i specialidrottsförbunden finns tillgång till anpassad utrustning för personer med funktionsnedsättning för idrotter som kräver det
- inom respektive specialidrottsförbund driva utvecklingen av idrottshjälpmedel vidare för att förenkla anpassningar och därmed sänka kostnaderna

Krav på samhället att

- personer med funktionsnedsättning ska kunna kompenseras för kostnader i samband med idrottsutövande som överstiger genomsnittskostnaden för att medverka i motsvarande idrottsaktivitet utan en funktionsnedsättning.

2.4 FÄRD TJÄNST

Möjligheten att ta sig till och från träningar är en grundläggande förutsättning för ett aktivt idrottsliv. Vi vet att det finns stora begränsningar när det gäller färdtjänst till och från sport- och fritidsaktiviteter för personer med funktionsnedsättning. Att färdtjänsten regleras i Trafiklagstiftning istället för i Socialtjänstlagen skapar bristande flexibilitet och begränsade möjligheter att ta med idrottspecifika hjälpmedel. Lägg till att färdtjänsten ofta är dålig på att hålla tider så skapas stress och det blir svårare att delta i idrottsaktiviteter. Resor till och från idrottsaktiviteter ska vara en fungerande självklarhet.

Krav på samhället att

- säkerställ att resor till och från idrottsaktiviteter är fritt tillgängliga för alla som använder färdtjänst och riksfärdtjänst
- regleringarna om färdtjänst återförs till Socialtjänstlagen istället för Trafiklagstiftningen för att säkerställa att hänsyn tas till behov och önskemål ur ett individperspektiv
- säkerställ att resenärer alltid har rätt att ta med idrottshjälpmedel och annan träningsutrustning till och från träningstillfället
- ingen med rätt till färdtjänst ska nekas riksfärdtjänst för att ta sig till och från idrottsevenemang som träningsläger, tävlingar med mera

2.5 HABILITERING, REHABILITERING OCH SYNCENTRAL

En förutsättning för att många personer som har någon typ av funktionsnedsättning ska kunna medverka i idrottsverksamhet är att habilitering, rehabilitering och syncentraler fungerar bra. Vi ser att verksamheterna idag har för lite resurser för att kunna ha ett individanpassat bemötande. Att träna in nya färdigheter blir ofta nedprioriterat. Vidare prioriteras träning av funktioner medan perspektivet att hitta det som individen tycker är roligt att göra ofta saknas. Att det finns tillgänglig hjälp och tillräckliga resurser inom dessa verksamheter kan vara avgörande för att en person med funktionsnedsättning ska kunna medverka i idrottsverksamhet.

Parasport Sverige lovar att

- finnas tillgängliga som stöd för att effektivisera och skapa relevans för habiliterings-, rehabiliterings-, och syncentralernas arbete med att fler ska få möjlighet att träna in nya färdigheter
- arbeta för att utveckla fler och bättre övergångar mellan den träning som sker inom hälso- och sjukvården och den träning som individen gör, eller vill börja göra för sin egen skull
- se över möjligheten att bjuda in personal från habiliteringar, rehabiliteringar och syncentraler till årliga regionala och nationella träffar med fokus på utbildning och kunskapsutbyte

Krav på idrottsrörelsen att

- genom lokala idrottsföreningar välkomna individer från habilitering, rehabilitering och syncentraler till regelbunden fysisk aktivitet i vardagen

Krav på samhället att

- resurserna till habiliterings-, rehabiliterings-, och syncentralerna måste öka för att möjliggöra att nya färdigheter kan tränas in
- habiliterings- och rehabiliteringsplaner ska alltid utgå från ett individperspektiv där personens egen vilja och önskan sätts i centrum
- förbättra förutsättningarna för att mer av sjukgymnastiken kan ske inom föreningslivet

2.6 FAMILJENS FÖRUTSÄTTNINGAR

Alla barn ska få goda förutsättningar att utveckla sin personlighet, att bygga självständighet och stärka sitt självbestämmande, vilket idrotten kan bidra till. Ett problem vi ser idag är att många familjer där en eller flera familjemedlemmar har en funktionsnedsättning

har svårare att få ihop livspusslet. Ofta leder det till att både föräldrarnas och barnens träning prioriteras ner. Många barn med funktionsnedsättning utmanas inte tillräckligt i att röra sig fysiskt, misslyckas, och därmed utveckla sin rörelseförmåga. Stödet till familjer där en eller flera familjemedlemmar har en funktionsnedsättning måste öka så att familjens förutsättningar inte försvårar eller till och med omöjliggör fysisk aktivitet.

Parasport Sverige lovar att

- vara en arena där barn kan utvecklas genom att testa sig fram och under uppsikt även göra fysiska aktiviteter där de kan både få lyckas och misslyckas utifrån egna förutsättningar
- erbjuda idrottsverksamhet som är utvecklande, enkel och rolig för personer med funktionsnedsättning, i bästa möjliga utsträckning oavsett ekonomisk, social eller fysisk förmåga
- stötta både föräldrar och barn till ökad förståelse för möjligheterna till fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning

Krav på idrottsrörelsen att

- ta fram nya metoder för att stödja föräldrar till barn med funktionsnedsättningar att delta i idrottsverksamheten

Krav på samhället att

- föräldrar ska informeras och stöttas i att förstå vikten av fysisk aktivitet redan i tidig ålder oavsett funktionsförmåga, och effekterna det kan ha på ett barns självständighet och självkännet
- anpassa kriterierna så att personer med funktionsnedsättning i behov erbjuds stöd inom ramen för LSS så att de kan delta aktivt i fysiska aktiviteter



2020
2021

3. Organisation och föreningar

Organiserad fysisk aktivitet och idrottsaktivitet finner vi inom olika idrottsföreningar, distrikt eller förbund. För att få fler personer med funktionsnedsättning att vara aktiva i föreningslivet så behöver föreningarna förstärkas. De behöver bland annat nå ut bredare, förbättra sin tillgänglighet och sätta stopp för diskriminering. Med starka föreningar kommer vi få en mer välmående befolkning.

3.1 IDROTTEN MÅSTE NÅ UT

Ett gemensamt mål för hela idrottsrörelsen är att nå ut till ännu fler barn, unga och vuxna med och utan funktionsnedsättning än vad vi gör idag. Att nå målet om att aktivera fler personer med funktionsnedsättning är en stor utmaning. Idrottens sociala sammanhang är ofta lika viktig som den fysiska aktiviteten. Brist på kunskap och tid inom idrottsrörelsen begränsar möjligheterna att enkelt nå ut med information, skapa en positiv bild av idrottande och visa på möjligheterna med regelbunden fysisk aktivitet. Idrottsrörelsen har startat ett arbete för att nå fler men mer kommer krävas om idrotten verkligen ska nå ut, kännas välkomnande och attraktiv för alla.

Parasport Sverige lovar att

- ständigt utvärdera hur vi tillsammans med föreningar och distrikt bedriver vår verksamhet för att både behålla medlemmar och nå ut till fler
- förstärka vår förmåga att bistå idrottsföreningar såväl utanför som inom vårt förbund i hur de kan nå ut till personer med en funktionsnedsättning
- samarbeta med andra intresseorganisationer till exempel inom funktionshinderrörelsen för att nå ut bredare

Krav på övriga idrottsrörelsen att

- säkerställa ett tydligt fokus på fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättningar
- knyta starka relationer till Parasport Sverige för att göra föreningar, distrikt och förbund inkluderande för personer med funktionsnedsättning

- ta fram former för ett kompetenscenter där alla nivåer inom idrottsrörelsen får fler plattformar för kunskapsutbyte gällande idrottande för personer med funktionsnedsättning
- genomföra kontinuerliga kartläggningar av det aktuella utbudet av idrottsmöjligheter för personer med funktionsnedsättning inom alla specialidrottsförbund
- årligen genomföra flera insatser och kampanjer för att nå ut brett i målgrupperna
- genomföra riktade satsningar till inaktiva personer med funktionsnedsättning för att motivera fler att börja idrotta och bli fysiskt aktiva

Krav på samhället att

- aktivt förmedla information om de idrottsmöjligheter som finns för personer med funktionsnedsättning
- kommuner och regioner uppmanas att aktivt söka upp och samverka med Parasport Sveriges distrikt för att verksamheten ska nå ut till fler
- kommuner och regioner måste ställa tydliga och mätbara krav på skolor, särskolor, habiliteringscentraler, syncentraler och andra offentligt finansierade institutioner att samverka med den föreningsdrivna parasporten
- kommuner och regioner måste avsätta särskilda medel för rekrytering till fysisk aktivitet och idrott för och med personer med funktionsnedsättning

3.2 SÄTT STOPP FÖR DISKRIMINERING

Att känna sig trygg och välkommen i föreningen är grundläggande för att kunna utvecklas och känna lust att träna. För många är också träningen en form av fristad och chans att koppla bort andra bekymmer eller besvär i livet. Många av våra medlemmar möter dock mycket fördomar och okunskap både i och utanför föreningslivet. Vår målgrupp är överrepresenterade när det kommer till diskriminering, kränkningar och övergrepp. Genom ökad kunskap och förståelse kan vi skapa en idrottsrörelse där fler kan välkomnas, utvecklas och känna lust till träning i en förening.

Parasport Sverige lovar att

- fortsätta sprida kunskap i och utanför parasportförbundet för att minska fördomar, okunskap och diskriminering mot personer med funktionsnedsättning
- bistå övriga idrottsrörelsen med utbildning, vägledning och verktyg för att motverka diskriminering i idrottsrörelsens verksamheter

Krav på idrottsrörelsen att

- säkerställa att idrotten alltid är öppen för alla
- ha absolut nolltolerans mot diskriminering, kränkningar och övergrepp i alla idrottsföreningar, distrikt och förbund samt tydligt utarbetade handlingsplaner för hantering av ärenden som rapporteras
- stöd, råd och hjälp ska ges på alla nivåer – från individ till förbund - i hur de kan motverka kränkningar, diskriminering och övergrepp

Krav på samhället att

- regioner och kommuner ska ha ett kriterium om handlingsplaner för att förebygga och hantera kränkningar, diskriminering och övergrepp vid hantering av bidragsansökningar från föreningar och förbund

3.3 FORSKNING

Även om vi vet mycket om vinsterna med fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning, så behöver vi veta mer. Det finns kunskapsluckor och mycket som vi har en uppfattning om, men där det behövs mer vetenskapligt validerad kunskap. Relevant forskning kommer både kunna förbättra idrottandet och bredda deltagandet i idrotten.

Parasport Sverige lovar att

- fortsätta arbeta för att vara en attraktiv partner till akademiska institutioner

Krav på idrottsrörelsen att

- prioritera forskning kring idrott, fysisk aktivitet och hälsa för personer med funktionsnedsättning

Krav på samhället att

- forskningsområdet idrott för personer med funktionsnedsättning och de samhälleliga vinsterna får mer resurser
- forskning på vilka mekanismer som styr en lyckad inkludering av personer med funktionsnedsättning i en idrottsförening får ekonomiskt stöd
- inkludera personer med olika typer av funktionsnedsättning i samtliga folkhälsoundersökningar där befolkningen i helhet undersöks
- avsätta medel för avgränsade undersökningar av personer med intellektuell funktionsnedsättnings hälsa

3.4 EKONOMI

En grundläggande förutsättning för ett rikt föreningsliv är en god ekonomi. Idag är parasporten i Sverige underfinansierad. Det gör det svårt för specialidrottsförbund och idrottsföreningar att nå ut till nya medlemmar, investera i utrustning, eller på andra sätt utveckla sin verksamhet. 10 procent av befolkningen i Sverige har någon form av funktionsnedsättning, vilket också tydligare bör avspelas i hur resurserna inom idrottsrörelsen fördelas. En idrottsrörelse med rätt fördelade resurser kommer ge ett starkare och friskare samhälle.

Parasport Sverige lovar att

- fortsätta arbeta för att få fram resurser från offentliga institutioner, stiftelser, fonder och erbjuda attraktiva partnerskap till företag

Krav på övriga idrottsrörelsen att

- Riksidrottsförbundet avsätter tillräckliga ekonomiska resurser för framväxten av ett kompetenscenter för idrott och fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning inom ramen för Parasport Sverige
- Riksidrottsförbundet säkerställer att minst 10 % av det statliga stödet till idrottsrörelsen öronmärks till fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättning
- parasportens utveckling ingår i det övergripande arbetet med Riksidrottsförbundets Strategi 2025
- Riksidrottsförbundet säkerställer att Special Olympics-verksamheten för personer med intellektuella funktionsnedsättningar i Sverige har en god finansiering

Krav på samhället att

- minst 10 procent av resurserna till idrottsrörelsen öronmärks till parasporten i Sverige
- det finns öronmärkta medel för fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättning i anslaget till Riksidrottsförbundet
- statliga resurser öronmärks för idrott och fysisk aktivitet för personer med intellektuella funktionsnedsättningar, främst inom Special Olympics-verksamheten, som i dagsläget helt finansieras av Parasport Sveriges egna medel

3.5 ORGANISATION

En fungerande organisering kring parasporten är viktig. På sikt vill vi se att fler parasporter integreras i deras respektive idrottsförbund, och att Parasport Sverige därför bör utvecklas till ett kompetenscenter för frågor om fysisk aktivitet för personer med en funktionsnedsättning.

Vår bestämda uppfattning är att idrottsrörelsen överlag, även inräknat Parasport Sverige, är alldeles för dåliga på att inkludera personer med en funktionsnedsättning som ledare i våra föreningar. Ledarrollen är både en förebild för andra, och stärker samtidigt individen och formar verksamheten. Vi vill se starkare och mer inkluderande föreningar i idrottsrörelsen.

Parasport Sverige lovar att

- bistå övriga specialidrottsförbund vid inkludering av parasportföreningar
- aktivt arbeta för att fler personer som själva har en funktionsnedsättning också är ledare i förbundet och dess föreningar
- utveckla och anpassa våra ledarutbildningar för personer med intellektuell funktionsnedsättning
- vara en självklar samarbetspartner till Riksidrottsförbundet i utvecklingen av ett inkluderande ledarskap genom till exempel utveckling av utbildningar

Krav på övriga idrottsrörelsen att

- etablera ett kompetenscenter för fysisk aktivitet och idrott inom Parasport Sverige
- arbeta aktivt för att fler personer som själva har en funktionsnedsättning är med som ledare i idrottsföreningar
- lyfta goda exempel på föreningar som arbetar med inkluderande ledarskap, samt individer som är goda förebilder för att inspirera andra

Krav på samhället att

- Parasport Sverige ska utgöra en självklar samarbetspartner i processer som handlar om idrott och folkhälsa för personer med funktionsnedsättning
- bidra med extra medel för de idrottsföreningar som arbetar för att personer med funktionsnedsättning också ska kunna vara ledare



2020

2021

4. Samhället runtomkring

För att möjliggöra fysisk aktivitet och idrott krävs det att livet runt runtomkring fungerar. Om samhället inte är inkluderande för personer med funktionsnedsättning kommer fysisk aktivitet och idrottande att prioriteras ner. För att nå en starkare folkhälsa behöver vi ett bättre och mer tillgängligt samhälle.

4.1 SAMVERKAN

När samverkan fungerar kan det underlätta livet på många olika plan och ge nödvändiga förutsättningar för fysisk aktivitet. Ett återkommande problem är hur olika verksamheter runt personer med funktionsnedsättning ser till sina behov snarare än utifrån en samlad bild utifrån individen. Vi vill se starka samarbeten som skapar förutsättningar för fysisk aktivitet.

Parasport Sverige lovar att

- bidra i arbetet med kompetens för att säkerställa en så smidig och effektiv samverkan som möjligt

Krav på idrottsrörelsen att

- med en öppen attityd sträva efter bred samverkan med offentliga och andra ideella aktörer för att på bästa sätt erbjuda fysisk aktivitet och idrott för personer med funktionsnedsättning inom idrotten

Krav på samhället att

- ta fram en sektorsövergripande och samlad politik för parasport och inte enbart se parasporten som en del av idrottspolitik
- regionerna ska ges ett särskilt ansvar för att säkerställa att det finns en sammanhållen strategi för samverkan mellan alla relevanta aktörer kring personer med funktionsnedsättning
- regionerna måste leva upp till kravet om att upprätta individuella planer över insatser inom habilitering och rehabilitering för personer med en funktionsnedsättning
- mer resurser måste ges till civilsamhället för att möjliggöra ökad samverkan mellan olika organisationer

4.2 UTBILDNING

Grunden för fysisk aktivitet läggs i tidig ålder och skolan spelar en viktig roll i barns utveckling. Vi vet dock att skolan för många motverkar snarare än uppmuntrar träning och fysisk utveckling för barn med funktionsnedsättning. Det beror bland annat på brister i den fysiska och psykiska tillgängligheten i skolan, att många inte kan delta i lek och att idrottsundervisningen ofta är begränsad i fråga om tillgänglighet. Inslagen av utbildning om förutsättningar för fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning för idrottslärare är få. Vi tror att genom en mer tillgänglig undervisning och social miljö i skolan skulle rörelseglädje uppmuntras och fler barn känna sig välkomnade in i idrotten.

Parasport Sverige lovar att

- driva frågan att parasporten ska inarbetas i läroplanerna för grund- och gymnasieskolan
- aktivt verka för att kunna finnas som stöd att fler skolor ska ha parasporter

Krav på idrottsrörelsen att

- driva frågan att parasporten ska inarbetas i läroplanerna för grund- och gymnasieskolan

Krav på samhället att

- säkerställa att alla får och kan ta del i skolidrotten, oavsett förutsättningar
- skolpersonal ska få kompetens för att säkerställa att barn och unga med funktionsnedsättningar fullt ut ska kunna delta i lek och det sociala samspelet på rasterna
- alla idrottslärare ska ha kompetens att utbilda elever med funktionsnedsättning

- betygen i idrott och hälsa ska vara rättvisa samtidigt som undervisningen måste kunna anpassas så att elever med funktionsnedsättning får ett betyg som motsvarar faktisk kunskap

4.3 SYSSELSÄTTNING

Att ha en meningsfull sysselsättning påverkar välmående positivt. En meningsfull sysselsättning skapar stabilitet och ägandeskap i vardagen, vilket blir en grundförutsättning att hinna och kunna prioritera fysisk aktivitet. Samtidigt är fysisk aktivitet viktigt för att stärka möjligheterna att göra ett bra jobb och må bra på sin arbetsplats. Många i vår målgrupp menar dock att de inte hinner eller kan prioritera fysisk aktivitet. Därför anser vi det vara viktigt att arbetsplatser och lärosäten gör vad de kan för att underlätta och skapa förutsättningar för fysisk aktivitet och välmående på plats.

Krav på samhället att

- ge idrotten ekonomiska förutsättningar att kunna anställa personer med funktionsnedsättning som livstilslotsar som på individuell nivå stödjer individer ur målgrupperna att hitta till fysisk aktivitet och idrott
- den som förvärvsarbetar en funktionsnedsättning och är aktiv i yrkeslivet eller som student bör erbjudas stöd och hjälp från arbetsplatsen/lärosätet för att säkerställa fysisk aktivitet
- arbetsplatser bör erbjuda friskvårdsbidrag och möjlighet för att sina anställda att träna på arbetstid

4.4 VÅRD

En tillgänglig vård är en grundläggande trygghet för alla, inte minst den som lever ett aktivt liv. Tyvärr är det många som skadar sig eller av andra anledningar är i behov av vård. Det är därför viktigt för oss att det finns ett förtroende för vården. Vi ser väldigt allvarligt på att många blivit oprofessionellt bemötta och känt sig diskriminerade i kontakt med vården. Det är inte minst allvarligt då vi har vittnesmål om att de valt bort

att återigen ta kontakt vid nya eller återkommande besvär. Ingen ska låta bli att leva ett aktivt och hälsosamt liv på grund av att de tidigare blivit illa bemötta eller diskriminerade i vården.

Parasport Sverige lovar att

- bidra med den kunskap vi besitter för att fler vårdinstitutioner ska få högre kunskap om personer med funktionsnedsättningar

Krav på samhället att

- all vårdpersonal ges grundläggande kunskap om olika former av funktionsnedsättningar

4.5 PSYKISK HÄLSA

Psykisk och fysisk hälsa hänger ihop. Vi vet att den som rör på sig och har en god fysisk hälsa också har bättre förutsättningar för en stark psykisk hälsa. Samtidigt vet vi också att den som mår dåligt psykiskt kan ha svårt att motivera sig till att vara fysiskt aktiv, även om det kan vara en av de viktigaste åtgärderna för att börja må bättre. Vår målgrupp är en minoritet där individerna är utsatta för diskriminering eller måste vara beredda på att bli utsatta eller ifrågasatta, vilket för många leder till en psykosocial stress. Sådan stress kallas minoritetsstress. Kombinationen av minoritetsstress, utsattheten, den bristande tillgängligheten och vardagskrångel gör att många inte hittar energin för fysisk aktivitet. Vi tycker att fler ska ha möjlighet att aktivera sig fysiskt, för ett starkare välmående både fysiskt och psykiskt.

Utöver att många andra åtgärder i det här programmet kommer förbättra den psykiska hälsan så har vi några ytterligare förslag.

Parasport Sverige lovar att

- medvetandet och kunskapen om minoritetsstress ska öka i förbundet
- erbjuda arenor för att träffa och träna tillsammans med andra personer med funktionsnedsättning

Krav på övriga idrottsrörelsen att

- medvetandet och kunskapen om minoritetsstress behöver öka inom hela idrottsrörelsen, där samtliga förbund tar ansvar för att upprätta strategier för hur verksamheten ska bli ett verktyg som avstressar deltagarna, inte medför ytterligare stress

Krav på samhället att

- öka kunskaperna om hälsa, fysisk aktivitet och folkhälsa hos personer med funktionsnedsättningar i kommuner och regioner
- alla kommuner ska inkludera personer med funktionsnedsättning i planeringen av det ordinarie folkhälsoarbetet

4.6 ETT SAMHÄLLE FÖR ALLA. PÅ RIKTIGT.

Vi tror att vi genom idrottsaktiviteter på många sätt närmar oss ett samhälle för alla. Idrottens kapacitet att föra människor samman är nästintill unik, vilket vi tycker att samhället i stort och idrottsrörelsen i synnerhet ska ta tillvara. De många olika former av utanförskap som finns i vårt samhälle idag behöver bekämpas på alla samhällsnivåer. Vi i idrottsrörelsen kan och ska göra vårt för ett mer öppet och inkluderande samhälle. Vi vet att möjligheten att samlas i en gemenskap, bygga sociala relationer och utbyta erfarenheter är viktigt för såväl individen som för samhället i stort. Vi behöver därför aktivt arbeta för att undanröja de hinder som finns för att alla ska kunna ta del av idrotten. För ett starkare och mer välmående samhälle behövs en välkomnande och inkluderande idrottsrörelse, för alla.

Parasport Sverige lovar att

- fortsätta att utveckla expertisen kring fysisk aktivitet, idrott och folkhälsa för personer med funktionsnedsättning
- fortsätta vara den starkaste partnern i politik för, och kunskap om, fysisk aktivitet, idrott och folkhälsa för personer med funktionsnedsättning
- undersöka hur idrottsrörelsen arbetar med gränsöverskridande samarbeten i omvärlden
- genom ett fortsatt arbete få personer från olika grupper i samhället att delta i fritidsaktiviteter och bidra till en ökad integration i samhället

Krav på övriga idrottsrörelsen att

- driva frågorna i detta program
- genom ett fortsatt arbete med att få unga från olika grupper i samhället att delta i fritidsaktiviteter bidra till en ökad integration i samhället

Krav på samhället att

- sträva efter att möjliggöra för alla personer med funktionsnedsättning att utöva rätten att vara fysiskt aktiva inom parasporten
- landets kommuner har en policy för att stimulera föreningar att vara tillgängliga för paraidrottare
- föreningar som arbetar aktivt med integration bör få extra ekonomiskt stöd för sin verksamhet

Det Parasportpolitiska programmet har tagits fram med utgångspunkt i studien: Förutsättningar för personer med funktionsnedsättning att nå ett aktivt och självständigt liv – och de hinder som finns på vägen, samt utifrån den breda erfarenhet som finns samlad inom Parasport Sverige.

2020
2021