



Stockholms  
stad



# Idrotts- politiskt program

för Stockholms stad 2018–2022

Stockholm är en fantastisk idrottsstad! Nästan alla olika idrotter finns att utöva i vår stad och idrottsföreningarna engagerar tusentals stockholmare varje dag. Vi vill höja ambitionsnivån ytterligare. Fler måste få möjlighet att idrotta. Att fler får tillgång till idrott är viktigt för att stärka såväl individers välmående som samhällets gemensamma folkhälsa.

Forskningen är entydig: Unga som idrottar får bättre hälsa, presterar bättre i skolan och har större möjlighet att bygga viktiga nätverk för framtiden. Att satsa på idrott är därför av betydande vikt för så väl individen som samhället. En persons bakgrund eller tjockleken på föräldrarnas plånbok ska aldrig få avgöra vem som får eller kan vara med och idrotta. Vi vill istället ge alla chansen att leva ett aktivt liv. Stockholms stads reviderade idrottspolitiska program för 2018–2022 beslutades av kommunfullmäktige den 11 juni 2018 och samtliga partier i Idrottsnämnden står bakom programmet.

Vi ser nu fram emot att tillsammans med idrottsrörelsen arbeta för att alla stockholmare får möjlighet att idrotta och motionera utifrån sina egna förutsättningar.



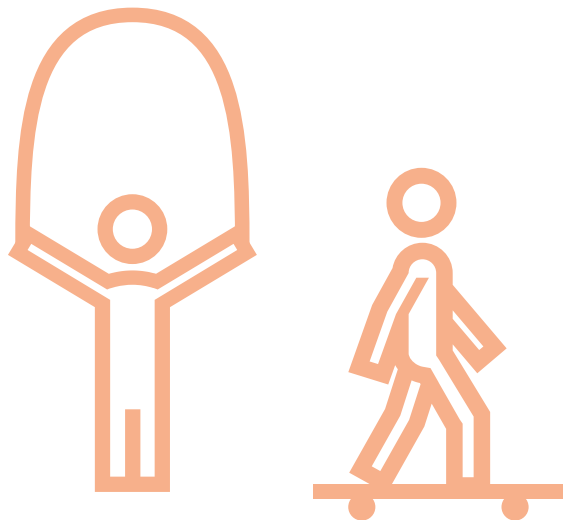
Emilia Bjuggren, idrottsborgarråd

# Inledning

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

Stockholms stads vision är *att* alla stockholmare utövar idrott och motion utifrån egna önskemål och förutsättningar. I Stockholm 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. Stockholm ska bli en stad för alla 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.

I Stockholm är det många aktörer som har ett ansvar för folkhälsoarbetet eller verksamheter inom idrottssektorn. Inom staden finns ett rikt föreningsliv som spänner över ett brett spektrum med allt från natur- och friluftsliv till idrottsföreningar som bedriver verksamhet för både bredd och elit. Ungefär hälften av stadens barn och ungdomar är aktiva i en förening, där de leds av ett stort antal ideella ledare.

Stockholm erbjuder idrott som upplevelse inom en mängd idrotter 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.

I Stockholm finns många gym och ett verksamhetsutbud inom friskvårdsområdet i företagsform eller tillhandahållet av organisationer. Utbudet når ett stort antal stockholmare 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.

Dessutom skattar fysiskt aktiva personer sin hälsa som bättre jämfört med de som är inaktiva. 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 alkohol och tobak mindre utbrett och de fysiskt aktiva skattar sin hälsa och livskvalitet bättre än de fysiskt inaktiva ungdomarna. Att barn och ungdomar har en god självskattad hälsa är av stor vikt då det finns en tydlig koppling mellan självskattad hälsa och förutsägelse av framtida sjuklighet och dödlighet.

Vi lever allt längre. År 2017 beräknas den genomsnittliga livslängden för män vara 80,8 år och för kvinnor 84,3 år jämfört med år 2000 då medellivslängden var 77,4 respektive 82,0 år.<sup>1</sup> 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.

<sup>1</sup> Statistiska centralbyrån, SCB





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

### **Prioriterade grupper**

Stockholms stad ska arbeta för att *alla invånare i Stockholm* ska vara och förbli fysiskt aktiva. Stadens övergripande arbete syftar till att få fysiskt inaktiva i alla åldrar att börja idrotta/motionera.

För att lägga grunden för en fysiskt aktiv livsstil inriktar sig programmet på inaktiva i alla åldrar och särskilt på:

- Ungdomar 13–20 år, särskilt flickor
- Flickor 10–20 år med utländsk bakgrund
- Personer med funktionsnedsättning från 7 år
- Barn och ungdomar 10–20 år med låg socioekonomisk bakgrund

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. I Stockholms stad ska barn och ungdomar ges inflytande och möjlighet att påverka idrotts- och motionsverksamheten. Mobbning, sexuella trakasserier, diskriminering och liknande får inte förekomma och om så sker ska detta kraftfullt bekämpas.

### **Livsnödvärdigt med fysisk aktivitet**

Forskning har visat att stillasittande är en stor riskfaktor i dagens samhälle oberoende av graden av idrottande/motionerande. Många arbeten, likväl som en stor del av skoldagen, 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 vara fysiskt aktiva i sammanlagt minst 150 minuter i veckan utspritt på flera dagar. 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.

Aktiviteten bör inkludera både måttlig och ansträngande 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.<sup>2</sup>

<sup>2</sup> För mer detaljerade rekommendationer se [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

## Stadens nämnder och bolag

Det idrottspolitiska programmet är ett styrdokument för alla Stockholms stads nämnder och bolagsstyrelser. 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.

Ålder	2016	2022	Befolkningsökning
0–5 år	73 139	78 658	5519
6–12 år	70 819	76 499	5680
13–18 år	49 589	61 022	11 433
19–64 år	605 513	651 730	46 217
65 år och äldre	136 559	157 177	20 618
<b>Totalt</b>	<b>935 619</b>	<b>1 025 086</b>	<b>89 467</b>

Befolkningen ökar från 935 000 (2016) till över 1 000 000 (2022) enligt Befolkningsprognos 2017. I åldersgruppen 6–18 år ökar befolkningen från ca 120 000 år 2016 till över 137 000 år 2022.

## Fysisk aktivitet – nuläge och tendenser

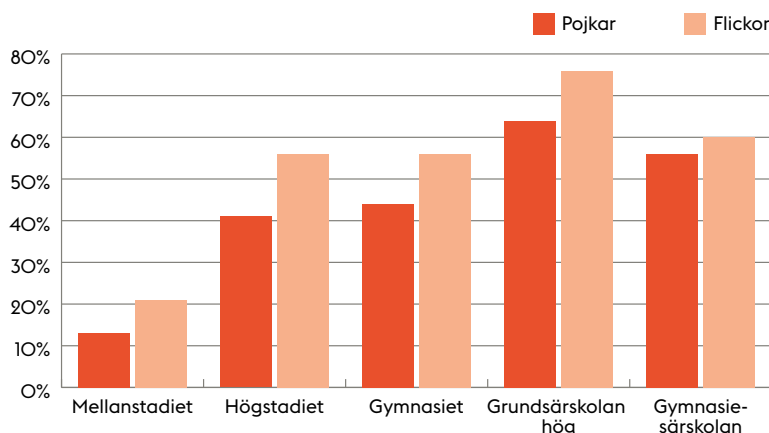
Vilka motionerar?

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. Likaså är barn, ungdomar och vuxna med funktionsnedsättning mindre aktiva än personer utan funktionsnedsättning. Det sker även ett kraftigt tapp i andelen barn och ungdomar som idrottar eller motionerar med ökad ålder. Ungdomar med lägre betyg är mer inaktiva än de med höga betyg och gymnasieungdomar som går på yrkesförberedande program idrottar eller motionerar mindre än de på studieförberedande program.<sup>3</sup>

Idrott genom förening är det vanligaste sättet som barn och ungdomar i Stockholm motionerar på. Många idrottar även utanför idrottsrörelsen, till exempel i stadens verksamhetsutbud, men även i privat regi. Trots detta är ungefär hälften av ungdomarna i högstadiet och gymnasiet fysiskt inaktiva (de har inte idrottat i förening, i annan organisationsform eller på egen hand minst två gånger i veckan på fritiden). I grund- och gymnasie-särskolan är det ungefär 60–70% som inte idrottat/motionerat minst två gånger i veckan på fritiden.

3 Blomdahl, Elofsson, *Jämställd och jämlik! – en studie av hälsa och offentligt resursutnyttjande på fritidsområdet bland barn och ungdomar i Stockholms stad i jämförelse med andra kommuner.*

## Andel (%) fysiskt inaktiva barn och ungdomar i Stockholms stad



Andelen fysiskt inaktiva ökar med åldern från mellanstadiet till högstadiet- och gymnasieåldrarna. I särskolan är andelen allra högst. Andelen flickor som är fysiskt inaktiva är genomgående klart högre än andelen fysiskt inaktiva pojkar.

Med fysiskt inaktiv avses här en person som uppger sig mindre än två gånger/vecka på fritiden varit aktiv genom organiserad verksamhet (idrottsförening eller dans, eller gruppträning eller motsvarande) eller gått på gym eller idrottat spontant/på egen hand.

För särskoleungdomar definieras fysiskt inaktiva något mer subjektivt dvs en person som "inte idrottat/motionerat minst två gånger den senaste veckan på fritiden så att han/hon blivit andfådd eller svettats".<sup>4</sup>

Resultaten är hämtade från forskningsprojektet Ung livsstil 2014–2015.<sup>5</sup>

4 För mer information om mätning av fysisk aktivitet se Blomdahl, Elofsson, *Hur många motionerar/idrottat för lite och vilka är dom?*

5 Blomdahl, Elofsson, *Jämställd och jämlik!*

### Preferenser för idrott och motion

Pojkar i mellanstadiet prioriterar idrotten högst när det gäller kommunala satsningar inom fritidssektorn.

Flickor i samma åldrar anser satsningar på natur viktigare med idrott som andraprioritering. Pojkar och flickor i både högstadiet- och gymnasieåldrarna anser att idrott ska prioriteras högst av de kommunala fritidssatsningarna. Näst viktigast tycker både pojkarna och flickorna att satsningar på fritidsgårdar är.

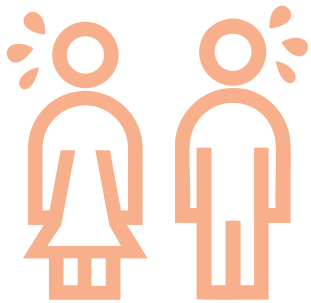
### Vilja att idrotta eller motionera

Det finns stort hopp om att nå ut till fler med fysisk aktivitet! Det är många fler ungdomar som vill idrotta eller motionera än som gör det. 80% av pojkarna och nästan 90% av flickorna i högstadiet- och gymnasieåldrarna

skulle vilja idrotta/motionera på egen hand och ungefär 70% av högstadietungdomarna och över hälften av gymnasieungdomarna skulle vilja idrotta i föreningsregi. Bland högstadietungdomarna är det fler flickor än pojkar som vill idrotta i förening. Mellan 60–70% av både pojkar och flickor i ungdomsåldrarna vill träna på gym och nästan hälften av gymnasieflickorna vill träna gruppträning (t ex bodypump, spinning eller danspass). I högstadietåldrarna vill 30% av pojkarna och 39% av flickorna nyttja motionsspår och i gymnasieåldrarna är motsvarande önskemål 36% respektive 46%.

Även bland ungdomar i särskolan är det fler som vill idrotta/motionera än som gör det. I grundsärskolan är de vanligaste önskemålen om aktiviteter bowling bland både pojkar och flickor och bland pojkar följer gym-





träning och simhallsbesök. Efterföljande önskemål bland flickorna är simhallsbesök och dans och idrott/motion/dans på egen hand. I gymnasiesärskolan vill flest både pojkar och flickor träna på gym följt av bowling och simhallsbesök.

När pojkar och flickor i ungdomsåldrarna tillfrågas vad som är viktigt när de idrottar/motionerar svarar de samstämmigt: att ha kul, att träna och att ha bra ledare/tränare.

Varför idrottar/motionerar inte de idag fysiskt inaktiva trots att de har en positiv inställning? De vanligaste svaren som kommer upp bland både pojkar och flickor i högstadie- och gymnasieåldrarna är att det finns andra saker som är roligare och att de inte orkar.



# Fokusområden

För att nå målet att fler stockholmare ska bli fysiskt aktiva krävs ett långsiktigt strategiskt arbete. Stockholms stad har definierat ett antal fokusområden för att nå dit: jämställdhet och jämlikhet samt tillgänglighet som ska genomsyra alla områden, föreningsliv, övrig organiserad idrott/motion och spontanidrott, samverkan, anläggningar och ytor samt idrott som upplevelse och inspiration.

## Jämställdhet och jämlikhet

Stockholms stad ska erbjuda likvärdiga möjligheter för alla att vara fysiskt aktiva oavsett ålder, kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller socioekonomisk bakgrund. Jämställda och jämlika planerade och genomförda investeringar och verksamheter ska vara en självklarhet i Stockholms stad.

Idrottsnämnden ska verka för ett jämställt och inkluderande idrottande och motionerande genom investeringar i idrottsanläggningar, bidragsgivning till föreningslivet,

tidsfördelning av tränings- och matchtider samt genom att bedriva verksamheter i egen regi. Besökare på stadens idrottsanläggningar ska alltid känna sig välkomna och få ett gott bemötande. Bemötandet ska vara lika gott oavsett ålder, kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller socioekonomisk bakgrund.

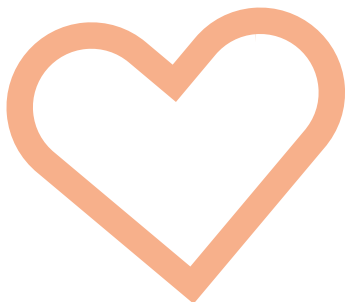
Andelen barn och ungdomar som är fysiskt aktiva minskar drastiskt med ökad ålder. Staden ska därför lägga stor vikt vid att främja fysisk aktivitet bland ungdomar i högstadie- och gymnasieåldrarna.

Det är stora skillnader i andelen fysiskt aktiva mellan olika socioekonomiska grupper där de som har en lägre socioekonomisk bakgrund är klart mindre aktiva. Stockholms stad ska därför rikta särskilda insatser mot att stimulera barn och ungdomar från lägre socioekonomiska grupper till att börja idrotta eller motionera.

Stockholms stads resurser inom idrott och motion, investeringsmedel såväl som medel till verksamheten, ska fördelas på ett sådant sätt att en jämn balans uppnås mellan flickors/kvinnors och pojkars/mäns idrottsutövande. 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.

## Ansvar och uppdrag

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







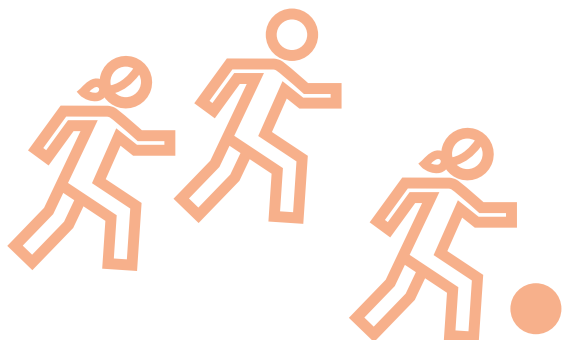
Idrottsnämnden ska medverka till ett jämställt idrottande i Stockholm genom bidragsgivning till föreningslivet, investeringar i idrottsanläggningar eller på annat sätt inom det egna ansvarsområdet.

Idrottsnämnden ansvarar för att utveckla arbetet med idrottskoordinatorer som ska arbeta lokalt för att främja fysisk aktivitet för prioriterade grupper i socioekonomiskt svaga områden.

Stadsdelsnämnderna ansvarar för att en del av fritidslotsarnas arbete syftar till att stimulera till fysisk aktivitet bland individer i de prioriterade grupperna.

Stadsdelsnämnderna ansvarar för att barnen på förskolor ska få möjlighet till en fysiskt aktiv skoldag.

Utbildningsnämnden ansvarar för att högstadieskolor med elever från socioekonomiskt svagare hemförhållanden och gymnasieskolor med yrkesförberedande program stimulerar eleverna till fysisk aktivitet. Detta kan ske med egna insatser eller genom samarbeten med till exempel idrottskoordinatorer och fritidslotsar eller idrottsföreningar.



Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ansvarar för att främja fysisk aktivitet bland ungdomar (13–20 år). Särskilt fokus ska läggas på ungdomar med lägre socioekonomisk bakgrund. Även kulturnämnden ansvarar för detta genom att vissa estetiska verksamheter har inslag av fysisk aktivitet.

Äldrenämnden ansvarar för att främja fysisk aktivitet bland äldre stockholmare.

Alla nämnder ska särskilt stimulera 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, platser och anläggningar ska vara lättåtkomliga för alla. Det handlar om möjlighet att ta sig till platser med kommunala färdmedel, cykel, färdtjänst eller att det finns parkering avsedd för personer med funktionsnedsättning.

Stadens anlagda ytor och anläggningar för fysisk aktivitet ska vara tillgänglighetsanpassade för personer med funktionsnedsättning. Alla idrottsanläggningar i staden ska vara till- och frångängliga och vissa anläggningar ska vara särskilt anpassade efter specifika funktionsnedsättningar. När nya idrottsmiljöer utformas ska de vara universellt utformade för att alla ska kunna använda dessa utan behov av ytterligare anpassning eller specialutformning. 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. Stockholms stad ska bedriva ett aktivt arbete för att skapa idrottsmöjligheter och stötta idrottsverksamheter för personer med funktionsnedsättning, framförallt för personer med intellektuell funktionsnedsättning samt för barn och ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. I verksamheter för personer med funktionsnedsättning ska könsskillnader tas i beaktande även för denna prioriterade grupp.

Stadsdelsnämnderna och idrottsnämnden ska berika utbudet av aktiviteter för personer med funktionsnedsättning. Staden ska även underlätta för dessa personer att medverka i befintligt utbud genom att definiera och undanröja de hinder för deltagande som finns.

### Ansvar och uppdrag

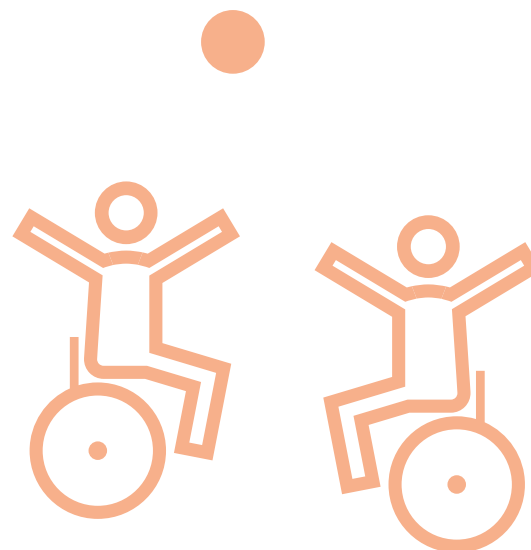
Nätverket *Fritid för alla* ska stärkas och berörda nämnder ska delta aktivt. Stadsdelsnämndernas fritidsverksamheter ska erbjuda barn och ungdomar med funktionsnedsättning en regelbunden fysiskt aktiv fritid.

Stadsdelsnämnderna ansvarar för att personer boende i gruppbostad erbjuds möjlighet till regelbunden fysisk aktivitet.

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

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

Stadsdelsnämnderna och idrottsnämnden ska definiera och undanröja eventuella hinder som finns för att



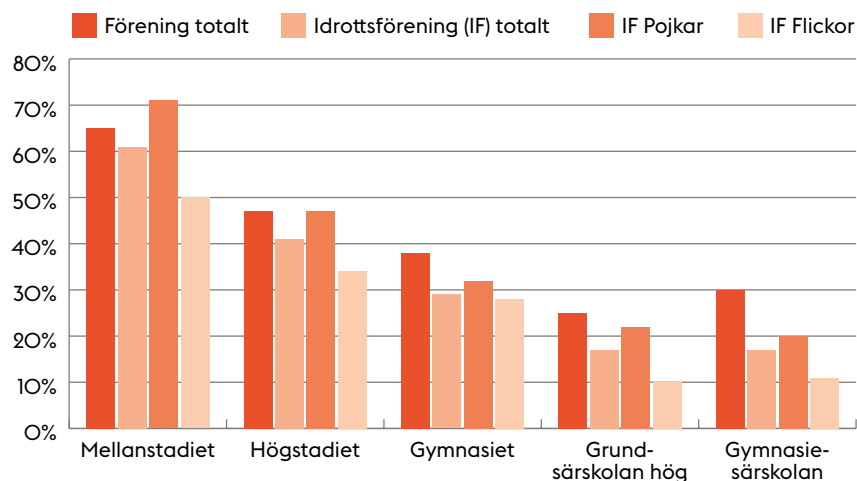
personer med funktionsnedsättning ska kunna delta i idrotts- och fritidsverksamheter.

Utbildningsnämnden ansvarar för att grund- och gymnasiesärskolor stimulerar eleverna till fysisk aktivitet. Detta kan ske med egna insatser eller genom samarbeten med till exempel idrottskoordinatorer och fritidslotsar eller idrottsföreningar.

### Föreningslivet stärker folkhälsan

Föreningslivet i Stockholm 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 (%) barn och ungdomar som är medlem i förening och idrottsförening i olika skolstadier och skolformer.



Det är flest barn i mellanstadieåldrarna som är med i en förening. Medlemskap i idrottsförening är den dominerande föreningstypen.

Det sker ett stort tapp i andelen som är medlemmar i en idrottsförening med ökad ålder och de ungdomar som går i särskolan är med i mycket mindre utsträckning. 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. Alla berörda nämnder och bolag i staden ska arbeta för att skapa goda förutsättningar för stadens föreningsliv att bedriva verksamhet och få fler fysiskt aktiva.

Föreningslivet skapar en meningsfull fritid för många

barn och ungdomar samtidigt som det finns grupper som delvis står utanför, här återfinns de i programmet prioriterade grupperna. En minskning av antal medlemmar sker för många föreningar när ungdomarna börjar i högstadiet och gymnasiet. Stockholms stad och föreningslivet har ett gemensamt ansvar att inspirera och motivera ungdomar att delta i föreningslivet. Under gällande period för programmet ska staden bistå föreningslivet med stöd för hur vi strategiskt och gemensamt får ungdomar att fortsätta vara aktiva i sin förening och hur nya individer kan beredas deltagande.

Det finns idag svårigheter 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 dem som väljer att engagera sig. Det är viktigt att de som engagerar sig i ideell föreningsverksamhet får stöd och kunskap i det arbetet. Stockholms stad ska stötta föreningslivet när det gäller utbildningar för ledare och andra funktioner inom föreningen. Strävan är att alla som arbetar med barn och ungdomar ska ha en grundläggande ledarutbildning. Stadens målsättning är att föreningar ska erbjudas stöd och kunskap om hur man kan arbeta med nyrekrytering, föreningsutveckling och motverkande av mobbning, trakasserier, diskriminering och mot våldsbejakande extremism.

Stockholms stad ska aktivt medverka till att minska administrationen av framför allt bidragshantering för föreningslivet.

### Ansvar och uppdrag

Idrottsnämnden ska ge praktiskt och ekonomiskt stöd till föreningar som bedriver eller vill starta verksamhet 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 eller genom information på skolor, fritids och fritidsgårdar. Staden ska även uppmuntra och stötta föreningar att arrangera aktiviteter under kvällstid eller på helgen för alla ungdomar, det vill säga övrig organiserad idrott/motion eller så kallad drop in-verksamhet.

Idrottsnämnden ska kontinuerligt hålla täta kontakter med såväl Stockholmsidrotten som den förening, stor som liten, som vill engagera sig i att få fler invånare fysiskt aktiva.

Idrottsnämnden ska i dialog med föreningslivet aktivt arbeta för att underlätta administrationen för föreningar.

Idrottsnämnden ska arbeta för att underlätta för föreningar att rekrytera och behålla ledare. Särskilt stöd ges till idrottens eget utbildningsorgan SISU, så att föreningslivet kan erbjuda duktiga och pedagogiska ledare som gör att fler ungdomar lockas att bli aktiva och att fler ska fortsätta vara aktiva längre.

Idrottsnämnden ansvarar tillsammans med stadens föreningsliv för att motverka elittänkande i för tidiga åldrar.

### Övrig organiserad idrott/motion och spontanidrott

För att locka fler invånare till fysisk aktivitet krävs det ett mångfacetterat utbud av idrotts- och motionsmöjlig-

heter i staden. En stor del barn och ungdomar deltar i föreningslivet, men när ungdomarna är i högstadie- och gymnasieåldrarna minskar deltagandet i föreningsidrotten och många önskar istället tillskott och komplement till det traditionella föreningslivet, det gäller även för de vuxna invånarna i staden. För att kunna erbjuda alla 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 drop in-idrott och öppen dansträning för ungdomar i samverkan med fritidsgårdar till gruppträning och gym i sim- och idrottshallarna.

Sim- och idrottshallarna i Stockholms stad har tre miljoner besök årligen. Verksamheterna innehåller gym, bad, gruppträning och kurser och inriktas särskilt på att få fler fysiskt aktiva genom att erbjuda tränings- och motionsmöjligheter på en nivå som alla klarar av samtidigt som det också ska finnas aktiviteter för de som har tränat ett tag och vill utmana sig själva i träningen. Utbudet ska fungera som ett komplement till det övriga utbud som står att finna i Stockholm och verksamheterna bedrivs många gånger i samarbete med andra aktörer som föreningar, organisationer eller privata aktörer. Målgrupperna är alla stockholmare men särskilt de som idag inte idrottar eller motionerar och framförallt de prioriterade grupperna.

Att kunna simma erbjuder stora möjligheter till frihet, rekreation och motion. Det kan dessutom vara en livsnödvändig kunskap. Alla i staden ska ha möjlighet att lära sig simma. Simning ingår som en obligatorisk



del i grundskolans kursplan för idrott och hälsa och den samverkan som skett inom simundervisningen mellan simföreningar, utbildningsförvaltningen och idrottsförvaltningen ska fortgå och utvecklas. Det är särskilt angeläget att öka simkunnigheten bland barn och ungdomar med lägre socioekonomisk bakgrund, bland de med utländsk bakgrund samt bland personer med funktionsnedsättning.

Många stockholmare önskar också 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. Dessa planlagda ytor för spontant idrottande ska upplevas som trygga och säkra för alla att vistas på. Flera forskningsrapporter visar att flickor/kvinnor är underrepresenterade på planlagda utomhusytor för spontanidrott.<sup>6</sup> Staden ska arbeta för att öka nyttjandet av spontanidrottsytor bland flickor/kvinnor och genom detta sträva efter att jämna ut befintliga könsskillnader.

<sup>6</sup> Se till exempel Blomdahl, Elofsson, Åkesson, *Spontanidrott för vilka? En studie av kön och nyttjande av planlagda utomhusytor för spontanidrott under sommarhalvåret* och Fahlén, *Näridrottsplatser och spontanidrott*.

## Ansvar och uppdrag

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.

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

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

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

Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna 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 ansvarar för att det bedrivs 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 hos serveringar, präglas av ett folkhälsoperspektiv.

## 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. Många friskvårdsaktörer etablerar sig i Stockholm och arbetar 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. 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 aktörer 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 kostnads- mässigt fördelaktigt sätt.

Inom Stockholms stad är det av vikt att upprätta organiserad samverkan. Stadens förvaltningar och bolag har tillsammans med föreningslivet och andra aktörer en enorm potential att få fler fysiskt aktiva. I det lokala utvecklingsarbetet är idrott och motion en viktig del. Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna kan genom lokal samverkan och gemensamma insatser bidra till ökad







fysisk aktivitet. Det är särskilt angeläget att gemensamma insatser genomförs i socioekonomiskt svaga områden i ytterstadsstadsdelarna för att öka den fysiska aktiviteten.

För att locka nya grupper till fysisk aktivitet ska stadens idrottsytor kännas trygga och säkra att vistas på. Detta är viktigt inte minst ur ett jämställdhetsperspektiv då fler kvinnor än män upplever otrygghet i utemiljöer. Stadens trygghetsskapande arbete och samarbeten ska därför inkludera idrottsytor i det lokala trygghets- och säkerhetsarbetet.

### Ansvar och uppdrag

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

Vid planering av nya områden och stadsdelar är det av stor vikt att idrotts-, fastighets-, stadsbyggnads- respektive exploateringsnämnden 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. Staden strävar efter att erbjuda invånarna anläggningar som har liten miljöpåverkan och har låg energiförbrukning.

### Vilka anläggningar önskar ungdomar att staden ska satsa på?

Flickor i högstadieåldrarna tycker att staden i första hand ska satsa på gym och i hög grad även på äventyrsbad och simhallar. Pojkar i motsvarande åldrar föredrar i första hand fotbollsplaner men håller med flickorna om att staden ska satsa på gym, simhallar och äventyrsbad samt även parkouranläggningar. Gymnasieflickor tycker också att det i första hand ska satsas på gym men även motionsspår/skidspår, utegym och strandbad. Pojkar i gymnasiet vill i första hand att staden ska satsa på fotbollsplaner och därefter gym, utegym, äventyrsbad och simhall.<sup>7</sup>

7 Åkesson, Blomdahl, Elofsson, *Vilka idrotts-, motions- och rekreationsanläggningar vill Stockholms stads invånare att staden ska satsa på?*



## Vilka anläggningar önskar vuxna att staden ska satsa på?

Vuxna män och kvinnor är överens om att staden i första hand ska satsa på motionsspår/skidspår. Som nummer två på kvinnornas lista kommer simhallar följt av parker och utegym. Männerna önskar utöver motionsspår/skidspår att staden ska satsa på utegym, fotbollsplaner och simhallar.<sup>8</sup>

8 Åkesson, Blomdahl, Elofsson, *Vilka idrotts-, motions- och rekreationsanläggningar vill Stockholms stads invånare att staden ska satsa på?*

Stockholms stads 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 anläggningarna ska vara tillgängliga och öppna för alla invånare i staden under de tider då efterfrågan finns. Idrottsplatser i staden ska utvecklas genom t ex spontanidrottsytor för att kunna erbjuda fler stockholmare möjligheter till fysisk aktivitet. Invånare i staden ska ges möjlighet till inflytande över drift och skötsel av idrottsanläggningar och den egna verksamheten.

Många stockholmare är och vill vara aktiva genom att utöva friluftsliv. Stockholm erbjuder stora möjligheter till detta både i närmiljön genom t ex motionsspår, utegym och strandbad liksom i större friluftsområden som Ågesta och Hellasgården. För en mer utförlig strategi

gällande stadens arbete med friluftsförhållanden se *Stockholms stads strategi för det rörliga friluftslivet 2018–2022*.

För en konkretiserad strategi gällande ytor och anläggningar för idrott/motion se *Långsiktig investeringsplan för stadens idrottsverksamhet*.

## Ansvar och uppdrag

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

Trafik- och renhållningsnämnden ansvarar inom sitt område för att planlägga gång- och cykelvägar så att invånarna enkelt kan få vardagsmotion.

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.

Idrottsnämnden ska vara rådgivande för stadsdelsnämnder och andra nämnder och bolag när det gäller investeringar inom området idrott och motion.

Idrotts-, fastighets-, stadsbyggnads- respektive exploateringsnämnden ska underlätta för byggande och drift av privata idrottsanläggningar.

Idrottsnämnden och utbildningsnämnden 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 har god kvalitet, funktionalitet samt energieffektivitet.

Idrottsnämnden ansvarar för att barn och ungdomar mellan 7–20 år ska prioriteras vid tidstilldelning i stadens idrottsanläggningar på attraktiv kvällstid.

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

### **Idrotten som upplevelse och inspiration**

Idrott är idag en viktig del av evenemangsutbudet i Stockholm. Idrotten har en stark ställning inom underhållningsindustrin och i media och möjligheten till publika idrottsevenemang är betydelsefull i samhället och för Stockholm som en attraktiv evenemangstad. Evenemang spelar en viktig roll i hur Stockholm uppfattas av besökare likväl som invånare i staden. Det ökar stadens attraktionskraft och har potential att skapa en stolthet över Stockholm. Stora evenemang ger tillfällen att positionera Stockholm på den internationella arenan så att fler besökare, företag och investerare upptäcker vår stad. Det bidrar till stadens utveckling, ger arbetstillfällen och positiva samhällseffekter. Stockholms stads målsättning är också att stora idrottsevenemang bidrar till arbetet med att öka den fysiska aktiviteten bland stockholmarna.

Evenemang, stora som små, kan också vara en inspi-

rationsskälla och ett sätt att locka nya utövare till olika idrotts- och motionsformer. Inte minst för nya och mer okända idrotter är evenemang ett sätt att profilera och marknadsföra sig. Idrottsnämnden, stadsdelsnämnderna, Stockholm Business Region med dotterbolaget Visit Stockholm 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 kompetens. För att kunna erbjuda stockholmarna högklassigt arrangerade evenemang är det av stor vikt att förberedelser, genomförande och uppföljning sker i samverkan mellan stadens berörda nämnder och bolag samt med idrottsrörelsen.

Många idrotter och föreningar har trogna supporter-skaror, 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 lätkultur på stadens arenor. Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ska genom Program Supporter verka för att alla ungdomar känner sig trygga när de besöker evenemang och arbeta förebyggande mot rekrytering till våldsamma och kriminella supportergrupperingar.

För att Stockholm regelbundet ska kunna erbjuda invånarna idrott på högsta nivå krävs en elit. Stockholm har idag många lag och individuella idrottare som är bland landets bästa i sin idrott. 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. Stockholms stad strävar efter att ha minst ett stort mästerskap varje år. Staden agerar även för att få hit särskilt stora och unika idrottsevenemang med viss regelbundenhet samt arbetar för att utveckla befintliga återkommande evenemang. Stockholms stads målsättning är att antalet större nationella idrottsevenemang i Stockholm för barn, ungdom och personer med funktionsnedsättning ska öka.

#### Ansvar och uppdrag

Stockholm Business Region med dotterbolaget Visit Stockholm har i uppdrag att medverka till att stora evenemang, däribland idrottsevenemang, förläggs till Stockholm.

Idrottsnämnden ska så långt det är möjligt tillhandahålla anläggningar och kompetens vid evenemang. Det evenemangsbidrag som idrottsnämnden tillhandahåller samt det marknadsföringsstöd som Stockholm Business Region erbjuder internationella evenemang ger möjligheter att utveckla evenemangen, möjliggöra deltagande för alla barn och ungdomar genom inkludering och tillgänglighet samt bidrar till en ökad kvalitet av de evenemang som genomförs. Stadens nämnder och styrelser 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 att 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 supporterulturen.

#### Möjlighet att satsa på idrott

För många ungdomar är det en dröm att lyckas inom sin idrott. Det innebär att dessa ungdomar lägger en stor del av sin fritid på att skapa sig bästa tänkbara grund för att bli så bra som möjligt. Det är huvudsakligen idrottsrörelsen som har möjlighet att bidra till att skapa goda förutsättningar för ungdomar som vill satsa på sin idrott. Staden ska bidra i den utsträckning det är möjligt till att möjliggöra för de ungdomar, i åldern 16–20 år, som vill satsa på sin idrott att kunna göra det. Stockholms stads utgångspunkt är att eventuella satsningar på elitverksamhet ska ske med samtidigt fokus på breddidrotten.

I Stockholm ska all idrottsverksamhet som berör barn och ungdomar utgå ifrån barnperspektivet och staden ska tillsammans med idrottsrörelsen motverka för tidiga elitsatsningar. Det är av vikt att ungdomars satsningar på idrott utgår ifrån ett hälsoperspektiv, ett eget fritt val samt möjliggör utövande av flera idrotter så länge som möjligt.

#### Ansvar och uppdrag

Idrottsnämnden är specialdistriktsförbundens och enskilda föreningars primära samtalspart i staden när det gäller samarbeten och stöttning kring att skapa förutsättningar för ungdomar att nå nationell eller internationell nivå i sin idrott.

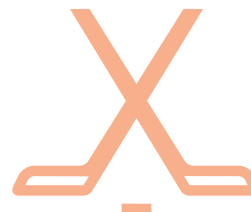
Utbildningsnämnden ansvarar för de skolor som genom olika typer av idrottsinriktningar ger ungdomar möjlighet till extra träningar under skoldagen.





# Ansvar och uppdrag

Utifrån den övergripande målsättningen att få fler stockholmare fysiskt aktiva redovisar respektive berörd nämnd planerade och genomförda insatser i verksamhetsplan och verksamhetsberättelse.



Jämställdhet och jämlikhet	Berörd nämnd
Idrottsnämnden ansvarar för att det vid varje investering och särskild verksamhetsmässig insats för ökad fysisk aktivitet som görs inom nämndens ansvarsområde tydligt framgår vilka som ska nås med investeringen/insatsen.	Idrottsnämnden
Idrottsnämnden ska medverka till ett jämställt idrottande i Stockholm genom bidragsgivning till föreningslivet, investeringar i idrottsanläggningar eller på annat sätt inom det egna ansvarsområdet.	Idrottsnämnden
Idrottsnämnden ansvarar för att utveckla arbetet med idrottskoordinatorer som ska arbeta lokalt för att främja fysisk aktivitet för prioriterade grupper i socioekonomiskt svaga områden.	Idrottsnämnden
Stadsdelsnämnderna ansvarar för att en del av fritidslotsarnas arbete syftar till att stimulera till fysisk aktivitet bland individer i de prioriterade grupperna.	Stadsdelsnämnderna
Stadsdelsnämnderna ansvarar för att barnen på förskolor ska få möjlighet till en fysiskt aktiv skoldag.	Stadsdelsnämnderna
Utbildningsnämnden ansvarar för att högstadieskolor med elever från socioekonomiskt svagare hemförhållanden och gymnasieskolor med yrkesförberedande program stimulerar eleverna till fysisk aktivitet. Detta kan ske med egna insatser eller genom samarbeten med till exempel idrottskoordinatorer och fritidslotsar eller idrottsföreningar.	Utbildningsnämnden
Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ansvarar för att främja fysisk aktivitet bland ungdomar (13–20 år). Särskilt fokus ska läggas på ungdomar med lägre socioekonomisk bakgrund. Även kulturnämnden ansvarar för detta genom att vissa estetiska verksamheter har inslag av fysisk aktivitet.	Idrottsnämnden Stadsdelsnämnderna
Äldrenämnden ansvarar för att främja fysisk aktivitet bland äldre stockholmare.	Äldrenämnden
Alla nämnder ska särskilt stimulera ett ökat idrottande/motionerande bland flickor.	Alla



Tillgänglig idrott och motion	Berörd nämnd
<p>Nätverket "Fritid för alla" ska stärkas och berörda nämnder ska delta aktivt. Stadsdelsnämndernas fritidsverksamheter ska erbjuda barn och ungdomar med funktionsnedsättning en regelbunden fysiskt aktiv fritid.</p>	<p>Idrottsnämnden Stadsdelsnämnderna Utbildningsnämnden Kulturnämnden Socialnämnden</p>
<p>Stadsdelsnämnderna ansvarar för att personer boende i gruppbostad erbjuds möjlighet till regelbunden fysisk aktivitet.</p>	<p>Stadsdelsnämnderna</p>
<p>Idrottsnämnden ska aktivt delta i undergruppen "Nätverket för funktionshindersfrågor" inom "Föreningen för Storstockholms kultur- och fritidschefer".</p>	<p>Idrottsnämnden</p>
<p>Idrottsnämnden ska utveckla utbudet för personer med funktionsnedsättning vid stadens sim- och idrottshallar.</p>	<p>Idrottsnämnden</p>
<p>Stadsdelsnämnderna och idrottsnämnden ska definiera och undanröja eventuella hinder som finns för att personer med funktionsnedsättning ska kunna delta i idrotts- och fritidsverksamheter.</p>	<p>Idrottsnämnden Stadsdelsnämnderna</p>
<p>Utbildningsnämnden ansvarar för att grund- och gymnasiesärskolor stimulerar eleverna till fysisk aktivitet. Detta kan ske med egna insatser eller genom samarbeten med till exempel idrottskoordinatorer och fritidslötsar eller idrottsföreningar.</p>	<p>Utbildningsnämnden</p>

Föreningslivet stärker folkhälsan	Berörd nämnd
<p>Idrottsnämnden ska ge praktiskt och ekonomiskt stöd till föreningar som bedriver eller vill starta verksamhet 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.</p>	<p>Idrottsnämnden</p>
<p>Utbildningsnämnden och stadsdelsnämnderna ska ge föreningar möjlighet att visa upp sin verksamhet genom till exempel prova på-tillfällen eller genom information på skolor, fritids och fritidsgårdar. Staden ska även uppmuntra och stötta föreningar att arrangera aktiviteter under kvällstid eller på helgen för alla ungdomar, det vill säga övrig organiserad idrott/motion eller så kallad drop in-verksamhet.</p>	<p>Utbildningsnämnden Stadsdelsnämnderna</p>
<p>Idrottsnämnden ska kontinuerligt hålla täta kontakter med såväl Stockholmsidrotten som den förening, stor som liten, som vill engagera sig i att få fler invånare fysiskt aktiva.</p>	<p>Idrottsnämnden</p>
<p>Idrottsnämnden ska i dialog med föreningslivet aktivt arbeta för att underlätta administrationen för föreningar.</p>	<p>Idrottsnämnden</p>
<p>Idrottsnämnden ska arbeta för att underlätta för föreningar att rekrytera och behålla ledare. Särskilt stöd ges till idrottens eget utbildningsorgan SISU, så att föreningslivet kan erbjuda duktiga och pedagogiska ledare som gör att fler ungdomar lockas att bli aktiva och att fler ska fortsätta vara aktiva längre.</p>	<p>Idrottsnämnden</p>
<p>Idrottsnämnden ansvarar tillsammans med stadens föreningsliv för att motverka elitänkande i för tidiga åldrar.</p>	<p>Idrottsnämnden</p>

Övrig organiserad idrott/motion och spontanidrott	Berörd nämnd
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.	Stadsdelsnämnderna
Utbildningsnämnden ansvarar för att dagligen erbjuda alla elever i skolan möjlighet till fysisk aktivitet under eller i anslutning till skoldagen.	Utbildningsnämnden
Idrottsnämnden ska erbjuda simundervisning för skolor och allmänhet i stadens simhallar.	Idrottsnämnden
Utbildningsnämnden ska i samråd med idrottsnämnden arbeta fram systematik i uppföljningen av elevernas simkunighet.	Utbildningsnämnden Idrottsnämnden
Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna verkar för att kunna erbjuda en mångfald i anläggningar och ytor som syftar till att främja det spontana idrottandet.	Idrottsnämnden Stadsdelsnämnderna
Idrottsnämnden ska avsätta tider i idrottsanläggningar för verksamhet som syftar till övrig organiserad idrott/motion samt spontanidrott.	Idrottsnämnden
Idrottsnämnden ansvarar för att det bedrivs 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 hos serveringar, präglas av ett folkhälsoperspektiv.	Idrottsnämnden

Samverkan för att fler ska bli fysisk aktiva	Berörd nämnd
Idrottsnämnden ska ta initiativ till att skapa beständiga nätverk med andra kommuner i regionen gällande idrotts- och motionsfrågor.	Idrottsnämnden
Vid planering av nya områden och stadsdelar är det av stor vikt att idrotts-, fastighets-, stadsbyggnads- respektive exploateringsnämnden tillsammans arbetar för att tillräckligt med idrottsmark avsätts och att idrotts- och motionsanläggningar uppförs.	Exploateringsnämnden Fastighetsnämnden Idrottsnämnden Stadsbyggnadsnämnden

Möjlighet att satsa på idrott	Berörd nämnd
Idrottsnämnden är specialdistriktsförbundens och enskilda föreningars primära samtalspart i staden när det gäller samarbeten och stöttning kring att skapa förutsättningar för ungdomar att nå nationell eller internationell nivå i sin idrott.	Idrottsnämnden
Utbildningsnämnden ansvarar för de skolor som genom olika typer av idrottsinriktningar ger ungdomar möjlighet till extra träningar under skoldagen.	Utbildningsnämnden

Anläggningar och ytor för fysisk aktivitet	Berörd nämnd
Stadsbyggnadsnämnden och exploateringsnämnden ska aktivt bidra till att mark och ytor för idrott, motion, lek och rekreation avsätts i tillräcklig utsträckning i den fysiska planeringen. Nämnderna har även 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.	Exploateringsnämnden Stadsbyggnadsnämnden
Trafik- och renhållningsnämnden ansvarar inom sitt område för att planlägga gång- och cykelvägar så att invånarna enkelt kan få vardagsmotion.	Trafiknämnden
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.	Idrottsnämnden Stadsdelsnämnderna
Idrottsnämnden ska vara rådgivande för stadsdelsnämnder och andra nämnder och bolag när det gäller investeringar inom området idrott och motion.	Idrottsnämnden
Idrotts-, fastighets-, stadsbyggnads- respektive exploateringsnämnden ska underlätta för byggande och drift av privata idrottsanläggningar.	Exploateringsnämnden Fastighetsnämnden Idrottsnämnden Stadsbyggnadsnämnden
Idrottsnämnden och utbildningsnämnden ska anpassa öppethållande av idrottsanläggningar utifrån invånarnas efterfrågan.	Idrottsnämnden Utbildningsnämnden
Fastighetsnämnden ansvarar för att stadens byggnader för idrott och motion har god kvalitet, funktionalitet samt energieffektivitet.	Fastighetsnämnden
Idrottsnämnden ansvarar för att barn och ungdomar mellan 7–20 år ska prioriteras vid tidstilldelning i stadens idrottsanläggningar på attraktiv kvällstid.	Idrottsnämnden
Idrottsnämnden och stadsdelsnämnderna ska verka för att idrottsanläggningar, friluftsområden, motionsspår, parker och liknande områden håller en god estetisk, trygg och funktionell nivå för att stimulera till utevistelse och fysisk aktivitet.	Idrottsnämnden Stadsdelsnämnderna

Idrotten som upplevelse och inspiration	Berörd nämnd
Stockholm Business Region med dotterbolaget Visit Stockholm har i uppdrag att medverka till att stora evenemang, däribland idrottsvenemang, förläggs till Stockholm.	Stockholm Business Region AB
Idrottsnämnden ska så långt det är möjligt tillhandahålla anläggningar och kompetens vid evenemang. Det evenemangsbidrag som idrottsnämnden tillhandahåller samt det marknadsföringsstöd som Stockholm Business Region erbjuder internationella evenemang ger möjligheter att utveckla evenemangen, möjliggöra deltagande för alla barn och ungdomar genom inkludering och tillgänglighet samt bidrar till en ökad kvalitet av de evenemang som genomförs. Stadens nämnder och styrelser 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 att profilera nya idrotts- och motionsformer.	Idrottsnämnden Stockholm Business Region AB
Idrottsnämnden ansvarar för att Program Supporter fortlöper och utvecklas för att minska rekryteringen av ungdomar till kriminella och våldsamma nätverk inom supporter-kulturen.	Idrottsnämnden

## Planer och program som berör idrottande i Stockholm

*Gällande idrottspolitiskt program för Stockholms stad antaget av idrottsnämnden 2012 och av kommunfullmäktige 2013.*

- Ett Stockholm för alla – Program för tillgänglighet och delaktighet för personer med funktionsnedsättning (kommande 2018).
- För ett tryggare och säkrare Stockholm – Stockholms stads trygghets- och säkerhetsprogram 2018–2021.
- Fördelningsprinciper av tider i idrottsanläggningar.
- Grönare Stockholm.
- Miljöprogram.
- Nationella idrottsförbunds regelverk.
- Program för barnets rättigheter och inflytande i Stockholms stad.
- Program för ett jämställt Stockholm.
- Program för lika rättigheter och möjligheter oavsett sexuell läggning, könsidentitet eller könsuttryck.
- Program Supporter.
- Reglemente för idrottsnämnden.
- Regler för bidrag till ideella barn- och ungdomsföreningar i Stockholms stad.
- Skolplan.
- Stockholms stads evenemangsstrategi.
- Stockholms stads strategi för det rörliga friluftslivet 2018–2022.
- Stockholms stads vision 2040.
- Översiktsplan för Stockholm.

### Nationell och internationell nivå

- En idrottspolitik för 2000-talet. Riksdagen.
- EU-riktlinjer om fysisk aktivitet Europeiska kommissionen.
- FN:s barnkonvention.
- Global strategy on Diet, Physical Activity and Health WHO.
- Idrottspolitiskt positionspapper, Sveriges Kommuner och Landsting.
- Nationella folkhälsomål. Riksdagen.
- Skollagen. Riksdagen.
- Vitbok om idrott Europeiska kommissionen.

### Idrottsrörelsens program

- RF: Idrotten vill.
- RF: Strategi 2025.

Fotografer: omslag Image Source/Alys Tomlinson, sid 5 Johnér/Johan Ödmann, sid 9 Pawel Flato, sid 11 och 19 Niklas Palmklint, sid 15 Maskot,  
sid 23 Johnér/Cultura Creative, sid 25 Sara Mc Key.



Stockholms  
stad