

Idrottskommitténs förslag

Program för

Idrott, motion, hälsa och en aktiv fritid

Antaget av Ålands landskapsregering

2017-10-16

Innehållsförteckning

ALLMÄNT	2
INLEDNING	3
1. NÅGRA DEFINITIONER	4
2. IDROTTA UTIFRÅN EGNA FÖRUTSÄTTNINGAR - EN VISION	6
3. SÄRSKILDA UTVECKLINGSOMRÅDEN	7
3.1. BARN- OCH UNGDOMSIDROTT	7
3.2. SKOLAN I RÖRELSE	9
3.3. SENIORIDROTT OCH –MOTION	10
3.4. TILLGÄNGLIGHET	11
4. ÖVRIGA VIKTIGA OMRÅDEN	13
4.1 BREDD- OCH MOTIONSIDROTT	13
4.2 EVENEMANG	14
4.3 IDROTTSUTBYTE OCH ELITIDROTT	15
5. ANSVARSFÖRDELNING OCH FINANSIERING	16
5.1 LANDSKAPSREGERINGEN OCH KOMMUNERNA	16
5.2 ÅLANDS IDROTT	16
5.3 RÅDET FÖR IDROTT, MOTION OCH HÄLSA - RIMH	17
6. UPPFÖLJNING AV PROGRAMMET	19
7. INDIKATORER OCH KONKRETA MÅL	20
REFERENSER	21

Allmänt

Den 4 februari 2016 tillsatte landskapsregeringen en kommitté med uppgift att i enlighet med *Regeringsprogram för ett hållbart Åland - kraftsamling för stabilitet och förändring* inleda arbetet med ett idrottspolitiskt program för Åland. I kommittén har ingått representanter för samtliga lagtingspartier. Medlemmarna har varit Susanne Guildford, Ted Häggblom, Mathias Johansson, Hanna Segerström, Pernilla Söderlund, Stephan Toivonen och Göte Winé.

Den 7 juni 2016 tillsattes även en sakkunnig arbetsgrupp med uppgift att utforma ett detaljerat förslag till idrottspolitiskt program på basis av de riktlinjer som ovan nämnda kommitté har utformat. Till arbetsgruppens medlemmar utsågs Stefan Aldeborg, Susan Enberg, Lena Eriksson, Jan Kankkonen, Rebecca Mattsson, Johannes Nordström, Johan Påvals, Ann-Louise Rask, Jan Tuominen, Mona-Lisa Wasström och Edgar Vickström. Idrottsminister Tony Asumaa och kulturchef Jan-Ole Lönnblad har varit kommitténs och sakkunniggruppens ordförande respektive sekreterare.

Arbetet i sakkunniggruppen har skett dels genom gemensamma möten och dels genom att sakkunniggruppen har delats in i mindre grupper som har diskuterat vissa överenskomna teman. En grupp har ansvarat för till exempel barn- och ungdomsidrott, en annan för tillgänglighet och anläggningar och så vidare.

Under arbetet med programmet har sakkunniggruppen föreslagit ett flertal åtgärder för att stimulera idrott, motion och rörelse under den tänkta programperioden 2018-2022. Förslagen presenteras i slutet av varje enskilt kapitel.

I april 2017 överlämnade sakkunniggruppen sitt förslag till kommittén som har arbetat vidare med programförslaget. Kommittén anser sig nu vara klar med sitt arbete och överlämnar härmed förslaget till "Program för idrott, motion, hälsa och en aktiv fritid" till landskapsregeringen.

Mariehamn den 16 oktober 2017

Tony Asumaa, ordf.

Susanne Guildford

Ted Häggblom

Mathias Johansson

Hanna Segerström

Pernilla Söderlund

Stephan Toivonen

Göte Winé

Jan-Ole Lönnblad, sekr

Inledning

År 2014 genomförde Ålands statistik- och utredningsbyrå (ÅSUB) i samarbete med landskapsregeringen en undersökning av ålänningarnas kultur- och fritidsvanor. Undersökningen tog ett brett grepp om hur befolkningen spenderar sin fritid. Den visar att bland de 20 populäraste fritidsintressena kom sådana aktiviteter som kräver fysisk ansträngning först på en sjätte plats med promenad/stavgång. På tionde plats kom cykling och på sjuttonde respektive nittonde plats kom styrketräning och jogging. I topp fanns skärmaktiviteter på dator, mobiler och surfplattor. Undersökningen visar att det finns anledning att främja de fysiska fritidsaktiviteterna inom alla ålderskategorier.

Syftet med det här programmet är att beskriva landskapsregeringens politik på idrotts-, motions- och hälsoområdet, samt de åtgärder som landskapsregeringen planerar att vidta under perioden 2018-2022 för att långsiktigt främja idrotts- och motionsaktiviteterna i landskapet.

Programmet beskriver ett antal målsättningar och åtgärder som ska öka välmåendet, förbättra hälsan och skapa en aktiv och meningsfull fritid för ålänningarna. Sist i texten beskrivs hur programmet är tänkt att förverkligas. De föreslagna åtgärderna ska följas upp med hjälp av ett antal indikatorer som beskrivs på s. 18-19.

Det bör inledningsvis påpekas att detta inte är ett renodlat idrottsprogram. Mellan landskapsregeringen och paraplyorganisationen Ålands Idrott finns en ansvarsfördelning där Ålands Idrott ansvarar för att utveckla den organiserade idrotts- och motionsverksamheten i landskapet. Ålands Idrott beviljar även verksamhetsmedel till sina medlemsföreningar i enlighet med en landskapsförordning (se sidan 17) och utformar egna riktlinjer för idrottsområdet.

Det här programmet gäller främst åtgärder för främjande av fysisk aktivitet vid sidan av den organiserade motions-, bredd- och elitidrotten. Till viss del överlappar landskapsregeringens och Ålands Idrotts ansvarsområden varandra och där så sker avser landskapsregeringen samverka med Ålands Idrott.

Ansvaret för arbetet med de åtgärder som nämns i programmet åligger det nya Rådet för idrott, motion och hälsa som landskapsregeringen tillsätter (RIMH). Rådet beskrivs närmare under kapitel fem. Programmet ska ses som ett levande dokument då förändrade omständigheter och nya insikter under arbetets gång kan göra det nödvändigt och önskvärt att ompröva, precisera och utveckla programmet.

1. Några definitioner

Nedan följer definitioner av några viktiga begrepp.

Hälsa

Världshälsoorganisationen (WHO) beskriver i policydokumentet Ottawadeklarationen från år 1986 att hälsa ska "betraktas som en resurs i det dagliga livet, inte som livets mål. Hälsa är ett positivt begrepp som betonar sociala och personliga resurser såväl som fysisk kapacitet".

Folkhälsa

"Med begreppet folkhälsa avses det allmänna hälsotillståndet i befolkningen, med hänsyn tagen till såväl nivå som fördelning av hälsan. En god folkhälsa är en viktig förutsättning för en hållbar utveckling. Folkhälsan påverkas av många olika faktorer och sambanden mellan livsvillkor, levnadsvanor och hälsa är komplexa. Vissa faktorer kan individen själv påverka, medan andra ligger utanför individens omedelbara kontroll" (Riksidrottens vänner).

Hållbarhet

Utveckling som tillgodoser dagens behov utan att äventyra kommande generationers möjligheter att tillgodose sina behov (Brundtlandrapporten 1987).

Inkludering

En process som syftar till att möta alla olika behov genom att öka tillgängligheten till lärande, kultur och samhälle samt minska exkludering inom en gemenskap, till exempel inom utbildningen. Det centrala i begreppet är att öka individens deltagande och inflytande.

Integration

Invandrarens och samhällets interaktiva utveckling med målet att ge invandraren de kunskaper och färdigheter som behövs i samhället och arbetslivet samtidigt som invandrarens möjligheter att upprätthålla sitt eget språk och sin egen kultur stöds.

Jämlikhet

Avser alla människors lika värde oavsett kön, etnicitet, religion, sexuell läggning, social tillhörighet samt psykiska eller fysiska förutsättningar. Begreppet jämlikhet innefattar såväl individer som grupper. Jämlikhet hör ihop med de mänskliga rättigheterna och det demokratiska rättssystemet.

Jämställdhet

Att på lika villkor ta tillvara flickors/kvinnors och pojkars/mäns resurser, kunskaper och erfarenheter och därmed även öka förutsättningarna för hållbar tillväxt och ett hållbart samhälle. Jämställdhet innebär att män och kvinnor har samma rättigheter, skyldigheter och möjligheter inom livets alla väsentliga områden.

Funktionsnedsättning

I FN-konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning fastslås att funktionsnedsättning innefattar varaktiga fysiska, psykiska, intellektuella eller sensoriska funktionsnedsättningar. Idrottspolitiken ska sträva till att underlätta för funktionshindrades fulla och verkliga deltagande i samhället på lika villkor som andra.

Tillgänglighet

Fysisk tillgänglighet handlar om möjlighet att ta sig fram i den fysiska miljön, det vill säga tillgänglighet i byggnader och utemiljö. Information/kommunikation handlar om möjligheten att tillgodogöra sig information och möjlighet till dialog. Tillgänglig information/kommunikation kan vara en webbplats som är uppbyggd så att alla kan ta del av dess innehåll. Bemötande handlar om samspelet mellan människor där ett tillgängligt bemötande görs korrekt med respekt och förståelse.

Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet är all fysisk aktivitet som förbättrar hälsan och den fysiska kapaciteten utan att leda till skada eller utgöra en risk. Fysisk aktivitet inbegriper bland annat vardagsaktiviteter, transport till fots eller med cykel, friluftsliv, lek, fysisk belastning i arbetet, motion och fysisk träning.

Idrott

Idrott kan brett definieras som "alla de fysiska aktiviteter individen medvetet utför i syfte att behålla och förbättra hälsa och prestationsförmåga, nå tävlingsresultat och rekreation" (Centrum för idrottsforskning, Sverige), **eller** "Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna ha roligt, må bra och prestera mera. Idrott består av träning och lek, tävling och uppvisning" (Svensk Idrott). Beträffande enskilda idrottsgrenar och sporter följer detta program samma kategorier som Ålands Idrott har godkänt (<http://www.alandsidrott.ax/>).

Motion

En planerad eller strukturerad fysisk aktivitet som syftar till att förbättra eller upprätthålla en eller flera komponenter av fysisk kondition som till exempel: syreupptagningsförmåga, muskelstyrka, muskuluthållighet, balans och koordination, rörlighet och kroppssammansättning.

Breddidrott

I breddidrotten är hälsa, trivsel och välbefinnande normgivande, även om prestation och tävlingsresultat ofta tjänar som inspirerande faktorer.

Elitidrott

I den elitinriktade idrotten är prestationsförbättring och goda tävlingsresultat vägledande med organiserad träning flera gånger i veckan.

Barn- och ungdomsidrott

Med barnidrott avses idrott för barn upp till tolv år. Med ungdomsidrott avses idrott i åldern 13-18 år. I huvudsak gäller idrotten för de yngre rörelse, lek, motion och breddidrott.

Senioridrott

Avser i detta program ålderskategorin från 60 år och uppåt.

Spontanidrott

Med spontanidrott menas den idrott/motion som utförs på egen hand eller i grupp utan att någon organisatör eller instruktör/tränare/lärare anordnar/styr.

2. Idrotta utifrån egna förutsättningar - en vision

Åland ska vara ett öppet och inkluderande samhälle där alla garanteras en likvärdig behandling och ges möjlighet att delta och bidra till en positiv samhällsutveckling. Denna tanke ska givetvis även prägla idrott och motion och de åtgärder som görs.

År 2016 fastställde landskapsregeringen en hållbarhets- och utvecklingsagenda för åren 2016-2030. Social hållbarhet och fokus på individens möjligheter att utveckla sina talanger och intressen och att känna sig som en del av samhället är viktiga delar av landskapsregeringens agenda, som i sin tur ansluter till FN:s globala Agenda 2030. Landskapsregeringen anser att allas möjligheter att utöva idrott och annan fysisk aktivitet utgör väsentliga delar av förverkligandet av agendan. Landskapsregeringen avser därför arbeta för en hållbar idrott med följande vision som utgångspunkt:

Alla ålänningar – såväl flickor/kvinnor som pojkar/män - kan tryggt och utan hinder idrotta och motionera utifrån egna förutsättningar, intressen och ambitioner för att utveckla sig själva, främja sin hälsa och livskvalitet, känna social tillhörighet och ha en aktiv och meningsfull fritid.

Idrottens och motionens potential att mångsidigt främja glädje och meningsfull fritid för alla, och en god hälsa och social tillhörighet kan knappast överskattas. Det krävs dock fortlöpande insatser för att en hållbar utveckling ska vara möjlig. Bland annat behövs en kontinuerlig tillgång till kompetenta tränare och ledare och ett finansieringssystem som skapar förutsättningar för ett mångsidigt idrottande med många valmöjligheter för alla. För att uppnå denna mångsidighet kan även andra föreningar än renodlade idrottsföreningar ha en roll.

En annan viktig förutsättning för att visionen ovan ska vara möjlig att förverkliga är att landskapet, kommunerna och idrottsorganisationerna samverkar och för en regelbunden dialog med varandra och med andra instanser.

3. Särskilda utvecklingsområden

Under programperioden 2018-2022 ges barn- och skolidrott, senioridrott och –motion samt tillgänglighet särskild uppmärksamhet.

Fysiskt aktiva barn utvecklar sina motoriska färdigheter, något som samtidigt främjar hälsan och funktionsförmågan. Flera studier visar att barns fysiska aktivitet också förbättrar förutsättningarna för inläring och att klara skolgången. Fysisk aktivitet främjar också den allmänna livskvaliteten.

Tidig aktiv tillvaro gynnar även fortsatt fysisk aktivitet i vuxen ålder och minskar riskerna för sviktande hälsa senare i livet. Med regelbunden fysisk aktivitet enligt rekommendationen menas en aktivitet som utförs dagligen i 30 minuter om den är av måttlig intensitet, alternativt minst tre gånger per vecka om den är högintensiv.

Många seniorer motionerar regelbundet i hög ålder, vilket främjar såväl den fysiska hälsan som välbefinnandet. Alla har dock av olika orsaker inte samma förutsättningar till regelbunden fysisk aktivitet. Därför behöver åtgärder sättas in för att skapa dessa förutsättningar.

Tillgänglighet är ett nyckelbegrepp som ska omfatta hela befolkningen. Det ska vara enkelt att ta sig till idrottsanläggningar och enkelt för alla att använda dem och enkelt att på annat sätt, utifrån sina egna förutsättningar, ägna sig åt hälsofrämjande fysisk aktivitet. Också detta kräver åtgärder för att uppnå ett jämlikt och jämställt utövande av idrott och motion.

3.1. Barn- och ungdomsidrott

”Dagens samhälle möjliggör en fysiskt mycket passiv livsstil om man inte aktivt fäster uppmärksamhet på att få in idrott och motion varje dag. Detta syns inte minst hos barn och unga, som skulle behöva en även större mängd fysisk aktivitet än vuxna för att trygga en frisk uppväxt och utveckling [...] Idrottsföreningsverksamheten har givetvis en viktig roll i utformningen av barns och ungas fysiska och idrottsliga färdigheter samt idrottsliga fostran, men en idrottshobby räcker sällan ensam till för att trygga en tillräcklig mängd daglig fysisk aktivitet”.

Citatet ovan är hämtat från undersökningen ”Barns och ungdomars motions- och idrottsvanor i Finland (LIITU)” av Samfundet Folkhälsan 2016.

Undersökningen gäller skolelever i årskurserna 5, 7 och 9 och har på landskapsregeringens beställning även gjorts bland åländska barn och ungdomar.

Den visar att de unga på Åland rör sig mindre och tillbringar mera tid framför sina datorer eller med sina mobiler och surfplattor än barn i landet i övrigt.

En jämförelse mellan de åländska, de finlandssvenska och de finskspråkiga barnens stillasittande visas nedan:

Dagar	Åland	Finlandssvenska	Finskspråkiga
Vardag	8 h 8 min	7 h 20 min	6 h 55 min
Veckoslut	7 h 8 min	5 h 55 min	5 h 45 min

En jämförelse mellan könen visar att de åländska pojkarna är något mera fysiskt aktiva än flickorna. Detta gäller aktiviteter under veckoslut; under vardagarna är stillasittandet likadant bland pojkar och flickor.

Barnidrottens viktigaste långsiktiga syfte är att väcka ett livslångt intresse för idrott och motion. Landskapsregeringens idrottspolitik ska ha ett särskilt fokus på idrottens möjligheter att främja de ungas fysiska och mentala utveckling och att ge dem möjligheter till livslång, meningsfull fritid och kamratskap. Regelbunden fysisk aktivitet är en positiv faktor i arbetet med att förebygga risk- och missbruk.

En särskild utmaning ur ett folkhälsoperspektiv är att locka inaktiva barn och ungdomar till mera aktivitet. Gällande all organiserad idrott är det Ålands Idrott som har det övergripande ansvaret medan landskapsregeringen har en stödande roll. Särskilda satsningar på barn och ungdomar sker enligt överenskommelse mellan Ålands Idrott och landskapsregeringen.

Målsättningar

- *All barnidrott ska bedrivas utifrån ett barnperspektiv och följa FN:s barnkonvention. Det ställer krav på ledarnas förmåga till flexibilitet, att entusiasmera och ha känsla för barnens behov.*
- *Föreningslivet ska spela en viktig roll i praktiskt demokratiarbete. De yngre ska få vara delaktiga i demokratiska arbetsformer. På det sättet kan deras intresse för föreningslivet och för sin aktivitet främjas.*
- *Ålands Idrotts riktade bidrag till sina medlemsorganisationer för att främja ett mera kravlöst deltagande i breddidrott ska fortsättningsvis prioriteras.*
- *Barn- och ungdomsidrotten ska vara ekonomiskt tillgänglig, det vill säga att medlems- och deltagaravgifter ska hållas på en sådan nivå att ingen känner sig utesluten.*
- *Verksamheterna behöver göras mera flexibla och öppna, så att flera kan ta del av dem. I synnerhet bör möjligheterna och förutsättningarna till idrott och motion för barn som behöver speciellt stöd utvecklas.*

Åtgärder

- *En fortsatt satsning görs på ledar- och tränarutbildning. Utbildningen ska inkludera frågor om jämställdhet, demokrati och interkulturellt bemötande samt barn med särskilda behov och funktionshindrade.*
- *Den nuvarande utlåningsbanken av idrottsredskap vidareutvecklas i samarbete med kommunerna och andra berörda parter.*
- *Särskild uppmärksamhet ska ges till dem som bor där föreningsverksamheten är låg. Gemensamma aktiviteter för barn och föräldrar utvecklas. Åtgärder ska även i övrigt utformas så att de underlättar för vårdnadshavare att låta barnen delta utan alltför stora praktiska eller ekonomiska hinder.*

3.2. Skolan i rörelse

Barnens fysiska aktivitet ska uppmuntras så tidigt som möjligt. Enligt landskapets grunder för förskoleundervisning ska barnen ges möjlighet att vistas utomhus så mycket att de får utlopp för sitt rörelsebehov i leken på ett naturligt sätt. Alla slags vardagstillfällen ska nyttjas för att gynna den fysiska aktiviteten. Här ingår stödjande av barnets grundrörelser så som att åla, krypa, springa, hoppa och balansera. WHO:s rekommendation för skolbarn är minst en timme fysisk aktivitet per dag.

Skolan erbjuder en utmärkt arena för fysisk fostran för alla ungdomar. Skolan och småbarnspedagogiken inom barnomsorgen utgör grundläggande institutioner i samhället. Skolan kan utifrån sin verksamhetsidé beskriva olika tyngdpunktsområden som omfattar fysiska aktiviteter och fostran. Lärarna ska uppmuntras till att skapa ämnesövergripande och årskursöverskridande aktiviteter som utövas regelbundet.

Efter skoldagen finns ytterligare möjligheter att uppmuntra fysisk aktivitet för barnen i årskurser 1-2 (3) genom eftermiddags- och fritidsverksamhet. Sedan några år har Ålands Idrott tillsammans med grundskolorna utvecklat ett projekt kallat "Starka barn" där barnen ges möjlighet till fysiska övningar och att stimuleras till ett livslångt idrottande. Konceptet är intressant och landskapsregeringen anser att det bör ges finansiella och praktiska möjligheter att fortgå och utvecklas.

Målsättningar

- *Varje skola inför mera rörelse och motion under skoldagarna på sitt eget sätt. Det är viktigt att skolan i de lägre klasserna betonar lustfylld lek och rörelse.*
- *Inom Ålands Yrkesgymnasium ska arbetssätt och undervisningsmetoder utvecklas för att uppnå en ökad fysisk aktivitet under skoltid.*

Åtgärder

- *En strategi utarbetas tillsammans med idrottsrörelsen och utbildningssektorn för hur barn och unga kan stimuleras till regelbunden motion och rörelse.*
- *Fritidsverksamheten efter skoltid utvecklas i samarbete med Ålands Idrott och kommunerna.*
- *Den tidigare nämnda LIITU-undersökningen följs upp med en mera omfattande undersökning av unga ålänningars fysiska aktivitet.*
- *Landskapsregeringen undersöker tillsammans med Ålands Idrott möjligheterna och förutsättningarna till att bilda en fristående ideell organisation, Ålands skolidrotts- och fritidsförbund (ÅSIFF), i syfte att koordinera eftermiddagsverksamhet för skolbarn i åk 1-6. Verksamhetsinriktningen är idrott, bild, musik och annan verksamhet som ger barn och ungdomar en meningsfull och aktiv fritid efter skolan.*

3.3. Senioridrott och –motion

Vi lever allt längre. Under 2016 var det fortsättningsvis den äldre delen av befolkningen som ökade mest. De som fyllt 65 år blev nästan 150 personer flera under året jämfört med 2015. Vid årsskiftet 2016/17 bestod åldersgruppen 65+ av 6 169 personer vilket är 21,1 procent av befolkningen. Enligt beräkningar kommer denna grupp att utgöra 30 procent år 2030.

Längre livstid garanterar inte att alla åldras med en god hälsa i behåll. Ett stort antal vetenskapliga studier och rapporter har visat en märkbart positiv hälso- och välbefinnandeeffekt vid kortvarig, måttlig fysisk ansträngning för alla ålderskategorier. Detta gäller inte minst ålderskategorin 65+.

Genom fysisk aktivitet kan en rad sjukdomar såsom hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes samt sjukdomar i skelettet förebyggas. Dessutom kan idrotten erbjuda en social gemenskap, vilket ytterligare stärker välbefinnandet. Aktiva äldre personer som är i god form kan också utgöra en viktig resurs inom idrottsrörelsen och fungera som inspiratörer och ledare för personer som inte har varit så aktiva men som vill börja motionera.

Samtidigt måste man ta i beaktande att de äldre ålderskategorierna inte utgör någon homogen grupp; varje individ har sina egna preferenser och förutsättningar för en aktiv och stimulerande tillvaro. Därför bör utbudet vara mångsidigt på samma sätt som för barn och ungdomar. I ÅSUB:s studie "Ålänningarnas kultur- och fritidsvanor" från 2014 framkom att åldersgruppen 65+ angav att bristande hälsa och tillgänglighet är de vanligaste begränsningarna för utövning av

fritidsaktiviteter. Det är därför viktigt att alla kan erbjudas meningsfulla aktiviteter utifrån vars och ens begränsningar och förutsättningar.

Målsättningar

- *Utbudet av fysiska aktiviteter ska vara tillgängligt och mångsidigt för alla seniorer och en särskild grupp utgörs av dem som bor på vårdinstitutioner och äldreboenden.*
- *Seniorers potential som resurser inom föreningslivets arbete tillvaratas.*

Åtgärder

- *En ledarutbildning genomförs för seniorer som är intresserade av att aktivt medverka i motions- och spontanidrottsverksamhet.*
- *Särskilda medel avsätts i idrotts- och fritidsbudgeten för organisationers arbete med motion och för spontanidrott för äldre.*
- *Landskapsregeringen initierar en landskapsomfattande kampanj för att stimulera äldre till mera fysisk aktivitet. Kampanjen genomförs i samarbete med kommunerna och organisationer inom idrott, motion, hälsa och bildningsverksamhet.*

3.4 Tillgänglighet

Det finns ett trettiotal idrotts- och motionsanläggningar på Åland. Flertalet av anläggningarna ägs och drivs på kommunal basis, men några privata anläggningar finns också. Kommunerna har således en central roll när det gäller tillgängligheten till idrott och motion i landskapet. I begreppet "tillgänglighet" ingår ett flertal olika faktorer som beaktas inom ramen för det här programmet:

- *Idrottsanläggningar ska vara öppna på lämpliga tider. Tider som inte är bokade på förhand ska kunna användas av drop in-motionärer på ett flexibelt sätt. Anläggningarna ska vara tillgängliga för såväl föreningar som oregistrerade grupper och enskilda.*
- *Anläggningarna bör vara anpassade och tillgängliga för personer med särskilda behov. Intresseorganisationerna inom tredje sektorn kan spela en viktig roll när det gäller att definiera och bygga bort hinder och problem. Därför är det viktigt att en aktiv dialog förs med dem som har egna erfarenheter och kunskaper om hur ett jämlikt användande av våra idrottsanläggningar kan uppnås.*

- *Informationen om anläggningarna och om öppethållningen ska vara utformad så att så många som möjligt kan ta del av den på ett enkelt sätt.*
- *Andra aspekter såsom könsöverskridande identitet eller uttryck, sexuell läggning, etnisk tillhörighet eller socioekonomisk bakgrund inkluderas också i ett jämlikt idrottande.*

En anläggnings användbarhet gäller inte bara för aktivt utövande av idrott och motion; en arena måste också vara publikvänlig och tillgodose möjligheterna för personer med funktionsnedsättningar att ta del av idrottstävlingar. Det kan noteras att landskapsregeringen för närvarande arbetar med en uppdatering av åtgärdsprogrammet "Ett tillgängligt Åland". Programmet visar på åtgärder för funktionshindrades jämlika villkor till deltagande och delaktighet. Även beträffande integrationen av nyinflyttade är idrottens potential viktig att ta tillvara. År 2016 fastställdes ett integrationsprogram för perioden 2016-2019. Dessa två styrdokument är viktiga för genomförandet av landskapets idrottspolitik och ska följas upp av idrottsrådet RIMH till den del styrdokumenterna behandlar rådets ansvarsområden.

Målsättningar

- *Personer som flyttar till Åland ska få en god och lättfattlig information om föreningar och aktiviteter.*
- *Anläggningarna ska beakta tillgänglighet för personer med funktionsnedsättning.*
- *Landskapsregeringen prioriterar anläggningsinvesteringar som vid sidan av social, ekonomisk och miljömässig hållbarhet beaktar tillväxt och samhällsutveckling. Detta gäller både renoveringar av befintliga anläggningar och nya anläggningsprojekt.*
- *De som inte har tillgång till en välutrustad idrottsanläggning i sin kommun ska beaktas. Ett exempel kan vara ett system där skolbarn avgiftsfritt kan använda kollektivtrafiken till och från idrotts- och motionsanläggningar inom den egna kommunen. Föreningssamarbetet över kommungränserna underlättas också av ett system med avgiftsfri kollektivtrafik för junioridrottare.*

Åtgärder

- *Landskapsregeringen kan stöda förbättrade digitala bokningssystem så att de blir tillgängliga för alla. Möjligheterna till gemensamma lösningar för idrotterna utreds. Här kan ingå kontaktuppgifter, träningstider och andra viktiga upplysningar.*
- *Information som riktar sig till inflyttade och personer med särskilda behov utformas.*

- *Nya riktlinjer för stöd till kommunala anläggningar utarbetas. I dessa riktlinjer ska ingå kriterier för öppethållning, tillgänglighet, spontanidrott, miljömässigt och ekonomiskt hållbara lösningar och stödmottagarens långsiktiga ansvar för anläggningen.*

4. Övriga viktiga områden

Förutom fokusområdena i avsnitt 3 finns ytterligare några områden som landskapsregeringen avser att uppmärksamma under programperioden: den organiserade bredd- och motionsidrotten, idrottsevenemang på hemmaplan, idrottsutbyte och elitidrott.

4.1 Bredd- och motionsidrott

För den som vill ägna sig åt organiserad idrott och motion är förutsättningarna goda. De cirka 70 idrottsföreningarna och -organisationerna erbjuder mångsidiga och välorganiserade möjligheter till aktiviteter. Det totala antalet medlemskap inom idrottsföreningarna- och organisationerna är cirka 14 000.

Möjligheterna till ekonomiskt stöd för idrotten har varit goda under en lång period. År 2017 stöder landskapsregeringen idrottsverksamheten med 1 560 000 euro och 75 000 euro för investeringar i idrottsredskap. Dessutom kan kommuner och organisationer beviljas bidrag om 25 procent av godtagbara kostnader för större investeringar i idrottsanläggningar. Den organiserade idrotten och motionsverksamheten finansieras huvudsakligen med penningautomatmedel. Därtill beviljas kommunerna landskapsandelar för kommunal idrottsverksamhet.

Vad gäller tränare och ledare är situationen ojämnt fördelad mellan kvinnor och män. Uppskattningsvis är cirka 70 procent av ledarna och tränarna män. Fördelningen är sådan att en del idrotter som lockar många pojkar – till exempel fotboll – huvudsakligen leds och tränas av män, medan kvinnliga tränare och ledare framför allt leder verksamheten inom idrotter som intresserar många flickor såsom till exempel hästsport och gymnastik.

Arbetet med jämställdhet inom idrott och motion pågår kontinuerligt på alla nivåer och landskapsregeringen betonar vikten av att arbetet fortgår. Ålands Idrott har tillsammans med specialförbunden och de enskilda föreningarna ansvaret för utvecklingen av breddidrotten och organiserad motionsverksamhet.

Målsättning

- *En förutsättning är att all organiserad idrott som finansieras med samhällsmedel fortsättningsvis ordnar fortgående utbildning i demokrati, bemötande av personer med funktionsnedsättning och annan inkludering, samt ansvarstagande och känsla för fair play. Detta utvecklingsarbete omfattar såväl aktiva som tränare, funktionärer och föreningsledning.*

Åtgärder

- *Kampanjer ordnas tillsammans med Ålands Idrott för att rekrytera flera ledare. En särskilt prioriterad utbildning gäller ledare för personer med särskilda behov.*

4.2 Evenemang

I det här sammanhanget definieras "evenemangsidrott" som utåtriktade idrotts- eller motionsupplevelser på Åland med ambition att över tid finansiera sig själv utan samhällsstöd. Under en uppbyggnadsperiod kan det dock vara befogat att evenemangsidéer beviljas stöd av landskapsmedel. Trenden verkar för närvarande vara att evenemang i första hand lockar aktiva idrottare och motionärer till eget deltagande i till exempel motionslopp och liknande.

Idrotts- och motionsevenemang kan vara av betydelse av flera skäl. De inspirerar till träning då det finns intressanta evenemang och tävlingar att sikta mot. Turismen gynnas, särskilt om evenemangen förläggs utanför egentlig högsäsong, och varumärket Åland stärks genom att förknippas med idrott och hälsa på ett sätt som lockar besökare.

Målsättningar

- *Idrottsevenemang bör vara av sådan kvalitet att de i princip har möjligheter att bli ekonomiskt självbärande efter ett initialskede. Det ligger dock i sakens natur att ett nytt evenemang behöver tid och kontinuitet för att utvecklas till sin slutliga nivå.*
- *Nya evenemangsidéer som kan förväntas ha en positiv inverkan på idrottsturismen på Åland ska ha möjlighet till samhällsstöd under en uppbyggnadsfas.*

Åtgärder

- *De riktlinjer för idrottens finansiering som landskapsregeringen utarbetade i samråd med Ålands Idrott 2014-2015 kompletteras med ett- eller fleråriga satsningar på teman eller tyngdpunktsområden som bör få särskild uppmärksamhet under en viss period.*
- *Stödformer för idrottsturismen utarbetas och utvecklas.*

4.3 Idrottsutbyte och elitidrott

Nationellt och internationellt idrottsutbyte är en viktig del av idrottsrörelsen. Både breddidrottare och elitsatsande idrottare får stimulerande impulser för fortsatt engagemang och egen utveckling genom idrottsutbytet. Sådant utbyte understöds i olika former av landskapsregeringen och gäller både aktiva och ledare.

Idrottare på elitnivå är inspiratörer och förebilder för barn och ungdomar. Genom goda tävlingsresultat sätter de också Åland "på kartan" och har på det sättet betydelse för samhällets synlighet i stort, så även om elitidrotten utgör en liten del av den totala tävlingsidrotten har den betydelse.

För att det över huvudtaget ska finnas elitverksamhet inom idrotten på Åland krävs en rad grundförutsättningar:

- *En stor breddverksamhet där idrotten ska vara öppen för alla*
- *Ändamålsenliga idrottsanläggningar*
- *Välutbildade ledare och tränare*
- *Möjlighet till kontinuerlig fortbildning av ledare och tränare*
- *Finansiering för att få ovanstående punkter att fungera.*

Beträffande sistnämnda punkt ovan kan noteras att Ålands Idrott beviljar stipendier till idrotten. Det finns ett klart regelverk gällande sökande av stipendier och på vilka grunder man får ta del av dem. Det är givetvis också viktigt att en elitsatsning sker under trygga förhållanden, det vill säga att idrottaren ges sakkunnig och engagerad coaching under säkra förhållanden. Ovan nämnda faktorer är givetvis gemensamma med breddidrotten och ska därför beaktas för den organiserade idrotten i sin helhet.

Målsättningar

- *Både ungdomar och vuxna ska ha möjligheter att delta i idrottstävlingar i enlighet med visionen på sidan 6.*
- *Elitsatsningar ska fortsättningsvis stödas och Internationella framgångar premieras.*
- *Vid beviljande av investeringsstöd till befintliga och nya idrottsanläggningar ska tillgänglighet och ändamålsenlighet kunna påvisas av sökanden. En investering som stöds av landskapsmedel ska också uppfylla internationell idrottslig standard där det anses vara nödvändigt och av stor relevans.*

Åtgärder:

- *Möjligheterna för Åland att bredda det internationella idrottsutbudet och samarbetet undersöks.*
- *Landskapsregeringen kartlägger under programperioden idrottsanläggningarna på Åland och ser över vilka idrottsanläggningar som i första hand eventuellt bör uppgraderas till internationell standard.*
- *Riktlinjerna för landskapsstöd till investeringar i anläggningar och redskap revideras.*

5. Ansvarsfördelning och finansiering

Landskapsregeringen och kommunerna ansvarar för att skapa allmänna förutsättningar för idrotts- och motionsverksamhet i landskapet. Kommunerna beviljas årliga landskapsandelar för både idrotts- och ungdomsverksamhet. Som framkommit i tidigare kapitel har även Ålands Idrott i egenskap av paraplyorganisation för organiserad idrott och motion en betydelsefull roll. En ny aktör, Rådet för idrott, motion och hälsa (RIMH), tillsätts med uppgift att på ett tvärsektoriellt sätt hantera och koordinera ärenden och frågeställningar som nämns i detta program.

5.1 Landskapsregeringen och kommunerna

Kommuner, sammanslutningar eller stiftelser kan enligt landskapsregeringens prövning beviljas landskapsunderstöd och lån för anläggningsprojekt som avser idrottsanläggningar med tillhörande fritidsutrymmen.

Landskapsregeringen kan bevilja understöd för planerings- och forskningsarbete inom idrott, motion och hälsa. Därutöver kan understöd också beviljas för andra ändamål som främjar verksamheter inom idrott, motion och hälsa enligt 27 § Idrottslag 1983:42 för landskapet Åland.

5.2 Ålands Idrott

Ansvar för ordnandet av idrottsverksamheten vilar på de enskilda föreningarna och organisationerna. Ålands Idrott (Ålands Idrottsförbund r.f.) är paraplyorganisationen för den organiserade idrotten och motionsverksamheten i landskapet.

Ålands Idrott ska i enlighet med en landskapsförordning från 1999 fördela och betala ut landskapsunderstöd till sina medlemsorganisationer. Det innebär också ansvar för särskilda satsningar som till exempel utbildning av tränare och ledare bland medlemsorganisationerna.

Landskapsregeringen besluter efter diskussion med Ålands Idrott om de allmänna villkoren för fördelningen och utbetalningen av understöden till idrottsorganisationer och -föreningar.

5.3 Rådet för idrott, motion och hälsa - RIMH

I samband med ikraftträdandet av det här programmet avser landskapsregeringen tillsätta ett råd för idrott, motion och hälsa (RIMH) för att bland annat förverkliga detta program. RIMH:s mandat gäller i första hand perioden 2018-2022, dock så att rådets medlemmar inledningsvis tillsätts för perioden 1.1.2018 - 31.12.2019. Medlemmarna kan därefter antingen bytas ut eller fortsätta enligt egen önskan.

Rådet för idrott, motion och hälsa ska i första hand fungera som en övergripande tvärssektoriell styrgrupp för att säkra att de åtgärder som nämns i detta program förverkligas. Rådet utarbetar förslag som fastställs av landskapsregeringen.

Till RIMHs övriga uppgifter hör att:

- *följa upp de åtgärder som vidtas med anledning av det här programmet.*
- *lyfta fram motionen som en central del i fråga om att främja hälsa och välfärd samt förebygga sjukdomar och stärka motionens ställning i det åländska samhället.*
- *främja fysisk aktivitet bland ålänningar genom tvärssektoriellt samarbete mellan flera olika förvaltningsområden.*
- *ta initiativ till och avge utlåtanden i övergripande frågor som gäller idrotts-, motions-och hälsopolitik.*
- *föreslå revideringar och ändringar av detta program då behov föreligger.*
- *Föreslå och genomföra tvärssektoriella friskvårdsstödjande åtgärder i samarbete med andra aktörer.*

RIMH ska ha sakkunskap på områden med nära anslutning till idrotts- och motionsverksamhet samt hälsa och välmående såsom:

- *folkhälsa*
- *integration, tillgänglighet och jämställdhet*
- *den organiserade idrotts- och motionsverksamheten inom Ålands Idrott*
- *barn- och ungdomsverksamhet*
- *seniorverksamhet*
- *barndagvård, skola och utbildning*
- *kommunerna och landskapet*

Övrig sakkunskap anlitas av RIMH vid behov. För att utveckla folkhälsan ges RIMH i uppgift att tillsammans med den organiserade idrottsrörelsen och med kommunerna arbeta för att:

- *särskilda aktiviteter med inriktning på barn och unga förverkligas ute i alla kommuner.*
- *kunna förverkliga enklare anläggningar såsom öppna ytor, hinderbanor och utegym.*
- *införa gratis drop in-tider (spontanidrott) i befintliga kommunala anläggningar.*
- *jämställa användarna av anläggningarna oberoende hemkommun och rättvis tillgång till anläggningarna mellan flickor/kvinnor och pojkar/män.*
- *öka kraven på anläggningarnas tillgänglighet i samband med nybyggnation och renoweringar.*
- *initiera arbetet med en revidering av Idrottslag för landskapet Åland.*

Ytterligare uppgifter som kan ankomma på RIMH är att initiera samordnade tvärssektoriella aktiviteter och projekt inom motion och hälsa och även forsknings- och utredningsprojekt.

RIMH

- rådet för idrott, motion och hälsa



6. Uppföljning av programmet

Målsättningen med detta program är att stimulera alla ålänningar i alla åldrar till att bli fysiskt aktiva och främja allas välmående. Det viktigaste arbetet med att nå målsättningarna i programmet börjar efter att detta antagits.

Avgörande för i vilken utsträckning programmet blir en framgång är hur väl programmet förankras och följs upp i berörda verksamheter. Programmet ska vara ett "levande" dokument, det vill säga att föreslagna målsättningar och åtgärder kan utvecklas och få ett nytt fokus om nya situationer eller frågeställningar uppkommer.

Hur når vi målsättningarna?

- *Programmet ska hjälpa till att utveckla och uppmuntra till aktiviteter inom idrott, motion och hälsa.*
- *Ålands Idrott sprider aktivt programmet i föreningslivet via sina kanaler.*
- *RIMH och Ålands Idrott bjuder tillsammans in alla aktörer till samtal om gemensamma insatser för att förverkliga intentionerna och åtgärderna i detta program.*
- *RIMH och Ålands Idrott bjuder tillsammans in föreningar, organisationer och kommuner för att gemensamt formulera en handlingsplan för hur programmet kan bli en del i planeringen av den egna verksamheten.*
- *Kommunerna och nämnderna har ett särskilt ansvar för att samordna kommunens arbete med programmets genomförande för deras del.*

7. Indikatorer och konkreta mål

Under programperioden ska åtgärderna i detta program utvärderas och de kan också komma att justeras vid behov. Uppföljning ska ske vartannat år. Efter en första undersökning kan närmare preciseringar av konkreta mål utformas. RIMH ges i uppdrag att tillsammans med Ålands Idrott och ÅSUB utforma indikatorer. Här följer några exempel på indikatorer som kan ge besked om resultaten av arbetet med åtgärderna:

- *Fördelning av nya investeringar och renoveringar mellan män och kvinnor utifrån preferenser och faktiskt utövande.*
- *Andel fysisk aktiva flickor och pojkar.*
- *Andel fysiskt aktiva flickor och pojkar med utländsk bakgrund.*
- *Andel fysiskt aktiva kvinnor och män.*
- *Andel barn och ungdomar med funktionshinder som deltar i fritidsverksamhet.*
- *Antal medlemskap i föreningar, flickor och pojkar 7-20 år.*
- *Antal medlemskap i föreningar, kvinnor och män 21-64 år.*
- *Antal medlemskap i föreningar, kvinnor och män över 65 år.*
- *Hur nöjda ungdomar och seniorer är med tillgången till organiserad idrott/motion.*
- *Hur nöjda ungdomar och seniorer är med tillgången till spontanidrottsytor.*
- *Andel skolor som erbjuder elever minst 30 minuters fysisk aktivitet under skoldagen.*
- *Andel simkunniga elever i årskurs 6.*

Nedan följer några konkreta mål för det idrottspolitiska arbetet under programperioden. De följer WHO:s rekommendation om skolbarns fysiska aktivitet som bör vara är minst 1 timme fysisk aktivitet per dag.

År 2021 ska minst:

- **50 %** av alla elever i lågstadiet motionerat/ tränat minst 1 timme per dag
- **25 %** av alla elever i högstadiet motionerat/ tränat minst 1 timme per dag
- **20 %** av alla elever i gymnasiet motionerat/ tränat minst 1 timme per dag

Ålands Idrott gjorde år 2014 en enkät bland nästan 1000 ungdomar om idrotts- och motionsvanor. Enkäten kan ligga till grund ett fortsatt arbete med indikatorer och mål.

Referenser

Barn och ungdomars motions- och idrottsvanor i Finland (LIITU). Samfundet Folkhälsan m.fl. 2016. Tryck: Silverprint Oy Ab 2017. Utgivare: Ålands landskapsregering

Barn- och ungdomsidrott. Norrbottens idrottsförbund.

<http://www.rf.se/Distrikt/norrbottensidrottsforbund/Undermeny/Fokusomraden/Barn-ochungdomsidrott>

Hållbar idrott. Idrottspolitiskt program. Handlingsplan 2014-2016. Gävle kommun.

www.gavle.se/Global/.../idrottspolitisktprog%20webb%202017.pdf

Idrettspolitisk dokument 2015-2019. Norges Idrettsforbund.

<https://www.idrettsforbundet.no/om-nif/idrettspolitisk-dokument-2015-2019/>

Idrott och hälsa har en given plats i skolan. Svenska dagbladet, Jacob Gudiol, 18 september 2014.

<https://www.svd.se/idrott-och-halsa-har-en-given-plats-i-skolan>

Idrott och motion – 60 plus. Sveriges Riksidrottsförbund.

http://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/dokument/motionsidrott/idrott_och_motion_60plus.pdf

Idrottspolitiskt program för Linköpings kommun 2008-2015. Linköpings kommun.

<http://www.linkoping.se/kommun-och-politik/fakta-om-linkoping/regler-och-styrande-dokument/styrande-dokument/program/idrottspolitiskt-program/>

Idrottspolitiskt program 2013-2017. Stockholm (PDF).

<http://www.stockholm.se/KulturFritid/Simma-och-trana/Idrottspolitiska-programmet1/>

Ålands Idrott

- Målprogram för åländsk idrott. Ålands Idrott. www.aif.ax

- Ungdomars idrotts- och motionsvanor, enkät 2014

Rekommendationer för fysisk aktivitet under de första åren. Glädje, lek och gemensamma aktiviteter (PDF). Undervisnings- och kulturministeriet 2016:24.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/.../okm24.pdf?...>

Riktlinjer och bestämmelser för barn- och ungdomsidrotten på Åland. Ålands Idrott www.aif.ax

Svensk idrottsforskning 3/2013. Centrum för idrottsforskning.

<https://centrumforidrottsforskning.se/paper/svensk-idrottsforskning-nr-32013>

Spontanidrott för vilka? Stockholms stad (PDF) www.stockholm.se

Ålands lagsamling. <http://www.regeringen.ax>

- Idrottslag (1983:42) för landskapet Åland
- Landskapslag (1993:72) om planering av och landskapsandel för undervisnings- och kulturverksamheten
- Landskapsförordning (1999:3) om överföring av vissa förvaltningsuppgifter på Ålands Idrottsförbund

Ålands landskapsregering <http://www.regeringen.ax>

- Hälsopolitiskt program 2010-2020
- Grunderna för förundervisningen för barnomsorgen i landskapet Åland 2013
- Integrationspolitiskt program 2016-2019
- Regeringsprogram för ett hållbart Åland - kraftsamling för stabilitet och förändring (2016-2019)
- Utvecklings- och hållbarhetsagenda för Åland (2016)
- Åtgärdsprogrammet Ett tillgängligt Åland 2013-2016

Ålänningarnas kultur- och fritidsvanor. Rapport 2014:6. Ålands statistik och utredningsbyrå (ÅSUB)
www.asub.ax/sites/www.asub.ax/files/reports/rapport_2014_6.pdf

