

# ÉN IDRETT – LIKE MULIGHETER

Parastrategi for norsk idrett,  
2022 – 2027



NORGES  
IDRETTSFORBUND



*For at mennesker med funksjonsnedsettelse skal oppleve glede ved idretten, er det både viktig at en skaper gode sosiale miljøer, og at trenere innehar kompetanse til at den enkelte kan oppleve mestring og utvikling.*

Norges idrettsforbund

<b>INNLEDNING</b> .....	4
Utarbeidelse av parastrategien.....	5
Sentrale innsatsområder for paraidretten .....	6
Premisser for å lykkes.....	6
Registrering og definisjon.....	6
Finansiering.....	7
Rolleavklaring og forankring av strategien .....	7
<b>IDRETTENS VERDIGRUNNLAG</b> .....	8
Visjon og formål .....	8
Virksomhetsidé .....	8
Overordnet mål.....	8
Grunnleggende veivalg.....	8
Organisasjonsverdier .....	8
Aktivitetsverdier .....	8
Etiske leveregler .....	9
<b>STRATEGISKE MÅLOMRÅDER PARAIIDRETT</b> .....	10
Breddeidrett.....	10
Toppidrett .....	11
Kompetanse .....	12
Kommunikasjon .....	12
Anlegg.....	14
Aktivitetshjelpemidler, tegnspråktolk og ledsagerordninger.....	15
Partnerskap og samarbeidsaktører.....	15

# INNLEDNING

Visjonen «Idrettsglede for alle» sier alt. Den signaliserer en ambisjon om å nå alle, og den legger et viktig verdielement inn i både visjonen og idretten. Idrettsaktiviteten skal gi glede! Det er en visjon som uttrykker en intensjon om at idrettens tilbud skal være samlende og tilgjengelig for alle som ønsker å delta.

Idrettsglede for alle er en inkluderende visjon. Den gir retning for norsk idretts ambisjon om å gi et mangfoldig tilbud der flest mulig finner seg til rette, og får utvikle seg i tråd med egne ønsker og behov. Visjonen bereder grunnen for *én idrett – like muligheter*. For alle.

Visjonen forplikter alle organisasjonsledd, fra den første leken med idrett og fysisk aktivitet i regi av idrettslagene, til tilretteleggingen for den absolutte toppidretten.

Parautøvere er mennesker med bevegelses-, syns-, hørsels- og/eller utviklingshemming. Parastrategien er laget for å nå denne målgruppen. Den henvender seg til alle idrettens organisasjonsledd, og beskriver viktige satsingsområder med mål og konkrete virkemidler.

Norges idrettsforbund har vedtatt at alle særidretter skal ha et helhetlig ansvar for alle utøvere som ønsker å ta del i deres idrett. I prinsippet er det en selvsagt ambisjon i et land som ikke skiller mellom mennesker med og uten funksjonsnedsettelse i skole eller i arbeidsliv, men det er også en krevende ambisjon for alle idretter, i alle idrettens organisasjonsledd.

Derfor er det helt vesentlig å jobbe kontinuerlig for at det skal bli bedre og enklere å delta for mennesker med funksjonsnedsettelse i norsk idrett. Norges idrettsforbund er opptatt av at parautøvere så langt det er mulig, skal ha mulighet til å drive den idretten de selv ønsker, der de selv ønsker.

Et svært viktig virkemiddel for å gjøre det lettere for idrettens organisasjonsledd å inkludere mennesker med funksjonsnedsettelser er en gjennomgripende og helhetlig strategi. Denne parastrategien er et rammeverk for nettopp å kunne legge bedre til rette for rekruttering, deltakelse, utvikling og mestring, og – for dem som ønsker det – prestasjoner på toppnivå.

Erkjennelsen av paraidrettens kompleksitet når det gjelder behov, gjør det nødvendig med en bredspektret tilnærming til satsingsområder og virkemidler. Det er ikke ett enkelt virkemiddel som alene vil løfte målgruppens deltakelse i organisert idrett, men summen av målrettede tiltak innenfor flere satsingsområder.

Nøkkelen til suksess ligger i å identifisere og gjennomføre tiltak som gir flere i målgruppen et ønske om å begynne med idrett, og en glede over å utøve idretten når de først er i gang (Oslo Economics, 2020).



Foto: Norges skiforbund, Alpent

## UTARBEIDELSE AV PARASTRATEGIEN

I 2022 er det 15 år siden prosessen med å integrere paraøvere i alle særforbund var fullført, og Norges Funksjonshemmedes idrettsforbund ble oppløst. Siden den gang har det vært gjort en bred innsats i hele idrettsorganisasjonen nasjonalt, regionalt og lokalt. Noen av tiltakene har vært vellykket, andre har ikke gitt de resultatene man hadde ønsket. De fleste organisasjonsledd sier at de er motiverte for å få til mer. Nå er det derfor et naturlig tidspunkt til å kraftsamle og på ny stake ut en retning. Idrettsstyret vedtok derfor i august 2021 å utarbeide en helhetlig strategi for paraidretten.

Formålet med strategien er at norsk idrett gjennom ambisjonen om *én idrett* skal tilby like muligheter for alle, og at alle skal oppleve respekt, kompetanse, inkludering og likeverd i møtet med norsk idrett.

Et viktig premiss for utarbeidelsen av strategien var å sørge for bred involvering av hele organisasjonen for å få et best mulig beslutningsgrunnlag, og å fremme eierskap til den felles innsatsen hele norsk idrett skal legge ned i arbeidet framover. Det er gjennomført individuelle og gruppebaserte intervjuer med over 100 personer som representerer alle organisasjonsledd og relevante utvalg i norsk idrett. Det er sendt ut en åpen spørreundersøkelse som er besvart av over 600 personer, og det er gjennomført innspills- og høringsrunder med særforbund og idrettskretser.

Høringsrundene har, sammen med rapporten fra Oslo Economics (2020), pekt på sentrale utfordringer og suksessfaktorer for paraidretten. Dette danner grunnlaget for de strategiske prioriteringene i denne planen.

## SENTRALE INNSATSONMRÅDER FOR PARAIDRETTE

Ønsket om at mennesker med funksjonsnedsettelse skal være fullt inkludert i idretten, er viktig. Det kreves imidlertid målrettede og forsterkede tiltak for å lykkes i det tempoet idretten har ambisjoner om.

For å nå målet om *én idrett - like muligheter* etablerer strategien mål innenfor følgende satsingsområder:

- breddeidrett
- toppidrett
- kompetanse
- kommunikasjon
- anlegg
- aktivitetshjelpemidler, tegnspråktolk og ledsagerordninger
- partnerskap og samarbeidsaktører

## PREMISSER FOR Å LYKKES

Bak de syv satsingsområdene ligger det noen uløste utfordringer som har kommet tydelig fram i arbeidet med parastrategien. Disse må det arbeides videre med for å muliggjøre en mer helhetlig satsing på paraiddretten.

## REGISTRERING OG DEFINISJON

En kime til frustrasjon i organisasjonen, og derav følgende uklare tiltak, ligger i at det for ofte settes likhetstegn mellom mennesker med funksjonsnedsettelse generelt, og potensielle parautøvere. Selv om idretten samlet sett skal legge til rette for at alle utøvere skal kunne ta del i idretten ut fra egne forutsetninger, gjennomføres det målrettede tiltak for disse målgruppene. En av årsakene til det er behovet for å kunne klassifisere utøvere og dermed oppnå rettferdige konkurranser. Et viktig arbeid vil derfor være å kartlegge det reelle potensialet for rekruttering av utøvere til paraiddretten mer nøyaktig.

Det er utfordrende å kartlegge dagens situasjon og å måle utviklingen i antall utøvere, særlig på grunn av begrensninger i registrering, og manglende data. Idretten ønsker ikke å oppbevare personsensitive og medisinske opplysninger. Dermed er det mer komplisert å måle utvikling i antall utøvere, og ikke minst å kommunisere informasjon om idrettstilbudet til utøvere og potensielle utøvere.





## FINANSIERING

Paraidrettens rammebetingelser, spesielt med hensyn til finansiering, fremstår ofte som uoversiktlige og fragmenterte. Det er positivt at det finnes mange kilder til finansiering, og gode partnere både internt i idretten og i det offentlige, blant privatpersoner, i næringsliv, organisasjoner og stiftelser.

En utfordring for idretten er likevel at mange paraidrettstilbud blir organisert gjennom kortvarige prosjekttilskudd. Det brukes ofte mye ressurser på rapportering og innovativ søknadsskriving framfor arbeid med å forsterke tiltak som fungerer. Kort tidshorison og usikker finansiering gjør det også utfordrende å skape god forankring og vilje til å sette i gang ute i idrettslagene.

For å styrke selve idrettsaktiviteten og idrettslagenes forutsetninger for å utvikle paraidretten, blir det sentralt å forsøke å samle ressursene og koordinere arbeidet på en mer hensiktsmessig og helhetlig måte. Målet må være å styrke rammebetingelsene for paraidretten gjennom økt samarbeid, forutsigbarhet og forankring internt og eksternt.

## ROLLEAVKLARING OG FORANKRING AV STRATEGIEN

Skal norsk idrett som organisasjon lykkes med å utvikle paraidretten, er vi avhengig av en sterkere forankring av ansvar og roller i de ulike organisasjonsleddene. Målet må være å sette idrettslagene og trenerne best mulig i stand til å rekruttere, utvikle og ivareta parautøvere på lik linje med andre utøvere. For å oppnå dette må arbeidet med paraidretten og parastrategien forankres i planverk på alle nivå av organisasjonen. Strategien må omsettes i konkrete handlinger, og det må tas i bruk virkemidler som strategisk ressursforvaltning og en sterkere forventningsstyring for å stimulere til en ønsket utvikling av paraidretten.

Flere av tiltakene knytter seg til at NIF sentralt (inkludert Olympiatoppen), idrettskretser, særforbund og særkretser fortsatt må yte viktig støtte til de enkelte klubbene og fungere som et viktig bindeledd mellom aktører som kan påvirke aktiviteten i målgruppen.



# IDRETTENS VERDIGRUNNLAG

**VISJON:** Idretts glede for alle.

**FORMÅL:** Gi alle mennesker mulighet til å utøve idrett etter egne ønsker og behov, uten å bli utsatt for usaklig eller uforholdsmessig forskjellsbehandling.

Visjon og formål er styrende for alle i norsk idrett, inkludert de som representerer Norge i internasjonale idrettsfora. Dette gjenspeiler norsk idretts ønske om like muligheter og ikke-diskriminering som en forutsetning for å bidra til en trygg og inkluderende idrett for alle.

## VIRKSOMHETSIDÉ

Alle skal oppleve idrett, mestring og utvikling i idrettens trygge og gode fellesskap.

## OVERORDNET MÅL

Flere med – lenger.  
Flere nye medaljer.

## GRUNNLEGGENDE VEIVALG

NIFs organisasjons- og aktivitetsverdier er en del av NIFs formålsparagraf (§ 1-2), og gjelder hele organisasjonens arbeid. I denne langtidsplanen legges det til grunn noen veivalg som skal prege idrettens arbeid de nærmeste årene. Grunnleggende veivalg: Leken, ambisiøs, ærlig, og inkluderende.

## ORGANISASJONSVERDIER

Vår visjon og vårt formål virkeliggjøres av utøvere, trenere, frivillige og ledere. Norsk idrett skal være en positiv verdiskaper for individ og samfunn og dermed styrke sin posisjon som folkebevegelse og drivkraft i samfunnet. Arbeidet vårt skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

## AKTIVITETSVERDIER

All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idretts glede, fellesskap, helse og ærlighet.



## NORSK IDRETTS ETISKE LEVEREGLER

### Menneskene

- En inkluderende og likeverdig idrett
- En trygg idrett
- En ærlig idrett

### Idretten

- En rettferdig idrett
- En sunn idrett
- En ren idrett

### Organisasjonen

- En demokratisk idrett
- En åpen idrett
- En godt styrt idrett



# STRATEGISKE MÅLOMRÅDER PARAIDRETT

## BREDDEIDRETT

Aktivitets- og konkurransetilbudet bør i størst mulig grad være tilgjengelig i den enkelte utøvers nærmiljø. Vennskap, fellesskap og lokal tilhørighet er viktig for alle utøvere. Samtidig kan det å bygge sterke klubbmiljø hvor flere parautøvere er samlet, bidra til en lavere inngangsterskel, større trygghet for utøvere, og høyere kompetanse i idrettslaget. Mange parautøvere har ulike innganger til idretten. Derfor må det tilrettelegges for å rekruttere og beholde utøvere i alle aldre til et livslangt løp i idretten.

En av paraiddrettens største utfordringer er å rekruttere nye utøvere og å få dem til å forbli aktive i idretten. Utfordringen med rekruttering er kompleks, og derfor må idretten styrke det interne samarbeidet på tvers av organisasjonsledd, men også samarbeidet med aktører utenfor idretten. Et kjernepunkt i dette er å bli bedre til å forstå og håndtere utfordringene på veien fra potensiell til aktiv utøver.

For å styrke kjerneaktiviteten og idrettslagenes forutsetninger for å utvikle paraiddretten blir det sentralt å forsøke å rette inn ressursene, og koordinere arbeidet på en mer hensiktsmessig og helhetlig måte enn i dag. En viktig forutsetning for å lykkes er å øke langsiktigheten og forutsigbarheten i ressursituasjonen til paraiddretten.

---

## Mål

1. Idretten skal tilrettelegge for et mangfoldig og inkluderende aktivitets- og konkurransetilbud for alle målgrupper i paraiddretten, uavhengig av funksjonsvariasjon, nivå og alder.
  2. Idretten skal rekruttere flere nye parautøvere gjennom et forpliktende samarbeid internt og eksternt, og ha gode strukturer for informasjon og kompetansedeling.
  3. Idretten skal forankre arbeidet med paraiddretten i planverket på alle nivå i organisasjonen gjennom økt bevissthet, og tiltak som utvikler kompetanse om paraiddrett.
  4. Idretten skal styrke rammebetingelsene for paraiddretten gjennom økt samarbeid, langsiktighet og forankring internt og eksternt.
- 

*Et godt paraiddrettslig tilbud hviler på at ildsjelene ute i de lokale klubbene har tilgang på hjelp og kompetanse når det trengs.*



Foto: View Apart / Shutterstock / NTB

## TOPPIDRETT

Målet om å være sammen om de store prestasjonene i én toppidrett skal også inkludere paraidretten.

Skal vi utvikle de beste utøverne og skape utviklingsmuligheter for morgendagens toppidrettsutøvere innen paraidretten, må miljøene og ressursene også samles og prioriteres. Innen paraidretten har diagnose en vesentlig betydning for prestasjon og klassifisering, og for individuelle helsefremmende og skadeforebyggende tiltak. Det må jobbes for at kompetansen på disse områdene skal være tilgjengelig på tvers av særiddrettene.

Paraidrettens toppidrettsutøvere skal ha likestilte muligheter til å trene og konkurrere med andre toppidrettsutøvere. Det krever tilrettelegging tilpasset den enkelte, ved hjelp av utstyr, ledsagere, assistenter og tegnspråktolk.

---

### Mål

1. Idretten skal prioritere og styrke rammebetingelsene for å gi dagens og morgendagens parautøvere forutsigbarhet og langsiktighet, slik at flere kan hevde seg internasjonalt.
  2. Idretten skal utvikle paratoppidretten på samme grunnlag som toppidretten ellers, med målstyring, forventninger og krav.
  3. Idretten skal skape flere arenaer for deling og tilgjengeliggjøring av relevant kompetanse på tvers av paraidrettene.
-

## KOMPETANSE

Kompetanse er sentralt for å skape trygge og inkluderende trenere som kan ivareta både nye og erfarne parautøvere. Kunnskap om paraidrett skal derfor være inkludert og løftet fram i idrettens kurs og kompetansetiltak generelt, og i trenerutvikling spesielt. Dette for å få parakompetanse inn i hele idretten, slik at utøvere møter trenere og ledere som kan tilrettelegge og bygge opp under varig deltakelse og prestasjon.

I tillegg er det viktig at norsk idrett får en samlet og koordinert kunnskapsbase som er lett tilgjengelig for alle. I denne kunnskapsbasen må kunnskapen om paraidrett være både generell, spesifikk og rettet mot ulike nivå og målgrupper. Flere ansatte i norsk idrett med kompetanse om paraidrett vil også bidra til økt kunnskap i organisasjonen. Kunnskapen bevares og videreutvikles gjennom samarbeid og kunnskapsdeling innad i og på tvers av idretter og nivå.

---

### Mål

1. Idretten skal inkludere kunnskap om paraidrett som en obligatorisk del av all utdanning (trener-, leder-, klubb- og anleggsutvikling).
  2. Idretten skal ha parakompetanse lett tilgjengelig for alle, uavhengig av nivå og rolle.
  3. Idretten skal ha flere ansatte med kompetanse på paraidrett, og flere med funksjonsnedsettelse skal være engasjert i idretten (ansatte, tillitsvalgte, trenere og ledere).
  4. Idretten skal legge til rette for erfaringsutveksling og kompetanseoverføring på alle nivå.
- 

## KOMMUNIKASJON

Paraidretten må få økt anerkjennelse, profilering og synlighet – både internt i idretten, og i samfunnet generelt. For å få til dette må alle ledd i norsk idrett jobbe systematisk med intern og ekstern kommunikasjon. Parautøvere i alle målgruppene må synliggjøres, slik at det skapes større forståelse for paraidretten i et samfunnsperspektiv. I tillegg til å løfte fram utøvere på ulike nivå, må flere rollemodeller innen frivilligheten, på trenersiden og blant ansatte profileres. Norsk idrett må utvikle en helhetlig medie- og kommunikasjonsstrategi slik at personer med funksjonsnedsettelse kan likestilles i idretten og i samfunnet ellers.

---

### Mål

1. Idretten skal i større grad sette paraidretten på agendaen og øke synligheten i samfunnet.
  2. Idretten skal inkludere og likestille paraidrett i alle kommunikasjonskanaler.
  3. Idretten skal identifisere og synliggjøre flere profiler på alle nivå og i alle organisasjonsledd, for å skape flere rollemodeller, og øke oppmerksomheten rundt paraidretten.
-



*Nasjonale helter kan skape en generell lyst til å drive idrett, men store deler av målgruppen har også behov for lokale forbilder fra idrettslaget som kan gi nødvendig trygghet for at et idrettstilbud faktisk er noe for dem.*



Foto: Kristin Bentdal, NIF

## ANLEGG

Anlegg er en vesentlig faktor for å kunne drive med idrett. Mange norske anlegg er gamle og ikke godt nok tilrettelagt for parautøvere. For nye anlegg er det krav om universell utforming, men dette er ikke tilstrekkelig for å sikre at hele paraiddretten blir fullt ut ivaretatt.

Anlegg for idrett og friluftsliv finansieres med bruk av spillemidler etter nærmere fastsatte bestemmelser fra Kulturdepartementet. Anlegg skal være tilgjengelige for alle, og legge til rette for funksjonell bruk, også der dette innebærer investeringer ut over gjeldende krav.

For å sikre at det for eksempel er ekstra lagringsplass til aktivitets- hjelpemidler og teknisk utstyr tilpasset ulike målgrupper, må finansieringen av dette sikres gjennom egen ekstra- tildeling av spillemidler. På samme måte må det gis ekstra tilskudd av spillemidlene til ombygging av eldre anlegg, slik at de kan brukes av alle målgrupper.

Kommuner og idrettslag som bygger anlegg, må få økte tilskudd fra spillemidlene til å kunne ta hensyn til paraiddrettens særskilte behov.

---

### Mål

1. Idretten skal bedre anleggs- finansieringen, blant annet gjennom spillemiddelordningen og økte statlige og kommunale tilskudd. Dette gjelder både nye anlegg og gamle anlegg som rehabiliteres for å ta hensyn til paraiddrettens behov, utover dagens krav til universell utforming.
  2. Idretten skal forankre paraiddrettens behov i anleggspolitiske dokumenter internt i idrettsorganisasjonen og på kommunalt og fylkeskommunalt nivå.
- 

## AKTIVITETSHJELPEMIDLER,

*Ofte kan mindre justeringer på anleggene, som den enkelte klubb ikke er klar over, bidra til å senke barrierene for deltakelse.*



Foto: Caroline Dokken Wendelborg, NIF



## TEGNSPRÅKTOLK OG LEDSAGERORDNINGER

Tilgang til aktivitetshjelpemidler, transporttjenester, tegnspråktolk og ledsagere er ofte trukket fram som barrierer for deltakelse i idretten (Oslo Economics, 2020). Når mennesker med funksjonsnedsettelse ikke får de samme mulighetene til å drive med idrett som andre, løftes barrieren for deltakelse og likeverd i samfunnet. Det finnes en rekke offentlige ordninger som har til hensikt å sikre at mennesker med funksjonsnedsettelse skal kunne delta på de samme samfunnsarenaene som mennesker uten funksjonsnedsettelse.

For mange mennesker med funksjonsnedsettelse er det å ha tilgang til aktivitetshjelpemidler, transport, tegnspråktolk og ledsagere en forutsetning for å drive med idrett. De offentlige ordningene ligger utenfor idrettens ansvarsområde, men det er viktig at idretten påvirker innretningen og forvaltningen av disse ordningene. Dagens offentlige ordninger er ikke gode nok til å dekke idrettens behov.

---

### Mål

1. Idretten skal arbeide for å styrke ordninger som tegnspråktolk, aktivitetshjelpemidler (26-årsgrensen), transport og rekrutteringsutstyr.
  2. Idretten skal arbeide for å få på plass nye ordninger rettet mot konkurranseutstyr og ledsagere.
- 

## PARTNERSKAP OG SAMARBEIDSAKTØRER

Idretten skal styrke og gi kraft til parasatsingen gjennom å inngå strategiske partnerskap og samarbeid – på idrettens premisser. For at norsk idrett skal utvikles videre, er det nødvendig å ha et tett samarbeid med ulike samarbeidspartnere som i det daglige ikke er i direkte kontakt med idretten. Gjennom kontakt med eksterne partnere og samarbeidsaktører vil idretten kunne skape arenaer for læring og økt kompetanse. Dette vil skape muligheter for utvikling hos utøvere, trenere og ansatte gjennom et stort mangfold av samarbeidsaktører. Det er viktig for norsk idrett å være tett på samfunnsutviklingen og å være en foregangsaktør på områder som er sentrale både i idretten og i samfunnet. Idretten skal være en stolt kunnskapstilbyder om paraidrett for samfunnet rundt oss.

---

### Mål

1. Idretten skal inngå langsiktige partnerskap med næringslivsaktører og stiftelser for å sikre gode og forutsigbare økonomiske rammevilkår for paraidretten.
  2. Idretten skal senke terskelen for å delta i idrett for personer med funksjonsnedsettelse gjennom tett dialog og kunnskapsutveksling med kommuner, institusjoner og relevante interesseorganisasjoner.
  3. Idretten skal søke kontinuerlig læring, innovasjon og utvikling for paraidretten gjennom samarbeid med akademia, forskningsinstitusjoner og andre.
-

Ambisiøs

Inkluderende

Leken

Ærlig

## ÉN IDRETT - **LIKE MULIGHETER**

Parastrategi for norsk idrett,  
2022 - 2027