

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhitys

Idrettskonferansen i Senja

Februar 2024 *Sylvi Ofstad, organisasjonssjef Troms idrettskrets*



Idrettens muligheter og bidrag til en bedre folkehelse

Kan idretten være en av løsningene for å bedre folkehelseutfordringer for unge og voksne?

- Er det sannhet i at «Idretten er en viktig leverandør for god folkehelse?
- Kan idretten bidra til å løse dagens utfordringer i folkehelsen?
- Er idretten rigget for dette? Og vil idretten ha nytt av det?

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valåstallanbiire
Tromssan sporttiyhists

Idrettens visjon og muligheter - Idrettsglede for alle



Felleskap- Mestring - Ærlighet



Idrettens kraft

- Største frivillige organisasjon
- 93% av alle barn har vært med i idrettslag
- 72% av alle 12 åringer er med i idrettslag
- Stor betydning for enkeltmennesket
- Stor betydning for samfunnet



Hva betyr idretten for deg?





Ungdommene vedtok resolusjon:

Et sterkt lag topper alltid en sterk enkeltspiller

Det viktigste på treninga er samhold og fellesskap som gir oss lyst til å komme tilbake

Ha tydelig retningslinjer for hva som er greit og ikke



2024

Idrettens utfordringer

..og samfunnets utfordringer



Utfordring: «Dyr tid»

Stor-dugnaden ga 600.000 kroner i kassa: - Vi sliter med å finne gode nok alternativer



Oslo 4. desember

I Göteborg er halvparten av lagene borte. Nå frykter idretten at «klubbødene» skal nå Oslo.

Tar drastisk grep for å gjøre det billigere for barnefamilier



Østenposten

Tilgjengelighet: Nyheter, Meninger, Podkast, Annonser, Vinn

Søk

Oslo | Friidrettsklubben i Oslo

Mener idretten er i ferd med å bli for øvre middelklasse. - Vi står i fare for å gi opp deler av befolkningen.

Idrettsstiftelsen er suverent for dem som har penger, mener generalsekretær i Oslo idrettskrets.

Slår alarm om foreldres ambisjoner for barna: - Dette er på ville veier



Barns aktiviteter ofres når familier kutter kostnader: - Dramatisk



Krevende tider – også for idretten



Utfordring:

Drift av **idrettsanlegg** som eies av **idrettslagene**

- Idrettslag er en stor anleggseier og tar et stort samfunnsansvar
- Driftskostnader har skutt i været, også rentekostnader
- Kan ikke sende regninga til medlemmene

ØKONOMI PENER IDRETT UTGIFTER

Utgiftene har skutt i været: – Det er en ganske fortvilende situasjon som mange står i



DYSTRE UTSIKTER: Øivind Hansen foran Lerøyhallen. Foto: Ole Åsheim

Av Lars Eidissen, Anders Mo Hanssen og Ole Åsheim

Publisert: 25.10.23 06:04

Del

For Lerøyhallen har det vært unntakstilstand fra dag én. Nå er det dyrtiden som skaper store utfordringer.



Utfordring: **Mangler frivillige**

- **Idretten merker ei endring i Frivilligheten**
- **Færre frivillige** til oppgaver og verv som medfører **ansvar**



NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhdistys

Ensomhet – spesielt blant ungdom





Sosiale medier hjelper mot ensomhet

Nei – ungdom blir stadig mer ensomme

Sosiale media påvirker vår interaksjon med hverandre,
svekker tilliten og vi blir hekta



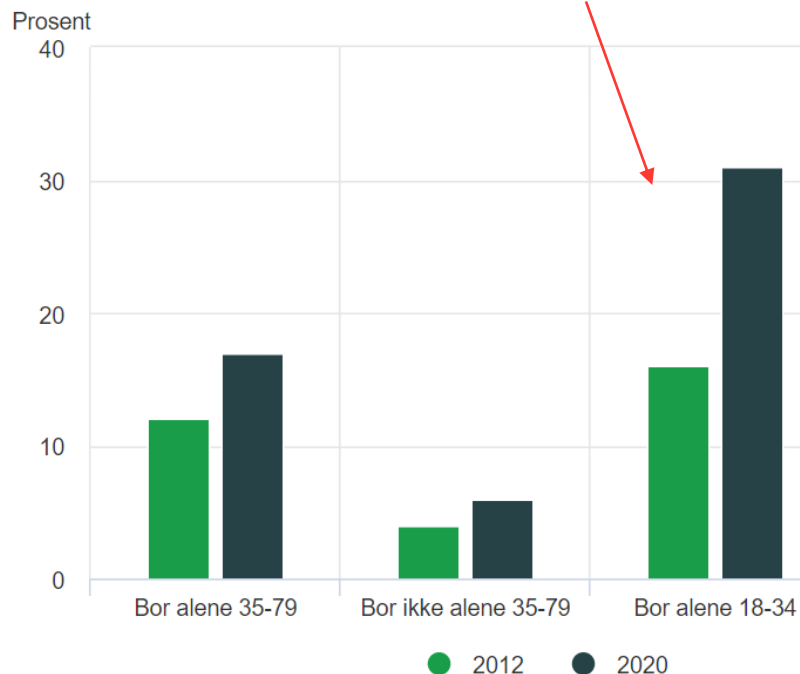
Hvordan påvirker ensomhet oss fysisk?

The Lonely Century (N. Hertz, 2020) lærte oss at:

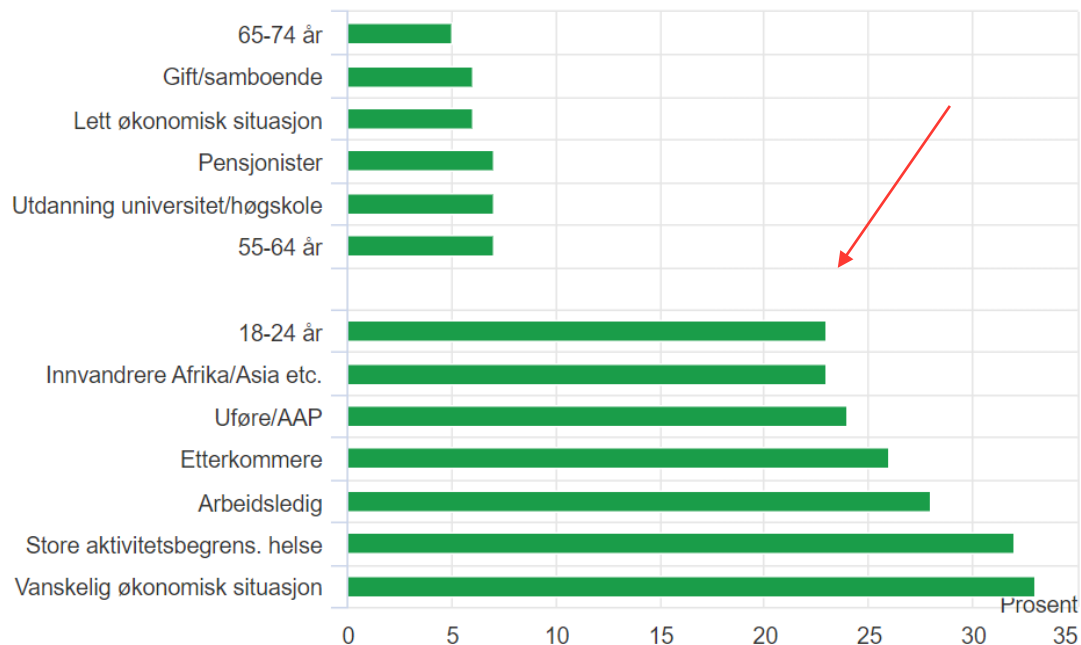
- Øker blodtrykk, fyller blodet vårt med kortisol og svekker immunforsvaret
- **Er du ensom har du:**
 - 39 % større sjanse for hjerte- og karsykdommer
 - 29 % større sjanse for slag
 - 62 % større sjanse for å bli dement
 - 30 % sjanse for å dø en tidligere død
- Ensomhet tilsvarer 15 sigaretter om dagen, men likevel prater vi ikke om det...

Da er det dumt at: trolig økning siden 2020

Figur 2. Andel som er mye plaget av ensomhet, etter alder og bostatus. 2012 og 2020. Prosent



Figur 5. Demografiske og sosiale grupper med lav versus høy andel som er mye plaget av ensomhet. 2020. Prosent





Kan idretten være ei løsning?

Flere ungdommer fortsetter lengere i idretten



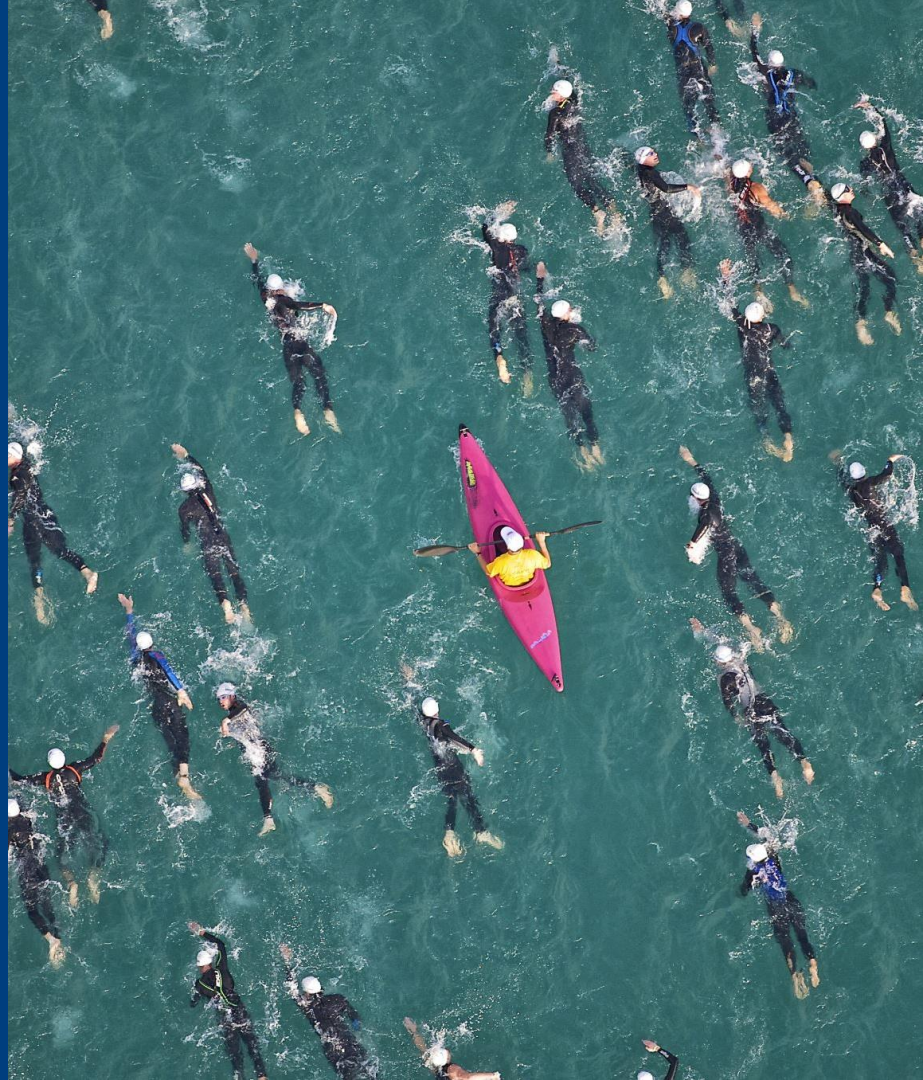
Ungdomsidretten er spesiell



Satse på
idretten

Fortsette
med idrett

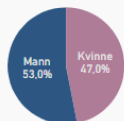
Slutte med
idretten



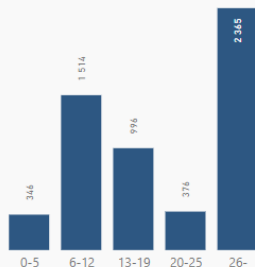


Senja 2022

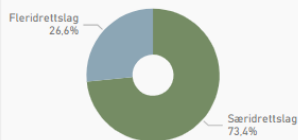
Kjønnsfordeling



Aldersfordeling



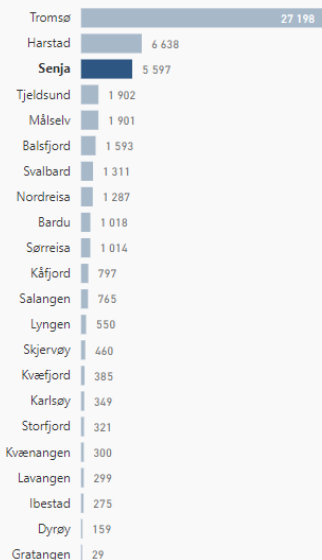
Fordeling idrettslagstype



Medlemskap totalt



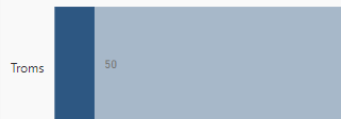
Medlemskap per idrettskrets



Idrettslag totalt



Idrettslag per idrettskrets



Største idrettslag

Idrettslag	Medl.
Fk Senja	590
Finnsnes IL Allianse	496
Finnsnes IL Turn	338
IL Pioneer Ski	313
Senja Ski	277
Senja Turn	254
Finnsnes Svømmeklubb	248
Finnsnes II Fotball	239
Bothnhamn Ungdoms og Idrettslag	206
Husøy IL	189
Havørn Uil	173
IL Pioneer Fotball	152
Dansekлубben Aktiv Finnsnes	149
Senja Klatreklubb	135
Kårvikhamn Idrettslag	129
IL Framsyn	122
Gryllefjord IL	119
Idrettslaget Foss	116
IL Pioneer Friidrett	116
Søndre Torsken Idrettslag	106

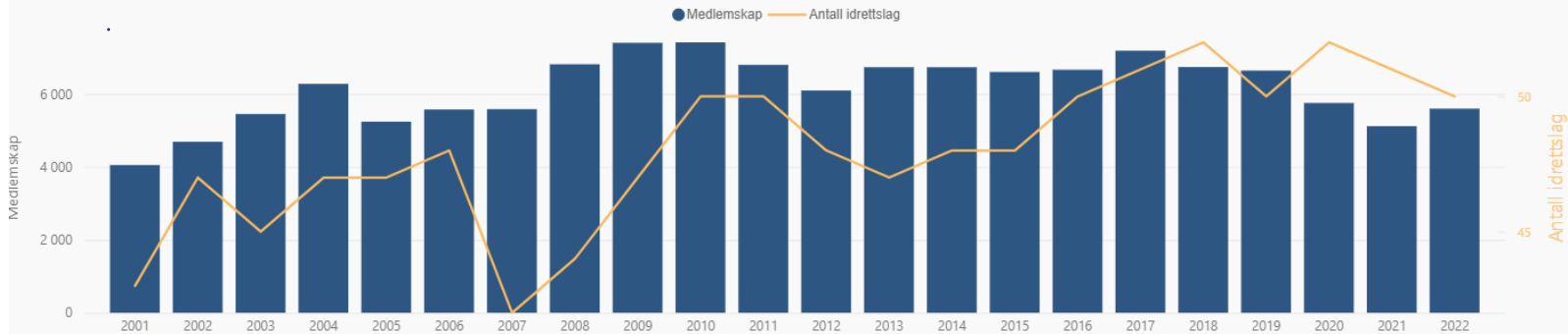
Idrettslag med størst økning

Idrettslag	Medl.	+/-
Fk Senja	590	430
Dansekлубben Aktiv Finnsnes	149	89
Finnsnes Svømmeklubb	248	52
Finnsnes IL Turn	338	47
Senja Turn	254	44
Finnsnes II Fotball	239	38
Finnsnes IL Allianse	496	31
Eventyrøya Senja Håndballklubb	55	26
Finnsnes Bowlingklubb	36	26
Finnsnes Skiklubb	42	24

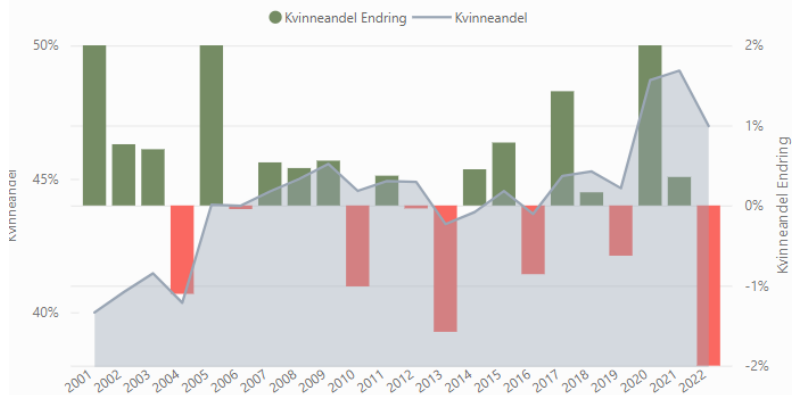


Troms Idrettskrets / Senja idrettsråd / Alle idrettslag

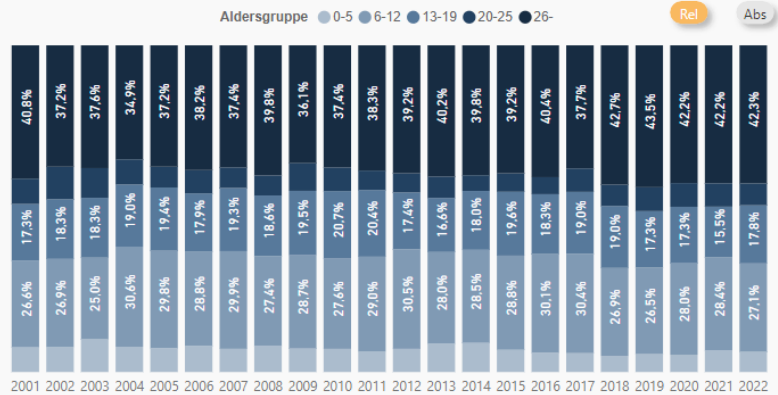
Medlemskap og idrettslag over tid



Kvinneandel over tid



Altersfordeling over tid





De fleste barn er med i idretten

Idretten vil at:

1. Alle kan få delta på trening og i konkurranser i gode og trygge sosiale rammer i en idrett som inkluderer og er tilrettelagt, uavhengig av ambisjoner og ferdighetsnivå.
2. Det skal utarbeides en langtidsplan for treneren i norsk idrett der trenerattesten er rettesnoren for en felles grunnforståelse, og der treneren blir sentral for å sikre kvalitet i innhold på treningene.
3. Idretten skal fremme ansvarlig ressursbruk og ivareta bærekraft i våre aktiviteter slik at alle kan delta, og slik at påvirkningen på natur og klima reduseres i tråd med nasjonale klima- og miljømål.
4. Antall ungdom og unge voksne mellom 13 og 25 år som deltar regelmessig i organisert idrett skal øke med 50 000.
5. Idretten vil at det skal avsettes midler i helsebudsjettet til å styrke tilbud når det gjelder folkehelsefremmende idretts- og mosjonsaktivitet.





Hva vet vi om ungdom i aktivitet?

- Aktivitetsandelen er høyest i 12-13 års alderen (antall aktive vs. antall barn totalt)
- Hvis du enda er aktiv i idretten når du er 25 år gammel = forblir i idretten «livet ut».
- Er dette et øyeblikksbilde eller en trend?

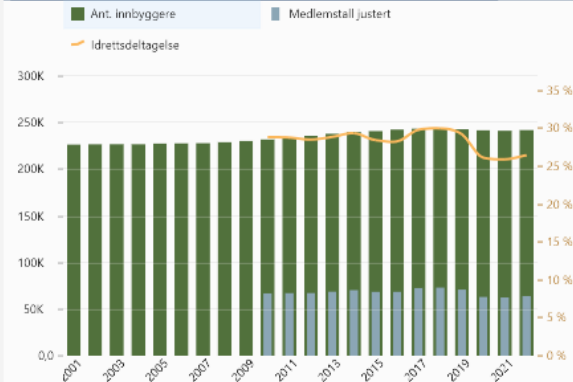
Idrettsdeltagelse Troms og Finnmark

26,4%

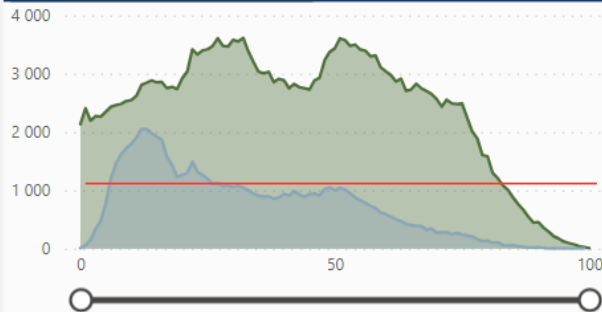
Mann
29,1%

Kvinne
23,6%

Befolknings- og medlemsvekst



Aldersfordeling innbyggere





Idrettsdeltagelse Troms og Finnmark

29,8%

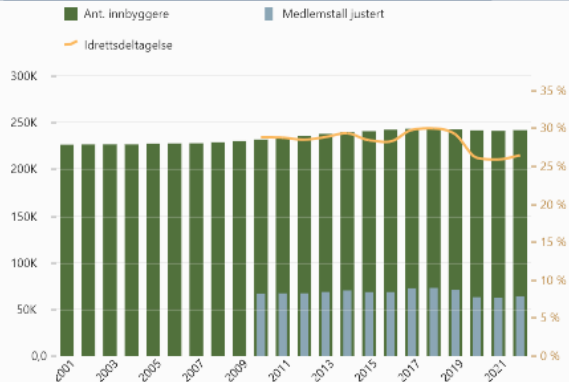
Mann

32,7%

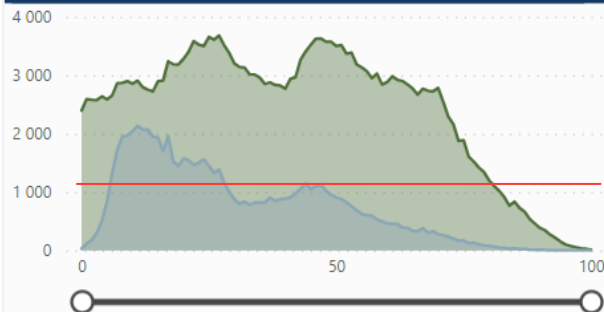
Kvinne

26,4%

Befolknings- og medlemsvekst



Aldersfordeling innbyggere



Idrettsdeltagelse Troms og Finnmark

26,4%

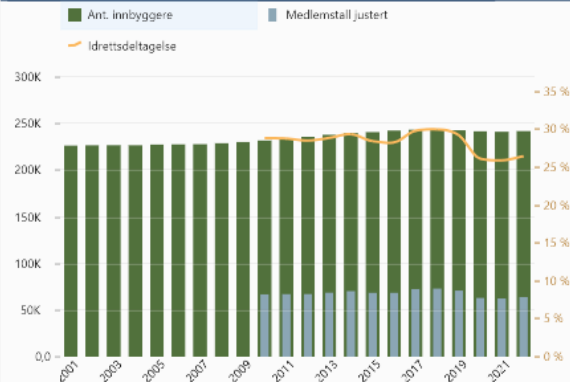
Mann

29,1%

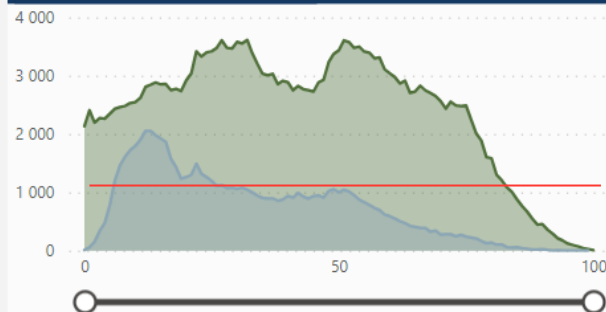
Kvinne

23,6%

Befolknings- og medlemsvekst



Aldersfordeling innbyggere





Samfunnsøkonomiske gevinster ved fysisk aktivitet





Helsegevinster

- Helsedirektoratet har anslått vunne kvalitetsjusterte leveår ved endret aktivitetsnivå gjennom livet (QALY)
- Inaktiv til delvis aktiv: 3,77 QALY
- Inaktiv til aktiv: 7,83 QALY
- Aktiv til svært aktiv: 7,55 QALY
- En QALY verdsettes til 1,5 mill kr ved slutten av livet
- Vi har et konservativt lavt anslag på hva fysisk aktivitet i vår analyse betyr for økt QALY

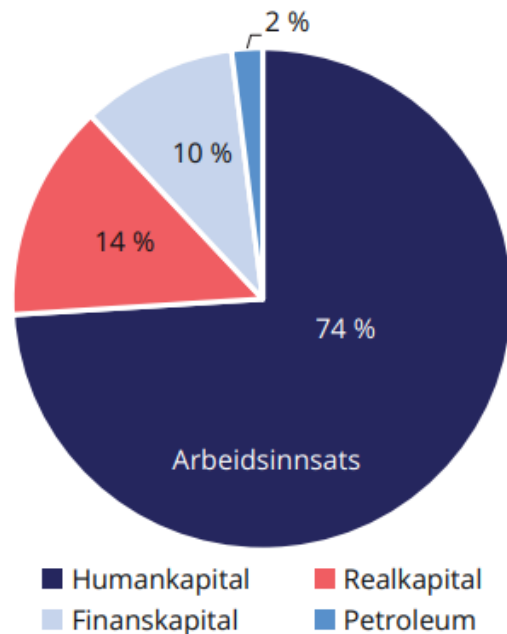
Økt fysisk aktivitet gir veldig positiv effekt på samfunnsregnskapet



Investeringer i humankapital gir avkastning

- humankapitalen er Norges viktigste ressurs

- Tiltak som styrker humankapitalen har store samfunnsøkonomiske virkninger
- Fysisk aktivitet påvirker arbeidstilbudet gjennom
 - Økt deltakelse i arbeidslivet
 - Økt produktivitet og mindre sykefravær blant de som allerede er i arbeid
- **Men vil det alltid være slik?**
Tar vi idretten for gitt?



Kilde: Finansdepartementet



Små handlinger kan utgjøre stor forskjell

- Sterk korrelasjon mellom deltagelse i frivillighet og dannelse av sosiale relasjoner.
- Eksempel: Det er funnet spor i forskning at så lite som 30 sekunder med sosial interaksjon i en kafe eller en butikk gjør oss mer lykkelig mer sammenknyttet.
- Regel i alle idrettslag som vil ha effekt: Ser du noen med samme klubbklær, **smil og si hei!**
- **Sterkeste funn i forskning:** Å spise sammen

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valåstallanbiire
Tromssan sporttiyhists



Vi (og forskningen) tror frivilligheten hjälper

NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhistys

Samfunnsgevinsten av idrett



Gatelagene sparer samfunnet for nesten en halv milliard årlig

Rusmisbrukere koster samfunnet milliarder av kroner årlig. En mulig løsning kan ligge i fotballen, viser ny rapport.



Eirik Leivestad Hall
Journalist

Anne-Marit Borgen Werring
Journalist

Elisabeth Tøtte Hansen
Journalist

Vi rapporterer fra Drammen

Publisert 18. sep. 2023 kl. 21:15

En ny rapport viser at gatelagene sparer samfunnet for 430 millioner kroner årlig. Her er gatelaget til Strømsgodset i aksjon tidligere i år.

FOTO: STRØMSGODSET TOPPFOTBALL



Rapport 2022/20 | For Norges Idrettsforbund



Investeringer i idrettsanlegg gir tredobbelt samfunnsøkonomisk gevinst

Av Pressemelding • 18. aug 2022

Vista Analyse har på oppdrag fra Norges idrettsforbund beregnet den samfunnsøkonomiske gevinsten av å investere i idrettsanlegg. Eksempelvis vil samfunnet få tilbake tre milliarder kroner for hver milliard som investeres.

Nytten av idrettsanlegg og betydning for fysisk aktivitet

En samfunnsøkonomisk analyse av virkninger på folkehelse og produktivitet



Verdien av frivillighet

Frivillig innsats i Troms utgjør **870 årsverk**

Dette tilsvarer **kr 504.878.400**



NORGES
IDRETTSFORBUND
Troms idrettskrets



Romssa valáštallanbiire
Tromssan sporttiyhistys

Ungdom og unge voksne er våre neste frivillige



Eldre mennesker som jobber frivillig, har bedre helse enn andre eldre. (Foto: Shutterstock/NTB scanpix)

2016

Eldre som jobber frivillig trives bedre

Eldre mennesker som jobber frivillig, har bedre både psykisk og fysisk helse enn andre eldre. Mens yngre frivillige ikke er spesielt lykkelige.



Frivillig arbeid blant barn og unge: bedre helse

Unge som deltar i frivillig arbeid har bedre fysisk helse, har et mer positivt syn på livet og har mindre risiko for å utvikle angst, depresjon eller atferdsproblemer sammenlignet med jevnaldrende som ikke jobber frivillig.



Lanza et al.
2023, USA

Ungdom som driver med frivillig arbeid har sammenlignet med andre bedre både fysisk og psykisk helse.
Illustrasjonsfoto

Av: Marthe Lein, journalist

Sist oppdatert: 8. aug. 2023



Lytt til ungdommene





Mål: Flere ungdommer fortsetter lengere i idretten

Ungdomsløftet for Troms-idretten

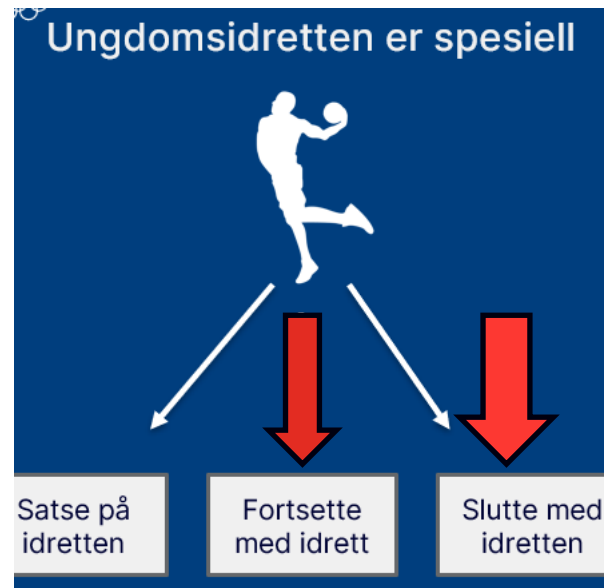
Et prosjekt under planlegging av Troms idrettskrets i samarbeid med særkretser og idrettsråd

Målgruppa:

De som ønsker å fortsette med idrett

To spor:

- De som vil drive **breddeidrettsaktivitet** (breddeidrettssporet)
- De som vil utfordres til å bli **trenere og ledere** (frivillighetssporet)





Ressurs: Nettverk for unge ledere

Nettverk for unge 18-30 år som har et verv i idretten vår

- 2 samlinger i året for å dele erfaringer og bygge hverandre
- Bidrar i idrettskretsen arbeid med ungdom og Fremtidskvelder
- Neste generasjon idrettsledere





Hva skal til for å beholde unge i idretten?

48 responses





Behov for å løfte breddeidrett for ungdom

Flere ungdom med lengere

- Fellesskap og aktivitet viktig for unges helse
- Neste generasjon idrettsledere og trenere





Behov for Et frivillighetsløft

- Betydningen av ditt bidrag for samfunnet og idretten
- Betydningen hva den frivillige innsats gir deg





Ungdomsløftet for Troms-idretten

- **Lederkurs for ungdom**
- **Nettverk for unge ledere**
- **Flere unge trenere** – trenerutdanning
- **Mer breddeidrett for ungdom** – de som vil delta og høre til i fellesskapet





Hvordan kan vi lykkes?

- **Kulturendring i idrettslagene**
- **Gode rammevilkår fra kommuner**
- **Prosjektmidler**



Invester i fremtiden

Sats på ungdommen

Blir dokker med?