

IDROTT SOM FÖRÄNDRAR LIV

Parasportens värde för individ
och samhälle

 PARASPORT
/SVERIGE


pwc



Sammanfattning

Parasport Sverige och PwC har analyserat det samhälls-ekonomiska värdet av parasport. Förutom att belysa de positiva hälsoeffekterna för individen, har vi i denna rapport analyserat ekonomiska värden som parasporten bidrar med till samhället, med särskilt fokus på kostnadsbesparingar som uppstår genom minskade sjukvårdskostnader på grund av ökad fysisk aktivitet.

Rapporten visar att Parasport Sveriges verksamhet i nuläget beräknas omfatta drygt 31 000 personer som idrottar minst 75 minuter fördelat på två gånger i veckan. De deltagare som regelbundet är fysisk aktiva har en minskad risk för sjukdom. Enligt beräkningarna och antaganden motsvarar det ett kostnadsbesparande värde för sjukvården som uppgår till 84,2 miljoner kronor årligen.

Redan innan pandemin fanns en hälsoklyfta mellan personer med funktionsnedsättning och den övriga befolkningen. Pandemin slog dock hårt mot parasporten och dess målgrupper. När den övriga idrottsrörelsen nu har återhämtat antalet deltagartillfällen har parasporten fortfarande en bra bit kvar.

Under pandemin minskade antalet deltagartillfällen som räknas in under Parasport Sverige verksamhet med över 136 000 deltagartillfällen per år. Trots omfattande återhämtnings-

insatser fram till 2023, var antalet deltagartillfällen fortfarande drygt 71 000 färre jämfört med 2019.

För att nå målet att inte bara återställa utan även öka antalet deltagartillfällen till nivåer över de som fanns före pandemin är fortsatt ekonomiskt stöd avgörande för Parasport Sverige. Den här rapporten visar, även med konservativt beräknade siffror, att ekonomiskt stöd till parasporten är en investering som sannolikt kommer att betala sig själv genom betydande samhällsbesparingar och dessutom resultera i förbättrad livskvalitet för deltagarna.

Parasporten i Sverige bidrar redan idag till ett mer inkluderande samhälle, med positiva effekter för både individ och samhälle. Med utökat stöd från politik, akademi, näringsliv och övriga civilsamhället kan parasporten ta ett ännu större grepp, för att organisera idrott som på riktigt förändrar liv





Innehållsförteckning

1. Ett fysiskt aktivt liv för personer med funktionsnedsättning
2. Parasport Sveriges roll i samhället
3. Ett värde för individ och samhälle
4. Att investera i parasport: En lönsam affär
5. Källförteckning



1.

Ett fysiskt aktivt liv för personer med funktionsnedsättning

Sverige står inför stora utmaningar vad gäller inkludering av personer med funktionsnedsättning i samhället i stort, utmaningar där idrottsrörelsen och parasporten kan och vill ta ett ännu större ansvar. Sverige granskades nyligen av FN:s kommitté för rättigheter för personer med funktionsnedsättning. Då konstaterades att levnadsvillkoren är sämre, utbildningsnivåerna lägre, arbetslösheten högre, den ekonomiska utsattheten större och att den fysiska och psykiska hälsan är sämre för personer med funktionsnedsättning i Sveriges jämfört med den övriga befolkningen.¹

Föreningsidrotten är en viktig pelare för inkludering av en mängd olika målgrupper i samhället. Forskning pekar vidare på att ett aktivt liv hos parasportens målgrupper (personer med rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuell funktionsnedsättning) leder till bättre fysisk och psykisk hälsa, ökad anställningsbarhet och därigenom en förändrad ekonomisk situation.²

Bristen på jämlik hälsa och integration inom föreningsidrotten skapar en hälsoklyfta mellan övriga befolkningen och personer med funktionsnedsättning. Parasport Sverige vill påvisa värdet av den verksamhet som bedrivs för att minska den klyftan och främja hälsa på lika villkor genom att kvantifiera samhällskostnader som ett resultat av fysisk inaktivitet. Det är dock svårt att mäta långsiktiga värden av denna natur, då befintlig forskning och data är bristfällig.

I den här rapporten gör Parasport Sverige och PwC ett försök att visa på vilka värden parasporten bidrar till, men visar också på den nytta parasporten kan göra framåt. Det beräknade samhällsvärdet i rapporten är begränsat till kostnaden för sjukvårdskostnader för sjukdomar som kan härledas till fysisk inaktivitet. Värden såsom ökad livskvalitet och mental hälsa, social inkludering samt produktionsbortfall är inte kvantifierade inom ramen för denna rapport men bidrar sannolikt med ytterligare ekonomiskt och mänskligt värde som möjliggörs genom idrottsrörelsen och fysisk aktivitet.



Parasportens betydelse för upprätthållandet av mänskliga rättigheter för personer med funktionsnedsättningar

Idrottsutövande i Sverige ska inspirera till mångfald, jämställdhet och livslångt idrottande men också vara ansvarsfullt, såväl socialt som miljömässigt och ekonomiskt.³ Idrotten är en samhällskraft som kan bidra till en mer hållbar värld där dess verksamhet främjar tolerans, inkludering, folkhälsa och människors egenmakt.⁴ Dessa värden manifesteras i konkret form i Riksidrottsförbundets stadgar kapitel 1 samt i idrottsrörelsens idéprogram Idrotten Vill. Idrottsrörelsen ska efterleva FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna, FN:s konvention om barnets rättigheter och FN:s internationella konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

Rätten till bästa möjliga hälsa för personer med funktionsnedsättning är av stor betydelse då det är en grupp som redan idag upplever sämre hälsa än genomsnittet samt står längre ifrån sammanhang där fysisk aktivitet ordnas.

Ett samhälle som främjar fysisk aktivitet bidrar till att underlätta efterlevnaden av konventionsskrivningar om rätten till hälsa, delaktighet och självständighet.⁵ Parasport Sverige arbetar för att bidra till att stänga hälsoklyftan och främja en jämställd och jämlik hälsa. Fysisk inaktivitet orsakar stora kostnader för samhället och sämre hälsa för individer. Idrottsrörelsen är en drivkraft för att öka möjligheterna till att leva ett aktivt och socialt inkluderande liv och Parasport Sverige spelar en viktig roll för att inkluderingen av personer med funktionsnedsättning i idrottsrörelsen går framåt. Det sker främst genom rollen som ett kompetensspridande förbund gentemot hela idrottsrörelsen samt genom kunskap om rekrytering av både idrottare och ledare för att få fler personer med funktionsnedsättning i rörelse.

"Vi inom parasporten både kan och vill ta ett ännu större ansvar för att få fler i rörelse. Ett arbete som behöver ske tillsammans med politik, näringsliv, akademi och civilsamhälle för att uppnå samma villkor."

Åsa Linares Norlin,
ordförande för Parasport Sverige



1.

Inverkan av fysisk aktivitet på psykisk hälsa

Den som har en god psykisk hälsa ser sin tillvaro som meningsfull, mår bra känslomässigt och kan klara av livets vanliga påfrestningar. Personer med funktionsnedsättning upplever sämre psykisk hälsa än övriga befolkningen. I den nationella folkhälsoenkäten för personer med funktionsnedsättning framkommer det att trötthet, sömnbesvär, stress, ångslan, oro och ångest är förekommande i en betydligt högre utsträckning.⁶

Depression och ångestsyndrom ökar också risken för tidigare nämnda sjukdomar som exempelvis hjärt- & kärlsjukdomar som också har en korrelation med fysisk inaktivitet. Regelbunden fysisk aktivitet och minskat stillasittande är associerat med minskad risk för att utveckla eller återfalla i depression och andra psykiska sjukdomar samt för att utveckla ångest. För depression och ångest specifikt kan man se en positiv effekt efter cirka 30 minuters aktiv tid. Fysisk aktivitet som behandlingsåtgärd minskar också depressiva symptom lika mycket som läkemedel och samtalsterapi vid lindrig till måttlig depression.⁷ Fysisk aktivitet förbättrar också välbefinnande, mätt i ökad livskvalitet och fysisk självständighet, för personer med funktionsnedsättning.⁸ Sammantaget är det dubbelt så vanligt för personer med funktionsnedsättning att ha nedsatt psykisk hälsa. Personer med intellektuell funktionsnedsättning löper dessutom särskilt stor risk för att drabbas av psykisk ohälsa.⁸ Fysisk aktivitet kan ha en stor betydelse för att personer med funktionsnedsättning ska förbättra sin psykiska hälsa och leva ett liv med högre livskvalitet och välbefinnande. Ett tydligt exempel på hur fysisk aktivitet och idrottsrörelsen bidragit till att rädda liv, är berättelsen om Hillevi Salomonsson, som föddes med dysmeli. Hon hatar de återkommande operationerna, men älskar idrotten.

"Min stora dröm är att få vara med på Paralympics om några år och få representera Sverige. Det skulle vara en helt magisk känsla. Jag kommer inte sluta med idrotten om jag inte kommer dit. Det är den som ger mig glädjen... till att leva ens."

Hillevi Salomonsson,
parasportare



Hillevi Salomonsson mötte idolen och alpinåkaren Ebba Årsjö på Parasportgalan 2023.



1.

Pandemin slog hårt mot parasportens målgrupper

Enligt en rapport från Riksidrottsförbundet har barn- och ungdomsidrotten återhämtat sig efter pandemin,⁹ men parasporten står fortfarande inför betydande utmaningar. Under pandemin minskade antalet deltagartillfällen med 80 procent jämfört med 2019. Antalet deltagare ökar men parasportens deltagartillfällen är fortfarande 32 procent lägre än nivåerna från 2019. Totalt sett förlorades 136 000 deltagartillfällen. Mellan 2021-2023 har deltagartillfällena ökat med 65 000.¹⁰

Pandemins hårda slag mot parasporten riskerar att fördjupa hälsoklyftan mellan personer med funktionsnedsättning och samhället i stort. Återstartsstödet som Svenska Parasportförbundet mottagit har spelat en avgörande roll för att

gradvis öka antalet deltagartillfällen. De knappt 14 miljoner som mottagits har bidragit till att återuppbygga ledarskap och tävlingsmöjligheter inom parasporten.

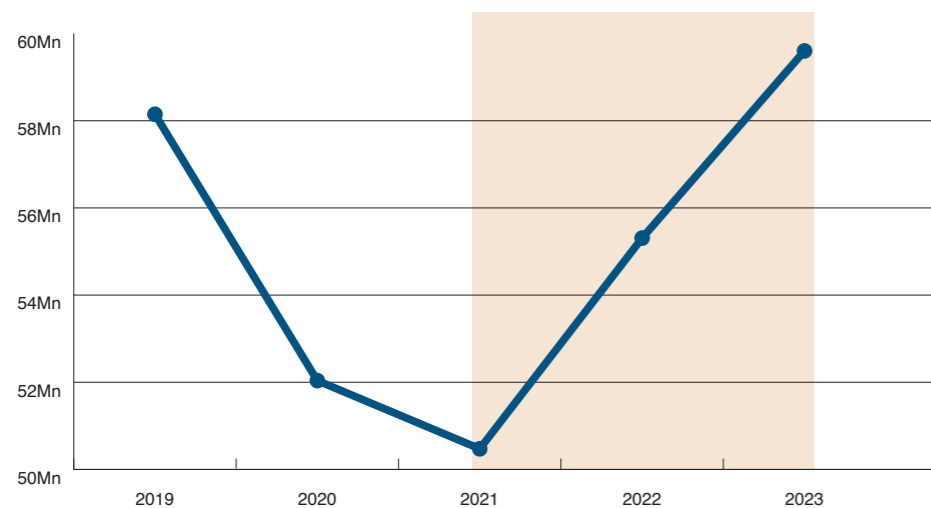
Från och med 2025 kommer de ekonomiska förutsättningarna förändras avsevärt. De riktade medel som parasporten i Sverige mottagit kommer att upphöra vid slutet av 2024.

År 2023 hade parasporten fortfarande drygt 71 000 färre deltagartillfällen än 2019, vilket innebär att det finns mycket kvar att göra för att minska hälsoklyftan och nå samma nivå som innan pandemin.

"Återstartsstödet har haft en betydande positiv inverkan, men redan innan pandemin fanns en stor hälsoklyfta mellan parasportens målgrupper och den övriga befolkningen. Det är tydligt att det fortsatt krävs riktade resurser för en jämlik folkhälsa."

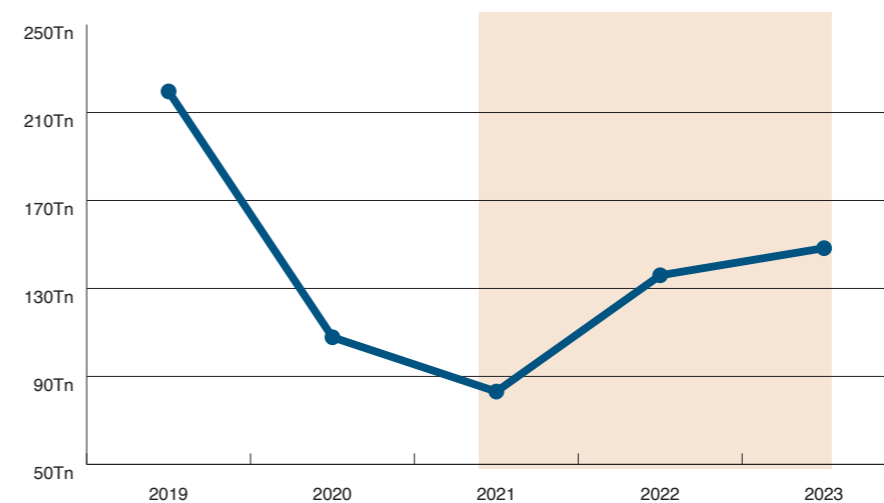
Bo Sköld,
generalsekreterare för Parasport Sverige

Tabell 1. Riksidrottsförbundet



Hela idrottsrörelsen tappade deltagartillfällen under pandemins första två år. Sedan 2021 har idrottsrörelsen glädjande nog återhämtat sig till högre nivåer än innan pandemin (Tabell 1). Samtidigt tar det längre tid för parasportens målgrupper att komma tillbaka till organiserad idrott och återhämtningen tar längre tid (Tabell 2).

Tabell 2. Svenska Parasportförbundet



2.

Parasport Sveriges roll i samhället

Parasport Sverige (Svenska Parasportförbundet och Sveriges Paralympiska Kommitté) är ett idrottsförbund som organiserar idrott för personer med rörelsenedsättning, synnedsättning och intellektuell funktionsnedsättning. Parasport Sverige tror på idrott som verktyg för att öka människors rörelseglädje, frihet och självständighet.

Uppdraget är att främja, organisera och utveckla parasport. Sedan förbundet bildades 1969 har rollen utvecklats från att enbart vara ett specialidrottsförbund för personer med funktionsnedsättning, till att hantera fyra roller inom svensk idrott.

Specialidrottsförbund: Organiserar 11 idrotter genom så kallade idrottskommittéer och med stöd av 19 specialdistriktsförbund och har 559 medlemsföreningar. Utöver att jobba mot föreningar och i det löpande styrelsearbetet, samverkar distrikten i regionerna med nätverk inom rehabilitering och habilitering, regionala syncentraler samt den regionala och lokala funktionsrättsrörelsen. Fokus ligger på kompetensstöd kring parasportfrågor, tillgänglighet, bemötande och rekrytering.


Special Olympics Sverige: Uppdraget är att öka den fysiska aktiviteten bland personer med intellektuell funktionsnedsättning, bland annat genom aktiviteter, opinionsarbete och samverkan mellan involverade aktörer. Namnet Special Olympics Sverige är en ackreditering som ges av världsorganisationen Special Olympics International.


Sveriges Paralympiska Kommitté: Uppgiften är att utveckla och värna om den paralympiska rörelsen i Sverige i enlighet med bestämmelserna i Internationella Paralympiska Kommitténs (IPC) handbok, "The Paralympic Charter". Kommittén har även antagit World Anti Doping Code, IPC Classification Code samt IPC Medical Code och ska följa dessa regler.


Kompetensstöd: Parasport Sverige bidrar till den övriga idrottsrörelsen med en mängd stödåtgärder för inkluderande idrottsverksamhet. Tillsammans med Riksidrottsförbundet arbetar vi långsiktigt för att bredda kompetensen till hela idrottsrörelsen. Idrottsrörelsen är överens om att alla ska ha lika möjlighet att vara delaktiga i idrott oavsett förutsättningar eller bakgrund. Beslutet har lett till en ökad efterfrågan av parasportkompetens.




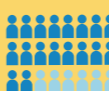
Visste du att Parasport Sveriges insatser under det senaste året bland annat har bidragit till att:

 62 specialidrottsförbund på något sätt har jobbat med parasport.

 135 personer med funktionsnedsättning fick testa idrotter via Start Your Impossible Camp.

 920 idrottsföreningar är anslutna till rekryteringssiten Parame.se

 131 personer har anmält intresse att bli ledare inom parasporten via en ledarkampanj.

 26 av parasportens elitidrottare fick omfattande riktade insatser och elitstöd.

 374 licenserade tävlingsaktiva

2.

Ett verktyg för förändring

Idrottsrörelsen bygger på övertygelsen att regelbunden fysisk aktivitet leder till god folkhälsa och ett starkt, självständigt liv. Olika former av fysisk aktivitet behöver finnas tillgängliga och välkomnande för att alla ska få möjligheten att finna rörelseglädje och gemenskap inom idrotten. Målet är att det ska gå att göra i en trygg miljö som fungerar – oavsett förutsättningar. Parasport Sverige jobbar efter visionen att utgöra "En unik kraft som förverkligar drömmar".

Barn, unga och vuxna med funktionsnedsättning som deltar i organiserad idrott uppger att de har högre självkänsla, fler kamrater, bättre självförtroende, högre livskvalitet och en större självständighet än de som inte deltar i organiserad idrott. De positiva effekterna redogörs i föregående kapitel.

Parasport Sverige använder idrott som medel för att få fler i rörelse, där bredden och elit är förutsättningar för varandras utveckling. En bred bredd ger förutsättningar för en konkurrenskraftig elit. Och en framgångsrik parasportelit skapar förebilder som inspirerar framtidens paraidrottare.

Parasport Sverige har gjort en kartläggning av vilka hinder en person med funktionsnedsättning möter för att kunna ta sig till träningen och komma i rörelse. Det kallas för parasportens hinderbana.¹¹

Målet är att radera alla hinder, eller åtminstone göra de så små som möjligt. Men många hinder ligger utanför Parasport Sveriges möjlighet att påverka. Därför måste aktörer i hela samhället agera för att eliminera sådana hinder, en förutsättning för att målgruppen ska komma i rörelse.

Hinderbanans fyra områden

- Individens utgångspunkter
- Samhällets insatser
- Samhällets utformning
- Individens förutsättningar

Ledare som verktyg för förändring

Att rekrytera och utbilda nya ledare till parasporten är en förutsättning för att parasporten ska kunna ta emot fler aktiva. Därför har Parasport Sverige tagit fram ett nytt initiativ för att visa upp eldsjälarna som möjliggör parasporten, med målet att hitta nya ledare. Initiativet har nått ut digitalt över hela landet och har lockat 131 personer att anmäla intresse för att bli ledare och ideella i parasporten. Att vara ledare är så mycket mer än att pumpa bollar, planera träningar och vinna matcher. Det handlar om gemenskap, glädje och drömmar. Känslan av att se nya drömmar tändas, att utvecklas tillsammans med andra och att ge fler chansen att hitta sin väg genom idrott. Den är oslagbar och upplevs starkast som ledare.

"Du får möjlighet att göra en otrolig insats och göra positiv skillnad i andra människors liv."

Magnus Wislander
förbundskapten goalball



Förebilder som verktyg för förändring

När tidningen Expressen listar Årets kvinnor 2024 får bowlingspelaren Lisa Nordström Green plats 78, före bland andra Zara Larsson, Veronica Maggio och Elin Rubensson. Lisa var med och tävlade i Special Olympics World Games 2023, och berättade i samband med det om sin tuffa uppväxt och psykiska ohälsa. Listan publicerades på Internationella

kvinnodagen och består av 100 kvinnor som är förebilder eller som på annat sätt utmärkt sig. Under året har Lisa dessutom nominerats till årets prestation inom Special Olympics och årets förebild på Parasportgalan som arrangeras av Parasport Sverige.



"Som barn bar hon bowlingklotet närmast hjärtat för att skydda sig mot uppväxtens mobbare. Där, i bowlinghallen i Säffle, fick Lisa Nordström Green delta på lika villkor. Bowlingen räddade henne också från självmordstankarna i vuxen ålder. Att hon tog trippla guldmedaljer i sommarens Special Olympics för idrottare med intellektuell funktionsnedsättning är i sammanhanget en bonus. Om än imponerande."

Expressens motivering för bowlaren Lisa Nordström Green på listan för Årets kvinna på Internationella kvinnodagen 2024.

3.

Ett värde för individ och samhälle

Fysisk inaktivitet: En stor konsekvens och kostnad för individ och samhälle

Fysisk inaktivitet och sjukdomar

Fysisk inaktivitet ökar risken för att drabbas av flertalet folksjukdomar. Risken att insjukna i exempelvis hjärt- & kärlsjukdomar, diabetes typ II, fetma och demens har ett tydligt samband med graden av fysisk inaktivitet.¹² Detta samband gäller för alla människor, men vissa grupper i samhället, som till exempel personer med funktionsnedsättning, har sämre möjlighet att delta i aktiviteter och blir i större utsträckning exkluderade från både fysiska platser, forskning och normidrott.⁸ Personer med funktionsnedsättning uppger också att de har en sämre fysisk och psykisk hälsa och är i större utsträckning fysisk inaktiva än övriga befolkningen.⁶ Fysisk aktivitet är en förutsättning för att förebygga sjukdomar och psykisk ohälsa och motverka utanförskap och social isolering.

Fysisk aktivitet och effekten på välmående

Enligt Världshälsoorganisationens (WHO) riktlinjer för fysisk aktivitet finns det positiva effekter på hälsan för personer med funktionsnedsättning när fysisk aktivitet utförs minst 75 minuter i veckan.¹³ För att förstå vilken eventuell kostnadsbesparing som fysisk aktivitet bidrar till, behövs data för hur många personer som faktiskt uppfyller rekommendationerna om mängden fysisk aktivitet. Forskningsresultaten om hur stor del av befolkningen som är tillräckligt fysisk aktiv skiljer sig åt beroende på om uppgifterna inhämtas via självskattning eller via stegräknare.¹² I Sverige har man sett att 7 procent av populationen uppnår en tillräcklig nivå av fysisk aktivitet.¹⁴ Det innebär att uppskattningsvis 9,8 miljoner människor inte når den rekommenderade nivån av fysisk aktivitet vilket kan antas innebära en stor kostnad för samhället på lång sikt.

Hur många personer med funktionsnedsättning är fysiskt aktiva (i en förening) idag?

WHO uppskattar att 15 procent av världens befolkning har någon typ av funktionsnedsättning.¹⁵ I Sverige finns det olika uppskattningar om andelen personer med funktionsnedsättning. I underlaget för beräkningen används antagandet om 15 procent vilket innebär en populations-

storlek om 1,5 miljoner människor med funktionsnedsättning i Sverige. Av de personerna beräknas 7,5 procent (119 000) vara engagerade i idrottsföreningar.¹⁶ Av dessa individer antas drygt en fjärdedel (31 000 personer) delta i Parasport Sveriges idrottsföreningar och tränar minst två gånger i veckan. Den här siffran är konservativt beräknad på grund av bristen på tillförlitlig information och underlag om antalet aktiva personer med funktionsnedsättning inom idrotten och mörkertalet bedöms vara stort.

Sjukvårdskostnader för fysisk ohälsa kopplat till fysisk inaktivitet

Kostnaden för hjärt- & kärlsjukdomar, diabetes typ II, fetma och demens har ett tydligt samband med fysisk inaktivitet. Den totala kostnaden för dessa sjukdomar i hela samhället uppgår till 263 miljarder kronor, justerat för inflation till 2023 års penningvärde.^{17, 18, 19, 20} Forskning kring hur mycket av sjukvårdskostnaderna som kan kopplas till fysisk inaktivitet och stillasittande livsstil varierar. När det gäller fysisk ohälsa uppskattas att 8 procent¹² av de totala kostnaderna för sjukdomar relaterade till fysisk ohälsa direkt kan tillskrivas fysisk inaktivitet, vilket motsvarar en kostnad på 21 miljarder kronor.

Kostnader för psykisk ohälsa kopplat till fysisk inaktivitet

Det finns ingen entydig uppskattning av hur stora kostnader för psykisk relaterad ohälsa som kan tillskrivas fysisk inaktivitet. En schablonuppskattning för kostnaderna relaterade till psykisk ohälsa är baserat på kostnader för sjukskrivning. Denna schablon ger en indikation på de potentiella besparingarna, som totalt uppgår till 5 miljarder. Det finns starka belägg för att fysisk aktivitet har en positiv inverkan på psykisk hälsa.⁷ Forskning visar att risken för att insjukna i psykisk ohälsa minskar med 30 procent vid fysisk aktivitet jämfört med fysisk inaktivitet. Den allra största hälso-



vinsten ses om en individ som går från att vara fysiskt inaktiv till att bli måttligt fysiskt aktiv.¹²

Sparade sjukvårdskostnader som kan tillskrivas fysisk aktivitet för personer med funktionsnedsättning

Baserat på de presenterade sjukvårdskostnaderna och den fysiska aktivitet som genomfördes av målgruppen, är uppskattningen att samhället undvek sjukvårdskostnader uppgående till 84,2 miljoner kronor under 2023.

Uppskattningen av de förhindrade sjukvårdskostnaderna är konservativ och proportionerlig med andelen av befolkningen som de aktiva deltagarna representerar. Då personer med funktionsnedsättning har en högre förekomst av både fysiska och psykiska sjukdomar, leder förbättringar i deras hälsa sannolikt till ännu större procentuella besparingar än för befolkningen i allmänhet.

Avgränsningar och antaganden

De kvantifierbara samhällsekonomiska besparingarna består av minskade sjukvårdskostnader för både fysisk och psykisk ohälsa. Besparingarna är baserade på att personer med funktionsnedsättning vidhåller en tillräckligt god fysisk aktivitetsnivå över tid.

Denna summa inkluderar inte andra aspekter, såsom ideella insatser vid träningar och matcher, minskad frånvaro från arbete och ökad livskvalitet genom ett aktivt liv. Dessa aspekter kan dock troligtvis bidra till att de samhällsekonomiska besparingarna är betydligt större än den summa som har beräknats enbart utifrån minskade sjukvårdskostnader vid ökad fysisk aktivitet.

Sjukvårdskostnader uppgående till

84,2
miljoner
kronor
under 2023

4.

Att investera i parasport: En lönsam affär

Lönsam investering i främjandet av fysisk aktivitet ur ett internationellt perspektiv

Det finns ett flertal internationella studier som har undersökt avkastning på investerat kapital i främjandet av fysisk aktivitet. Dessa studier har främst undersökt den monetära effekten av policyimplementeringar för att öka fysisk aktivitet samt värdet av sociala utfall som genereras genom deltagande i idrott och fysisk aktivitet samt kostnaden av insatser för att tillhandahålla möjligheter till sådant engagemang.²¹

I dessa studier påvisades det att för varje investerad euro för att främja fysisk aktivitet ger 1,7 euro tillbaka.²¹ I en studie i England var slutsatsen att för varje investerad pund gav 4 pund tillbaka.²² Dessa studier mäter olika typer av ekonomiskt värdeskapande för samhället, både i form av sparade sjukvårdskostnader men även ökad produktion av arbete, ökad utbildningsgrad, ökat välbefinnande och livskvalitet, minskad risk för kriminalitet, värdet av ideellt arbete, samt minskade sjukvårdskostnader på grund av sjukdomsprevention.^{21, 22}

Trots att dessa internationella studier tydligt visar de ekonomiska fördelarna med att investera i fysisk aktivitet, finns det fortfarande aspekter som inte har beaktats fullt ut. Den kvalitativa dimensionen av fysisk aktivitet, såsom dess inverkan på individens mentala hälsa, sociala integration och övergripande livskvalitet, är svårare att kvantifiera men lika viktig att förstå. Detta är särskilt relevant för personer med funktionsnedsättning, där hälsoklyftan är påtaglig och behovet av riktade insatser är stort.

Fysisk inaktivitet innebär stora kostnader för både individ och samhälle, särskilt bland parasportens målgrupper där hälsoklyftan är större än hos övriga befolkningen. FN:s kommitté för rättigheter för personer med funktionsnedsättning har genomfört en granskning som visar att levnadsvillkoren är sämre, utbildningsnivåerna lägre, arbetslösheten högre, den ekonomiska utsattheten större och att den fysiska och psykiska hälsan sämre jämfört med Sveriges övriga befolkning.

Samtidigt visar forskning att ett aktivt liv för personer med funktionsnedsättning leder till bättre fysisk och psykisk hälsa, ökad anställningsbarhet och en förbättrad ekonomisk situation. Det finns dock inneboende utmaningar för att få fler personer med funktionsnedsättning i rörelse. Under pandemin gled målgruppen dessutom allt längre ifrån föreningsidrotten, och deltagandet i parasportens verksamheter har fortfarande

inte återhämtat sig.

Föreningslivet kan ge personer med funktionsnedsättning möjligheten till ökad rörelseglädje, hälsa, självständighet och gemenskap. Tillsammans med politiken, näringslivet, akademien och civilsamhället kan parasporten ta ett större ansvar för att få fler i rörelse. För de flesta handlar parasport inte om att tävla eller vinna medaljer, det handlar om att återvända till livet efter en skada eller sjukdom som kan drabba vem som helst. Det är en väg mot ett självständigt liv, en väg mot arbete, en väg mot gemenskap och en aktiv vardag. För vissa kan parasport till och med vara anledningen att fortsätta leva. Lisa Nordström Greens berättelse är ett tydligt exempel på hur avgörande en trygg och stöttande miljö inom parasporten kan vara. Parasport handlar om livet, om att kämpa och att aldrig ge upp. Det är en källa till hopp, till styrka och till glädje.

Det är tydligt att parasporten har haft en utmanande period under pandemin, där deltagartillfällena initialt minskade med 80 %. Tack vare extra finansiering via idrottens återstartsstöd har parasporten lyckats återhämta sig till viss del och öka antalet deltagartillfällen. Det är dock fortfarande en lång väg kvar för att nå nivåerna innan pandemin. Redan innan pandemin fanns en stor hälsoklyfta mellan personer med funktionsnedsättning och övriga befolkningen. Därför kan Sverige inte nöja sig med att bara återgå till tidigare nivåer. Ett omfattande och resurskrävande arbete krävs för att på allvar minska hälsoklyftan.

Att investera i parasporten bidrar till ett mer inkluderande samhälle och stärker individen, vilket ger positiva effekter långt utanför idrottsarenan. Att minska hälsoklyftan bidrar dessutom till att sänka sjukvårdskostnaderna som uppstår på grund av fysisk inaktivitet. En investering i parasporten är helt enkelt lönsamt för alla.

Ingen sport är på liv och död - Men parasport handlar om liv

Det kan handla om vägen tillbaka till livet efter skada eller sjukdom.
Det är en väg till ett självständigt liv.
Det är vägen mot ett arbetsliv.
Det är vägen till gemenskap och aktiv vardag.
Det kan till och med vara anledningen att leva.



5.

Källförteckning

- Institutet för mänskliga rättigheter.** Institutet rapporterar till FN om allvarliga rättighetskränkningar och stor ojämlikhet i levnads villkor för personer med funktionsnedsättning.
<https://mrinstitutet.se/pressmeddelanden/institutet-rapporterar-till-fn-om-allvarliga-rattighetskrankningar-och-stor-ojamlik-het-i-levnadsvillkor-for-personer-med-funktionsnedsattning/>
- Folkhälsomyndigheten.** Hälsa hos personer med funktionsnedsättning.
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/halsa-i-olika-grupper/funktionsnedsattning/>
- Riksidrottsförbundet.** Idrotten Vill - Idrottsrörelsens idéprogram.
<https://utbildning.sisuforlag.se/globalassets/rfsisu/publik/hallbarhetswebben/dokument/idrotten-vill.pdf>
- Statens offentliga utredningar.** Varje rörelse räknas - hur skapar vi ett samhälle som främjar fysisk aktivitet? SOU 2023:29.
https://www.regeringen.se/contentassets/8ab754ea529f4fa5a6caaa00581948bd/sou-2023_29.pdf
- Folkhälsomyndigheten.** Nationella folkhälsoenkäten "Hälsa på lika villkor?"
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/om-vara-datainsamlingar/nationella-folkhalsoenkaten/>
- Andersson, E., Hovland, A., Taube, J., Kjellman, B., Hedlund, L., & Martinsen, W, E.** Fysisk aktivitet kan ha omedelbar effekt på depression och ångest.
<https://lakartidningen.se/klinik-och-vetenskap-1/artiklar-1/temaartikel/2022/09/fysisk-aktivitet-kan-ha-omedelbar-effekt-pa-depression-och-angest/>
- Bergström, H., Hagströmer, M., Sundberg, C, J., & Taube, J.** Fysisk aktivitet vid funktionsnedsättning (2010)
<https://www.yfa.se/wp-content/uploads/2013/04/Fysisk-aktivitet-vid-funktionsneds%C3%A4tning.pdf>
- Riksidrottsförbundet.** Barn- och ungdomsidrotten återhämtar sig.
<https://www.rf.se/nyhetsarkiv/nyheter/2024-04-12-barn--och-ungdomsidrotten-aterhamtar-sig#:~:text=Mer%20barn%2D%20och%20ungdomsidrott%20%C3%A4n,har%20fortsatt%20utmaningar%20efter%20pandemin>
- Riksidrottsförbundet.** Barn- och ungdomsidrotten återhämtar sig.
<https://www.rf.se/download/18.19d1f48718ecb77c888a678/1712845788286/LOK-st%C3%B6d%202023%20kort%20rapport.pdf>
- Parasport Sverige.** Effektrapport 2023.
<https://parasport.se/download/18.74854f5018abce13bc5b4738/1695883765308/Effektrapport%202023.pdf>
- Riksidrottsförbundet.** Idrottens samhällsnytta - En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens mervärde för individ och samhälle FOU2017:1.
https://www.rf.se/download/18.7e76e6bd183a68d7b7114c8/1664975872556/FOU2017_1-Idrottens%20samh%C3%A4llsnytta.pdf
- World Health Organization.** Guidelines on physical activity and sedentary behaviour. (2020).
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/336656/9789240015128-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ekblom-Bak, E., Olsson, G., Ekblom, Ö., Ekblom, B., Bergström, G., & Börjesson, M. (2015).** The Daily Movement Pattern and Fulfilment of Physical Activity Recommendations in Swedish Middle-Aged Adults: The SCAPIS Pilot Study. PLoS one, 10(5), e0126336.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0126336>
- United Nations** - Department on Economic and Social Affairs - Disability. Factsheet on Persons with Disabilities.
<https://www.un.org/development/desa/disabilities/resources/factsheet-on-persons-with-disabilities.html>
- Riksidrottsförbundet.** Idrott för personer med funktionsnedsättning.
<https://www.rf.se/rf-arbetar-med/trygg-och-inkluderande-idrott/idrott-for-personer-med-funktionsnedsattning>
- Andersson E., Lindgren P., Brådvik G., Ramdén V., & Steen Carlsson K. (2019).** Kostnader för hjärt-kärlsjukdom i Sverige 2019.
<https://ihe.se/rapport/kostnader-hjart-karlsjukdom/>
- Steen Carlsson, K., Andersson, Lundqvist, A., & Willis, M. (2015).** Påverkbara kostnader för typ 2-diabetes år 2020 och 2030 i Sverige.
https://ihe.se/app/uploads/2017/10/IHE-Rapport_2015_1.pdf
- Folkhälsomyndigheten. (2024).** Samhällskostnader för övervikt och fetma.
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/mat-fysisk-aktivitet-overvikt-och-fetma/overvikt-och-fetma/samhallskostnader-for-overvikt-och-fetma/>
- Socialstyrelsen. (2014).** Demenssjukdomarnas samhällskostnader i Sverige 2012.
https://www.demenscentrum.se/globalassets/publicerat_pdf/socialstyrelsen/sos_2012_demenssjukdomars-kostnader.pdf
- OECD. Step Up!** Tackling the Burden of Insufficient Physical Activity in Europe.
https://www.oecd.org/en/publications/step-up-tackling-the-burden-of-insufficient-physical-activity-in-europe_500a9601-en/full-report.html
- Sport England. (2020).** Why investing in physical activity is great for our health – and our nation.
<https://www.sportengland.org/news/why-investing-physical-activity-great-our-health-and-our-nation>



Kontaktuppgifter:

 **PARASPORT**
/SVERIGE

Bo Sköld, Generalsekreterare
Mobile: +46 (0) 76 199 40 99
Email: bo.skold@parasport.se



Johanna Lagus, Hållbarhetsrådgivare & sakkunnig
inom idrottsfrågor och jämställdhet

Mobile: +46 (0) 70 758 12 25
Email: johanna.lagus@pwc.com
PwC Sverige, Torsgatan 21
121 30 Stockholm