



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN  
STAAREN TJELTE

# Strategi för idrott och fysisk aktivitet

<b>Beslutad av:</b>	Kommunfullmäktige 2026-05-19
<b>Diarienummer:</b>	Dnr KS-00613-2024
<b>Kontaktperson:</b>	Natasha Skott
<b>Dokumenttyp:</b>	Strategi
<b>Dokument-ID:</b>	STR-15050
<b>Version:</b>	0
<b>Berörd verksamhet:</b>	Kultur- och fritidsförvaltningen
<b>Giltig från:</b>	
<b>Giltig till:</b>	
<b>Antal sidor:</b>	6

# 1. Inledning

Svensk idrottspolitik ska ge förutsättningar för att alla ska kunna delta i någon form av idrott eller fysisk aktivitet. Det ska vara möjligt att ta del av ett utbud av miljöer som präglas av mångfald och hög kvalitet, oavsett i vilken del av landet eller del av kommunen man bor i. Det är idrottspolitikens uppgift att arbeta för och bidra till att det finns ekonomiska och andra förutsättningar för att utöva rörelse och motion.

Samhällets nytta av idrott och dess effekter kan bland annat ses i lägre sjuktal, friskare medborgare och lägre sjukvårdskostnader. Några av idrottens viktigaste syften är att uppmuntra till fysisk aktivitet, förbättra motoriska färdigheter för hälsa och prestation samt stimulera till hälsosam psykosocial utveckling.

Många av de sjukdomstillstånd som påverkas av bristfällig fysisk aktivitet och en stillasittande livsstil kommer senare i livet. Idrott i unga år kan därför vara av stor betydelse för hälsan, om det leder till fortsatt idrottande eller högre grad av fysisk aktivitet som vuxen. Positiva upplevelser av idrott under ungdomsåren ökar sannolikheten att man är regelbundet fysiskt aktiv som vuxen, och fortsätter att vara aktiv hela livet.

För att hela Östersunds kommun ska vara en attraktiv och aktiv kommun som många vill besöka men framför allt bo och leva i, är miljön för fysisk aktivitet och ett bra utbud av idrottsaktiviteter en viktig resurs. Östersunds kommun är regionens folktätaste kommun med nära hälften av regionens invånare, och har som enda stad i närområdet en betydande roll för utvecklingen av idrotten samt den fysiska aktiviteten i regionen.

Samtidigt står kommunen inför stora förändringar. Antalet invånare ökar och målet är att detta antal ska uppgå till 75 000 år 2040. I takt med det växande antalet invånare behöver kommunen kunna ge plats åt fler bostäder, större näringslivssatsningar samt fler arbetstillfällen. Dessa behov behöver mötas utan att riskera vare sig målen kopplade till Agenda 2030, kommunens idrottsprofil eller målsättningen gällande tillgänglig fysisk aktivitet för alla oavsett var i kommunen man bor. Det behöver med andra ord beredas plats för flera intressen utan att dessa går i strid med varandra.

Östersunds kommun ser barn och unga som basen i idrottsrörelsen och vill vara med och bidra till livslångt idrottande, samt se en mer hållbar idrottsrörelse där alla får plats. Östersunds kommun ser att det ska vara naturligt att idrotta i en förening hela livet oavsett ambition, ålder eller andra förutsättningar. Östersunds kommun ser även att det är lika mycket värt att idrotta enbart för att det är roligt och för att må bra, som att satsa och nå den yppersta eliten.

Elitidrotten har flera positiva effekter genom att utgöra förebilder, öka intresset för lokal, nationell och internationell idrott, stärka den lokala identiteten samt öka den ekonomiska omsättningen inom olika branschnärings. Den mediala bevakningen, idrottsturismen och evenemangsnäringsen ger betydande bidrag till samhällsekonomin. Därför finns ett bredare samhällsintresse i att elitidrotten får

goda förutsättningar att utvecklas. Viktigt är att även ta hänsyn till att Östersunds kommun har flera elitidrottare bosatta i kommunen och är en aktiv aktör inom evenemangsområdet.

Målsättningen för Östersunds kommun är att skapa förutsättningar för livslång fysisk aktivitet som i sin tur bidrar till ökad fysisk och psykisk hälsa. Genom att skapa förutsättningar och tillgänglighet för alla, oavsett individuella förutsättningar och förmågor, bidrar Östersunds kommun till en aktiv och stimulerande fritid för alla. I Östersunds kommun ska skillnader i kön, ålder, funktionalitet, identitet, socioekonomiska faktorer och bostadsort inte inverka på möjligheterna till en fysiskt aktiv fritid. Strategi för idrott och fysisk aktivitet är ett verktyg för att säkerställa ett kvalitativt utbud av möjligheter till idrott och fysisk aktivitet i Östersunds kommun.

## 2. Syfte

Syftet med Strategi för idrott och fysisk aktivitet är att föreslå aktiva insatser för att säkerställa ett bra utbud av och goda möjligheter till att vara fysiskt aktiv i hela kommunen – oavsett individuella förutsättningar. Strategin ska ligga till grund för de politiska beslut som behövs för att säkerställa detta.

## 3. Avgränsningar

En strategi är ett aktiverande styrdokument som initierar aktiviteter och beskriver vad kommunen ska göra för att uppnå beslutad ambitionsnivå, lagstiftning och andra krav. Strategin avgränsas till kommunens verksamheter, anläggningar och ytor inom området för idrott och fysisk aktivitet.

Strategi för idrott och fysisk aktivitet utgår från ett processperspektiv och kopplas mot processgrupperna Allmän fritidsverksamhet samt Drift av sport- och fritidsanläggningar. Den ska beaktas i framtagande av andra politiska styrdokument i kommunen.

## 4. Utvecklingsområden

### 4.1. Östersunds kommun prioriterar barn och ungdomars möjligheter att idrotta och utöva fysisk aktivitet.

Goda rörelse- och levnadsvanor grundläggs tidigt i livet och skapar en långsiktig hållbarhet för hälsa och hälsosam psykosocial utveckling. Vi ser barn och unga som hjärtat i idrottsrörelsen och kontinuerlig aktivitet i unga år lägger en stark grund för ett livslångt idrottande. Östersunds kommun anser att det är viktigt att ge alla barn, oavsett kön, funktionsvariation, etnicitet, ursprung, religion eller socioekonomisk bakgrund, lika förutsättningar att vara fysiskt aktiva och uppleva

rörelseglädje. För detta satsar kommunen på att skapa bästa möjliga förutsättningar för idrott och fysisk aktivitet, både vad gäller anläggningar och ytor.

- Östersunds kommun stöttar föreningslivet i kommunen och särskilt de föreningar som bedriver verksamhet för barn och ungdomar (7–20 år) i form av subventionerad prissättning, bidrag, prioriterade tider i anläggningar samt lägre priser för barn och ungdomar.
- Östersunds kommun ser att de verksamhetsbidrag som ges idag fortsättningsvis i huvudsak ska gå till barn- och ungdomsverksamhet.
- Östersunds kommun ger ett särskilt stöd till föreningar och förbund som tillhandahåller paraiddrott.
- Östersunds kommun arbetar för att hålla nere kostnaderna för barn och ungdomsidrott, bland annat genom att samarbeta med RF-SISU.
- Östersunds kommun ser även över möjligheter för att minska undanträngningseffekten vid elitidrott och evenemang genom att tillskapa fler alternativa ytor eller andra lösningar.
- Östersunds kommun arbetar aktivt med att stärka rörelseglädjen i aktiviteter och på idrottsytor som erbjuds inom kommunen.
- Östersunds kommun ska aktivt arbeta för att riva strukturer som motverkar ett jämställt idrottande.

## 4.2. Östersunds kommun skapar förutsättningar för livslångt idrottande på alla nivåer.

Östersunds kommun arbetar aktivt för att skapa en idrottsrörelse där alla har möjlighet att delta, oavsett ambition, ålder, kön, eller prestationsnivå. För många barn och unga handlar idrott om glädje och välmående, medan andra strävar efter elitnivå. Elitidrotten spelar en viktig roll som förebild och bidrar till att väcka intresse för idrott på både lokal, nationell och internationell nivå.

Genom att ge unga människor en positiv upplevelse av idrott ökar chansen att de fortsätter vara fysiskt aktiva och värdesätter rörelse hela livet. Vi vet att behovet av fysisk aktivitet blir ännu viktigare med stigande ålder. För äldre är motion inte bara en källa till fysisk och mental hälsa, utan också en förutsättning för ett självständigt liv. Genom att sätta fokus på rörelseglädje, skapar vi förutsättningar för att alla ska kunna vara aktiva genom hela livet.

- Östersunds kommun satsar på att utveckla samt skapa nya idrottsanläggningar och aktivitetsytor för att säkerställa att alla får plats att idrotta på ett långsiktigt och hållbart sätt.
- Genom att planera för framtida behov i tidigt skede av samhällsutvecklingen, fånga upp samhällstrender och samarbeta mellan förvaltningarna kan vi tillgodose framtida behov av anläggningar och aktivitetsytor.
- Östersunds kommun ska arbeta för att främja och skapa samverkan mellan föreningar och kommun.

- Östersunds kommun arbetar aktivt för att möta medborgarnas behov av spontanaktivitetsytor för att ge goda möjligheter till fysisk aktivitet i livets olika skeden. Östersunds kommun använder ett helhetsperspektiv i skapandet av nya spontanaktivitetsytor och skall använda olika typer av platser i kommunen såsom allmän plats, parker, lekparker och skolgårdar för att utveckla fler spontanaktivitetsytor som är generationsöverskridande.
- Östersunds kommun ska se till att det finns plats för både breddidrott och elitidrott, så att barn- och ungdomsidrotten inte trängs undan av elitidrott eller stora evenemang. Genom att se möjligheter i samnyttjande och flexibla lösningar gör kommunen det möjligt för alla nivåer av idrott att samexistera, så att barn, unga, vuxna, breddidrottare och elitidrottare kan vara aktiva parallellt.
- Östersunds kommun fortsätter stärka och sprida den positiva rörelsekultur som finns inom kommunen, på exempelvis SÄBOn, mötesplatser, skolor och förskolor.

### 4.3. Östersunds kommun prioriterar ökad tillgänglighet i anläggningarna.

För att säkerställa att alla invånare i Östersunds kommun har tillgång till anläggningar och rörelseytor, arbetar kommunen aktivt med att både anpassa och utveckla dessa för att möta olika behov. Genom att kontinuerligt förbättra de fysiska anläggningarna och anpassa tider samt öka nyttjandegraden skapar vi en miljö där det blir så enkelt som möjligt att vara fysiskt aktiv.

- Östersunds kommun arbetar för att det ska finnas fler tillgängliga tider, flexibla ytor och möjligheter till spontanidrott för att maximera nyttjandegraden vid varje anläggning.
- Östersunds kommun ska möjliggöra att privatpersoner och föreningar spontant och på ett lätt sätt kan boka idrottshallar när de står tomma.
- För att göra det lätt att hitta rätt, kommer Östersunds kommun att tillhandahålla tydlig och lättillgänglig information om vilka idrotts- och rörelseytor som finns, vad som är tillgängligt och vem de är anpassade för. Denna information publiceras offentligt på olika sätt och med digitala verktyg för att vara tillgänglig för alla.
- För att möta den växande befolkningen och de nya bostadsområdena ska Östersunds kommun parallellt utveckla fler anläggningar och spontanaktivitetsytor. Ambitionen är att varje område eller stadsdel ska ha en bred variation av aktivitetsytor.
- Östersunds kommun kommer att säkerställa att våra nybyggda idrottshallar är fullstora och multifunktionella för att uppnå ett maximalt nyttjande, så länge inte särskilda behov kräver avsteg från denna standard.
- Genom att göra smarta och hållbara val, exempelvis genom att vi beaktar energieffektivitet och effekter av klimatförändringar, bygger vi anläggningar som är flexibla och långsiktigt hållbara.

- Östersunds kommun ska även ta fram ett standardiserat funktionsprogram (kravspecifikation) för skolidrottshallar som detaljerat beskriver vad idrottshallen ska innehålla. Detta för att säkerställa funktionaliteten, öka förutsägbarheten i de ekonomiska konsekvenserna samt spara tid i byggprojektens tidiga skeden.
- Östersunds kommun arbetar även för att kombinera idrottsanläggningar med sociala och kulturella ytor för att skapa fler spontana rörelsemöjligheter, vilket gör det enklare för alla att delta i aktivitet. Målet är att våra anläggningar ska vara mötesplatser där människor, oavsett intresse, kan känna sig inkluderade, inspirerade och ha roligt tillsammans.

#### **4.4. Östersunds kommun ser goda möjligheter till fysisk aktivitet som en viktig resurs och drivkraft för människor att vilja bo i hela kommunen.**

För att hela Östersunds kommun ska vara det självklara valet för bosättning (oavsett om man redan bor här eller funderar på att flytta hit) så behöver kommunen tillvarata och utveckla den fantastiska natur och de anläggningar som finns och som lockar människor till aktivitet och upplevelse. För att alla ska kunna vara fysiskt aktiva, oavsett var i kommunen de bor, är det avgörande att det erbjuds lättillgängliga platser för rörelse och rekreation.

- Östersunds kommun säkerställer att idrottsanläggningar, spontanaktivitetsytor och friluftsområden finns över hela kommunen – från stadsdelar och tätorter till landsbygden.
- Östersunds kommun ska arbeta för att stödja och underlätta för skolidrottsföreningar, särskilt i landsbygden.
- Östersunds kommun stöder föreningar som driver idrottsanläggningar, så att alla invånare har nära till bra aktivitetsmöjligheter i sitt närområde.
- Östersunds kommun bidrar till ett skifte där rörelse är normen, snarare än stillasittande.

### **5. Relaterade dokument**

- Bakgrundsrapport - Strategi för idrott och fysisk aktivitet
- Riktlinje för idrott och fysisk aktivitet
- Östersund 2040