



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

1 **Idrettspolitisk dokument**

2 *Vedtatt på møte i Velferdstinget 19.03.2018*

3

4

5 **KAPITTEL 1: FORMÅL**

6

7 Idrettspolitisk dokument skal være et grunndokument for idrettspolitikk i Velferdstinget. Dokumentet har som
8 formål å dekke alle aspekter innenfor studentidrett og skal være grunnlag for all idrettspolitikk som føres, samt
9 legge en langsiktig plan for studentidretten.

10

11 *Definisjon*

12 Med studentidrett menes her all trening som studenter bedriver, både egenorganisert og foreningsorganisert idrett
13 og trening. Egenorganisert trening vil si all trening en student bedriver på eget initiativ. Foreningsorganisert
14 trening innebærer all trening som bedrives gjennom de frivillig organiserte studentforeningene med en
15 studentandel på over 80 % per gruppe.

16

17

18 **KAPITTEL 2: VERDIER**

19

20 Moderne studentidrett er mangfoldig, men det som knytter de sammen er målet om studenter i aktivitet. Som et
21 overordnet mål for dette dokumentet må det dermed ligge et grunnleggende ønske om å muliggjøre at flest mulig
22 studenter kan være i aktivitet. Dette bør gjøres gjennom samarbeid mellom samskipnaden, den
23 foreningsorganiserte idretten og andre aktører for å gi studentene et bredest mulig tilbud, både i form og nivå.

24

25 *Trening for god studenthelse*

26 Resultatene fra Studentenes helse- og trivselsundersøkelse viser at studenters fysiske og psykiske helse skiller
27 seg mye fra den øvrige befolkningen. For å sørge for best mulig studenthelse bør derfor SiO tenke helhetlig
28 helseforebygging på tvers av sine tjenesteområder.

29

30 Studentidrett bidrar til forebygging av både fysiske og psykiske helseplager, og er dermed et viktig element i
31 studentvelferden. God fysisk helse gir overskudd og energi som sikrer at man står best mulig utrustet i møte med
32 studiehverdagen.

33

34 SHoT-undersøkelsen fra 2014 viser at sosial tilhørighet er sentral for studentenes trivsel og mestring, og at så
35 mange som 1 av 5 studenter sliter med alvorlige psykiske symptomplager. En av forklaringsfaktorene for dette er
36 ensomhet. Den foreningsorganiserte studentidretten bidrar med et sterkt sosialt nettverk, og kan derfor bidra til å
37 redusere nettopp graden av ensomhet blant studenter.

38

39 Mulighetene for egenorganisert trening er også viktig. Fysisk aktivitet er i seg selv sentralt for en god psykisk
40 helse, og gjennom egenorganisert trening får studentene frihet til å være i aktivitet etter tid og mengde som
41 passer deres egen hverdag. Dette vil igjen kunne bidra til å øke livskvaliteten for de studentene som foretrekker å
42 drive egenorganisert trening.

43

44 *Trening for kunnskap og mestring*

45 Gjennom de frivillig organiserte studentidrettslagene kan studenter tilegne seg svært nyttig og relevant
46 organisasjonserfaring og kunnskap. Idrettslagene tilbyr varierte aktiviteter og treningsformer. Dermed vil en
47 student med et tillitsverv innenfor et idrettslag kunne få erfaring fra alt fra trenerjobber til prosjektledelse og
48 styrearbeid. Å være en del av et frivillig organisert idrettslag er med på å skape en identitet og tilhørighet til
49 studentmiljøet og til utdanningsinstitusjonen. Det kan også spille en viktig rolle i studentenes karriere senere i



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

50 livet ved å være en kilde til kunnskap og erfaringer som studentene ellers ikke har like stor mulighet til å tilegne
51 seg.

52
53 Aktivitet generelt, både egenorganisert og foreningsdrevet, kan bidra til økt kunnskap om hvordan man skal
54 ivareta egen kropp og helse. Det kan også bidra til økt tidsmestring og gjennomføringsevne ellers i hverdagen.

55
56 Et bredt lavterskeltilbud som er lett tilgjengelig er et premiss for at flest mulig studenter er i jevnlig aktivitet. I
57 tillegg til å både være et sosialt tilbud og en helsemessig fordel kan studentidrettstilbudet være en vei til
58 mestringsfølelse og selvoppnåelse, som igjen vil gi positive effekter i hverdagen.

59
60 *Trening for inkludering*

61 Trening er en stor arena for inkludering av ulike studentgrupper. Her møtes studentmassen på tvers av
62 landegrensar, kjønn, legning, religion, funksjonsnedsettelse, alder og studievalg, og idrett og trening må derfor
63 være tilrettelagt alle studenter.

64
65 Som ny student i Oslo har man ofte ikke et nettverk av bekjente å støtte seg på. Her kan idrettsforeningene, så
66 vel som alle andre foreninger, være en viktig katalysator for sosialt samvær.

67

68 **KAPITTEL 3: STRATEGI 2018-2022**

69
70 *Strategi egenorganisert*

71 SiO Athletica skal søke etter å være den største og beste bidragsyteren for egenorganisert trening for studenter i
72 Oslo og Akershus. For å kunne oppnå dette må SiO fortsette å tenke lavterskel og være tilgjengelige for
73 studentene både når det kommer til lokasjon og tilbud. For å fremme bredde innenfor tilbudet er det viktig at SiO
74 og foreningene forsøker å utfylle hverandre for å skape et best mulig tilbud for studentene med bredde både i
75 tilbud og nivå.

76
77 For at SiO Athletica skal fortsette å være en ledende aktør for egenorganisert trening innenfor studentmassen er
78 det viktig at de fortsetter å følge utviklingen i bransjen, både innenfor utstyr, gruppetrening og tilbud forøvrig.

79
80 Takket være nærheten til marka og fjorden er Oslo en helt unik storby. Den korte veien til naturen er en verdi
81 studentene i større grad bør utnytte, og friluftsliv er en viktig form for mosjon. Med andre ord finnes det mange
82 muligheter for trening også utenfor treningssentrene. Derfor bør SiO styrke den aktiviteten som finner sted også
83 utenfor deres egne lokaler, og drive kampanjevirkosomhet rettet mot å ta i bruk hele byen.

84
85 Utleiearealene til SiO Athletica bør alltid være forbeholdt studentene. I tidsrom der arealene vanligvis ikke
86 benyttes bør SiO oppfordre andre foreninger og studentgrupperinger til å leie. I siste instans kan arealene leies ut
87 til andre.

88
89 For å sørge for flest mulig studenter i aktivitet bør man rette søkelyset mot de studentene som i dag velger å ikke
90 være i jevnlig aktivitet. Ved å utrede grunnene for dette valget vil man kunne tilby et mer målrettet og tilpasset
91 tilbud som muligens vil kunne bidra til at denne gruppen blir mindre.

92
93 For å kunne inkludere alle studenter bør informasjon alltid være tilgjengelig på engelsk.
94 SiO bør også være en foregangsbedrift ved å vise bredden i studentmassen i sin markedsføring heller enn
95 stereotypiske og for de fleste uoppnåelige skjønnhetsnormer.

96
97 SiO Athletica skal tilby studentene et vesentlig rimeligere treningstilbud enn andre aktører på markedet med
98 tilbud av tilsvarende bredde og kvalitet. Alle studenter i SiO skal ha lik treningsavgift hos SiO Athletica, og
99 eventuelle kompensasjoner skal ikke subsidières av semesteravgiften.

100



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

101 *Strategi foreningsorganisert*

102 Den foreningsorganiserte studentidretten er en svært viktig videreføring av ungdomsidretten og
103 rekrutteringsplattform for voksenidretten. Mange unge faller fra idretten på dette tidspunktet fordi nivået blir for
104 høyt eller fordi de flytter til et nytt sted. Da kan studentidretten være en trygg havn. Tilbudet burde være nivå delt
105 slik at flest mulig studenter blir møtt med sine behov både innenfor ferdighet og ambisjon. Foreningene burde
106 også være bevisste på egen synlighet og ha mest mulig informasjon tilgjengelig på nett. For at foreningene skal
107 være med å aktivisere flest mulig studenter er det viktig at de tenker rekruttering gjennom hele året.

108

109 Det er viktig at idrettsforeningene i tiden fremover har mulighet til vekst. Arealkapasiteten er et stort hinder for
110 denne veksten. Derfor må SiO legge til rette for foreningene med gratis treningslokaler og prioritere disse på
111 ettermiddag og kveld i hverdagene. I tillegg bør det etterstrebtes at idrettslagene har mulighet til nødvendig
112 kampavvikling i helgene, og større studentidrettsarrangementer bør prioriteres for å fremme studentidretten som
113 helhet. Ledig halltid på grunn av bortekamper bør fylles tidlig for å sørge for maksimal utnyttelse.

114

115 Det er ønskelig med større samarbeid på tvers av idrettsforeningene. På denne måten kan man koordinere alt fra
116 utstyrsparke til arrangementer, slik at studentmassen får mest mulig ut av ressursene som finnes.

117

118 Som sosiale møteplasser har idrettsforeningene et særskilt ansvar for å være bevisste på inkludering og ha
119 kompetanse på konfliktløsning og krisehåndtering. Tillitsvalgte i idrettsforeningene bør dermed få tilbud om
120 kursing på disse temaene, og det må derfor finnes ressurser som kan bistå foreningene med denne kompetansen
121 ved behov.

122

123 Både SiOs og idrettsforeningenes kapasitet er presset. For å tilfredsstille etterspørselen bør man tilrettelegge for
124 samarbeid, nye arealer og finne alternative arealløsninger der det er mulig. Tilbudet må videreutvikles i samsvar
125 med det som er studentidrettens fortrinn; rimelig, studentspesifikk trening hvor treningstilbud og
126 helseforebygging sees i sammenheng.

127

128 Både SiO Athletica og foreningene må være bevisst på det ansvaret de har og møte hverandre i eventuelle
129 konflikter på en måte som fokuserer på å sette det grunnleggende formålet, om flest mulig studenter i aktivitet,
130 til grunn.

131

132 *Ansvarsfordeling*

133 Velferdstinget har et ansvar for å fremme studentidrettens ønsker i politiske forum. Velferdstinget bør jobbe opp
134 mot kommunen for å sikre studentidrettsarealer og studentidrettens innpass på kommunale anlegg. Man bør også
135 jobbe opp mot andre eksterne aktører i idrettsnorge for å sikre studentidretten en naturlig plass i idrettsnorge.

136

137 Studentidrettslagene har et eget ansvar for sine medlemmer. Dette betyr at de står ansvarlige for å kunne gi et
138 tilfredsstillende tilbud til sine medlemmer, og bør derfor selv søke samarbeid med kommune, bydel,
139 utdanningsinstitusjoner og lokale idrettslag, -foreninger og -kretser for å sikre dette.

140

141 Kommunen har et ansvar for å tilrettelegge for studentaktivitet i byen, herunder studentidrett. Samtidig har
142 Samskipnaden ansvar for å supplere dette tilbudet. Det bør være et mål fra Samskipnadens og kommunens side å
143 oppfylle arealbehovet slik at flest mulig kan få benytte seg av studentidrettstilbudet. I dette tilfellet er det
144 Samskipnaden som kjenner studentenes behov best, og kommunens rolle bør derfor være å sørge for rimelige
145 tomter der Samskipnaden kan tilrettelegge for studentidrettsarealer. Når dette ikke er mulig bør kommunen legge
146 til rette for at studentidretten får innpass i kommunale anlegg.

147

148 Det bør i større grad tilrettelegges for samarbeid mellom idrettsforeningene og SiO. Det er ikke nødvendigvis
149 hensiktsmessig at samskipnaden og idrettsforeningene tilbyr identiske tilbud. Her bør man heller fokusere på å
150 samarbeide om tilbudet eller å gi tilbud som utfyller hverandre, både i form og nivå.

151

152



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

153 KAPITTEL 4: KJERNEPUNKTER

154
155
156
157
158
159

Verdiene og strategien skal alltid legges til grunn ved utarbeidelse av ny politikk innenfor idrett og mosjon.

Velferdstinget mener at:

160
161
162
163
164
165
166
167

Foreninger

- Der studentidrettsforeningene får fordeler gjennom Velferdstinget eller SiO Athletica, skal medlemsmassen være minimum 80 prosent studenter.
- Idrettsforeningene bør samarbeide om et større felles arrangement minimum annethvert år for å styrke synligheten og samarbeidet på tvers av foreningene.
- Studentidrettsforeningene og SiO Athletica bør i større grad samarbeide om tjenester, eksempelvis i bytte mot redusert treningsavgift for sine medlemmer

168
169
170
171
172
173
174

SiOs tilbud

- SiO bør tilpasse sitt tilbud etter etterspørsel hos studentene
- Tilbudet skal alltid tilpasses studentenes aktuelle behov. Derfor skal det gjennomføres jevnlig brukundersøkelser.
- SiO burde tilby en startpakke ved første besøk som både orienterer studentene på treningssenteret og inneholder opplæring for å sikre sunn og sikker trening.

175
176
177
178
179
180
181
182
183
184

Kapasitet

- En oversikt over ledig hallkapasitet skal være lett tilgjengelig for studentforeninger, og de skal informeres om hvor denne informasjonen finnes.
- Det burde åpnes opp for eksternt utleie av deler av sentrene på dagtid, men kun dersom dette ikke går ut over studentenes bruk av anlegget.
- Treningskapasiteten skal på sikt økes.
- Arealkapasiteten må ikke bygges ned så lenge pågangen og ønsket om lokaler er høyt.
- Ved nye studentboliger burde det prioriteres plass til jungel-gym eller andre aktivitetsparker i tilknytning til studentbyene.

185
186
187
188
189
190
191
192

Tilrettelegging

- Det skal tilbys barnepass til studenter med barn ved utvalgte anlegg og tidspunkt.
- SiOs treningstilbud skal være tilgjengelig for personer med nedsatt funksjonsevne, og skal være gratis for ledsager.
- SiOs PTER må ha kompetanse på tilrettelegging av trening for personer med funksjonsnedsettelse, og bør gjennomgå opplæring med Paraidretten.
- Kjønnsnøytrale garderobemuligheter skal være tilgjengelig i alle SiOs treningssentre.

193
194
195
196
197
198
199
200
201
202

Informasjon og kampanjer

- SiO burde igangsette kampanjer rettet mot mosjon og en aktiv hverdag på lik linje med andre treningskampanjer.
- SiOs kampanjer må vise bredden i studentmassen.
- For å oppfordre til friluftsliv og mosjon burde SiO alene eller i samarbeid med OSI/DNT/andre igangsette informasjonskampanjer eller aktiviteter som trekker studentene ut i marka og fjorden.
- Der SiO og andre studentidrettsforeninger tilbyr tilsvarende eller komplementerende aktiviteter burde de informere gjensidig om det andre tilbudet.
- SiO må i større grad informere om fysioterapitjenestene og veiledning i ernæringsfysiologi også mot studentidrettslagene.



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

- 203
204
205
206
207
208
209
- Det skal etterstrebes å digitalisere infrastrukturen, og det må bli lettere for foreningene å samarbeide med SiO slik at de lettere kan kontrollere hvor stor andel av medlemsmassen som er studenter.
 - All relevant informasjon skal være tilgjengelig på engelsk hos SiO Athletica og studentidrettsforeningene.
 - Informasjon om forsvarlig bruk av vekter og apparater skal være tilgjengelig ved SiOs treningscentre og/eller digitalt.

210 **KAPITTEL 5: RETNINGSLINJER FOR TILDELING TIL** 211 **FORENINGSORGANISERT TRENING**

212
213 Disse retningslinjene gjelder både for SiOs tildeling av halltid, representasjon i idrettsrådet, samt Velferdstingets
214 og Kulturstyrets økonomiske tildeling, og angår hver enkelt gruppe/lag.

215
216 For å kvalifisere for tildeling må studentandelen hos hver gruppe være over 80 %. Dersom dette ikke følges må
217 foreningen og gruppen varsles om de mulige sanksjonene, og gis en prøveperiode på 6 mnd for å gjenopprette
218 studentandelen. I denne prøveperioden bør SiO Athletica i samarbeid med SiO Foreninger tilby enkel oppfølging
219 og opplæring rundt rekruttering.

220
221 *Sanksjoner*

222 Dersom gruppen ikke klarer å gjenopprette studentandelen i løpet av perioden bør følgende sanksjoner tre i kraft:

- 223
224
225
226
227
228
- Uttestengelse fra idrettsråd (gjelder dersom foreningen som helhet har en studentandel under 80 %)
 - Kutt i økonomisk tildeling fra Velferdstinget eller Kulturstyret tilsvarende den enkelte gruppens budsjett
 - Gruppen vil ikke bli prioritert i neste hallfordeling, og foreningen som helhet vil kuttes tilsvarende denne gruppens søknadstid.

229 230 **KAPITTEL 6: STUDENTIDRETTSRÅD**

231
232 Ved Velferdstinget i Oslo og Akershus skal det være et studentidrettsråd. Studentidrettsrådet skal skal fungere
233 som et rådgivende organ for idrett og mosjon, og være en arena for samarbeid på tvers av idrettslagene.

234
235 Studentidrettsrådet er regulert i Vedtekter og mandat for studentidrettsråd i Oslo og Akershus.
236