



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

10

11 *Definisjon*

12 Med studentidrett menes her all trening som studenter bedriver, både egenorganisert og
13 foreningsorganisert idrett og trening. Egenorganisert trening vil si all trening en student bedriver
14 på eget initiativ. Foreningsorganisert trening innebærer all trening som bedrives gjennom de
15 frivillig organiserte studentforeningene med en 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
21 aktivitet. Som et overordnet mål for dette dokumentet må det dermed ligge et grunnleggende
22 ønske om å muliggjøre at flest mulig studenter kan være i aktivitet. Dette bør gjøres gjennom
23 samarbeid mellom samskipnaden, den foreningsorganiserte idretten og andre aktører for å gi
24 studentene et bredest mulig tilbud, både i form og nivå.

25

26 *Trening for god studenthelse*

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

30

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

34

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

40

41 Mulighetene for egenorganisert trening er også viktig. Fysisk aktivitet er i seg selv sentralt for en
42 god psykisk helse, og gjennom egenorganisert trening får studentene frihet til å være i aktivitet



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

43 etter tid og mengde som passer deres egen hverdag. Dette vil igjen kunne bidra til å øke
44 livskvaliteten for de studentene som foretrekker å drive egenorganisert trening.

45
46 *Trening for kunnskap og mestring*

47 Gjennom de frivillig organiserte studentidrettslagene kan studenter tilegne seg svært nyttig og
48 relevant organisasjonserfaring og kunnskap. Idrettslagene tilbyr varierte aktiviteter og
49 treningsformer. Dermed vil en student med et tillitsverv innenfor et idrettslag kunne få erfaring
50 fra alt fra trenerjobber til prosjektledelse og styrearbeid. Å være en del av et frivillig organisert
51 idrettslag er med på å skape en identitet og tilhørighet til studentmiljøet og til
52 utdanningsinstitusjonen. Det kan også spille en viktig rolle i studentenes karriere senere i livet
53 ved å være en kilde til kunnskap og erfaringer som studentene ellers ikke har like stor mulighet til
54 å tilegne seg.

55
56 Aktivitet generelt, både egenorganisert og foreningsdrevet, kan bidra til økt kunnskap om
57 hvordan man skal ivareta egen kropp og helse. Det kan også bidra til økt tidsmestring og
58 gjennomføringsevne ellers i hverdagen.

59
60 Et bredt lavterskeltilbud som er lett tilgjengelig er et premiss for at flest mulig studenter er i
61 jevnlig aktivitet. I tillegg til å både være et sosialt tilbud og en helsemessig fordel kan
62 studentidrettstilbudet være en vei til mestringfølelse og selvopptilnærning, som igjen vil gi positive
63 effekter i hverdagen.

64
65 *Trening for inkludering*

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

69
70 Som ny student i Oslo har man ofte ikke et nettverk av bekjente å støtte seg på. Her kan
71 idrettsforeningene, så vel som alle andre foreninger, være en viktig katalysator for sosialt
72 samvær.

73

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

75
76 *Strategi egenorganisert*

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

82
83 For at SiO Athletica skal fortsette å være en ledende aktør for egenorganisert trening innenfor
84 studentmassen er det viktig at de fortsetter å følge utviklingen i bransjen, både innenfor utstyr,
85 gruppetrening og tilbud forøvrig.

86



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

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

92
93 Utleiearealene til SiO Athletica bør alltid være forbeholdt studentene. I tidsrom der arealene
94 vanligvis ikke benyttes bør SiO oppfordre andre foreninger og studentgrupperinger til å leie. I
95 siste instans kan arealene leies ut til andre.

96
97 For å sørge for flest mulig studenter i aktivitet bør man rette søkelyset mot de studentene som i
98 dag velger å ikke være i jevnlig aktivitet. Ved å utrede grunnene for dette valget vil man kunne
99 tilby et mer målrettet og tilpasset tilbud som muligens vil kunne bidra til at denne gruppen blir
100 mindre.

101
102 For å kunne inkludere alle studenter bør informasjon alltid være tilgjengelig på engelsk.
103 SiO bør også være en foregangsbedrift ved å vise bredden i studentmassen i sin markedsføring
104 heller enn stereotypiske og for de fleste uoppråelige skjønnhetsnormer.

105
106 SiO Athletica skal tilby studentene et vesentlig rimeligere treningstilbud enn andre aktører på
107 markedet med tilbud av tilsvarende bredde og kvalitet. Alle studenter i SiO skal ha lik
108 treningsavgift hos SiO Athletica, og eventuelle kompensasjoner skal ikke subsidieres av
109 semesteravgiften.

110
111 *Strategi foreningsorganisert*

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

119
120 Det er viktig at idrettsforeningene i tiden fremover har mulighet til vekst. Arealkapasiteten er et
121 stort hinder for denne veksten. Derfor må SiO legge til rette for foreningene med gratis
122 treningslokaler og prioritere disse på ettermiddag og kveld i hverdagene. I tillegg bør det
123 etterstrebes at idrettslagene har mulighet til nødvendig kampavvikling i helgene, og større
124 studentidrettsarrangementer bør prioriteres for å fremme studentidretten som helhet. Ledig
125 halltid på grunn av bortekamper bør fylles tidlig for å sørge for maksimal utnyttelse.

126
127 Det er ønskelig med større samarbeid på tvers av idrettsforeningene. På denne måten kan man
128 koordinere alt fra utstyrsparker til arrangementer, slik at studentmassen får mest mulig ut av
129 ressursene som finnes.

130
131 Som sosiale møteplasser har idrettsforeningene et særskilt ansvar for å være bevisste på
132 inkludering og ha kompetanse på konfliktløsning og krisehåndtering. Tillitsvalgte i



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

133 idrettsforeningene bør dermed få tilbud om kursing på disse temaene, og det må derfor finnes
134 ressurser som kan bistå foreningene med denne kompetansen ved behov.

135
136 Både SiOs og idrettsforeningenes kapasitet er presset. For å tilfredsstille etterspørselen bør man
137 tilrettelegge for samarbeid, nye arealer og finne alternative arealløsninger der det er mulig.
138 Tilbudet må videreutvikles i samsvar med det som er studentidrettens fortrinn; rimelig,
139 studentspesifikk trening hvor treningstilbud og helseforebygging sees i sammenheng.

140
141 Både SiO Athletica og foreningene må være bevisst på det ansvaret de har og møte hverandre i
142 eventuelle konflikter på en måte som fokuserer på å sette det grunnleggende formålet, om flest
143 mulig studenter i aktivitet, til grunn.

144
145 *Ansvarsfordeling*

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

150
151 Studentidrettslagene har et eget ansvar for sine medlemmer. Dette betyr at de står ansvarlige for
152 å kunne gi et tilfredsstillende tilbud til sine medlemmer, og bør derfor selv søke samarbeid med
153 kommune, bydel, utdanningsinstitusjoner og lokale idrettslag, -foreninger og -kretser for å sikre
154 dette.

155
156 Kommunen har et ansvar for å tilrettelegge for studentaktivitet i byen, herunder studentidrett.
157 Samtidig har Samskipnaden ansvar for å supplere dette tilbudet. Det bør være et mål fra
158 Samskipnadens og kommunens side å oppfylle arealbehovet slik at flest mulig kan få benytte seg
159 av studentidrettstilbudet. I dette tilfellet er det Samskipnaden som kjenner studentenes behov
160 best, og kommunens rolle bør derfor være å sørge for rimelige tomter der Samskipnaden kan
161 tilrettelegge for studentidrettsarealer. Når dette ikke er mulig bør kommunen legge til rette for at
162 studentidretten får innpass i kommunale anlegg.

163
164 Det bør i større grad tilrettelegges for samarbeid mellom idrettsforeningene og SiO. Det er ikke
165 nødvendigvis hensiktsmessig at samskipnaden og idrettsforeningene tilbyr identiske tilbud. Her
166 bør man heller fokusere på å samarbeide om tilbudet eller å gi tilbud som utfyller hverandre,
167 både i form og nivå.

168

169

170 **KAPITTEL 4: KJERNEPUNKTER**

171

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

174

175 Velferdstinget mener at:



VELFERDSTINGET I
OSLO OG AKERSHUS

- 176 *Foreninger*
- 177
- 178
- 179
- 180
- 181
- 182
- 183
- 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
- 184 *SiOs tilbud*
- 185
- 186
- 187
- 188
- 189
- 190
- SiO bør tilpasse sitt tilbud etter etterspørsel hos studentene
 - Tilbudet skal alltid tilpasses studentenes aktuelle behov. Derfor skal det gjennomføres jevnlige brukerundersøkelser.
 - SiO burde tilby en startpakke ved første besøk som både orienterer studentene på treningssenteret og inneholder opplæring for å sikre sunn og sikker trening.
- 191 *Kapasitet*
- 192
- 193
- 194
- 195
- 196
- 197
- 198
- 199
- 200
- 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.
- 201 *Tilrettelegging*
- 202
- 203
- 204
- 205
- 206
- 207
- 208
- 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.
- 209 *Informasjon og kampanjer*
- 210
- 211
- 212
- 213
- 214
- 215
- 216
- 217
- 218
- 219
- 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

- 220
- 221
- 222
- 223
- 224
- 225
- 226
- 227
- 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 treningssentre og/eller digitalt.

228 **KAPITTEL 5: RETNINGSLINJER FOR TILDELING TIL**

229 **FORENINGSORGANISERT TRENING**

230

231 Disse retningslinjene gjelder både for SiOs tildeling av halltid, representasjon i idrettsrådet, samt

232 Velfertstingets og Kulturstyrets økonomiske tildeling, og angår hver enkelt gruppe/lag.

233

234 For å kvalifisere for tildeling må studentandelen hos hver gruppe være over 80 %. Dersom dette

235 ikke følges må foreningen og gruppen varsles om de mulige sanksjonene, og gis en prøveperiode

236 på 6 måneder for å gjenopprette studentandelen. I denne prøveperioden bør SiO Athletica i

237 samarbeid med SiO Foreninger tilby enkel oppfølging og opplæring rundt rekruttering.

238

239 *Sanksjoner*

240 Dersom gruppen ikke klarer å gjenopprette studentandelen i løpet av perioden bør følgende

241 sanksjoner tre i kraft:

- 242
- 243
- 244
- 245
- 246
- 247
- 248
- Utestengelse 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.

249

250 **KAPITTEL 6: STUDENTIDRETTSRÅD**

251

252 Ved Velferdstinget i Oslo og Akershus skal det være et studentidrettsråd. Studentidrettsrådet

253 skal fungere som et rådgivende organ for idrett og mosjon, og være en arena for samarbeid på

254 tvers av idrettslagene.

255

256 Studentidrettsrådet er regulert i Vedtekter og mandat for studentidrettsråd i Oslo og Akershus.