

# 1 IDRETTSPOLITISK DOKUMENT

2 Vedtatt på møte i Velferdstinget 19. mars 2018  
3 Revidert 6. februar 2022

## 4 KAPITTEL 1: FORMÅL

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

### 8 Definisjon

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

## 14 KAPITTEL 2: VERDIER

15 Moderne studentidrett er mangfoldig, men det som knytter de sammen er målet om  
16 studenter i aktivitet. Som et overordnet mål for dette dokumentet må det dermed ligge et  
17 grunnleggende ønske om å muliggjøre at flest mulig studenter kan være i aktivitet. Dette bør  
18 gjøres gjennom samarbeid mellom samskipnaden, den foreningsorganiserte idretten og  
19 andre aktører for å gi studentene et bredest mulig tilbud, både i form og nivå. Et  
20 konkurrerende tilbud mellom SiO og idrettsforeningene vil være uttynnende for tilbudet som  
21 eksisterer i Oslo, dermed burde konkurranse og overlappende tilbud unngås så langt det lar  
22 seg gjøre. Spesifikt er dette identiske tilbud eller tilbud som er så like at de tiltrekker den  
23 samme studentmassen. Der hvor disse oppstår burde SiO gå sammen med gjeldende  
24 idrettsforening for å skape et omforent tilbud til gode for begge parter og studentene.

### 25 Trening for god studenthelse

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

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

33 SHoT-undersøkelsen har over lenger tid vist at sosial tilhørighet er sentral for studentenes  
34 trivsel og mestring. En betydelig andel av studentmassen rapporterer signifikante psykiske  
35 symptomplager. En av forklaringsfaktorene for dette er ensomhet. Den foreningsorganiserte

36 studentidretten bidrar med et sterkt sosialt nettverk, og kan derfor bidra til å  
37 redusere nettopp graden av ensomhet blant studenter.

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

#### 42 **Trening for kunnskap og mestring**

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

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

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

#### 58 **Trening for inkludering**

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

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

### 65 **KAPITTEL 3: STRATEGI 2018-2022**

#### 66 **Strategi egenorganisert**

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

- 72 For at SiO Athletica skal fortsette å være en ledende aktør for  
73 egenorganisert trening innenfor studentmassen er det viktig at de fortsetter å følge  
74 utviklingen i bransjen, både innenfor utstyr, gruppetrening og tilbud forøvrig.
- 75 Takket være nærheten til marka og fjorden er Oslo en helt unik storby. Den korte veien til  
76 naturen er en verdi studentene i større grad bør utnytte, og friluftsliv er en viktig form for  
77 mosjon. Med andre ord finnes det mange muligheter for trening også utenfor  
78 treningsstentrene. Derfor bør SiO styrke den aktiviteten som finner sted også utenfor deres  
79 egne lokaler, og drive kampanjevirkosomhet rettet mot å ta i bruk hele byen.
- 80 Utleiearealene til SiO Athletica bør alltid være forbeholdt studentene. Disse skal være  
81 tilgjengelig vederlagsfritt for studentene og studentforeningene. I tidsrom der arealene  
82 vanligvis ikke benyttes bør SiO oppfordre andre foreninger og studentgrupperinger til å låne  
83 arealene. I absolutt siste instans kan arealene leies ut til andre.
- 84 For å sørge for flest mulig studenter i aktivitet bør man rette søkelyset mot de studentene  
85 som i dag velger å ikke være i jevnlig aktivitet. Ved å utrede grunnene for dette valget vil  
86 man kunne tilby et mer målrettet og tilpasset tilbud som muligens vil kunne bidra til at denne  
87 gruppen blir mindre.
- 88 For å kunne inkludere alle studenter bør informasjon alltid være tilgjengelig på engelsk.
- 89 SiO bør også være en foregangsbedrift ved å vise bredden i studentmassen i sin  
90 markedsføring heller enn stereotypiske og for de fleste uoppnåelige skjønnhetsnormer.  
91 Fokus på sunnhet skal prioriteres over skjønnhetsidealer.
- 92 SiO Athletica skal tilby studentene et vesentlig rimeligere treningstilbud enn andre aktører på  
93 markedet med tilbud av tilsvarende bredde og kvalitet. Alle studenter i SiO skal ha lik  
94 treningsavgift hos SiO Athletica, og eventuelle kompensasjoner skal ikke subsidiere av  
95 semesteravgiften.
- 96 **Strategi foreningsorganisert**
- 97 Den foreningsorganiserte studentidretten er en svært viktig videreføring av ungdomsidretten  
98 og rekrutteringsplattform for voksenidretten. Mange unge faller fra idretten på dette  
99 tidspunktet fordi nivået blir for høyt eller fordi de flytter til et nytt sted. Da kan studentidretten  
100 være en trygg havn. Tilbudet burde være nivådelte slik at flest mulig studenter blir møtt med  
101 sine behov både innenfor ferdighet og ambisjon. Foreningene burde også være bevisste på  
102 egen synlighet og ha mest mulig informasjon tilgjengelig på nett. For at foreningene skal  
103 være med å aktivisere flest mulig studenter er det viktig at de tenker rekruttering gjennom  
104 hele året. Fokus på tilgjengelig informasjon på engelsk er viktig for rekrutteringen av  
105 internasjonale studenter, da universitetsidretten ofte står sterkt utenfor Norge.
- 106 Det er viktig at idrettsforeningene i tiden fremover har mulighet til vekst. Arealkapasiteten er  
107 et stort hinder for denne veksten. Derfor må SiO legge til rette for foreningene med gratis  
108 treningslokaler og prioritere disse på ettermiddag og kveld i hverdagene. I tillegg bør det  
109 etterstribes at idrettslagene har mulighet til nødvendig kampavvikling i helgene, og større  
110 studentidrettsarrangementer bør prioriteres for å fremme studentidretten som helhet. Ledig  
111 halltid på grunn av bortekamper bør fylles tidlig for å sørge for maksimal utnyttelse.

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

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

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

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

#### 126 **Ansvarsfordeling**

127 Velferdstinget har et ansvar for å fremme studentidrettens ønsker i politiske forum.  
128 Velferdstinget bør jobbe opp mot kommunen for å sikre studentidrettsarealer og  
129 studentidrettens innpass på kommunale anlegg. Man bør også jobbe opp mot andre  
130 eksterne aktører i idretts-Norge for å sikre studentidretten en naturlig plass i idretts-Norge.  
131 Det bør være som mål at SiO møter og har jevnlig dialog med idrettsforeningene.

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

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

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

147 For at samarbeidet og utfyllingen av trening og idrettstilbudet mellom idrettsforeningene og  
148 SiO Athletica skal fungere optimalt mener Velferdstinget følgende:

- 149 • Studentidrettsrådet og administrasjonsledelsen i SiO Athletica bør møtes jevnlig for å  
150 sørge for et godt samarbeid.

- 151 • Athletica og studentidretten bør gå sammen for å møte kommunen  
152 om felles mål.
- 153 • For å sikre et godt samarbeid om utnyttelsen og vedlikehold av hall og idrettsarealer  
154 burde SiO være i kontinuerlig dialog med idrettsforeningene som bruker SiO sine  
155 arealer. Dette er ønskelig for å kunne hurtig utbedre eventuelle mangler og  
156 gjennomføre nødvendig vedlikehold før arealet blir uforsvarlig å bruke.

157 Ved opprettelsen av delingsordninger av utstyr hos Athletica som er tilgjengelige for SiO  
158 registrerte studenter, skal denne delingsordningen også være tilgjengelig for  
159 idrettsforeningene som er tilknyttet SiO.

## 160 **KAPITTEL 4: KJERNEPUNKTER**

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

163 Velferdstinget mener at:

### 164 **Foreninger**

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

### 171 **SiOs tilbud**

- 172 • SiO bør tilpasse sitt tilbud etter etterspørsel hos studentene.
- 173 • Tilbudet skal alltid tilpasses studentenes aktuelle behov. Derfor skal det  
174 gjennomføres jevnlig brukerundersøkelser.
- 175 • SiO burde tilby en startpakke ved første besøk som både orienterer studentene på  
176 treningscenteret og inneholder opplæring for å sikre sunn og sikker trening.
- 177 • SiO og idrettsforeningene har et ansvar for ikke å ha konkurrerende tilbud. Tilbud  
178 som grenser til hverandre eller er identiske skal unngås. SiO har et særskilt ansvar  
179 for å unngå konkurranse med frivillige tilbud.

### 180 **Kapasitet**

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

190 studentbyene. Kreative løsninger for å få på plass dansehaller,  
191 kampsport arealer eller liknende skal vurderes der praktisk mulig.

## 192 **Tilrettelegging**

- 193 • Det skal tilbys barnepass til studenter med barn ved utvalgte anlegg og tidspunkt.
- 194 • SiOs treningstilbud skal være tilgjengelig for personer med nedsatt funksjonsevne,  
195 og skal være gratis for ledsager.
- 196 • SiOs PT-er må ha kompetanse på tilrettelegging av trening for personer med  
197 funksjonsnedsettelse, og bør gjennomgå opplæring med paraidretten.
- 198 • Kjønnsnøytrale garderobemuligheter skal være tilgjengelig i alle SiOs treningssentre.
- 199 • Tilgang til selvtutfoldelse i form av tilrettelagt fysisk aktivitet og idrett ansees som en  
200 universal rettigheter.

## 201 **Informasjon og kampanjer**

- 202 • SiO burde igangsette kampanjer rettet mot mosjon og en aktiv hverdag på lik linje  
203 med andre treningskampanjer.
- 204 • SiOs kampanjer må vise bredden i studentmassen.
- 205 • For å oppfordre til friluftsliv og mosjon burde SiO alene eller i samarbeid med  
206 OSI/DNT/andre igangsette informasjonskampanjer eller aktiviteter som trekker  
207 studentene ut i marka og fjorden.
- 208 • Der SiO og andre studentidrettsforeninger tilbyr tilsvarende eller komplementerende  
209 aktiviteter burde de informere gjensidig om det andre tilbudet.
- 210 • SiO må i større grad informere om fysioterapitjenestene og veiledning i  
211 ernæringsfysiologi også mot studentidrettslagene.
- 212 • Det skal etterstrebtes å digitalisere infrastrukturen, og det må bli lettere for  
213 foreningene å samarbeide med SiO slik at de lettere kan kontrollere hvor stor andel  
214 av medlemsmassen som er studenter.
- 215 • All relevant informasjon skal være tilgjengelig på engelsk hos SiO Athletica og  
216 studentidrettsforeningene.
- 217 • Informasjon om forsvarlig bruk av vekter og apparater skal være tilgjengelig ved SiOs  
218 treningssentre og/eller digitalt.

## 219 **KAPITTEL 5: RETNINGSLINJER FOR TILDELING TIL** 220 **FORENINGSORGANISERT TRENING**

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

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

228 **Sanksjoner**

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

- 231 • Utestengelse fra idrettsråd (gjelder dersom foreningen som helhet har en  
232 studentandel under 80 %).
- 233 • Kutt i økonomisk tildeling fra Velferdstinget eller Kulturstyret tilsvarende den enkelte  
234 gruppens budsjett.
- 235 • Gruppen vil ikke bli prioritert i neste hallfordeling, og foreningen som helhet vil kuttes  
236 tilsvarende denne gruppens søknadstid.

237 **KAPITTEL 6: STUDENTIDRETTSRÅD**

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

241 Studentidrettsrådet er regulert i Retningslinjer for studentidrettsråd i Oslo og Akershus.