Nio hinder och 150 förslag på lösningar

– en kartläggning av integration och inkludering för en aktiv fritid

Tack alla ungdomar, föräldrar och aktörer som bidragit med sina erfarenheter och idéer om hur fler unga kan inkluderas för en aktiv fritid.

Tack Linda Lengheden på Ung Livsstil och kollegor inom olika förvaltningar och organisationer som korrekturläst och kommit med värdefull feedback.

Tack Ung Livsstil, Riksidrottsförbundet, MUCF, Rädda Barnen, UNICEF, SISU Idrottsutbildarna, nyhetsmedier, med flera, för att ni forskar och sprider kunskap om ämnet.

Tack Allmänna Arvsfonden, Region Skåne, Helsingborgs Stad, Åhlén-stiftelsen, Åke Wibergs stiftelse och McNeil för finansieringen av Aktiv Fritid. Tack vare er har 235 barn och ungdomar påbörjat en fritidsaktivitet och denna rapport kunnat produceras.

Tack kollegor, medlemmar, givare, volontärer och deltagare på IM, som varje dag arbetar för en medmänsklig värld.

Tack alla ideella och tjänstepersoner som varje vecka prioriterar sin tid för ungas aktiva och utvecklande fritid.

MED STÖD FRÅN ALLMÄNNA ARVSFONDEN

Denna rapport är producerad av IM, med stöd från Allmänna Arvsfonden.

INNEHÅLL

Introduktion 04

Positiva effekter av deltagande i idrotts- och kulturaktiviteter 06

IMs projekt Aktiv Fritid 08

Hinder och lösningar 13

1. Bristande kunskap och kulturella skillnader 16
2. Begränsningar och sämre förutsättningar för flickor 27
3. Brist på fritidsaktiviteter i socioekonomiskt utsatta stadsdelar 36
4. Svårigheter att lokalisera och anmäla till en aktivitet 45
5. För höga krav på ungdomar som är nybörjare 55
6. Ekonomiska trösklar 62
7. Osäkerhet i aktiviteten och livssituationen 74
8. Rasism, diskriminering och kränkningar 83
9. Brist på samverkan, resurser och mål 93

Avslutande ord 102

Referenser 103

INTRODUKTION

Sverige har antagit FN:s barnkonvention som lag.[1] I artikel 31 betonas vikten av att tillhandahålla lika möjligheter till kulturell-, konstnärlig- och fritidsverksamhet för alla barn.[2] Det är en viktig lag för alla ungas mående och utveckling, med tanke på de fysiska, psykiska och sociala effekterna som deltagande i fritidsaktiviteter har.[3]

Trots att lika många flickor som pojkar vill delta i en idrottsförening och trots att nyanlända uppger samma skäl till varför de både vill börja och fortsätta med en föreningsidrott som etablerade svenskar skiljer sig deltagandet åt markant, beroende på faktorer som kön, ekonomi och hur länge de bott i Sverige.[4] Mellan de minst respektive de mest aktiva stadsdelarna kan det skilja uppemot 50% i deltagande.[5] Hälften av alla nyanlända unga som står utanför föreningsidrotten har en önskan om att få börja.[6] Artikel 31 existerar inte i praktiken.

Sedan deltagande i föreningsidrott började beforskas för 80 år sedan har ”barn, ungdomar och vuxna i de högre socioekonomiska grupperna genomgående varit överrepresenterade” oavsett om deltagandet jämförts med ”ekonomiska resurser, föräldrarnas utbildningsnivå, boendeform eller socioekonomisk grupp”. [7] Ojämlikheten är därmed ingen ny trend, men den ökar – både avseende deltagande i föreningsliv och hälsa.[8,9] Om familjer delas upp i fem socioekonomiska grupper, där grupp ett är den mest priviligerade och grupp fem den minst priviligerade, är det i socioekonomisk grupp ett och två endast 25% av de unga som inte har en fritidsaktivitet, medan det i grupp fem är 71%.[10]

Att unga ofrivilligt står utan fritidsaktiviteter som mer priviligerade ofta fritt får välja och byta mellan bidrar till en känsla av utanförskap, vilket kan ligga till grund för en negativ utvecklingskedja. Unga som själva växt upp i socialt utanförskap, med bristande möjligheter till deltaktighet och inflytande, har själva vittnat om att det kan leda till frustration, hopplöshet, ohälsa, sociala problem, läs- och skrivsvårigheter, våld, mobbning, ungdomskriminalitet, arbetslöshet, fattigdom och diskriminering. Att växa upp i ett socialt utanförskap ger sämre förutsättningar att utvecklas och nå sin potential.[11]

Fritidsaktiviteter är naturligtvis inte den enda lösningen för att bryta socialt utanförskap, men det är en viktig del. Till exempel har skolans närvaroteam i Helsingborg identifierat att unga som under långa perioder inte går till skolan oftast inte heller har någon fritidsaktivitet.[12] **Att påbörja en organiserad fritidsaktivitet, där en kommer in i en positiv social gemenskap, får goda vuxna förebilder och utövar fysisk träning eller kulturella aktiviteter regelbundet, kan vara ett viktigt steg för att kunna kliva av utanförskapets negativa spiral**.

I samband med att många unga sökte asyl i Sverige 2015 visade idrottsföreningar ett stort engagemang för att ge dem en fritidsaktivitet.[13,14] Under 2016 och 2017 anordnades nästan 200 000 aktiviteter för asylsökande och nyanlända, fördelade över nästan alla landets kommuner.[15] Dock är det vanligt att idrottssatsningar för nyanlända är projektbaserade och därmed kortsiktiga samt att de genomförs i särskilda grupper för de nyanlända.[16] För att skapa integration krävs tvärtom ett långsiktigt arbete och ömsesidiga möten. Föreningslivet är en fantastisk arena för just det och därför är det viktigt att öka inkluderingen i föreningarnas ordinarie verksamheter. För att lyckas med det krävs ”nya former av samverkan och nya sätt att tänka om verksamheten”.[17]

Att förstå problembilden bakom ojämlikheten för ungas deltagande i organiserade fritidsaktiviteter är inte enkelt. Det samma gäller utmaningen med att få till stånd en reell och långsiktig förändring. **Ungdomstränaren Kaveh Pakjoo uttryckte det tydligt – ”Tro inte att det räcker att slänga in en fotboll och att integrationen sedan löser sig av sig själv”.**[18] **Det krävs ett medvetet arbete, det krävs kompetens och det krävs samverkan. Förhoppningen är att denna rapport ska bidra både med förståelse för problembilden och verktyg för hur det kan förbättras**.

Innan vi går in på de praktiska metoderna krävs ett tillägg – att unga med invandrarbakgrund deltar i organiserade fritidsaktiviteter är ingen garanti för vare sig integration eller inkludering. Hur de bemöts, om gruppen består både av deltagare som bott länge och är nya i Sverige, om det finns möjlighet till samtal och kringaktiviteter där de kan lära sig av varandra, samt om de får samma möjligheter till vidareutveckling som de andra deltagarna, är några av faktorerna som avgör det.

Att inkluderas handlar både om möjligheten att delta och om att bemötas och kunna utvecklas som alla andra. Fokus behöver både ligga på att rekrytera nya deltagare från underrepresenterade grupper och att öka delaktigheten för de som har påbörjat en aktivitet.[19]

”Alla unga ska kunna ha tillgång till fritid och kultur. Det är en mänsklig rättighet. Men tyvärr ser vi att det finns stora skillnader mellan olika ungdomsgrupper och det innebär att många unga riskerar att gå miste om ett viktigt stöd i sin utveckling”.[20]

Eva Theisz, f.d. tf generaldirektör, MUCF

POSITIVA EFFEKTER AV DELTAGANDE I IDROTTS- OCH KULTURAKTIVITETER

Ökad livskvalitet, välmående och livsglädje[21]

Förbättrad inlärningsförmåga och minne[22,23]

Ökad tilltro till sin egen förmåga[24]

Mer socialt utåtriktad[25]

Ökad kreativitet och förmåga att uttrycka sig[26,27]

Förbättrat tålamod[28]

Ökat ansvarstagande[29]

Ökad förmåga att ta initiativ och planera uppgifter[30]

Utökad förmåga att utveckla sina mål[31]

Bättre stresshantering och lägre kortisolnivåer vid stressande situationer, till exempel vid prov och redovisningar[32]

Förebygger panikångestattacker[33]

Högre självupplevd hälsa[34]

Högre betyg[35]

”Hon hade det tufft i skolmiljön, men i handbollen hittade hon en arena där hon var duktig. Hon har blivit en helt annan tjej – rektorn, skolpersonalen och föräldrarna tror knappt det är sant”[36]

”När jag ser att de hånar mig och skrattar åt mig kommer jag alltid ihåg teatern. Såna situationer spelar vi upp på teatern”[37]

”Fysiskt aktiva barn och ungdomar mellan 4 och 18 år kommer förbättra i princip alla sina tankemässiga förmågor”[38]

Kunskap om demokrati, värdegrund och sociala koder[39]

Positivt identitetsskapande[40]

Barn med risk för ADHD som har daglig skolidrott får färre humörsvängningar och aggressionsutbrott [41]

Ökad motivation och driv[42]

För ungdomar en ökad möjlighet till jobb, tack vare utökat nätverk och referenspersoner [43]

Ökad känsla av harmoni och inre styrka[44]

Skyddar hjärnceller och stärker kopplingen mellan hjärncellerna[45]

I klasser med daglig skolidrott är skillnaderna i betyg mellan pojkar och flickor nästan helt borta[46]

Högre IQ[47,48]

Mindre stillasittande vid dator och telefon[49]

Bättre språkkunskaper[50]

Håller ungdomar borta från destruktiva och kriminella handlingar[51]

Ökat socialt nätverk med nya vänner och vuxna förebilder[52,53]

”Man lära sig nya vänner och umgås med. Särskilt om någon är ny i Sverige och sånt. Så det är ett bra sätt och komma igång och lära känna nya folk” [54]

”Har man haft en dålig dag i skolan (...) När man kommer ner till plan glömmer man allt. Man brinner för det, swosh, allt bara försvinner. Alla problem. Man blir helt tom i skallen och man mår så bra”[55]

IMs PROJEKT AKTIV FRITID

Idén till Aktiv Fritid utvecklades inom Helsingborgs Stad då två handläggare med inriktning mot nyanlända unga identifierade svårigheter med att inkludera dem i fritidsaktiviteter. De unga önskade en aktivitet, föräldrarna stöttade dem och handläggarna sammanställde information om var och hur de skulle göra för att börja. Vid uppföljningar visade det sig dock att många av dem ändå inte gjort det. **Att som ny i Sverige, med många osäkerhetsfaktorer i vardagen, ta kontakt, anmäla och åka till en ny aktivitet var för många ett för stort steg. Det praktiska stödet saknades**.

I samband med att IM fick finansiering för ett annat projekt med nyanlända familjer rekryterades två projektledare, varav en före detta barnhandläggare. Med grund i nämnda erfarenheter utvecklades Aktiv Fritid för att tillföra det sista steget som saknats. Projektledarna inledde ett samarbete med barnhandläggarna, volontärer rekryterades och tre år senare hade över 200 unga påbörjat sina önskade aktiviteter. Under perioden 2017-2019 var Arvsfonden projektets huvudfinansiär, kompletterat med samverkansmedel från Region Skåne och Helsingborgs Stads socialförvaltning, arbetsmarknadsförvaltning och skol- och fritidsförvaltning. Två privata stiftelser Åhlénstiftelsen och Åke Wibergs stiftelse, och läkemedelsbolaget McNeil bidrog också. Då IM därefter inte lyckades säkra en finansiering avvecklades projektet.

Aktiv Fritid fungerade på följande sätt:

1. Kommunhandläggarna som arbetade med nyanlända unga frågade dem bland annat om fritidsaktiviteter, till exempel om de gått på en aktivitet i hemlandet som de ville återuppta eller prova en ny. Om de ville men föräldrarna inte visste hur de skulle göra, erbjöds de en kontakt med IM. Om de tackade ja till erbjudandet lämnade handläggaren kontaktuppgifter och information om till exempel deltagarens namn, språkkunskaper och tidigare erfarenhet av aktiviteten till IMs projektledare.

2. IMs projektledare rekryterade volontärer och matchade dem individuellt med familjer. Volontärens uppdrag var att hitta information om var aktiviteten anordnades, vilken utrustning som behövdes, anmäla deltagaren samt prata med ledaren inför det första aktivitetstillfället.

3. Volontären kontaktade familjen och bestämde tid och plats då de kunde åka till aktiviteten. De använde det färdmedel som familjen själva skulle använda, som buss, cykel eller gång. Volontären såg till att föräldern och den unga fick prata med ledaren och fick en bra introduktion i gruppen. Efter aktiviteten följde volontären dem hem igen. Det upprepades tills de kände sig trygga att fortsätta på egen hand, oftast 1-3 tillfällen. När föräldrarna inte kunde bekosta aktivitetens utrustning och medlemsavgift kunde de få ekonomiskt stöd för det.

4. Efter avslutat uppdrag återkopplade volontären till projektledaren, som uppdaterade handläggaren på kommunen. Därefter kunde volontären matchas med en ny familj. Vissa volontärer arbetade med två uppdrag samtidigt, medan andra genomförde ett per halvår. Efter en tid ringde projektledaren till föräldern för att säkerställa att den unga fortsatt och trivdes. Om inte, kunde ny kontakt med volontären inledas.

Totalt började 235 barn och ungdomar på aktiviteter via Aktiv Fritid. Vid uppföljning mellan 4-12 månader efter avslutad kontakt var 83% fortsatt aktiva, medan 8% hade slutat och 9% inte var anträffbara. Skälen till att de 8% hade slutat varierade, men berodde bara i enstaka fall på att den unga tappat intresset. Istället kunde det bero på att familjen flyttat och därefter inte kommit igång i en ny förening, att de inte haft råd med avgiften eller rena missförstånd som att det varit sommaruppehåll och de inte vetat när träningen började igen därefter. Nästan alla av de 8% ville få ny hjälp från IM för att återuppta en aktivitet.

Representationen inom olika åldersgrupper var:
Flickor 5-11 år, med familj: 28 st, 12%
Pojkar 5-11 år, med familj: 47 st, 20%
Flickor 12-18 år, med familj: 52 st, 22%
Pojkar 12-18 år, med familj: 55 st, 23%
Pojkar 12-18 år, utan vårdnadshavare: 53 st, 22%

De mest populära aktiviteterna var gym (37%), simning (31%), fotboll (22%) och olika former av kampsport (8%). Därefter förekom följande aktiviteter i fallande ordning: instrument, dans, basket, gymnastik, tennis, badminton, handboll, bowling, ridning och bordtennis. Flera pojkar önskade ridning men kunde inte börja på grund av höga kostnader. Aktiviteterna var jämnt representerade mellan könen. Den enda skillnaden var att pojkar var något mer centrerade kring de fyra mest populära aktiviteterna, medan tjejerna visserligen tydligt föredrog simning och gym, men därefter hade en bred spridning av olika intressen.

”Självklart var volontärerna till hjälp, jag hade inte klarat det på egen hand.”[56]

Förälder till deltagare i Aktiv Fritid

KARATEKLUBB
GOJU KAY
TENSHO KARATEKLUBB
GOJU KAY
19 75

10
9

”Det blev fantastiskt för mig. Jag tränar varje dag. Mycket är jobbigt nu, men man måste kämpa. Det känns så bra för mig när jag tränar och duschar”.[57]

Pojke, 17 år, deltagare i Aktiv Fritid

För aktörer som vill bedriva liknande projekt finns det tre lärdomar att dela.

1. Att satsa på att inkludera unga i fritidsaktiviteter är värdefullt. Det finns många som vill börja på en aktivitet där det enda som behövs är en hjälp för att komma igång. Behoven varierar – vissa behöver mycket stöd, medan det för andra räcker att få en adress och telefonnummer för att klara det på egen hand. Oavsett är det välinvesterade medel, eftersom det är en tillfällig insats som kan leda till att de unga blir aktiva i flera år därefter.

2. Det finns fler faktorer som hindrar ungas långsiktiga deltagande än vad den praktiska hjälpen ger, vilka identifieras i rapporten. Ett återkommande dilemma är ekonomin. Kommer föräldrarna i er verksamhet kunna få ekonomisk hjälp för utrustning och medlemsavgifter? Om inte, hur ska unga från ekonomiskt utsatta familjer kunna delta? Om de kan få det, är det en långsiktigt hållbar ekonomisk lösning? Om den är kortsiktigt kopplad till ett tillfälligt projekt är frågan vad det finns för plan för att deltagaren inte ska behöva sluta på aktiviteten när projektet avvecklas.

3. Om anställda föreningslotsar eller volontärer utför alla förberedelser och följer familjer till fritidsaktiviteter blir det ett effektivt arbete som kan hjälpa många. Det finns dock en risk att det skapas ett beroende mellan föräldrarna och insatsen, vilket kan leda till kortsiktiga effekter. Om deltagaren efter en tid vill byta aktivitet eller om familjen flyttar till en annan stad och föräldern vid den första insatsen inte lärde sig hur de skulle göra, riskerar de nämligen att stå utan fritidsaktivitet igen. Investera därför tid för att utbilda och coacha föräldrarna så att de själva lär sig hur de hittar, tar kontakt, provtränar och anmäler. Det bygger egenmakt och långsiktiga resultat.

HINDER OCH LÖSNINGAR

Alla barn och ungdomar som vill börja på en fritidsaktivitet kan inte det. I IMs rapport *Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet!* från 2014 liknades de faktorer som avgör deltagandet med ett antal filter som släpper igenom de som lever upp till föreningslivets villkor och sållar bort övriga.[58] Alla filter måste ligga i linje för att den unga ska komma igenom. Om ett enda går emot, kan deltagandet bli en omöjlighet.

Rapporten bygger på erfarenheter från IMs projekt Aktiv Fritid samt intervjuer med ungdomar och föräldrar i Helsingborg och aktörer som idrottsföreningar, lärare, integrationssamordnare, kulturskolor, idrottsförbund och regionala koordinatorer från hela landet. Tillsammans har åtta filter som hindrar unga från att delta i fritidsaktiviteter identifierats. De är:

1. Bristande kunskap och kulturella skillnader
2. Begränsningar och sämre förutsättningar för flickor
3. Brist på fritidsaktiviteter i socioekonomiskt utsatta stadsdelar
4. Svårigheter att lokalisera och anmäla till en aktivitet
5. För höga krav på ungdomar som är nybörjare
6. Ekonomiska trösklar
7. Osäkerhet i aktiviteten och livssituationen
8. Rasism, diskriminering och kränkningar

Därtill kommer brist på samverkan, resurser och mål i samhället. Det är inget hinder som de unga eller föräldrarna möter direkt, men det försämrar deras förutsättningar. Totalt är det nio hinder, vilka utgör rapportens nio kapitel.

I samverkan med ungdomarna, föräldrarna och aktörerna har vi samlat 150 konkreta förslag på vad olika aktörer kan göra för att skapa en förändring. Förslagen listas under respektive hinder och till varje förslag kopplas en eller flera aktörer som lämpliga genomförare. Dessa aktörer är dock inte ensamt ansvariga. Andra kan också spela en viktig roll. Till exempel kan privatpersoner presentera förslag för sin förening, kommunpolitiker kan sätta mål och fördela resurser och privata företag kan sponsra en aktör som i sin tur kan genomföra ett förslag.

Förslagen verkar på olika nivåer. Vissa kan genomföras inom en organisation utan några större insatser. Andra är mer omfattande och kräver bred samverkan eller till och med nationella politiska beslut. Oavsett omfattning bidrar alla förslagen till inkludering. **Naturligtvis behöver en inte begränsa sig till ett av förslagen. Ett gott exempel är idrottsföreningen Norrtulls SK i Stockholm som kombinerar tio av dem i sin integrationssatsning, där insatserna förstärker varandra och skapar ännu större effekt.[59]**

> *”Det är samma hinder överallt, det är alla överens om. Då kan vi också samarbeta för lösningarna.”[60]*
>
> **Leif Nilsson, fritids- och föreningslots**

Eftersom förutsättningarna för idrotts- och kulturaktiviteter skiljer sig över landet kan inte rapporten ses som ett facit för framgång. Till exempel har det i storstäder beskrivits nästan omöjligt för nybildade eller mindre föreningar att få tillgång till träningstider i idrottshallar som etablerade föreningar "slåss om", medan en förening på landsbyggden har beskrivit hur de kunde ta över en oanvänd träningsanläggning med tillhörande klubbstuga och starta verksamhet för 50 barn.[61] Utöver att förutsättningarna skiljer sig åt kan de också variera beroende på läget i omvärlden, politik, ekonomiska prioriteringar etc. Till exempel har aktörer inom både idrott och kultur drivit verksamheter tillsammans med asylsökande, men plötsligt stått utan deltagare då alla förflyttats eller utvisats.[62] Använd därför rapporten som en inspirationskälla, men anpassa alltid förslagen efter den lokala kontexten och anordnarens förutsättningar.[63]

Till sist vill vi uppmuntra till fortsatt utveckling. Under arbetet med rapporten har det blivit tydligt hur många fantastiska initiativ och vilken insats för landets unga som både ideella och tjänstepersoner har gjort och gör varje dag. Ett antal goda förslag och exempel kommer lyftas i rapporten, men långt ifrån alla. **Gång på gång har de bidragande aktörerna visat hur hindren kan överkommas. Läs därför rapporten, fortsätt samverka och arbeta tillsammans med målgruppen – kanske kan ni utveckla ett helt nytt arbetssätt som passar just er**.

Unga som inte deltar i fritidsaktiviteter påverkas negativt på kort och lång sikt. Men det behöver inte vara så. Tillsammans kan samhället åstadkomma en reell och hållbar förändring där fler unga deltar i Sveriges kultur-, idrotts- och fritidsaktiviteter.

”De goda exemplen bygger på att man förstår sig på sin målgrupp och att man förstår sig på vilka svårigheter som hindrar unga från att idrotta”.[64]

Nikita Lindström och Hamzah Suleiman,
Svenska basketbollförbundet

FÖRTYDLIGANDEN OCH BEGREPP

Rapportens målgrupp är både barn och ungdomar. Gemensamt benämns de som ”unga”.

Organiserade fritidsaktiviteter beskrivs som målet för ungas fritid. Det kan vara deltagande i en förening eller kulturskola, men också aktivitetshus, organiserad spontanidrott, lägerverksamhet, lovaktiviteter, etc.

Många av förslagen som presenteras i rapporten är hämtade från och ursprungligen utformade för idrottsföreningar, men kan användas också inom andra aktivitetsformer. Ledare och tjänstepersoner för andra verksamheter råds därför utgå från förslagen, men tolka
dem i sin kontext.

Under varje förslag föreslås vilka aktörer som kan vara lämpliga genomförare av det. Ibland anges specifika aktörer, som ”idrottsföreningar”, ”skolor”, eller ”politiker på nationell nivå”, men ofta används ett antal samlingsbegrepp:

• **Idrottsföreningar**. Utöver idrottsföreningar åsyftas föreningar som bedriver andra sporter och aktiviteter, som till exempel schack, dans och motorsport. För att bredda ansvaret för inkludering omfattas också kommersiella aktörer, då de blir allt vanligare, även om de formellt inte är föreningar.[65]
• **Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter**. Alla aktörer som praktiskt bedriver organiserade fritidsaktiviteter för barn och ungdomar. Det kan till exempel vara idrottsföreningar, kulturskolor, fritidsgårdar, aktivitetshus, anordnare av lägerverksamheter och andra som bedriver fritidsaktiviteter, som nischade invandrarföreningar eller lokala organisationer.
• **Fritidsgårdar**. Avser både fritidsgårdar och fritidsklubbar.
• **Kommuner**. Olika kommunala förvaltningar och aktörer.
• **Tjänstepersoner som möter målgruppen**. De som möter målgruppen i sin tjänst, som fritids- och föreningslotsar, handläggare inom socialtjänsten, SFI-lärare och modersmålslärare.
• Idrottsstimulerande aktörer. Aktörer som verkar för idrottens utveckling och ungas deltagande på en övergripande nivå, som Riksidrottsförbundet, nationella och regionala idrottsförbund, SISU Idrottsutbildarna samt lokala grupper/aktörer.
• **Ideella sociala aktörer**. Aktörer som verkar för inkludering och integration, som IM, Rädda Barnen och andra lokala grupper/aktörer, som nattvandrare, studieförbund och lokala föreningar.
• **Alla aktörer som arbetar för målgruppen**. Detta begrepp avser förslag som kräver allas insatser. Det inrymmer allt från politiker på nationell nivå och polis till kommunala förvaltningar och engagerade privatpersoner.

Till sist ett förtydligande om att alla barn och ungdomar är unika. När vi diskuterar till exempel nyanlända unga kan de framstå som en homogen grupp, vilket är ett synsätt som utgår ifrån att personer har specifika egenskaper och beteende beroende på var i världen de föds.[66] I själva verket kommer alla nyanlända unga från olika länder, städer och stadsdelar, de har olika erfarenheter, olika sociala bakgrunder, och har med sig olika kulturer och vanor från både sitt hemland och sin familj.[67] Dessutom har de olika egenskaper, stöd från föräldrar och inflytande från vänner – precis som alla andra. Det är därför viktigt att se till ungas personliga förutsättningar, oavsett etnicitet, religion, nationalitet eller hur länge de bott i Sverige.

1. BRISTANDE KUNSKAP OCH KULTURELLA SKILLNADER

Det finns en stark tradition av föreningsliv i Sverige.[68] Dock är det, genom generationerna, ofta samma familjer som deltar. De som var aktiva i en fritidsaktivitet när de var unga engagerar och anmäler gärna sina barn när de blir föräldrar. De som inte deltog är sannolikt inte är lika pådrivande.

Familjers bristande kunskap om fritidsaktiviteter begränsar ungas chanser att delta. Om en inte vet vad det finns för aktiviteter att välja på, inte vet vad föreningsliv, kulturskola, aktivitetshus eller lägerverksamhet är och hur det fungerar, och inte känner till de positiva effekter som deltagandet leder till, påverkas både möjligheterna och motivationen.
Ett exempel på detta är då unga – i Aktiv Fritid var det oftast nyanlända tonårstjejer – prioriterar bort idrottsaktiviteter för att satsa på skolarbete, läxläsning och att lära sig språket trots att det i forskning finns tydliga samband mellan just idrott och höga betyg, högre inlärningsförmåga och bättre språkutveckling.[69,70,71] Om ungdomar som dessa utbildas om idrottens positiva effekter ökar incitamenten att delta. På samma sätt kan föräldrar som menar att fritidsaktiviteter sker på skolarbetets bekostnad, men som utbildas om effekterna, gå från att hindra sitt barn från att delta till att bli en aktiv resurs för ett långsiktigt deltagande i aktiviteten. ”Föräldrar som har kommit in i föreningslivet ser verkligen nyttan av det. De blir eldsjälar.”, berättade fritids- och föreningslotsen Leif Nilsson.[72]

Kulturella skillnader påverkar också deltagandet, bland annat i hur utbudet av fritidsaktiviteter skiljer sig åt i världen. En del aktiviteter är populära både i Sverige och i länder som många nyanlända flyttat från, som fotboll, kampsport, volleyboll och basket, men det finns också skillnader.[73] Sporten cricket och instrumentet saz är exempel på aktiviteter som många nyanlända är intresserade av men som är väldigt begränsade i Sverige. Steget för att istället börja på innebandy eller break dance är naturligtvis stort om de inte vet vad det är.

Dag Johansson från svenska kanotförbundet beskrev att ”kanotidrotten har stor potential i att vara en mycket god inkluderande verksamhet”, då kanotklubbar har låg medlemsavgift, fri utlåning av utrustning, deltagare i olika åldrar och kön, och att både barn, ungdomar och föräldrar kan engagera sig.[74] **En viktig del för att öka inkluderingen i fritidsaktiviteter är därför att sprida kännedom om utbudet och att motivera familjer att prova olika aktiviteter istället för bara de allra vanligaste.**

Slutligen finns det kulturella skillnader som kan avgöra om föräldrar ens ser föreningsliv och kulturskola som en möjlighet för sina barn. Till exempel berättade en förälder att sport i deras hemland var något de unga lekte själva, medan utövande i organiserad form i princip bara var för priviligierade familjer.[75] Denna uppfattning stärks av en studie av 433 nyanlända ungdomar, där en majoritet inte hade någon erfarenhet av organiserad träning från sitt hemland.[76] Att vissa föreningar har låga avgifter, att några instrument på kulturskolans subventionerade kurser inte har någon kötid och att lägerverksamheter och kurser på aktivitetshus görs kostnadsfria är bra, men **om familjer har vuxit upp i en kultur där organiserade fritidsaktiviteter varit ekonomiskt omöjliga att delta i, ska det mycket till för att de som nyanlända eller asylsökande ska börja undersöka möjligheten att börja i Sverige. Då behöver det finnas anordnare som tar det första steget och bjuder in dem till sin aktivitet**.

”Bara för att barnen invandrat eller växt upp i ett visst område betyder ju inte det att de är mindre talangfulla eller hade tyckt att det var mindre roligt att spela schack eller hoppa höjdhopp än någon annan. Men de vet ju kanske inte ens om att det finns, de får aldrig chansen att prova”.[77]

Brigitte Enfeldt, barn- och ungdomshandläggare

1. Ha en mångfald av ledare

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Fördelarna med att ha mångfald bland ledare är många. De överkommer kulturella skillnader, skapar tillit, underlättar vid anmälan och kan prata med föräldrar om vikten av att deras döttrar deltar. Eskilstuna Friidrott som under sina första tio år som förening fått 2500 medlemmar, varav två tredjedelar har utländsk bakgrund med 100 olika nationaliteter, har flera framgångsfaktorer för inkludering. Till exempel är årsavgiften endast 50 kronor och deltagare kan välja fritt mellan att delta i spontanidrott, breddverksamhet eller elitverksamhet. När föreningens ordförande Bengt Eskilsson reflekterade kring deras framgång pekade han ändå ut mångfalden bland ledarna som den allra viktigaste faktorn.[78,79,80,81]

Trots alla fördelar är ledare med utländsk bakgrund underrepresenterade inom svensk idrott. Orsaken kan vara dubbelbottnad, då vissa uttryckt att det är svårt att rekrytera personer med invandrarbakgrund, medan målgruppen själva beskrivit att de aldrig fått frågan eller till och med motarbetats och inte fått ta plats.[82]

För att lyckas med rekryteringen finns det två tillvägagångssätt. Först, nyttja engagemanget inom föreningen. Många ungdomar vill bli ledare, men känner inte till möjligheten att utbildas till det eller så får de inte frågan. Därefter, rekrytera aktivt. Om deltagarna, föräldrarna och ledarna har svensk bakgrund kan de behöva rekrytera utanför deras vanliga sociala nätverk. Affischera på SFI-skolor, fråga bekantas bekanta, annonsera på Facebook. Tänk kreativt och gör det som krävs för att komma i kontakt med rätt person.

Att rekrytera ledare med olika bakgrunder – särskilt nyanlända – kan innebära att de inte har erfarenhet av föreningslivet och inte vet vad uppdraget som ledare innebär. Då kan det underlätta om anordnaren först sammanställer nödvändig information, som vad en ledare gör samt vilka krav och fördelar som finns. Steg två är att de får möjlighet att gå en kostnadsfri tränarutbildning och kan börja som hjälptränare. Berätta också om andra fördelar som ideella uppdrag kan leda till, som att en utökar sitt sociala nätverk och kan lista det som en merit och ha föreningens ordförande som referensperson om en söker jobb. För de som har en grundkunskap om föreningslivet kan detta ses som självklarheter, men för en utan erfarenhet kan informationen både vara betryggande och göra insatsen attraktiv.

Ett råd som gynnar all form av ledarrekrytering, men särskilt ledare utan tidigare erfarenhet av aktiviteten eller föreningslivet, är att rekrytera fler ledare än vanligt. Det sänker kravbilden och arbetsbelastningen på varje ledare. Habo wolleys ordförande Jan-Anders Haag reflekterade kring detta och uttryckte att det nu för tiden är svårt att hitta ledare som vill ha ensamt ansvar för en grupp och kan garantera att hen ställer upp tre kvällar per vecka under flera år. Om de däremot kontaktar en potentiell ny ledare och berättar att en grupp har tolv föräldraledare och nio ungdomsledare och att det räcker att personen är där en gång per vecka, så är det betydligt enklare.[83] Eftersom belastningen minskar kan dessutom engagemanget förlängas. Det blir en positiv spiral.

2. Rekrytera unga ledare

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Även om boende i socioekonomiskt utsatta områden i genomsnitt deltar i fritidsaktiviteter i lägre grad än andra så finns det områden som har lyckats. I Husby, Stockholm, deltar hela 72,5% av alla barn och ungdomar i en förening, vilket är på samma nivå som Sveriges mest aktiva och socioekonomiskt starka stadsdelar. Det beror till stor del på basketföreningen BK Järva och deras unga ledare.[84]

Genom att satsa på unga i en förening, utbilda och tillsätta mentorer som stöttar dem, kan de börja som hjälptränare men växa i sin roll och till slut bli huvudtränare. I Järva är de yngsta ledarna 13 år som tränar 7-åringar och i takt med att de blir äldre kan ansvaret utökas. De flesta av ledarna är flickor, vilket reflekteras bland deltagarna där flickorna också är i majoritet.[85]

Föreningar som har många deltagare med invandrarbakgrund vittnar om att föräldrarna inte tar lika stort ansvar för föreningens uppgifter som svenskfödda föräldrar gör i andra föreningar.[86] Klubbchefen i Järva, Jan Isaksson, förklarar det med att föräldrarna inte har en tradition av föreningslivet samt att många jobbar på kvällarna.[87] Genom att arbeta med unga ledare kan en förening kompensera det, då de unga tar utökat ansvar för uppgifterna. Dessutom kan unga ledare ofta relatera till de problem och situationer som barnen i deras lag berättar om och stötta dem.[88]

Fördelen för ungdomar som blir ledare är att de får meriter som de kan använda när de söker jobb. Föreningar kan också välja att arvodera dem, vilket i sin tur löser problemet som annars ofta uppstår för föreningar i socioekonomiskt utsatta områden, då många ungdomar avslutar sin träning och ideella engagemang för att istället börja jobba.[89] Slutligen har en studie visat att bara drygt hälften av Sveriges ungdomar känner sig behövda, så samtidigt som unga ledare är en resurs för föreningar, kan ansvaret vara betydande också för ungdomarna.[90,91]

3. Skapa engagemang först och rekrytera medlemmar/betalande deltagare senare

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Många fritidsaktiviteter som är populära i Sverige är okända för familjer med utländsk bakgrund. Det gör naturligtvis steget till att börja ovanligt stort. Föreningen Örebro SK Handboll Herr (ÖSK) har utformat en modell för att överkomma hindret, vilket går ut på att först sprida kännedom och engagera de unga i aktiviteten och först därefter värva dem som medlemmar till föreningen.[92]

När ÖSK startade sitt integrationsprojekt identifierade de två socioekonomiskt utsatta stadsdelar och inledde ett samarbete med fritidsgårdarna och de intilliggande skolorna. På bestämda dagar kunde de som besökte fritidsgårdarna välja att träna handboll i skolans idrottssal – utan kostnad eller krav på att anmäla sig. ”En dag kunde de köra handboll, men dagen efter baka eller spela pingis. Det var på deras villkor”, berättade ordförande Jerker Lindgren. **Under tre år bedrev föreningen arbetet, vilket skapade ett stort underlag av deltagare som lärt sig om handboll och ville fortsätta träna. Först när projektet avslutades lotsades de in i medlemsbaserad handbollsträning – i den ena stadsdelen till en befintlig förening och i den andra till en nystartad.**[93]

För att starta ett liknande arbete kan flera aktörer samfinansiera, till exempel idrottsförbund, kommunen, det lokala bostadsbolaget, företag, med flera.[94] Metoden genomfördes med en idrottsaktivitet men kan naturligtvis också fungera för kulturaktiviteter, där intresset och grundkunskapen läggs på fritidsgården men fortsätter på kulturskolan.

4. Bygg personliga relationer med föräldrarna

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

För att locka deltagare till en verksamhet är det viktigt att bygga personliga relationer med föräldrarna så att de känner tillit till organisationen och ledarna. För att etablera relationer kan ledarna bjuda in föräldrar för att visa lokalerna, introducera dem för andra aktiva föräldrar och berätta om sin verksamhet. Jerker Lindgren från ÖSK berättade hur det gick till när de startade sin verksamhet: ”Först delade vi ut informationsblad och bjöd in till handbollen, men ingen kom. Då började vi bygga relationer. Det var alltid samma person från ÖSK som var ute i områdena och pratade med familjerna. Föräldrarna litade på honom – då visste de att det var ordning och reda”. [95]

Ytterligare ett tillvägagångssätt är att identifiera en nyckelperson som redan har stort förtroende hos målgruppen. Genom att rekrytera en sådan person som ledare kan den bli ansiktet utåt och fungera som en brygga mellan målgruppen och verksamheten.

Ledarna är dock inte ensamt ansvariga om att få föräldrarnas förtroende. Föreningslotsar, handläggare, modersmålslärare och andra som föräldrarna har förtroende för kan också ha en viktig funktion då de kan föra samtal med föräldrarna om fritidsaktiviteter och dess positiva effekter redan innan föräldrarna och deras barn kommer till verksamheten.

5. Kommunicera tydligt

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

En majoritet av nyanlända har ingen erfarenhet av organiserade fritidsaktiviteter och även bland de som har det skiljer sig erfarenheterna mot hur föreningar och andra verksamheter bedrivs i Sverige.[96] Med 200 000 föreningar och 500 miljoner timmar ideellt arbete årligen är det svenska föreningsengagemanget unikt.[97] För att samarbetet mellan anordnarna, föräldrarna och de unga ska fungera är det viktigt att de får tydlig information om hur verksamheten fungerar och vad som förväntas av dem.

Ett exempel på en utmaning som flera föreningar nämner är att få alla deltagare att komma i tid eller att meddela ledaren ifall de inte kan komma vid ett tillfälle. ”Detta är saker som föreningarna försöker vara tydliga med, men som de kanske från början inte har kommunicerat till alla deltagare” resonerar Riksidrottsförbundets Fredrik Molin i en rapport.[98] Västerviks föreningslots Johannes Löf fortsätter på samma spår: ”Om föreningar inte kommunicerar detta – eller förstår villkoren för de som nyligen kommit till Sverige är det lätt att dra slutsatsen att ett uteblivet engagemang beror av slarv, arrogans eller ointresse när det i själva verket kan vara förståelsen som felar”.[99]

Idrottsföreningen Norrtulls SK bedriver ett framstående integrationsarbete och för dem har receptet varit personlig kommunikation med föräldrarna. De förlitar inte sig på e-postutskick eller att föräldrarna håller sig uppdaterade via deras hemsida. Istället har ledarna samtal med varje förälder där de kan försäkra sig om att föräldern förstår. När det inte är möjligt att träffas kommunicerar de via sms eller telefonsamtal.[100]

6. Följ upp

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, tjänstepersoner som möter målgruppen

Örnsköldsviks fritids- och föreningslots Leif Nilsson följer nyanlända barn och ungdomar och deras föräldrar till föreningar, men vid uppföljning efter 3-4 veckor är det många som inte fortsatt. ”När jag frågade föreningen och ungdomen sa de bara att det inte funkat. Men föreningen och barnet hade inte pratat med varandra och undersökt vad som inte funkade och försökt lösa det”.[101] Därför är det viktigt att både ledare, kontaktpersoner, föreningslotsar och föräldrar följer upp deltagandet. Genom att de har en dialog mellan de unga, deras föräldrar och ledare kan avhopp förebyggas. **Kanske säger en deltagare efter en tid att hen vill sluta eftersom det inte är roligt, trots att det egentligen beror på hen inte förstår en återkommande övning, att alla i laget duschar i ett öppet duschrum eller att hens föräldrar inte kan skjutsa till matcher – faktorer som ledaren kan hitta en lösning på om de pratar med varandra**.

Ett exempel på vikten av att ringa föräldrar även efter avhopp, är då en flicka via Aktiv Fritid fick prova att spela fotboll, men inte ville fortsätta. När IMs projektledare ringde mamman berättade hon att flickan slutat eftersom hon bara ville träna fotboll en gång i veckan, då hon också ville studera, men att klubben tränade två gånger i veckan. Projektledaren berättade då att det är okej att

bara träna en gång per vecka, så länge de informerar tränaren, varpå mamman blev glatt överraskad och flickan började träna igen.

Om deltagare trots allt bestämmer sig för att sluta är det ändå viktigt att få ett bra avslut. Det kan göra att de inte upplever sig ha misslyckats, vilket underlättar om de vill komma tillbaka senare eller prova en annan aktivitet. Norrtulls SK är ett exempel på ett föredömligt uppföljningsarbete. När en spelare slutar för att familjen ska flytta till annan ort, hjälper ledaren familjen att hitta en ny förening och kontaktar dem för att arrangera mottagandet i den nya staden. Dessutom berättar de om arbetet inom Norrtull och undersöker om den nya föreningen kan ta emot spelaren till samma avgift som föräldrarna tidigare betalat.[102]

7. Öka kulturell kompetens

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Kulturell kompetens är grundläggande för att kunna tolka andra människors beteende. Ett sätt att visa respekt i en kultur, kan uppfattas kränkande i en annan – men med rätt kompetens kan parterna förstå varandra. **Riksidrottsförbundet rekommenderar att föreningar skapar tillfällen då de kan lära sig om olika kulturer**.[103] Det kan till exempel göras genom att ledare eller bekanta med olika ursprung eller representanter från en invandrarförening eller religiöst samfund bjuds in för att hålla en presentation och svara på frågor.

Vissa regler och rutiner kan anordnaren vilja stå fast vid, medan andra kan justeras. En bestämd regel kan till exempel vara att alla ska komma i tid, men genom kulturell kompetens kan ledarna först förstå att förseningar inte behöver bero på lathet utan på olika sätt att förhålla sig till tid, och därefter kan de diskutera hur de kan kommunicera regeln och dess syfte på ett bra sätt.

8. Håll koll på högtiderna

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Om en anordnare planerar ett läger eller konsert i samband med en viktig religiös högtid kan vissa deltagare behöva avstå. Ha därför en dialog med deltagarnas föräldrar när särskilda aktiviteter planeras.[104] Den mångkulturella almanackan kan också rekommenderas.[105]

9. Event i socioekonomiskt utsatta områden

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, idrottsstimulerande aktörer

Att genomföra event är ett bra sätt att sprida kännedom om en aktivitet och de som anordnar den. Onyx Innebandy, ishockeyföreningen Haninge Anchors och kanotklubben Mälarpiraterna är tre föreningar som provat. **Onyx Innebandy genomförde en ”turné” i sex stadsdelar med utomhusrinkar, hoppborg, godisregn och gratis frukt och dricka. För att marknadsföra dagarna satte de upp posters på svenska, arabiska och somaliska**.[106] Stockholms ishockeyförbund föreslog ett samarbete med kommunen, där ett event kan ingå i stadens lovaktiviteter, eftersom en därigenom kan få budget för att spola upp en spontanisbana för eventet.[107] Ytterligare framgångsfaktorer för eventen är att ha ledare eller andra personer som pratar de vanligaste språken på plats, att rekrytera personer som bor i området som kan hjälpa till med olika uppgifter och därigenom fungera som en brygga mellan de boende och ledarna, ha kostnadsfri utlåning av utrustning för aktiviteten samt att ha tydlig information om kommande prova på-tillfällen i den ordinarie verksamheten.[108,109]

10. Utöka samhällsorienteringen om fritidsaktiviteter

– Länsstyrelser, kommuner

Samhällsorienteringen är det program nyanlända går för att lära sig om Sverige, vars informationsmaterial utgörs av boken ”Om Sverige”. Informationen som presenteras är att idrottsföreningar är viktiga för många barn och ungdomar, att de kan utöva olika idrotter och att forskning visar att ungdomar som idrottar mår bättre.[110] Informationsmaterialet skulle kunna kompletteras med information om de fysiska, sociala och skolrelaterade effekterna som fysisk aktivitet har, olika begrepp som föreningsliv, kulturskola och fritidsgård, om möjligheten för föräldrar att följa med sina barn till aktiviteter för att träna språket med andra föräldrar, samt hur en kan gå tillväga för att identifiera en aktivitet och anmäla sitt barn.

11. Sprid information till föräldrar i olika sammanhang

– Tjänstepersoner som möter målgruppen, ideella sociala aktörer, kommuner

Samhällsorienteringen är en bra informationsinsats för nyanlända föräldrar, men innehållet om det praktiska deltagandet i fritidsaktiviteter är som sagt begränsat. Dessutom finns det många föräldrar med invandrarbakgrund som inte heller har kunskapen men som inte får delta i samhällsorienteringen. Därför är det viktigt att nyttja andra möjliga arenor där föräldrar kan få den information som de behöver för att engageras och lära sig hur de anmäler sitt barn till en aktivitet.

I Lunds kommun använder SFI-skolor undervisningsmaterialet från metoden *Integration i förening* som Malmö Ideella föreningars Paraplyorganisation (MIP), Malmö Idrottsföreningars Samorganisation (MISO) och Malmö Stad producerat.[111,112]

Språkcaféer är också en resurs, vilka Lunds inkluderingskoordinator samarbetar med. Koordinatorn handplockar material och evenemang, skriver om det så att det passar språkcaféformen och skickar ut det till arrangörer av språkcafé så att besökarna både kan få informationen och diskutera den.[113] Ytterligare ett material som kan passa för både SFI och språkcaféer är *SFI – sportsvenska för invandrare* där en kan lära sig sportrelaterade ord inom fotboll, ishockey, innebandy, handboll och bandy.[114]

Skolors föräldramöten är också ett forum där många föräldrar samlas. Ett förslag är att skolor sammankallar till ett föräldramöte där idrotts- och musiklärare kan ge övergripande information och olika anordnare kan bjudas in för att berätta om sin verksamhet och svara på föräldrarnas frågor.[115]

12. Kultur- och idrottsundervisning på SFI

– SFI-skolor

Utöver att sprida information om fritidsaktiviteter skulle SFI-skolor kunna bedriva praktisk kultur- och idrottsundervisning. Det kan leda till att deltagarna förbättrar sin hälsa, får en förståelse för aktivitetens effekter samt att de kan utöka sitt ordförråd som de kan använda i samband med sina barns aktiviteter.[116] Ett exempel på det är **Kulturskolan i Kumla som driver en kör på SFI. ”Tanken är att kördeltagarna genom köraktiviteten ska lära känna Kulturskolans verksamhet och sedan presentera den för sina barn”**, beskrev chefen.[117]

13. Föräldrar kan följa med sina barn till aktiviteter för att öva språket

– Tjänstepersoner som möter målgruppen, ideella sociala aktörer

”Var kan jag öva på att prata svenska?” är en vanlig fråga bland nyanlända. En handläggare berättade att han vid ett tillfälle rekommenderade ett språkcafé till en kvinna som frågade det, men fick till svar att hon provat men att det inte fanns några ”svenskar” där, utan bara andra nyanlända. Samtidigt menade handläggaren att det är svårt att få föräldrarna att följa med deras barn till deras träningar. Ungas fritidsaktiviteter tycks därför vara en fantastisk men för många nyanlända föräldrar oupptäckt resurs för integration, vilket tjänstepersoner som möter målgruppen kan tipsa dem om. **I samband med barnens aktiviteter kan föräldrarna knyta nya relationer med etablerade svenskar och öva språket. Kanske finns det ingen bättre plats för att träffa etablerade svenskar att öva språket med än vid sidan av spelplanen eller i väntrummet när de unga tränar**.

14. Engagera föräldrarna i aktiviteten – gärna tillsammans med deras barn

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, idrottsstimulerande aktörer

Ett återkommande råd för att rekrytera och behålla deltagare i fritidsaktiviteter är att engagera deras föräldrar. Då ser föräldrarna både vilken effekt aktiviteten har för deras barns fysiska och psykiska hälsa och upplever det själv.[118] Två föreningar som verkat för detta är Norrtulls SK som startat fyra träningsgrupper där nyanlända och etablerade svenska mammor och pappor sportar tillsammans samt Habo wolley som drivit en grupp för nyanlända vuxna och ledare utan volleybollbakgrund.[119,120]

Ytterligare en möjlighet är att anordna aktiviteter som unga och föräldrar kan gå på tillsammans. I Helsingborg har den romska föreningen Vorta Drom drivit öppna familjebadmintonträningar, aktivitetshuset Idrottens Hus ägnar alltid lördagarna åt familjeträning, och aktivitetshuset Tryckeriet har ingen övre åldersgräns vilket gör det möjligt för unga och föräldrar att delta i alla deras aktiviteter tillsammans.[121,122,123]

En rekommendation för familjer som ska välja en fritidsaktivitet åt deras barn är att välja en aktivitet som också vuxna kan vara nybörjare i, som karate eller badminton, eftersom de då kan börja träna samtidigt. Även om de tränar i olika grupper kan de utvecklas i samma aktivitet och skapa ett nytt gemensamt intresse.

15. Prova på-verksamhet med utslussningsfunktion

– Idrottsstimulerande aktörer, ideella sociala aktörer, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Ett arbetssätt för att introducera nyanlända till olika fritidsaktiviteter är att arrangera prova på-grupper, där unga i gruppform får prova på nya aktiviteter varje vecka. Verksamheter som arbetar med denna metod sprider kännedom om utbudet, men kan ha svårt att efter provtillfällena inkludera deltagarna i den ordinarie verksamheten. Det finns både rapporter om unga som velat fortsätta men där föreningar inte har tagit emot dem och föreningar som haft provbesök i hopp om att få fler medlemmar, men inte fått några anmälningar.[124,125]

För att prova på-verksamheter ska leda till att deltagarna fortsätter med en fritidsaktivitet på lång sikt är det viktigt att samverka med positivt inställda anordnare samt att ha en välorganiserad utslussningsfunktion, som i verksamheten En frisk generation. Konceptet går ut på att etablerade och nyanlända barn provar olika idrotter och friluftsaktiviteter tillsammans med sina föräldrar, samt att en koordinator vid verksamhetsårets slut delar ut intressekort till alla som deltagit. Där kryssar familjerna i vilka av aktiviteterna de är intresserade av att börja på, varpå föreningarna tar emot listorna och kan kontakta familjerna. Koordinatorn sammanställer också information om

alla föreningarnas kontaktpersoner, avgifter, prova på-tider och vägbeskrivningar, som samtidigt delas ut till familjerna för de aktiviteter de visat intresse för. På så vis har både familjerna och föreningarna fått kontakt med varandra, de har nödvändig information om varandra och båda parter är intresserade av att familjen ska bli medlemmar i föreningen.[126]

16. Prova på-vecka i hela staden

– Kommuner, idrottsstimulerande aktörer, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Två dagar per år har kulturskolan i Helsingborg öppet hus. Då kan unga prova alla tillgängliga kurser – både för att bekräfta sitt intresse för en viss kurs och för att prova nya. I samband med provtillfället erbjuds också praktiskt stöd för anmälan.

För idrotter kan kommuner och andra aktörer ta initiativ till en gemensam prova-på-vecka vid terminsstarter, då alla föreningar i staden kan ha öppna och kostnadsfria träningar.

17. Aktivitetslördag

– Kommuner, idrottsstimulerande aktörer, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

På en central plats i staden kan unga få möjlighet att prova en aktivitet. Kommunen kan organisera stadens föreningar, kulturskola, aktivitetshus med flera så att de enligt ett rullande schema ansvarar för att, till exempel varsin lördag under sommarmånaderna, anordna ett provtillfälle. Det gör det enkelt för unga att prova olika aktiviteter och att direkt få information om hur de gör för att fortsätta efter sommarlovet. Kommunen kan motivera föreningarna med att deltagandet kan leda till nya medlemmar och/eller genom arvodering, antingen direkt eller via en höjd föreningsstödsnivå. Om någon från en ekonomiskt utsatt familj vill börja, kan arvoderingen delvis användas för att bekosta eller subventionera medlemsavgiften.

18. Provtillfällen och förebilder på fritidsgårdar

– Fritidsgårdar, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, privatpersoner

I stadsdelar där få är med i en organiserad fritidsaktivitet kan fritidsgårdar verka för att engagera sina besökare. Ett förslag är att ha en stående dag i veckan då olika föreningar och andra anordnare bjuds in för att hålla i provaktiviteter samt ta in anmälningar för provtillfällen i deras ordinarie verksamhet.

Vuxna som är framgångsrika inom idrott eller kultur kan också besöka fritidsgårdar för att inspirera besökarna. Ett exempel är den allsvenska fotbollsföreningen Örebro SK där a-lagsspelarna varannan vecka besöker en fritidsgård och även håller i workshops på skolor.[127]

19. Fritidsaktiviteter som rastaktivitet på skolor

– Skolor, fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

I ett samarbete mellan Region Gävleborg, regionens idrottsförbund, föreningar och två kommuner drivs projektet Förenade i rörelse. **Verksamheten går ut på att föreningar kommer till skolor där eleverna får prova deras aktivitet på raster. I samband med det får eleverna också information om kommande provtillfällen i föreningens ordinarie verksamhet för dem och deras familjer**.[128]

20. Föreningsshow på högstadieskolor

– Skolor

Elever i en skolklass på högstadiet kan producera en aktivitetsshow som ett temaarbete. I föreställningen kan elever från högstadiet visa upp sin fritidsaktivitet på scenen, som ett dansnummer, en

karate-kata, parkour-konster, musikuppträdanden eller en två-mot-två-fotbollsmatch på scen. Efter sitt framträdande kan eleverna intervjuas av en konferencier om hur en träning går till och vad de tycker är roligast med sin aktivitet. Med ljussättning, musik och en konferencier som manar på publiken kan det bli en rolig och inspirerande upplevelse för alla.

21. Skolprojekt för deltagande i fritidsaktiviteter och bättre hälsa

– Skolor

Skolan är sannolikt den viktigaste aktören när det gäller att nå och påverka unga i en positiv riktning. För att engagera unga i fritidsaktiviteter är idrotts-, bild- och musikundervisningen viktig, men om skolan har en ambition om att fler ska delta i fritidsaktiviteter kan de använda sig av de andra ämnena också. Förslaget innebär att skolor kan ha en temavecka där alla ämnen kretsar kring fritidsaktiviteter och hälsa, i olika former. I naturämnena kan eleverna studera de fysiska effekterna som träning ger på kroppen, i samhällskunskap föreningslivets utveckling och funktion, hemkunskapen och lunchen kan handla om kost före och efter träning och språkämnena kan fokusera på fritidsrelaterade ord och om vilka aktiviteter som är populära i landet vars språk de studerar. Säkerställ att initiativet kopplas till stadens fritidsutbud så att eleverna kan fortsätta sitt engagemang i organiserad form.

22. Fysisk aktivitet på recept (FaR/GoFaR)

– Regioner, kommuner, vårdpersonal som skolkuratorer och ungdomsmottagningar

Legitimerad vårdpersonal har sedan 2001 kunnat skriva ut fysisk aktivitet på recept (FaR) till vuxna.[129] I delar av landet kan de också göra det till unga. Det kan till exempel vara barn- och ungdomsmottagningar och skolsköterskor. Metoden riktar sig till unga som är fysiskt inaktiva och riskerar någon form av ohälsa, till exempel på grund av övervikt, fetma, psykisk ohälsa eller astma. Utöver fysisk aktivitet inkluderas stödjande och motiverande samtal om livsstil och hälsa.[130]
I Landskrona och Helsingborg bedrivs en utökad variant av metoden, kallad GoFaR. Den innehåller en utökad samverkan, till exempel med den ungas familj, vänner, skolpersonal, fritidsledare eller föreningsledare samt en struktur för att identifiera och motivera elever som behöver röra på sig mer.[131,132]

23. Erbjud alternativa instrument under kötiden

– Kulturskolor, skolor

I 82% av landets kommuner står totalt 45 000 elever i kö till kulturskolan, ibland upp till tre år.[133,134] Köerna är ofta centrerade till vissa populära instrument som piano, gitarr och trummor, medan andra, som olika blåsinstrument, kan ha kort eller ingen kö alls.[135] Ett förslag är att kulturskolor gör utskick till alla som beräknas stå i kö under en lång tid, där de med bild och text, på olika språk, informerar om vilka instrument som finns tillgängliga med kortare kö eller där de kan börja direkt. Förtydliga att elever kan börja på en av de lediga kurserna utan att kötiden till det först önskade instrumentet påverkas. **På så vis kan de ungas intresse för musik upprätthållas under kötiden, de kan lära sig grunderna i musikundervisning och ett nytt instrument som de tidigare inte kände till**. En del av deltagarna kanske till och med väljer att fortsätta med det. Också skolors musiklärare kan påminna om kulturskolans utbud och uppmuntra elever som köar att prova andra instrument.

2. BEGRÄNSNINGAR OCH SÄMRE FÖRUTSÄTTNINGAR FÖR FLICKOR

Det är lika många pojkar (69%) som flickor (68%) som vill delta i en idrottsförening. Trots det finns det en klar överrepresentation av pojkar. Bland barn på mellanstadiet deltar nämligen bara 24% av flickorna men 40% av pojkarna bland första generationens invandrare, 42% respektive 64% i andra generationen, 66% respektive 77% av barn med en svenskfödd förälder samt 71% respektive 78% av barn med svenskfödda föräldrar (studien ansåg unga i Helsingborg).[136] Jämlikheten ökar ju längre tid familjen bott i Sverige, men oavsett grupp är pojkar likväl mer aktiva.

Religiösa restriktioner var den vanligaste förklaringen när IM intervjuade föreningar om varför de trodde att färre flickor med invandrarbakgrund deltar än flickor med svenskfödda föräldrar. En simförening skrev: ”Vi har ett mörkertal med muslimska invånare där tjejerna inte får delta – senast fick vi ett samtal där pappan förbjöd sin dotter att vara med som tränare för att hon då går i badkläder och våtdräkt. Vi har muslimska deltagare som simmar hos oss, med och utan slöja, men också en del som inte tillåter det. Vi och tjejen vill ju så gärna, men hon stängs ute”.[137]

Religiösa begränsningar kan vara en orsak till underrepresentationen av flickor med utländsk bakgrund, men det är inte den enda. Till exempel deltar mer än dubbelt så många flickor med svenskfödda föräldrar i kulturskolan som flickor bland första generationens invandrare, men att lära sig spela ett instrument utmanar inte några patriarkala eller religiösa strukturer.[138]

För att förstå varför färre flickor än pojkar med utländsk bakgrund deltar i fritidsaktiviteter behöver en därför inkludera alla de faktorer som påverkar flickors deltagande. Till exempel baseras satsningar i stadsplanering och skolors idrottsundervisning oftare på pojkars än flickors intressen.[139,140] Flickor har i genomsnitt mer skolstress, psykosomatiska besvär och förväntningar på att ta ansvar i hemmet.[141,142] De upplever en ökad otrygghet i jämförelse med pojkar, vilket kan göra att de inte vill/får gå till aktiviteter på kvällstid.[143] Det finns också könsföreställningar och sociala stigma som kan göra flickor osäkra för att delta i pojkdominerade aktiviteter, det finns färre kvinnliga förebilder inom idrott, och flickor är i genomsnitt mindre nöjda med sin hälsa och kropp än pojkar.[144,145] Dessutom finns det ett lägre utbud av aktiviteter för flickor då en del föreningar endast bedriver pojkverksamhet, vilket skapar längre transporter mellan bostaden och närmsta flickverksamhet.[146] Slutligen har flickverksamheter rapporterats ha tillgång till sämre träningstider och lägre kvalitet på träningar än pojkverksamheter.[147] **Flickor med utländsk bakgrund är ingen isolerad grupp vars underrepresentation i fritidsaktiviteter endast förklaras utifrån deras etnicitet, religion eller födelseland. De är som alla en del av ett patriarkalt samhälle som gynnar pojkars aktivitet och skapar hinder för flickor. Att arbeta för ökad jämlikhet är också att arbeta för integration**.

”Vi trodde att familjerna skulle vara ett hinder, att de inte skulle låta tjejerna spela. Men det var snarare tjejerna själva som inte ville. De har kanske inte lärt sig att de kan spela fotboll i hemlandet, de tror inte att de ska få stöd. Många visste inte om någon skulle ställa upp för dem och några var tveksamma till att ha en manlig tränare, men det har de accepterat.”[148]

Mohamud Abdalla, Bergsjön SK

24. Ordna aktiviteter som flickor efterfrågar och kommunicera ut det

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, kommuner, idrottsstimulerande aktörer

Det är inte ovanligt att idrottsbaserade aktiviteter som är öppna för både pojkar och flickor i praktiken domineras av pojkar. Det kan skapa en negativ spiral där flickor som besöker verksamheten inte återkommer, eftersom det var för få flickor där. Därför är det viktigt att anordna aktiviteter som många flickor tycker om. Det kan till exempel vara kulturverksamheter som teater, musik och dans, gruppträning som yoga, bodybalance, aerobics och spinning, samt idrotter som gymnastik, volleyboll, basket, simning, ridning och löpning.[149,150,151]

Att anordna aktiviteter som ens önskade målgrupp eftersöker låter logiskt, men ofta är det i praktiken tvärt om. Till exempel uttryckte ungdomstjejer att de inte gick till fritidsgården eftersom de mest ordnade aktiviteter för killar.[152] Oavsett om det gäller aktiviteter på en fritidsgård, sommarläger eller uppstart av en ny förening är det viktigt att först undersöka vad flickor från målgruppen önskar. Det kan både göras genom att läsa nationella eller lokala studier och genom intervjuer. Kommunicera därefter ut aktiviteten i de kanaler och forum som målgruppen använder och deltar i samt se till att målgruppen är representerad i bildmaterialet som används i marknadsföringen.

25. Intervjua flickor före satsningar på näridrottsplatser

– Kommuner

Pojkar står för 80-100% av deltagandet på öppna utomhusidrottsplatser, så kallade näridrottsplatser. Det beror på flera faktorer, som att ”flickor i betydligt högre grad än pojkar är rädda [för] att vara ute på kvällarna”, att kommuner satsar ”mer omtanke och ekonomiska resurser” på anläggningar som efterfrågas av pojkar än flickor, samt att pojkar, oavsett idrott, ”anser sig vara de självklara tolkarna av hur utomhusverksamheterna (…) ska spelas/utövas”.[153]

Det är viktigt att stadsplanerare föregår investeringar med kartläggningar och intervjustudier om flickor i den aktuella stadsdelen, som vad de ska satsa på och hur de kan bygga det för att flickorna ska känna sig bekväma att använda den – att platsen också tillhör dem. Att undersöka och intervjua före beslut löper i linje med den lagstadgade barnkonventionen då barnets bästa ska vara genomgående vid planering och beslutsfattande samt att barnens åsikter ska väga tungt och dokumenteras.[154]

26. Starta tjejgrupper i pojkdominerade aktiviteter

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, fritidsförvaltningar

När det gäller öppna aktiviteter som många flickor gillar kan de sannolikt vara öppna för både pojkar och flickor. Att enstaka pojkar som också är intresserade får alternativ till de brett erbjudna aktiviteterna som de flesta andra pojkarna deltar i är en bonus. För att få flickor att delta i aktiviteter som i både antal och beteende domineras av pojkar kan däremot slutna grupper för tjejer vara ett alternativ. Det kan vara verksamheter som bara är för flickor, som tjejgrupper på fritidsgårdar eller verksamheten STARKA i Helsingborg där en tjejgrupp tränar på Friskis & Svettis tillsammans.[155] Det kan också vara ett mellanting som Hammarby IFs spontanfotboll, där den första timmen är reserverad för flickor men därefter öppen för alla.[156]

I en intervju med en tolk med arabiskt ursprung problematiserade tolken hur flickor och pojkar delas upp i Sverige. **Hon menade att många ser positivt på att dela upp flickor och pojkar när uppdelningen görs med avstamp i ”svensk kultur och tradition”. Ett exempel på det är då barn som tränar fotboll delas upp i pojk- och flicklag trots att det i unga åldrar inte finns några fysiska skillnader mellan könen. Hon såg också att uppdelningen uppskattas när den efterfrågas**

av ”svenska tjejer”, som vid tjejgrupper på fritidsgårdar eller när gym bygger skilda avdelningar för kvinnor. Däremot, när en anordnare grundar uppdelningen i ”utländska värderingar”, som att religiösa muslimska flickor ska kunna simträna separerat från pojkar, kan reaktionerna bli negativa. Då kan principer lyftas om att flickor och pojkar är lika i Sverige och inte ska delas upp. Tolken menade att anordnare av fritidsaktiviteter behöver grunda sitt beslut om de unga ska delas upp enligt kön eller inte i ett barnperspektiv, istället för i kultur, tradition och värderingar. Om det finns en risk att underrepresenterade grupper exkluderas om gruppen mixas, som med simning, kan de behöva delas upp, men om inte, som fotbollslag för små barn, bör de inte.[157]

27. Utöka verksamheten med andra roliga aktiviteter

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

I både individuella- och lagbundna idrotter är gemenskapen en av de viktigaste faktorerna för att behålla deltagare.[158] Ibland beskrivs det till och med som viktigare än själva aktiviteten: ”kompisarna är aktiviteten – vad de gör är kanske inte superviktigt”.[159] Ett sätt för ledare att uppnå det är att inte bara fokusera på aktiviteten, utan att också frigöra tid för att prata med deltagarna. ”Det är viktigt att sitta ner och prata lite före och efter. Det ökar tryggheten och gemenskapen – tjejerna uttryckte tydligt att de har ett behov av det”, sade fritidsledaren Ida Ekberg som drivit projektet STARKA för ungdomstjejer.[160]

Ytterligare ett sätt att öka sammanhållningen är att ordna roliga aktiviteter utöver den ordinarie verksamheten. **En basketförening beskrev till exempel att de ordnade hemmakvällar och annat som deltagarna i gruppen tyckte var roligt. ”En del av tjejerna är begränsade av föräldrar att göra saker på fritiden. Aktiviteterna blir därmed ett sätt för de att få träffa andra och känna en gemenskap”**.[161]

28. Rekrytera kvinnliga ledare och kvinnliga ledare med utländsk bakgrund

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

En romsk kvinna som jobbade med läxhjälp berättade att en sjuårig romsk flicka en gång frågade henne var läxhjälparna var, varpå hon svarade att hon kunde hjälpa till. ”Du kan inte vara lärare, du är ju rom”, hade flickan svarat. Tidigt hade flickan kopplat ihop läraryrket och kompetens med skandinaviskt ursprung och såg det som en omöjlighet för romer. Exemplet är hämtat från skolan, men gör betydelsen av mångfald och representation tydlig, oavsett verksamhet.

Att ha ledare för en fritidsverksamhet som är kvinnor och har utländsk bakgrund är av högsta vikt för att locka deltagare. **Kanske finns det inget mer effektivt sätt att säga ”flickor kan också idrotta” som att ha kvinnliga tränare i laget, eller ”hos oss tränar flickor med olika bakgrunder, kulturer och religioner – kom du med!” som att på hemsidan välja bilder där både kvinnliga tränare och deltagare har olika etnicitet**.

”Jag tror inte alls att det är något problem att få tjejer att stanna kvar med rätt ledare”, menade en förbundsledare.[162] Sara Nadif, Konyaspor KIF i Stockholm, är ett exempel på en sådan tränare. Hon började som hjälptränare, men ansvarar nu för ett pojklag, ett flicklag och tre kvällar i föreningens spontanfotboll. Hon har blivit en förebild för många tjejer i området – ”äntligen en tjej som tränar ett lag”, hade en sagt.[163] Att kvinnliga ledare inspirerar unga tjejer är uppenbart, men det har också en positiv effekt för samarbetet med deras föräldrar. Till exempel beskrev en basketledare att ”hon och spelarna delar samma kultur vilket gör att föräldrarna känner mindre oro inför att låta deras döttrar spela i klubben”.[164]

29. Inkludera både mammor och pappor

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

När muslimska flickor inte kan delta i en aktivitet finns det en fördom om att det är deras pappor som begränsar dem. Som tidigare förklarat kan föräldrar begränsa flickors deltagande av flera olika skäl, som att aktiviteten är för dyr, att vägen dit är otrygg eller att de ska fokusera på skolarbetet, men i de fall de begränsas av just religiösa eller kulturella skäl är det viktigt att veta att det också kan vara mammorna som vidmakthåller det. Till exempel beskriver en pojke: ”Pappa vill att syrran ska spela fotboll. Mamma och mormor vill ha kvar den tokiga traditionen att hon ska hjälpa till hemma. Men pappa tycker det är bra för hälsan. [165]

För att överkomma detta har flera aktörer som IM intervjuat betonat vikten av att både inkludera mammor och pappor. **För Örebro Multibasketklubb beskrevs förtroendet mellan deras kvinnliga tränare Malika Bouallala och flickornas mammor som en direkt framgångsfaktor. ”För att få med flickorna i föreningen behöver man prata med mammorna och få deras tillit – och alla mammor vet vem Malika är”**, uttryckte Jerker Lindgren från stadens handbollsförening. [166]

Egentligen är det enkelt; i vissa familjer är mammor mer drivande eller skeptiska till fritidsaktiviteter och olika praktiska hinder, och i vissa familjer är det pappor. Oavsett om föräldrarna är födda i Sverige eller utomlands, vilken religion eller kultur de tros tillhöra, är det viktigt att bygga relationer och inkludera båda föräldrarna.

30. Samverkan mellan anordnare, skolor, invandrarföreningar och religiösa samfund

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, invandrarföreningar, religiösa samfund

Genom att anordna fritidsaktiviteter och fokusera på att rekrytera flickor med invandrarbakgrund finns det förutsättningar för en framgångsrik verksamhet. För att öka deltagarantalet och effekterna kan anordnaren koppla ihop arbetet med andra aktörer.

Om anordnare samverkar med skolor för att bedriva sina aktiviteter i deras idrotts- eller musiksalar uppstår många positiva effekter. För föräldrar som begränsar sina döttrars deltagande i fritidsaktiviteter, till exempel för att de känner sig otrygga då aktiviteterna är på kvällstid eller i stadsdelar de inte känner till, kan möjligheten att delta i skolan, direkt efter skoltid, vara nyckeln. Maria Naalisvaara, verksamhetsledare i Jämtland-Härjedalens idrottsförbund, uttryckte effekterna av deras skolsamarbete: ”När vi startade aktiviteter på skolan kom det väldigt många flickor. För på skolan och på dagtid så var det ju okej för föräldrarna. Det var ju otroligt engagemang från tjejerna, de släppte verkligen loss.” [167] I förslag 43 och 44 lyfter vi två tillvägagångssätt för hur samarbetet mellan skolor och föreningar kan se ut.

Två andra aktörer som kan vara värda att inleda ett samarbete med är de invandrarföreningar och religiösa samfund som finns i staden. Till exempel kan en idrottsförening besöka en invandrarförening eller religiöst samfund och presentera sin verksamhet. Det kan både leda till att de kan rekrytera nya deltagare och ledare med viktig språk- och kulturkompetens. Invandrarföreningarna och de religiösa samfunden gynnas å sin sida eftersom deras besökares barn kan påbörja aktiviteter och förbättra sin hälsa, vilket ofta efterfrågas. Idrottsföreningarna, invandrarföreningarna och de religiösa samfunden kan också diskutera viktiga frågor, till exempel vikten av flickors deltagande i fritidsaktiviteter. Södertälje simsällskap inledde ett sådant samarbete och beskrev vilken resurs invandrarföreningarna och de religiösa samfunden är för att nå målgruppen. ”De är extremt betydelsefulla. Dessa [invandrarföreningarna] och prästerna lyssnar de nyanlända till” beskrev en simtränare. [168]

När en startar upp eller ser över sin flickverksamhet är det värdefullt att göra en översyn över potentiella samarbetspartners. Vilka har redan en etablerad kontakt med målgruppen och deras föräldrar? Vilka kan bistå för att sänka trösklarna eller förstärka effekterna?

31. Inspirera unga med hjälp av förebilder

– Fritidsförvaltningar, skolor, idrottsstimulerande aktörer

Sparks Generation och PwC Experience Center gjorde en undersökning om vad unga önskar för att påbörja en ny fritidsaktivitet. Förebilder och att på förhand kunna se videoklipp på aktiviteten var två viktiga faktorer. Med bakgrund av det utvecklades Sparks Generations metod, vilken går till på följande sätt. Sparks Generation väljer ut en fritidsaktivitet, som bågskytte, fäktning eller teater, och förbereder en kampanj. De rekryterar en ambassadör, till exempel Youtube-kändisar som Penny Parnevik, som bjuds in till en förening för att prova aktiviteten. En video från prov-tillfället produceras, vilken laddas upp på Youtube, Instagram och Sparks Generations hemsida. Därefter ansluter sig föreningar som anordnar den specifika aktiviteten och kampanjen inleds. **För ungdomarna (10-16 år) innebär det att de kan se filmen hemma, inspireras och få en uppfattning om hur aktiviteten går till. Efter filmen ser de vilka städer som finns representerade bland de aktiva föreningarna och vilka datum och tider de anordnar nästa provtillfälle. Resultatet har varit en succé – inom de nio första månaderna hade 480 ungdomar kommit till de anslutna föreningarna för att prova aktiviteterna.** [169]

När en vill arbeta med förebilder för att engagera unga är det viktigt att först undersöka vilka förebilder som ens önskade målgrupp har. Till exempel bjöd en skola in gaming-proffset Heaton till en idrottslektion. Han berättade om hur fysisk träning förbättrar ens prestationer i datorspel, vilket ökade engagemanget bland många av pojkarna, men kanske inte lika många av flickorna.[170] Kändisar som Penny Parnevik kan vara förebilder för många tjejer, men vilka tjejer som ser upp till henne kan variera. För att till exempel nå tjejer med invandrarbakgrund behöver en först undersöka vilka som är vanliga förebilder bland den gruppen och vilka de följer på sociala medier.

Ett alternativ är att samarbeta med lokala förebilder. Till exempel kan kommuner anställa en person som målgruppen kan relatera till, till exempel en ung muslimsk kvinna, med uppdraget att stimulera underrepresenterade grupper till fritidsaktiviteter. **Personens arbetsuppgifter kan vara att prova olika aktiviteter i staden, spela in filmer och lägga upp dem på sociala medier. Samtidigt kan hon besöka skolklasser där hon visar några filmer och berättar om fördelarna med att gå på en aktivitet. Utöver det kan hon finnas tillgänglig som en fritidslots så att elever kan kontakta henne för att få hjälp att lära sig hur en hittar och anmäler sig till en aktivitet, få sällskap till prov-tillfällen samt att prata och få råd om de möter motstånd mot intresset inom familjen. Kvinnan behöver inte vara en känd förebild när arbetet inleds, men hon kan bli det**.

Skolor kan också arbeta med förebilder. Genom att identifiera en eller några elever som andra ser upp till och engagera dem i en aktivitet, till exempel genom utökat ansvar på idrottslektioner eller som ambassadörer för en ny rörelse- eller hälsosatsning, kan det sända signaler som engagerar andra elever.

32. Ha tålamod och gör informationsinsatser för uppstart av flicklag

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, fritidsförvaltningar

När nya verksamheter startar och en behöver ett tillräckligt antal deltagare är det viktigt att ha tålamod, beslutsamhet och kreativitet. När Sara Nadif startade Konyaspor KIFs första flicklag kom det två flickor på första träningen, men redan efter två veckor var de 13. När hon drev spontanfotboll på söndagskvällar bara för tjejer var hon inte lika lyckosam. Trots en lång försöksperiod kom det fortfarande få eller inga deltagare, men att ställa in träningarna var inte ett alternativ för Sara.[171]

Om det är svårt att få deltagare till en nystartad flickverksamhet, försök lägga i en extra växel för att rekrytera deltagare. En kan dela ut broschyrer i området, sätta upp affischer på olika språk, besöka skolklasser och SFI-klasser för att informera, samt kontakta andra aktörer som träffar målgruppen som en kan samarbeta med. **Det är statistiskt lika många flickor som vill delta i en idrottsförening som pojkar, så om det är svårt att få deltagare är skälet inte bristande intresse utan något annat. Intervjua både unga och föräldrar från målgruppen – kanske finns det en praktisk faktor som kan ändras eller någon oklarhet som kan förtydligas**.

33. Låt flickor och pojkar träna tillsammans

– Idrottsföreningar

Om en flicka vill börja på en idrott men föreningen i hennes stadsdel endast bedriver pojkverksamhet, hänvisas hon sannolikt till en förening som har flickverksamhet, även om den ligger längre bort ifrån bostaden. Det kan leda till flera problem som kan hindra hennes deltagande, som kostnaden för resorna, osäkerhet över att åka dit själv ifall föräldrarna inte kan följa med, etcetera. En lösning är att bedriva flick- och pojkverksamhet i mixade lag, vilket är ett av Riksidrottsförbundets jämställdhetsmål.[172]

Inom många aktiviteter, som karate, dans, simning och musik, är mixade grupper en självklarhet, men inom andra är uppdelningen cementerad. Inom fotbollen är det bara strax över 1% av lagen där flickor och pojkar tränar tillsammans.[173] Uppdelningen görs redan från 5-6-årsåldern, trots att det är först vid puberteten som fysiska skillnader mellan könen uppkommer.[174] Denna uppdelning tenderar att missgynna flickor. En del föreningar bedriver nämligen gemensam knatteverksamhet för båda könen, men delar därefter upp dem. På grund av ett otillräckligt underlag för flicklag innebär det för många föreningar i praktiken en satsning på pojkverksamhet, medan flickorna exkluderas.

Det finns flera fördelar med att öppna upp lagen för pojkar och flickor. Till exempel skapar föreningars brist på halltid en konkurrenssituation mellan pojk- och flicklag, där flicklag har missgynnats genom att få sämre träningstider än pojkar. I och med att barnkonventionen 2020 blev svensk lag är det inte längre tillåtet, vilket kan göra att föreningar behöver omfördela träningstiderna från pojk- till flicklag.[175] Att mixa lagen kan vara en lösning för att säkra barns lika rätt till goda träningsvillkor, utan att försämra pojklagens nuvarande förutsättningar. Utöver detta kan blandade lag utvecklas bättre. ”Killarna var mer tekniska, kunde dribbla bättre, men tjejerna låg längre fram i spelmognad. Deras passningsspel var bättre. De kompletterade varandra riktigt bra”, har en ledare berättat om sitt mixade fotbollslag för 15-åringar.[176]

Så länge ett lag ingår i ett seriesystem för pojkar finns det inga hinder för att ha både pojkar och flickor i laget.[177] Skulle förändringen leda till att laget vinner färre matcher än tidigare spelar det sannolikt ingen roll, eftersom bara 3% av unga i åldern 10-15 år tränar för att vinna, medan 85% gör det för att ha roligt.[178]

34. Blanda åldrar i samma lag

– Idrottsföreningar

För föreningar som vill få tillräckligt med underlag för ett flicklag, men utan att rubba könsuppdelningen, finns det också en möjlighet att släppa åldersuppdelningen. Gör åldersskillnaden så stor som det krävs för att få ett tillräckligt underlag av flickor för att kunna starta ett lag. I takt med att fler kommer till föreningen kan det delas upp till fler lag. Exempel på föreningar som gjort detta är Stattena IF i Helsingborg som har ett lag för flickor 11-13 år och FC Rosengård i Malmö för 15-17 år.[178,180] **Om en förening skapar en flexibilitet inom både kön och ålder, så att en 7-årig flicka kan träna tillsammans med sin 8-åriga bror, kan det underlätta ytterligare för familjer och öka inkluderingen ännu mer. Dela inte upp lag enligt kön och ålder för att det brukar vara så, utan forma organisationen utifrån vad som gynnar de unga mest.**

3. BRIST PÅ FRITIDS-AKTIVITETER I SOCIOEKONOMISKT UTSATTA STADSDELAR

Att det är stor skillnad mellan ungas deltagande i fritidsaktiviteter i olika stadsdelar är välkänt. Bland flickor i mellanstadiet i Helsingborg är det hela 45% fler som deltar i föreningslivet i det mest aktiva området (70%) i jämförelse med det minst aktiva (25%). Motsvarigheten för pojkar är 32% (85% respektive 53%). [181] Ibland kallas socioekonomiskt utsatta områden också för föreningssvaga områden.

En av förklaringarna kan vara att det i socialt och ekonomiskt utsatta stadsdelar finns ett lägre utbud av organiserade aktiviteter. Varför det är så kan bero på flera faktorer. Ett skäl kan vara om det inte finns logistiska förutsättningar som lämpliga lokaler eller planer. Ett annat att den ekonomiska osäkerheten kan vara större, eftersom föreningar baserar en stor del av sin ekonomi på medlemsavgifter och nästan hälften av ungdomar i lågstatusområden kommer från familjer med små eller ganska små ekonomiska resurser (att jämföra med 10% i högstatusområden). [182,183]

”I de här områdena finns det sällan några föreningar, och finns det, så är det alltid fotboll”, uttryckte Jerker Lindgren, ordförande i handbollsföreningen Örebro SK. [184] Därmed är det inte bara viktigt att driva fritidsaktiviteter i områdena, utan också att ha en variation av aktiviteter som kan engagera unga med olika intressen. Naturligtvis kan inte hela utbudet av aktiviteter finnas i alla stadsdelar – deltagande i en fritidsaktivitet kan kräva transport dit verksamheten bedrivs. För det har familjers socioekonomiska status stor betydelse, då föräldrar med bil, god ekonomi och kanske flexibla arbetstider kan skjutsa deras barn oavsett var och när aktiviteten och dess kringaktiviteter som tävlingar och läger bedrivs. Unga vars föräldrar inte har bil, med kvälls- eller oregelbundet skiftarbete, extrajobb på helger, etcetera, kan istället få åka till och från aktiviteten på egen hand. Det är förknippat med en otrygghet som på egen hand kan förhindra deras deltagande.

Även om föräldrar kan följa med sitt barn till dess aktivitet kan kollektivtrafiken vara ett hinder. Boende i ett av Helsingborgs lågstatusområde vittnade om att en viktig busslinje hade dragits in och letts om till ett nybyggt högstatusområde, vilket försvårade deras resande. [185] Föräldrar berättade också om att de kan ha svårt att resa med buss på grund av kostnaden. Priset för en vuxen- och en barnbiljett, tur och retur, är cirka 80 kronor per tillfälle, vilket blir 640 kronor per månad, om aktiviteten är två gånger per vecka. [186] Oavsett val av färdmedel är det förenat med en kostnad, logistik och restid för att få fritidsaktiviteten att fungera i vardagen. **Ju fler aktiviteter som erbjuds i närområdet, desto billigare och mer lättillgängligt blir det att delta**.

Att delta i en fritidsaktivitet i en avgränsad grupp, som i en förening, kan ha flera fördelar. När de unga träffar samma deltagare och ledare vid varje aktivitetstillfälle kan de bygga goda relationer, skapa sammanhållning och ledarna kan följa upp de som inte kommer. Dock är inte skalan mellan inaktivitet och medlemskap definitiv. **Studier har visat att det viktigaste för unga är att de är aktiva på sin fritid, i motsats till passiva.** [187] **Därför kan en aktiv fritid också gå via lättillgängliga aktivitetsformer som inte har avgifter eller krav på medlemskap. Sådana aktiviteter kan lägga grunden för ett engagemang som på sikt kan leda till en fortsättning i till exempel en förening eller kulturskola**.

”Allt finns ju i centrum.
Där finns dans,
volleyboll, badminton.
Här finns ingenting” [188]

Flicka, 13 år

35. Gå samman till en stor förening med flera olika aktiviteter

– Idrottsföreningar

Om det finns intresse för att starta olika aktiviteter i ett föreningssvagt område kan det vara en idé att bilda en stor förening som erbjuder flera olika aktiviteter, istället för att starta en förening per aktivitet. På så vis finns det ett större underlag för att rekrytera styrelsemedlemmar, det blir en ökad ekonomisk stabilitet, det administrativa arbetet görs för en förening istället för flera, och vid plötsliga avhopp kan ledare stötta upp i andra verksamheter. För deltagarna innebär upplägget att de får möjlighet att utöva flera av de olika aktiviteterna eller byta mellan dem utan att betala dubbla medlemsavgifter. Dessutom blir föreningen en större och mer välkänd aktör som får större tillit från föräldrarna och större påverkansmöjligheter.

36. Aktivt stöd till nystartade föreningar

– Fritidsförvaltningar

I föreningssvaga områden finns det en stor potential att bilda nya föreningar. De kan dock behöva mer stöd från kommunen än andra, till exempel med kompetens om hur en bildar och driver en förening. Under det första året kan också ett utökat ekonomiskt föreningsbidrag vara värdefullt. Det kan ge nystartade föreningar en möjlighet att köpa in utrustning och etablera föreningen under tiden som medlemsantalet ökar och ekonomin stabiliseras.

En som förordar ett utökat och aktivt stöd till nystartade föreningar är Örnsköldsviks fritids- och föreningslots Leif Nilsson. ”Det står i dokument att man ska jobba med integration och inkludering och det finns skolidrottshallar i områdena, men om man inte aktivt avsätter halltid för nya integrationsverksamheter och föreningar från området så händer inget, för all tid bokas upp av etablerade föreningar, ofta från helt andra områden”, reflekterade han.[189] **För att se till att föreningar från socioekonomiskt utsatta områden får tillgång till idrottshallar i deras områden, och inte konkurreras ut av föreningar från andra delar av staden, kan fritidsförvaltningar behöva omfördela halltiderna. Det kan till exempel göras genom att förvaltningen identifierar hallar i utsatta områden och ger föreningar som vill bedriva verksamheter för boende i området förtur i bokningen**. För att nyttja hallar som ibland står tomma skulle föreningar som vill bedriva verksamheter för unga kunna hyra dem utan kostnad.

37. Samarbete mellan etablerade och nystartade föreningar

– Idrottsföreningar

Stödet till nystartade föreningar kan också komma från etablerade föreningar. Ett exempel var då en etablerad förening som hade tre stående bokningar på halltid i veckan valde att ha fysträning utomhus en gång per vecka, för att kunna upplåta den tiden till en ny förening som nyanlända ungdomar hade startat. Ytterligare ett förslag är att skapa ett utbyte mellan föreningarna. Till exempel kan en ledare från en nystartad förening få vara med på en etablerad förenings träningar, och spelare från den etablerade som varit skadade kan återuppta träningen i den nystartade. Att omfördela resurserna behöver inte påverka etablerade föreningar särskilt mycket, men kan vara helt avgörande för de nystartade.

38. Kostnadseffektiva gatuaktiviteter

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Genom att bedriva aktiviteter i gatumiljö uppkommer flera fördelar. Ett väletablerat exempel är GAME – en ideell gatuidrottsorganisation som bedriver verksamhet över hela Danmark. Där

utbildas frivilliga ungdomsledare för att vara förebilder i utsatta stadsdelar och ledare inom olika aktiviteter. För att bli medlem betalar de unga ett engångsbelopp om 50 kronor per år och får därefter fri tillgång till aktiviteter på 33 GAME-zoner och fyra större GAME Streetmekka-anläggningar. Utbudet varierar lokalt men det finns till exempel fotboll, basket, dans, tennis, rap-coachning, DJ-skola, parkour och yoga – allt tillgängligt utan krav på anmälan eller utrustning.[190]

Gatuaktiviteter kan bedrivas i olika skalor, till exempel kan eldsjälar eller en enskild aktör starta det som ett lokalt initiativ via Facebook. Oavsett omfattning är vinsterna med gatu-aktiviteter de samma – eftersom de inte behöver bilda administrativa föreningar eller begränsas av fullbokade och kostnadsbelagda lokaler uppstår en stor flexibilitet och möjlighet att ha det kostnadsfritt.

39. Organiserad och varierad spontanidrott

– Fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer

Cityidrott i Landskrona och Svalöv bedriver aktiviteter för barn 6-12 år, direkt efter skoltid, på 14 olika platser, ofta i skolors idrottshallar. Cityidrott koordinerar insatserna där kommun och näringsliv bidrar med finansiering, skolor med lokaler och föreningar med aktiviteter. Medlemskapet kostar 50 kronor per år och ger fri tillgång till alla aktiviteter, som dodgeball, promenader, innebandy, boule, ridning, dans samt ”lek och spring”. Föreningarna gör goda insatser för barnen och får fler medlemmar. Till exempel hade bouleföreningen i Landskrona ingen ungdomsverksamhet före deltagandet, men är nu en av landets största bouleföreningar för ungdomar.[191]

40. Engagera flera för aktiviteter på fritidsgårdar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, privatpersoner

Fritidsgårdar vill gärna ha ett brett utbud av aktiviteter. Om en individ eller förening har kompetens inom en aktivitet, kan den kontakta en fritidsgård och be att få anordna aktiviteten för besökarna en gång i veckan. Ibland har fritidsgårdar utrustning som kan användas, som bord tennisbord, ibland kan en ha med egen utrustning, som för att starta en kurs i flugfiskebindning, och ibland ligger det i anslutning till en skola, varpå rektorn kan kontaktas för att få tillgång till idrottssalen. En kan också starta aktiviteter på fritidsgårdar som kräver lite eller ingen utrustning, som teckning eller en kurs i fotografi med mobilkamera. Tänk också på att aktiviteter kan utgå ifrån fritidsgården, men inte nödvändigtvis behöver bedrivas där, till exempel om en löparförening startar kostnadsfri löpträning för ungdomar, som startar och slutar på fritidsgården. Vilken aktivitet skulle du kunna anordna?

41. Mobil fritidsgård

– Fritidsförvaltningar

En mobil fritidsgård kan ibland utgå ifrån en bestämd lokal, men anordnar framför allt aktiviteter på andra platser i staden. Det kan till exempel vara i olika föreningars lokaler, ridhus eller på offentliga platser. En kommun ordnade en mobil fritidsgård genom att bygga om en buss och köra den till olika hållplatser på bestämda tider, likt en biblioteksbuss. Det mobila upplägget har flera fördelar. Den är flexibel genom att ledarna kan anordna aktiviteter som deltagarna efterfrågar och genom att fritidsgården kommer till en plats närmre bostaden kan otryggheten minska.[192]

För att locka ungdomar är det nödvändigt att anordna aktiviteter som de efterfrågar. När Umeå kommun startade sin mobila fritidsgård inledde de med en omfattande enkätstudie i utvalda högstadieskolor och skapade aktiviteter som de efterfrågade – i deras fall arrangör och ledarskap,

inredning och design, hbtq och motorsport.[193] I Västervik innebar det till exempel bågskytte, tv-spelskvällar, nattinnebandy och ridning. Ytterligare en viktig faktor är kommunikationen med deltagarna. I Västervik använde de till exempel aldrig affischer utan spred all information via sociala medier, som Instagram och Snapchat. För många av deltagarna var det just det de kopplade till begreppet mobil fritidsgård, att fritidsgården var tillgänglig via mobilen.[194]

42. Utökad idrottsundervisning i skolan

– Skolor, politiker på nationell och kommunal nivå

För de som inte är aktiva i en fritidsaktivitet är skolans idrottsundervisning särskilt viktig. Idrottsundervisningen stimulerar elevernas vilja att röra på sig och är för många ungdomar de enda tillfällena då de är fysiskt aktiva.[195] Dessutom kan idrottsundervisningen visa på utbudet av aktiviteter och uppmuntra till ett fortsatt engagemang på fritiden.

För att öka mängden idrottsundervisning i skolor kan det genomföras satsningar på såväl nationell politisk nivå som på enskilda skolor. **Två exempel på det senare är Stanstorpsskolan i Staffanstorp och Hagabergsskolan i Västerås som anställt ytterligare en idrottslärare, fördubblat idrottsundervisningen, infört 20 minuters pulshöjande aktivitet innan morgonens första lektion samt kopplat idrottsundervisningen till andra ämnen och skollunchen**[196,197,198] Effekterna av ökad rörelse i skolan kan ses i Bunkeflomodellen, vilken baseras på daglig fysisk rörelse i skolan och har bedrivits sedan 1999. Resultaten visar att 7% fler i interventionsgrupperna uppnår gymnasiebehörighet och 40% fler får god motorik, i jämförelse med kontrollgrupperna.[199] Politiker, skolor och anordnare av fritidsaktiviteter har alla mycket att vinna på ökad samverkan och ökad fysisk aktivitet i skolan.

43. Öppna fritidsaktiviteter på skolan

– Skolor, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, ideella sociala aktörer, idrottsstimulerande aktörer

Att bedriva fritidsaktiviteter i skolans lokaler och i direkt anslutning till skoldagens slut kan vara en framgångsrik metod för att nå unga som inte är aktiva på sin fritid. **Vilken aktör eller förening som anordnar fritidsaktiviteterna är för många föräldrar sekundärt – bara faktum att det bedrivs på skolan är en kvalitetsstämpel som får både föräldrar och barn att känna sig trygga. Dessutom är aktiviteter som bedrivs på skolan ofta gratis, det är lättillgängligt, ingen pendling krävs och eftersom det är på dagtid upplevs säkerheten högre. Flera aktörer intygar att fritidsaktiviteter som bedrivs på skolan leder till ökat deltagarantal och ökad andel flickor – även om det är en annan aktör än skolan som anordnar det.**

Ett enkelt exempel är från Rejmyre skola i Finspång, där idrottsläraren öppnade idrottssalen efter skoltid två eftermiddagar i veckan för fria aktiviteter, med idrottsläraren eller en elevcoach på plats.[200] ”Vi når elever som annars är svåra att nå för fritidsaktiviteter”, sade kuratorn.[201] Öppna aktiviteter kan också bedrivas i samverkan med andra aktörer. I Malmö bedriver Rädda Barnen, Skåneidrotten, skolor och föreningar DOIT, vilket går ut på att föreningar bedriver aktiviteter i skolans idrottshall under skoltid, efter den sista idrottslektionen. Deltagarna kan ta del av ett rullande schema – måndagar taekwondo, tisdagar dans, onsdagar basket, etcetera.[202,203] Även tiderna på aktiviteter på skolan kan variera. Till exempel tog Helsingborgs fritidsförvaltning på sig ansvaret att anordna pulshöjande aktiviteter före skoldagen på en skola, klockan 07,15 en dag per vecka.[204]

44. Medlemsbaserade fritidsaktiviteter på skolan

– Skolor, idrottsföreningar, idrottsstimulerande aktörer

Det föregående förslaget avser öppna aktiviteter där unga kan delta utan anmälan och kostnad. Ett annat förslag för skolor och föreningar är att samverka för att anordna medlemsbaserade föreningsaktiviteter.

Skolors idrottshallar brukar vara knutna till kommunens hallbokningssystem. I många städer är det konkurrens om tiderna, vilket gör det svårt för nystartade och mindre föreningar att boka tider i hallarna – även om de vill bedriva aktiviteter för unga från området. Genom att föreningar samarbetar direkt med skolor kan det trots det finnas en möjlighet att få tillgång till idrottssalen, varje dag, helt kostnadsfritt. Kommunens hallbokningssystem brukar nämligen ta vid efter skoltid, formellt klockan 17. Samtidigt kan skolans sista idrottslektion sluta omkring klockan 15. Det innebär att det finns ett glapp på ungefär två timmar då hallen står oanvänd och inte går att boka. Med rektorns tillåtelse kan däremot föreningar som vill driva fritidsaktiviteter för skolans elever få tillträde till hallen, totalt fem olika föreningar per vecka. **Genom detta samarbete får föreningarna en kostnadsfri lokal, medlemmar, samt en möjlighet att lotsa vidare medlemmar till deras ordinarie verksamhet. Skolan får å sin sida fler elever i fysisk aktivitet vilket förbättrar skolmiljön och resultaten**.

I motsats till de öppna aktiviteterna innebär det medlemsbaserade förslaget att deltagarna, precis som i vanliga föreningsaktiviteter, blir medlemmar i en förening, betalar avgift och bildar en avgränsad och återkommande träningsgrupp. För att alla ska kunna delta behöver föreningarna hålla nere avgifterna till en symbolisk summa och inte kräva någon utrustning mer än vad skolans idrottsundervisning kräver. Om föreningar kan nyttja lokalen i två timmar är ett förslag att dela upp tiden i två timmeslånga pass, uppdelat efter ålder.

45. Bilda en skolidrottsförening

– Skolor

Om det finns få föreningar i ett bostadsområde kan elever bilda en egen så kallad skolidrottsförening (Skol-IF). I anslutning till skoldagen idrottar eleverna i organiserade former, men på egna villkor, vilket skapar en enkel, rolig och billig fysisk aktivitet. Deltagarna kan gå utbildningar i föreningskunskap och tränas i demokratiska processer. Enkla instruktioner och mallar för den administrativa delen för att bilda och driva en förening finns på förbundets hemsida. Eleverna driver föreningen själva, men med vuxenstöd. Därför är det viktigt att rektorn tillsätter resurser i form av att en idrottslärare eller fritidsledare får i uppdrag att i sin tjänst stötta föreningen och bistå vid träningarna. Det finns cirka 1300 skolidrottsföreningar i landet med totalt 150 000 medlemmar.[205]

46. Ge alla elever en stimulerande musikundervisning i skolan

– Skolor, politiker på kommunal nivå

Skolans musikundervisning är viktig eftersom ”eleverna utvecklar kunskaper som gör det möjligt att delta i musikaliska sammanhang” och får kunskap om ”hur instrumenten låter och ser ut”.[206] Det är i skolan som många får chansen att bekanta sig med instrument och finna ett intresse som kan leda vidare till ett engagemang på fritiden. Skolinspektionens granskning från 2011 visade dock att kvalitén på landets musikundervisning varierar stort. Till exempel fann de det vanligt att elever i årskurs 1-5 har musikundervisning i sina klassrum utan tillgång till instrument.[207] **För skolor är det av högsta vikt att tillhandahålla en stimulerande musikundervisning, som kan inspirera eleverna att fortsätta intresset på kulturskolan.** För elever vars föräldrar inte musicerar

eller uppmuntrar dem att spela ett instrument på fritiden och som inte heller får prova det i skolans musikundervisning är nämligen sannolikheten för att de på egen hand söker in till kulturskolan mycket låg.

47. Gratis volontärbaserad musikkurs efter skoltid

– Skolor, privatpersoner, kulturskolor, ideella sociala aktörer

Om stadens kulturskola inte bedriver individuell undervisning ute på skolorna och det finns elever som inte kan ta sig till kulturhuset finns det en möjlighet att bedriva volontärbaserad musikverksamhet efter skoltid. Många som har musikkompetens kan finna glädje i att som volontär lära ut det till unga. Det kan till exempel vara studenter, pensionärer, arbetssökande eller yrkesaktiva med flexibla arbetstider. Skolan kan bidra med tillgång till deras musiksal, på lunchtid eller direkt efter skoltid, och skolans ordinarie musiklärare kan förbereda lektionsupplägg och övningar. Genom att uppdraget är volontärt blir musikundervisningen kostnadsfri för eleven. **Detta är ett förslag på samverkan mellan offentlig och ideell sektor som på ett konkret sätt ökar ungas tillgång till kultur och en chans att utvecklas inom sitt intresse**.

48. El Sistema

– Kommuner

Musikprogrammet El Sistema är en framgångsrik metod för att engagera ett stort antal unga i socioekonomiskt utsatta stadsdelar. Det startades 1975 i Venezuela och finns idag i 70 länder. I Sverige bedrivs verksamheten i 40 stadsdelar och involverar 10 000 unga med 40 000 familjemedlemmar.[208] Programmet kan anpassas för både små barn och ungdomar – i Angered/Hammarkullen i Göteborg, där El Sistema startade i Sverige, går till och med förskolebarnen på stråk, blås och körsång 2-3 gånger per vecka.[209] El Sistema är en inkluderande verksamhet, utan krav på förkunskaper, och alltid till låga, eller inga, kostnader.[210,211] Verksamheten bedrivs i grupp och utvecklar deltagarna och deras familjer tillsammans.[212] Totalt kostar det cirka 1,5 miljon kronor per år att bedriva El Sistema, vilket beskrivs som ”en av de viktigaste insatserna för integration”.[213,214] Vilka som finansierar och genomför El Sistema är olika på de 27 orterna, men grundar sig i samverkan mellan aktörer som skolan, kulturskolan, socialförvaltningen, arbetsmarknadsförvaltningen och deras nämnder samt kommunala bostadsbolag och lokala symfoniorkestrar.[215]

49. Öka mångfalden i kulturskolans utbud

– Kulturskolor

Att kulturskolan domineras av barn till välutbildade föräldrar och föräldrar som själva gått på kulturskolan är välkänt.[216] ”Vi måste helt enkelt försöka locka fler barn genom att bredda utbudet”, sade Monica Lindgren, professor och särskild utredare för Kulturskoleutredningen.[217] **Genom att variera utbudet till instrument från andra kulturer kan mångfalden öka, både bland ledare och deltagare. Ett exempel på detta är kulturskolan i Sandviken som bedriver undervisning i saz, där elever både lär sig att spela låtar från mellanöstern och klassiska svenska barnlåtar.**[218] Dessutom finns det möjlighet att bredda kulturskolan med andra former av kulturverksamhet, som film, cirkus, DJ och fotografi/mobilfotografi.[219]

50. Kör bussar mellan målgruppen och aktiviteten

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, idrottsstimulerande aktörer, fritidsförvaltningar

I Örnsköldsvik finns två exempel där föreningar fått ekonomiskt stöd från Västernorrlands idrottsförbund för att kunna leasa en minibuss, vilket möjliggjort målgruppens deltagande. Den första var en förening som dagligen körde en fullsatt minibuss mellan inomhushallarna i centrum och ett asylboende två mil utanför. En fördel för den föreningen var att de också kunde använda minibussen på helgerna då medlemmarna i föreningens ordinarie verksamhet skulle tävla. Den andra var en brottarförening som körde asylsökande ungdomar mellan bostadsorten Örnsköldsvik och föreningens ort Husum, 30 minuter därifrån. Flera av ungdomarna hade flera års erfarenhet av idrotten från sitt hemland och var ett stort tillskott till föreningen.[220]

I Helsingborg använde stadens fritidsförvaltning minibussar för att hjälpa unga att komma till stadens aktivitetshus Tryckeriet. En del besökare kunde ta sig dit själv eller bli skjutsade av sina föräldrar, medan andra inte kunde det. **Fritidsledarna bestämde specifika upphämtningstider på ett antal stationer runt om i staden där de både hämtade och lämnade deltagarna. Insatsen var uppskattad av många, men särskilt flickor under vinterhalvåret. ”När kvällarna var ljusare var det fler som tog sig dit [till aktivitetshuset], men när det var mörkt kom de till minibussarnas mötesplatser”, berättade en fritidsledare.**[221]

51. Låna ut cyklar till medlemmar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Ytterligare ett sätt att underlätta för deltagare som annars har svårt att ta sig till en aktivitet är att ordna cyklar som deltagarna kan låna.[222] Cyklarna kan antingen köpas in, doneras av cykelföretag eller av andra deltagare i verksamheten som vuxit ur sina. Inför utlåningen kan ett symboliskt kontrakt undertecknas där deltagaren förbinder sig att förvara, låsa och använda cykeln för rätt syfte samt återlämna den om medlemskapet avslutas.

4. SVÅRIGHETER ATT LOKALISERA OCH ANMÄLA TILL EN AKTIVITET

Många föräldrar vill anmäla sina barn till en aktivitet, men vet inte hur de praktiskt ska gå tillväga. ”Varje gång jag har informationsmöte är det en tredjedel som efterfrågar aktiviteter till deras barn”, sade en tjänsteperson som brukade hålla informationsmöten för nyanlända föräldrar. Samma bild målas upp om nyanlända ungdomar.[223] **Samtidigt som målgruppens okunskap hindrar dem från att påbörja en önskad aktivitet behöver många svenskfödda föräldrar bara tio minuter på internet och ett telefonsamtal till ledaren för att hitta all nödvändig information och boka ett provtillfälle åt deras barn**.

I en studie om nyanlända ungdomar som påbörjat en fritidsaktivitet i en förening visade det sig att 95% av dem hade gjort det efter att själva ha tagit kontakt med föreningen (49% på egen hand, 15% med hjälp av skolpersonal, 15% av kompisar, 8% av familjen, 5% av boendepersonal och 3% av god man). Endast 5% av dem hade blivit medlemmar efter att en förening kontaktat dem, till exempel genom att besöka deras skola eller HVB-boende och informera om sin verksamhet. Utöver att föreningar sällan tycks ta initiativ för att rekrytera deltagare från målgruppen finns det vittnesmål från ungdomar som på olika sätt kontaktat föreningar för att börja, utan att få någon respons. En medlem har berättat: ”Det är svårt att få kontakt med föreningarna och det gör att många som var intresserade börjar tappa hoppet. Jag vill att det inte blir så. Jag tycker att föreningarna ska göra det lättare för dom som är nyanlända”.[224]

Även om en ungdom eller förälder identifierar en verksamhet och får kontakt kan anmälningsprocessen vara ett hinder i sig. En pappa berättade att hans dotter ville börja simma, varpå de åkte till simhallen för att registrera henne. Väl där fick de veta att anmälan bara kunde göras online. På en svenskspråkig hemsida skulle han förregistrera ett konto, läsa sig till vilken av de tolv simgrupperna som var rätt nivå för barnet, och fyra månader senare vara redo då platserna för kommande termins simning skulle släppas på ett specifikt, men outtalat, klockslag. Det var ett år före han kom i kontakt med Aktiv Fritid och flickan hade ännu inte börjat simma. En annan pappa berättade att hans pojke ville börja spela fotboll, så de åkte till fotbollsträningen och började prata med en tränare som pratade samma språk – pojken var med redan nästa träning. Naturligtvis skiljer sig förutsättningarna åt mellan olika aktiviteter, men för att alla ska ha samma möjligheter att delta är det av högsta vikt att anordnare av fritidsaktiviteter har enkel och lättförståelig information och anmälningsprocesser.

Ibland gör en kommun satsningar på fritidsaktiviteter som är öppna för alla, som till exempel läger- eller lovverksamheter. Dock kan det finnas faktorer som gör att aktiviteten fortfarande domineras av unga med svenskfödda föräldrar medan nyanlända och familjer med invandrarbakgrund inte ens nås av informationen om att de finns. I Aktiv Fritid skedde det till och med att unga önskade en specifik aktivitet som kommunen anordnade kostnadsfritt, utan att de unga eller deras föräldrarna visste om det. Att rikta extra insatser, till exempel för informationsspridning och anmälan, för att inkludera unga från underrepresenterade grupper är därför nödvändigt för att jämna ut förutsättningarna. Proportionell universalism kallas det, det vill säga att rikta åtgärder åt alla, men i stigande grad mot de mest utsatta, för att säkerställa att insatserna inte bara utnyttjas av de mest priviligierade och därmed bidrar till att utöka ojämlikheten.[225]

”Jag vill börja och träna i volleyboll och i gymnastik, fast jag vet inte hur jag ska hitta förening” [226]

Flicka, 17 år

52. Fritidslots/föreningslots

– Fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer, ideella sociala aktörer

”Det finns en blindhet om hur svårt det är att anmäla barn”, reflekterade fritids- och föreningslotsen Leif Nilsson. ”För oss är det helt självklart med elektronisk anmälan etc, men för en nyanländ kan det upplevas konstigt att man inte kan anmäla sitt barn till simning i simhallen”.[227] En lösning på problematiken är just fritids- och föreningslotsar. De ger praktiskt stöd till familjer som vill påbörja en aktivitet, till exempel genom att hitta en förening, anmäla och följa dem till aktiviteten. Arbetet kan bedrivas på olika sätt. Det kan vara en kommun som tillsatt en lotstjänst med interna eller externa medel och det kan vara en ideell organisation, likt IM eller Rädda Barnen, som ingått avtal med en myndighet eller beviljats projektmedel från annan finansiär. I vissa verksamheter utför tjänstepersoner uppdragen och i andra är det volontärer, i vissa får familjen sällskap till ett provtillfälle och i vissa vid så många tillfällen som den unga och föräldern anser sig behöva.

En föreningslots kan ta emot uppdrag från andra som träffar målgruppen, som i Aktiv Fritid där kommunens barnhandläggare anmäler uppdrag till IM. Det kan också bedrivas som i Lund där kommunen och basketföreningen IK Eos startat ett uppsökande resursteam där medarbetare med rätt språkkompetens aktivt söker upp nyanlända som står långt ifrån en aktiv fritid och arbetar för att engagera dem i stadens kultur-, idrotts- och föreningsliv.[228] **”De [kommuner] som har haft en sådan tjänst kan vi se har haft större framgång med att få nyanlända till föreningarna”, sade Håkan Melker på Västernorrlands idrottsförbund, då fem av distriktens sju kommuner hade tillsatt en föreningslots**.[229]

53. Fritidsutbildade stadsdelsmammor

– Kommuner, ideella sociala aktörer

Stadsdelsmammor är ett koncept som utvecklats i Tyskland, drivits i Helsingborg sedan 2014 och därefter i flera svenska städer. Verksamheten kan både organiseras av en kommun (internt eller externt finansierat) eller genom stadsdelsmammorna själva i en egen förening.[230]

I Helsingborg startades Stadsdelsmammor som ett projekt och då genomgick kvinnorna ett utbildningsprogram. Det gav dem nödvändig kompetens för att kunna vägleda invånarna i frågor om till exempel anmälan till förskola och skola, kontakt med myndigheter, att skapa nätverk i stadsdelen, hälsa och fritidsaktiviteter. Om kommuner som organiserar verksamheten eller den enskilda föreningen kan se till att kvinnorna har god kunskap om fritidsrelaterade frågor, som hur föreningsliv och kulturskola fungerar, provtillfällen, anmälan samt vanliga hinder och lösningar, kan de agera som fritidslotsar. Det kan göra att många invånare i staden, som andra tjänstepersoner kan ha svårt att nå, kan få det stöd de behöver för att barnen ska kunna påbörja en aktivitet.[231]

54. Utöka samhälls- och hälsokommunikatörernas uppdrag till praktisk fritidshjälp

– Kommuner, Länsstyrelser, ideella sociala aktörer

Kommuner är ansvariga för att tillhandahålla samhällsorientering till nyanlända vuxna, vilket i vissa kommuner utökats till samhälls- och hälsokommunikation.[232,233] De samhällskommunikatörer som undervisar har ett stort förtroende hos målgruppen, då de har samma ursprung som deltagarna, och samtidigt stor kompetens om det svenska samhället.

För att maximera effekten av samhällsorienteringen kan kommuner och Länsstyrelser samverka med andra aktörer och projekt så att kommunikatörerna, utöver sitt informationsuppdrag, kan få extra tid för att ge praktisk hjälp att hjälpa deltagarnas familjer till fritidsverksamheter. I nordöstra Skåne har detta genomförts med framgång då samhälls- och hälso-

kommunikationen gått in som samverkanspart i ett projekt som Östra Göinge kommun och Studieförbundet Bilda driver. Därigenom har kommunikatören kunnat dela sin tjänst mellan samhällsorienteringens informationsuppdrag och projektets praktiska insatser, vilket gjort att föräldrarna kunnat få den teoretiska kunskapen om föreningslivet och det praktiska stödet för att börja i en förening av samma person.[234]

55. Drop in-fritidshjälp

– Kommuner, ideella sociala aktörer, idrottsstimulerande aktörer

Ytterligare ett förslag för att tillgängliggöra nödvändig information för målgruppen är att starta en drop in-aktivitetshjälp. På en bestämd tid varje vecka slår aktören upp ett bord i en miljö där målgruppen befinner sig, som på en SFI-skola, och sprider information om möjligheten att få hjälp med fritidsaktiviteter. Det kan till exempel handla om att få hjälp med att ta fram kontaktuppgifter till en lämplig verksamhet i närheten av bostaden, visa hur en anmäler sitt barn på anordnarens hemsida, eller att ställa en generell fråga om en aktivitet.[235]

Många kommuner har ett kontaktcenter där kommuninvånare kan få vägledning och hjälp inom olika områden. Det är ofta en fysisk plats, men kan också vara kopplat till ett telefonnummer eller en chattfunktion via stadens hemsida. **Genom att säkerställa att kommunvägledarna på kontaktcentret har kompetens om stadens fritidsutbud samt att formulera servicen som en del av deras uppdrag, kan invånarna få tillgång till drop in-fritidshjälpen därigenom**. I en chatt med en kommunvägledare frågade IM var ett barn kunde börja spela schack varpå kommunvägledaren både gav information om den lokala schackklubben och om en fritidsgård som anordnade kostnadsfria schackkvällar. Det är en fantastisk service som alla kommuner tjänar på att tillhandahålla, men som vanligt är det viktigt att genomföra kommunikationsinsatser så att fler känner till att möjligheten finns.

56. Fritidsansvarig skolpersonal

– Skolor

De ovan nämnda förslagen kretsar kring föräldrar som söker information åt deras barn, men som presenterat i kapitlets inledning är det bara 8% av nyanlända ungdomar som påbörjar en föreningsaktivitet efter att ha fått hjälp från sin familj. 15% uppgav å andra sidan att de fått hjälp av skolpersonal.[236] Dock varierar tillgången till hjälp mellan olika skolor och lärare.

Ett förslag som säkerställer att alla unga har tillgång till information om deras önskade fritidsaktiviteter är att det på varje skola finns en i personalen som är fritidsansvarig, till exempel idrottsläraren eller en fritidsledare. Alla elever kan då veta att om de är intresserade av att påbörja en aktivitet och vill ha information om hur de kan gå tillväga för att börja är det den personen som är behjälplig. På samma sätt kan andra aktörer veta att det är den personen som i första hand ska kontaktas för att diskutera potentiella rörelse- eller hälsosamarbeten med skolan, vilket i sin tur avlastar rektorn. Med hänvisning till tidigare förslag om representation och signalvärde till flickor är det en fördel om den fritidsansvariga är en kvinna.

57. Föräldrar kan bilda en grupp och samarbeta för deras barns aktiviteter

– Privatpersoner, tjänstepersoner som möter målgruppen, ideella sociala aktörer

Om en förälder har ett barn som vill påbörja en fritidsaktivitet, men föräldern inte vet hur en gör för att hitta aktiviteten och anmäla, är det lätt att känna sig ensam. Ett förslag är att samla andra föräldrar som kan vara i en liknande situation där de kan hjälpa varandra. Tillsammans kan

föräldragruppen planera vilka aktiviteter deras barn vill börja på och vad de behöver göra för att uppnå det. Föräldrarna kan ha olika kompetenser – kanske kan en prata bra svenska som kan boka provträningar och anmäla, en är duktig på att hitta billig utrustning på loppmarknader, en har bil och kan skjutsa, en känner någon vars barn har påbörjat en aktivitet och kan bjuda in föräldern för att berätta om hur det fungerar, och en har kontakter inom till exempel kommunen som kan driva frågan om hur fler personer i liknande situationer kan få stöd. **Det är värt att påminna sig om att många av dagens föreningar en gång startat som föräldrainitiativ, så om flera unga ett i område vill börja på samma aktivitet och det inte finns någon förening för det, kan föräldrarna starta en. Det finns flera aktörer som kan stötta genom processen**.

58. Aktivitetsapp/hemsida

– Kommuner, idrottsstimulerande aktörer

I en workshop om hur fler ungdomar kan engageras i fritidsaktiviteter arbetade en grupp av tjänstepersoner från ideell och offentlig sektor och nyanlända ungdomstjejer fram en idé om en lokal aktivitetsapp/hemsida som samlar alla fritidsaktiviteter som erbjuds i staden – både medlemsbaserade och kostnadsfria. På förstasidan kan användaren skriva vilken aktivitet hen vill börja på eller swipa mellan bilder på olika aktiviteter för att hitta en som verkar intressant. På den valda aktivitetens sida kan det finnas en film som visar hur en träning kan gå till och andra liknande aktiviteter kan föreslås, så om en valt fotboll kan en klicka vidare till innebandy eller handboll. Den viktigaste funktionen är att sammanställa alla som anordnar aktiviteten, både i listvy och markerat över en karta. På så vis kan användaren se vilken förening som tränar närmast bostaden eller var närmsta utomhusbasketplan eller löpslinga finns. Adresser, telefonnummer och hemsida bör finnas tillgängligt till alla anordnare.

59. Minimera förändringar i programmet och håll hemsidorna uppdaterade

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

En lärdom som en fritidsledare delade var vikten av att sätta ett schema för en längre period åt gången samt att ändra tider och platser så lite som möjligt. En del föräldrar kan ringa ledaren och få uppdaterad information, men andra kan basera deltagandet på rekommendationer från andra föräldrar eller på en broschyr som cirkulerat, och då kan förändringar orsaka problem. Inom Aktiv Fritid hände det flera gånger att familjer och volontärer läste på föreningars ouppdaterade hemsidor, åkte till deras träningar, men upptäckte att där inte fanns någon verksamhet och att tiden eller platsen hade ändrats.

Ofta önskar föreningar att föräldrar till nya deltagare ska ringa deras ledare före det första provtillfället, så att de kan ge uppdaterad information om de kommande träningstillfällena. Dock är det många föräldrar som inte kan tillräckligt bra svenska eller engelska för att kommunicera via telefon. **På internet kan de däremot använda översättningsprogram – därav vikten av att ha uppdaterade hemsidor. Utöver kontaktuppgifter, träningstider och lokaler/platser, är det bra att använda hemsidor för att sammanställa information om priser, rutiner för provtillfällen, vilken utrustning som behövs, var laget byter om, vikten av att komma i tid till träningar, etcetera.**[237] Ju mer information som föräldrar kan översätta och tillgodogöra sig på egen hand, desto mindre risk är det att missförstånd uppstår senare.

60. Var tillgänglig på sociala medier

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Genom att använda de tjänster som ungdomar använder blir anordnare av fritidsaktiviteter mer tillgängliga och trösklarna för att ta kontakt med dem lägre. Sms och telefonsamtal är för många förenat med kostnader, att prata med någon på telefon som en inte känner kan vara nervöst och e-post är något många unga bara loggar in på ibland. **Tjänster som Whatsapp låter en däremot både ringa, skriva och skicka material gratis och når ungdomarna omedelbart. Via bilder och filmer på verksamhetens Instagram kan ungdomar få en uppfattning om hur det går till på en träning och vilka andra som ser ut att vara där.** Ytterligare fördelar är att kommunikationen med befintliga medlemmar underlättas. Genom en gruppchatt kan en ledare med ett meddelande nå alla deltagare, till exempel med information om att ett tillfälle är inställt eller med en rolig bild och en uppmaning om att komma till dagens träning. Många ledare är vana vid e-post och telefonsamtal, men för att locka dagens unga har en mycket att vinna på att anamma deras kommunikation.

61. Ha ett tydligt kösystem och ge samma information till alla

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

För att alla unga ska ha samma möjlighet att påbörja en aktivitet, istället för att det är de med de mest pådrivande föräldrarna som får platser, är det viktigt att verksamheter som har fulla grupper har ett ordentligt kösystem. ”De hade inget kösystem så vi fick ringa och maila varje vecka och fråga om det fanns plats – efter fyra månader gick det till slut” berättade projektledaren Charlotta Andersson för Rädda Barnens lotsverksamhet Min väg till engagemang.[238]

Vissa föreningar låter unga gå före i kön om föräldrarna engagerar sig som ledare. I en tid då det blir allt svårare att rekrytera ideella ledare är det förståeligt, men det tenderar att gynna svenskfödda föräldrar som kan ta reda på möjligheten till det. ”Tröskeln för utrikesfödda att ens få eller förstå att den möjligheten finns är enormt hög”, skrev föreningslotsen Johannes Löf.[239] Om det finns en möjlighet att gå förbi kön genom att bli ledare, kommunicera ut det tydligt, så att det inte blir en tyst kunskap hos vissa.

62. Annonsera via andra aktörers kanaler

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

För att nå ut med information till underrepresenterade grupper räcker det inte att publicera det på en hemsida, utan en behöver tänka kreativt. Ett förslag är att identifiera vilka andra aktörer som redan når målgruppen och koppla ihop sig med dem.

Ett nytänkande exempel är ett samarbete mellan bostadsbolaget Helsingborgshem och stadens fritidsförvaltning. Helsingborgshem har nämligen utarbetat ett datorsystem som gör det möjligt för dem att skräddarsy information på familjers fakturor, beroende på om de har barn, i vilka åldrar, vilket som är deras primära språk, etcetera. **Genom samarbetet får fritidsförvaltningen vid varje hyresfakturering möjlighet att skicka ut information till alla familjer som bor i en bostad via Helsingborgshem, till exempel om att familjen kan träna tillsammans på deras aktivitetshus eller att familjens tonårstjej är välkommen till en tjejgrupp på den närliggande fritidsgården – och dessutom på familjens språk, så att alla i familjen förstår det.**

Ett annat förslag är att skolor kan ge utrymme i det datorsystem som eleverna använder för att ladda upp skolarbeten, registrera frånvaro, etcetera, för att låta aktörer som fritidsförvaltningar, föreningar, kulturskolor och andra aktörer annonsera om fritidsverksamheter som kan passa eleverna.

63. Enklare anmälan och praktisk hjälp

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Många unga vill börja på aktiviteter som instrument, simning och gymnastik, men konkurrerar med många andra om platserna. Naturligtvis har de samma rätt som andra att ställa sig i kö, men på grund av komplicerade anmälningsprocesser, lyckas de ibland inte. ”Även om personalen inte kan arabiska, så försök att hjälpa på plats. Det går alltid att lösa. Skicka inte bara hem och säg att man ska göra allt på nätet”, uttryckte en förälder.[240] **”Mot bakgrund av detta är det viktigt att anmälningsprocesser förenklas, och om det inte är möjligt, måste anordnare av en aktivitet inrätta en service så att föräldrar som inte kan anmäla sina barn på egen hand kan få hjälp. Om en sådan service redan finns eller startas så kom ihåg att tydligt informera om det i olika kanaler så att alla föräldrar känner till och kan nyttja det, och inte bara de som aktivt ber om hjälp**.

64. Sök upp målgruppen aktivt

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Som ovan presenterat är det endast 5% av de nyanlända ungdomarna som påbörjat en fritidsaktivitet efter att en förening tagit kontakt med dem, till exempel genom att ha hållit i ett informationsmöte på deras skola eller boende. Det är viktigt att anordnare av fritidsaktiviteter identifierar vilka grupper som är underrepresenterade i deras verksamhet och arbetar mer aktivt för att rekrytera dem. Ett exempel på en förening som gjort detta är Alstermo IF som gjort en satsning för att söka upp och rekrytera asylsökande barn. Det har lett till att föreningen kunnat expanderat från ett till tre lag i seriespel (varav hälften av deltagarna är asylsökande) samt en sommarfotbollsskola.[241]

65. Bedriv kulturskolans undervisning på skolor, boenden och fritidsgårdar

– Skolverket, kulturskolor, skolor, HVB-hem, fritidsgårdar

Eftersom det finns en geografisk uppdelning av vilka unga som oftast deltar i kulturskolans verksamheter finns det goda möjligheter att rikta insatser till de underrepresenterade områdena. Lunds kulturskola startade projektet Pop-in där de anställde tre pedagoger som var yrkesverksamma inom film, musik och dans, vilka skapade verksamheter för unga i åldern 12-25 år i anslutning till utvalda fritidsgårdar. Målet var att identifiera ungdomarnas intresse och aktivera dem i olika grupper så att de kunde skapa nya sociala kontakter, istället för att utöva sitt intresse själva. De tre pedagogerna utbildade också stadens fritidsledare så att de också kunde stötta ungdomarna på andra tider.[242] En liknande verksamhet genomfördes i Kumla under namnen fiolfritids, dansfritids och flöjtfritids. De anordnade också kostnadsfria gitarrkurser direkt på boenden för ungdomar utan vårdnadshavare.[243] Mycket av kulturskolans undervisning baseras på klassisk individuell lärar-elev-undervisning, men genom att utforska nya koncept, där kulturskolan till exempel kan anordna kostnadsfria workshops och fritidsgårdsaktiviteter i musik, design, film och konst, kan fler nås.

Två tredjedelar av landets kulturskolor bedriver individuell undervisning ute på skolor under skoltid. **Att elever får utöva ett instrument på lunchrasten eller genom att gå ifrån 20-30 minuter från en ordinarie lektion gör att fler kan delta. Särskilt positivt är det för elever från socioekonomiskt utsatta stadsdelar och landsbygden, vars föräldrar inte kan skjutsa dem till undervisning på ett kulturhus efter skoltid**.[244] Om elever går ifrån ordinarie undervisning för att delta är det dock viktigt att variera det mellan olika lektioner. På en skola i Gislaved gick nämligen en elev ifrån samma lektion varje vecka, vilket ledde till att hen kom efter i ämnet. Skolinspektionen menade att skolan i och med det stred mot skollagen, varpå kommunen tvingades förelägga all kulturskolans undervisning efter skoltid.[245]

Om möjligheten att delta i kulturskolan på skoltid begränsas ”menar många kulturskolechefer att det skulle leda till en markant försämrad och olikvärdig tillgång till kulturskolan”, att kulturskolan ”i högre utsträckning [skulle] bli tillgänglig för barn som bor centralt och för barn med engagerade vårdnadshavare” än för andra samt att många av dagens elever skulle behöva sluta.[246, 247] Det kan därmed hävdas strida mot den lagstadgade barnkonventionen som behandlar just alla barns lika tillgång till kultur.[248] Att undervisningen förskjuts från dagtid till kvällstid gör det dessutom svårare att rekrytera kulturskolelärare.[249] Det är därför viktigt att Skolverket ändrar hållning i frågan och att skolor och kulturskolor uppmuntras att samarbeta för att bygga flexibla lösningar som gynnar elevernas utveckling inom både skola och kultur.

66. Tillsätt samma personal för både skolans och kulturskolans undervisning

– Kulturskolor, skolor

Inom de flesta kommuner drivs kulturskolans undervisning av en kulturförvaltning och skolans musikundervisning av skol- och fritidsförvaltningen. Även om det är olika förvaltningar så ingår de i samma kommun och därmed finns det en möjlighet att luckra upp gränserna. En metod som skapar mervärde för eleverna är att organisera om så att samma personal kan undervisa både i skolans obligatoriska musikundervisning och i kulturskolans frivilliga undervisning, direkt ute på skolorna.

Haparanda kommun arbetar enligt detta upplägg och har noterat flera fördelar. Till exempel ger det läraren en möjlighet att koppla elevens utveckling i skolundervisningen till uppgifter i den individuella undervisningen. Eftersom det är samma personal i båda formerna blir också övergången från skolundervisning till individuell undervisning enkel för eleverna och eftersom det bedrivs på skolan är det lättillgängligt och i en miljö som de är bekväma i.[250]

67. Kulturcheck

– Kulturförvaltningar

Eftersom kommunens kulturskola kan ha långa köer till deras verksamheter och eftersom boende i olika stadsdelar kan ha svårt att ta sig dit har några kommuner infört kulturcheckar (även kallat musikcheck eller kulturpeng). Det gör det möjligt för unga att påbörja sin önskade kurs hos en annan anordnare än den kommunala, men med samma subventionerade pris, i en lokal som ligger närmre deras bostad och utan kulturskolans kötid.[251]

68. Koppla idrotts- och musikundervisningen med en fortsättning på fritiden

– Skolor, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Genom skolans idrotts- och musikundervisning får skolelever prova många olika aktiviteter, men som Borlänge Bandy formulerade det efter att ha ökat antalet ungdomar i idrottsföreningar i staden med 71% på tre år – ”idrott i skolan blir inte integration om den inte kopplas till vanliga idrottsföreningar”.[252] Kopplingen kan göras på olika sätt. Ett förslag är att idrotts- och musiklärarna i slutet av lektioner informerar och/eller delar ut informationsblad om var eleverna kan fortsätta med lektionens aktivitet på sin fritid. Om resurser finns kan de också samla och ge information om var till exempel föreningarna verkar, medlemsavgifter, kontaktuppgifter till en ledare samt deras hemsida.

Skolor och föreningar kan också samarbeta genom att föreningarna anordnar aktiviteter på idrottsdagar och idrottslektioner.[253] Om den lokala basketföreningen håller i idrottslektionen blir steget till att fortsätta träna basket med dem mycket kortare. En liknande form av samarbete bedrivs för barn i årskurs två under namnet Idrottsskolan, där barnen varje vecka får prova olika

aktiviteter och kommer i kontakt med olika föreningar.[254]

I dessa samarbeten är föreningarnas vinst ofta att de får möjlighet att rekrytera medlemmar från klasserna, men en ska inte underskatta belastningen som samarbetet kan kräva för ideella ledare, eftersom de redan lägger en hel del av sin fritid på föreningen. En arvodering till föreningarna för deras insats är därför både berättigat och motiverande.

69. Säkerställ att investeringar och insatser når målgruppen

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Om en aktör investerar för att socioekonomiskt utsatta unga ska kunna delta i en aktivitet är det viktigt att följa upp att insatsen når fram till målgruppen. Ett exempel är då kommunala sommarläger gjorts kostnadsfria för att alla ska ha möjlighet att delta och för att ”möjliggöra möten över sociala gränser”, men där utvärderingar visat att deltagarna kommit från samma stadsdelar som då det var kostnadsbelagt.[255,256,257]

Att ta bort avgifterna undanröjer det ekonomiska hindret, men för att unga ska kunna anmälas förutsätts det fortfarande att föräldrarna har kunskap om vad läger är, kan hitta och navigera på en hemsida för att läsa om vilket av lägren som passar deras barn, förregistrera ett konto samt vara redo att boka då platserna släpps. I Helsingborg mötte fritidsförvaltningen behoven genom att genomföra extra informationsinsatser på utvalda skolor, inrätta praktisk hjälp för anmälan på ett aktivitetshus samt att ge socialsekreterare möjlighet att förhandsanmäla de unga som bedömdes ha särskilda behov av att komma iväg på läger.[258]

Varje insats, oavsett om det är läger, fritidsgård, förenings- eller kulturverksamheter, bör följas av en utvärdering där aktören undersöker vilka som deltagit och vilka grupper som är underrepresenterade, samt formulerar en plan för hur skillnaderna ska jämnas ut.

5. FÖR HÖGA KRAV PÅ UNGDOMAR SOM ÄR NYBÖRJARE

En av de mest framträdande trenderna inom ungas fritid är barnifiering. Det innebär att summan av organiserade aktiviteter riktas till barn i yngre åldrar i högre utsträckning än tidigare. Från att fritidsgruppsbidraget (dagens föreningsbidrag) på 1950-talet gavs till verksamheter för 12-25-åringar, finns det idag aktiviteter som fotboll, dans och gympa för barn från 2-4 år. Den psykologiska mättnaden som barnifieringen kan leda till – ju tidigare barn börjar med en aktivitet, desto tidigare riskerar de att tröttna – är tillsammans med ökade krav från skolan och fritidsaktiviteten vanliga orsaker till att ungdomar slutar.[259] I mellanstadiet deltar 61% i en idrottsförening, i högstadiet 47% och i gymnasiet 33%. Sett över de senaste 30 åren har tappet bland deltagare på högstadiet och gymnasiet ökat, men också blivit kännbart bland barn i yngre åldrar.[260] ”När tioåringar slutar för att kraven är för stora är det något som är fel”, sade Johan Gadd, distriktsidrottschef på RF-SISU Västra Götaland.[261]

Idrotten präglas av en specifik åldersstruktur, vilken bygger på att barn börjar i tidig ålder och följer sitt lag upp till a-lagsnivå som junior eller senior. Att påbörja ett engagemang mitt i denna struktur är svårt, vilket gör att många ungdomar anses ”för gamla” för att börja om de inte har tidigare erfarenhet av aktiviteten.[262] Föreningar kan beskriva sig som breddföreningar men samtidigt uttrycka sig på ett sätt som kan bekräfta den ungas känsla av att inte passa in. ”Det är klart att han är välkommen, hos oss får alla spela, men ja, om han inte har spelat alls innan så är det ju svårt. De andra har spelat sen de var 5-6 år, han är ju väldigt långt efter”, sade en tränare om en 13-åring i Aktiv Fritid. De flesta föreningar är medvetna om att systemet gör det svårt för nyanlända att påbörja aktiviteter, men det har samma konsekvenser för ungdomar som fötts i Sverige och vill börja på en ny aktivitet.[263,264] **Hur stort mörkertalet är för ungdomar, oavsett ursprung, som velat prova en ny aktivitet men inte frågat någon eftersom de på förhand känt att det varit ”för sent” är det ingen som vet**.

Konsekvenserna av de höga kraven på ungdomar är tydligast inom lagidrot¬ter.[265] De syns dock också inom individuella idrotter som till exempel brottning och racketsporter där det är svårt att träna och tävla med de som har lång erfarenhet.[266] Det får många ungdomar att istället rikta sig mot individuell träning som gymträning, eftersom det inte ställer krav på förkunskaper och inte riskerar att skapa situationer där en upplever sig förstöra för laget eller göra bort sig. Gymträning är dock en kostsam aktivitet och kan genomföras utan socialt utbyte, varpå potentialen för integration minskar. [267]

Vissa föreningar som har tagit emot många nya deltagare som inte har samma färdighetsnivå som de redan aktiva jämnåriga har delat upp verksamheten i två lag, så att de nya får träna på en lämplig nivå. Genom att skilja på dem kan också nivån hållas uppe i det ordinarie laget, så att inte elitsatsande ungdomar missgynnas och eventuellt byter förening. **Att göra en uppdelning i två lag har fördelar, som att spelare kan flyttas upp om de utvecklas väl, ner om de vill träna mindre, och att även nybörjare med svensk bakgrund kan prova på aktiviteten i en grupp med lägre trösklar. Tyvärr är det vanligt att det nystartade laget bara består av nyanlända deltagare och att det drivs helt separat, utan utbyte eller möjlighet att avancera till det etablerade laget. Lagen brukar kallas ”integrationslag”, men uppdelningen leder som bekant inte till någon integration och beskrivs i en rapport istället som en ”segregationsverksamhet”.**[268]

Många förslag handlar om hur kraven kan sänkas för att inkludera fler, men alla nyanlända är såklart inte nybörjare. Vissa har elitsatsat i sitt hemland och för dem är det naturligtvis viktigt att börja i en verksamhet med hög nivå. En ungdom beskrev till och med att han slutade träna kampsport i Sverige för att kraven var för låga – ”Vi tränade väldigt hårt i Iran. Vi hade många tävlingar varje månad, men i Sverige vi tränade inte så mycket… Inte så hårt som i Iran. (…) Därför jag tänkte att

”Jag är 13 år, man kan inte börja som nybörjare då. Det är för sent.”.[270]

Flicka, 13 år

jag slutade”.[269] Som vanligt är inte nyanlända en homogen grupp och en lösning passar inte alla – det behövs olika nivåer av engagemang och krav för olika deltagare. Det gynnar alla, oavsett ursprung.

70. Anpassa verksamheterna och villkora föreningsbidraget

– Idrottsföreningar, fritidsförvaltningar

”Allas rätt att vara med” är en av svensk idrotts fyra grundpelare. Det innebär att ”alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet”.[271] Trots det exkluderas unga över hela landet på grund av faktorer som dessa. **Föreningar kan se sig själva som breddföreningar som arbetar enligt parollen ”så många som möjligt, så länge som möjligt”, men gå igenom faktorerna ovan – kan verkligen alla vara med? Unga med funktionsvariationer? Ungdomar utan erfarenhet av aktiviteten? Har alla ungdomar samma chanser att bli ledare inom föreningen? Kan deltagarna med utländsk bakgrund missa eller sätta en straff på tilläggstid och vara helt säkra på att inte höra rasistiska glåpord från sitt eller motståndarlaget?**

Föreningar behöver ta ett krafttag för att granska sin verksamhet från grunden för att se om den i verkligheten ger alla unga en möjlighet att vara med, eller hur de kan gå tillväga för att uppnå det. För att driva på arbetet och säkerställa allas möjlighet att delta kan kommuners fritidsförvaltningar villkora det ekonomiska föreningsbidraget med att föreningarna redovisar hur de gör verksamheten tillgänglig för alla unga, utifrån ett antal parametrar. De föreningar som elitsatsar och inte verkar för allas inkludering förlorar tillfälligt sitt föreningsbidrag, eller får det sänkt till halva summan.[272]

71. Motionslag/breddlag

– Idrottsföreningar

Motionslag där ungdomar kan delta för att må bra och ha roligt, utan krav på elitsatsning eller tävlingar, är lösningen på flera problem inom idrotten.[273] Dels finns det många ungdomar som deltagit i en förening i många år men som slutar för att de höjda kraven på träningsfrekvens och prestation inte går att förena med de höjda kraven i skolan.[274] Dels finns det ungdomar som vill byta aktivitet eller som inte har någon erfarenhet av föreningslivet alls och som skulle vilja börja hos en förening. Alla dessa tre grupper är engagerade unga som skulle vilja idrotta, men som på grund av kravbilden som följer med deras ålder inte passar in och riskerar att stå helt utan aktivitet. ”För att möta utmaningen med att kunna kombinera skola och idrott bör föreningar och idrottsledare försöka skapa en tillåtande miljö, där det i perioder är accepterat att prioritera skolarbetet före idrott”, skriver Riksidrottsförbundet.[275]

Ett förslag för att göra detta, utan att tappa de som vill elitsatsa, är att komplettera den ordinarie verksamheten med ett motionslag där både nybörjare och erfarna som vill trappa ner i träningsfrekvens kan delta. I laget kan tjejer och killar, ungdomar i olika åldrar, delta tillsammans. Medlemsavgiften ska vara så låg som möjligt och det bör vara låga krav på utrustning.

”Man ska vara klar med vad man har för målbild”, sade Kaveh Pakjoo som startat en fotbollsförening med nyanlända ungdomar. ”Vårt mål har varit att ha kul, skratta och att pojkarna ska få ett andrum. (…) Vår tanke med fotbollen har aldrig varit tävling eller seriespel, det här är kompisfotboll, alla är välkomna på samma premisser. Tillsammans med ungdomarna bygger vi upp vad vi har för regler, anda och kultur”.[276]

Ett exempel på en förening som inrättat en motionsgrupp som alternativ till ordinarie åldersgrupper är Östersunds skidlöpareklubb. Deras motionsgrupp är för ungdomar 12-16 år, där det enda målet

”är att skapa stimulerande och roliga träningar” för att ”ge deltagarna en grund att stå på för ett fortsatt tränande genom livet”.[277] Här omsätts Riksidrottsförbundets paroll ”så många som möjligt, så länge som möjligt” i praktiken.

72. Extragrupper som skapar integration, inte segregation

– Idrottsföreningar

Om en förening tar emot flera nya ungdomar som inte har samma färdighetsnivå som andra och vill starta ett extralag för dem behöver det göras på ett bra sätt. **Till exempel startade en kampsportsförening en separat grupp för nyanlända nybörjare och hade redan från början en plan för hur de på sikt skulle integreras i den ordinarie verksamheten. Ungdomarna gick i extragruppen en eller två terminer, vilket gav dem en grundläggande färdighet och förståelse för upplägget på träningarna och tränarna kunde bedöma vilken grupp de därefter kunde placeras ut i.**[278] En annan förening som arbetat för det är handbollsföreningen OV Helsingborg och de kunde se ett tydligt värde av det – ”Den största effekten ser vi för barnen som gått in i den ordinarie verksamheten”.[279]

Om det är så stora skillnader att nybörjarna inte kommer kunna komma ikapp och ta del av ordinarie träning och en permanent extragrupp behöver startas, är det viktigt att inte formulera det som en ”integrationsgrupp” eller något annat som avgränsar gruppen efter hur lång tid deltagarna bott i Sverige. Bilda istället ett a- och ett b-lag och fördela alla deltagare i de två lagen. Låt a-lagsspelare som vill trappa ner eller få extraträning vara med b-laget och deltagare som utvecklas extra väl i b-laget avancera till a-laget. Ta en diskussion med deltagarna i b-laget så att de själva får bestämma om de bara vill träna och tävla mot varandra eller om de vill ingå i ett seriesystem och spela cuper.[280]

73. Stödtränare

– Idrottsföreningar

De föreningar som bara tar emot några få ungdomar utan tidigare erfarenhet eller som tar emot flera men inte har förutsättningar för att starta ett extralag behöver inkludera dem i det ordinarie laget, oavsett hur stora skillnaderna i färdighet är. Ett förslag då är att tillsätta en extratränare som hjälper de nya att utvecklas snabbare.[281] Det kan innebära att huvudtränaren leder träningarna, men att laget vid vissa övningar och interna matcher delas upp i nya och erfarna där stödtränaren coachar de nya. Även nyanlända som är skickliga på sin aktivitet kan behöva extra stöd i början till exempel genom en stödtränare.”De har spelat med vänner, men sedan spelar de i förening. De andra kan taktik och alla informella regler. Det blir en jättestor krock. De behöver information och stöd för att komma in i det.”[282]

74. Se nya deltagare i ett längre tidsperspektiv

– Idrottsföreningar

I studier där nyanlända och etablerade svenskars idrottande jämförts har ett tydligt mönster framkommit – hälften av alla ungdomar slutar med sin idrottslivet i åldern 13-16 år, medan nyanlända idrottar i samma grad mellan 13-21 år.[283,284] **Att inkludera en ungdom som är nybörjare i verksamheten kan kräva lite anpassningar, men sett ur ett längre tidsperspektiv finns det tydliga vinster för föreningen. Medan hälften av de redan aktiva kommer sluta, kan den nyanlände nybörjaren nämligen vara precis i startgroparna till ett långt föreningsengagemang**. ”Jag tycker

det är självklart att vi ska ta emot 13-åringar som vill prova på gymnastik och att de ska få en chans. Flera av dem har också blivit ledare", har Maria Lönn, Södertälje gymnastik- och sportförening, berättat.[285]

75. Stöttande lagkamrater och föräldrar

– Idrottsföreningar, föräldrar

För att ungdomar utan förkunskaper ska känna sig bekväma i en förening är det viktigt att det är en avslappnad miljö där både träningar och matcher/tävlingar präglas av lust och sammanhållning. Ett exempel är en 14-årig tjej som aldrig hade spelat fotboll, men som via Aktiv Fritid började i föreningen Stattena IF och välkomnades av både tränaren och lagkamraterna från första stund. I en intervju med tränaren Benny Gustafsson förklarade han att laget gemensamt bestämt att de vill vara inkluderande, att prioritera prestation före resultat och att de ofta pratade om nivå, istället för vem som är bäst. **Eftersom alla spelarna ställde upp på det så var det en självklarhet att ta emot och uppmuntra nya spelare oavsett deras färdighet. "När det gäller det praktiska så finns det övningar som alla kan göra. Det gäller bara att hitta vilken kunskapsnivå spelaren är på och träna det som fungerar. Och ibland får det vara en stor mix där vi inte funderar överhuvudtaget"**, förklarade han.[286]

Utöver ledare och deltagare är föräldrarna en viktig faktor – både den nya spelarens och de mer erfarnas. Nästan hälften av barn- och ungdomstränarna i Sverige anser att föräldrapress är ett stort problem och en av tre ungdomar funderar på att sluta spela fotboll på grund av att deras föräldrar pressar dem för hårt eller högljutt kritiserar ledare och domare.[287] Föräldrars agerande i samband med träning och matcher/tävlingar sänder viktiga signaler till alla i föreningen och kan avgöra om en ny deltagare känner sig bekväm att fortsätta eller slutar.[288]

76. Spontanidrott för ungdomar

– Fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Olika förslag på aktiviteter som har låga trösklar, där unga kan delta med eller utan medlemskap, har presenterats i kapitel tre om brist på organiserade fritidsaktiviteter. Dock tenderar de öppna verksamheterna att rikta sig till yngre barn. Ett exempel är Cityidrott i Landskrona och Svalöv där barn i åldern 6-12 år testar olika aktiviteter, där projektledaren märkt att verksamheten är särskilt betydelsefull redan för de mellan 10-12 år, då de inte har tillräckligt mycket erfarenhet för att delta i föreningars ordinarie verksamhet.[289] Behovet och skillnaden till de redan aktiva är naturligtvis ännu större för de mellan 13-18 år, men för dem finns det ännu mindre att välja på.

En etablerad form spontanidrott för åldersgruppen är midnattsfotboll som finns i flera städer, både organiserat av kommuner och föreningar.[290,291] Fler initiativ som dessa behövs, men med mer variation av aktiviteter än fotboll, eftersom spontanfotboll brukar domineras av killar. I vissa städer finns det särskilda fritidsgårdar som riktar sig till ungdomar – de kan ha kontakt med målgruppen och vara en bra utgångspunkt/mötesplats för en aktivitet.

77. Ta vara på ungas intressen

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

En del personer har åsikter om ungdomars intressen och begränsar (eller tycker att föräldrar bör begränsa) dem. Det kan handla om att unga spenderar för mycket tid vid datorn eller telefonen. Vad en istället kan göra är att erkänna det som faktiska intressen och utveckla verksamheter som tar det till nästa nivå och där de kan träffa andra med samma intresse. Till exempel är e-sport en

explosionsartat växande fritidsaktivitet, vars matcher kan ses av fler än de stora sporteventen.[292] Istället för att ungdomarna ska sitta hemma och spela online kan en fritidsgård bedriva e-sportsaktiviteter. Utöver att ungdomarna då träffar varandra och knyter nya sociala kontakter, kan fritidsledarna leda pulshöjande pausövningar, stretching och sprida information och elitspelarnas tips om hur de kan träna fysiskt för att utvecklas inom e-sporten. **Ett annat område är ungdomars mobilanvändande, så som Snapchat och Instagram. Där kan vuxna erkänna ungdomarnas faktiska intresse för bild och anordna kurser i Instagramfotografi eller kortfilmsproduktion med mobilkamera**. Digital marknadsföring, globala trender på sociala medier och memes är ytterligare förslag på ämnen som en kan anordna kurser eller workshops i. Driver ungdomarna runt i centret? Starta kostnadsfri parkourträning på kvällstid där de brukar vara. Genom att ta vara på de ungas intressen och vanor finns det stora möjligheter att engagera dem i organiserade fritidsaktiviteter.

6. EKONOMISKA TRÖSKLAR

I Sverige spenderar hushåll i genomsnitt 10 000 kronor årligen för varje ungdom som idrottar.[293] På grund av kostnaderna deltar unga i ekonomiskt utsatta hushåll i lägre grad än andra.[294] I en rikstäckande enkätstudie bland ungdomar i åldern 13-20 år angav en majoritet att sänkta avgifter var det viktigaste för att de skulle kunna börja i en idrottsförening. Bland tjejer med utländsk bakgrund var det hela 45%.[295]

Totalt sett avstår var åttonde ungdom i Sverige mellan 13-19 år fritidsaktiviteter på grund av kostnaden. Framför allt är det unga i ekonomiskt utsatta hushåll, barn till ensamstående föräldrar och barn med utlandsfödda föräldrar som inte deltar.[296] Detta visar sig också samhällsgeografiskt där unga i låginkomstområden i högre grad besöker fritidsgårdar, ungdomens hus och bibliotek, medan de i höginkomstområden deltar i föreningsidrotter och kulturskolor.[297]

Deltagande i idrott har blivit dyrare med tiden och medlemsavgifterna är inte den enda kostnaden.[298] Utrustning till växande barn, transport till aktiviteten och tävlingar, samt kringavgifter för graderingar, cuper, läger och specifika lagtröjor tillkommer. I Aktiv Fritid bekostade IM gymkort och träningskläder åt en ungdom, men fann vid uppföljning att han slutat träna på grund av att han hade förflyttats till ett boende på landsbygden och inte hade råd med bussbiljetten till centrum. En fotbollstränare berättade att de hade barn som betalat medlemsavgiften, men som halkade på gräsplanerna då de spelade i vanliga gymnastikskor, eller spelade i alldeles för stora fotbollsskor för att de skulle hålla länge. Projektledarna för Rädda Barnens Min väg till engagemang uppskattade att 95% av deltagarna behövde ekonomisk hjälp för barnens aktiviteter, till exempel genom att ansöka om tillfälliga medel från olika stiftelser.[299] ”Det händer helt plötsligt att ungdomar avslutar sitt medlemskap och när föreningen söker upp dessa personer visar det sig handla om ekonomiska skäl”, fann Lindström & Suleiman då de kartlade förutsättningarna för basketföreningar i socioekonomiskt utsatta områden.[300]

Trots de ekonomiska hindren finns det föreningar som bedriver ett fantastiskt arbete, som helt enkelt vägrar låta föräldrarnas ekonomiska förutsättningar vara ett hinder för de ungas deltagande. Enligt barnkonventionens artikel 15 har alla barn föreningsfrihet och dessa föreningar ser till att barnen kan nyttja den.[301] Dessa föreningar målar upp ekonomin som ett hot för att på lång sikt kunna driva verksamheter med integrationsfokus, men säger samtidigt att ekonomin inte är det avgörande och att de vill driva verksamheten oavsett, eftersom de ser ett behov hos målgruppen.[302]

Det är viktigt att bygga långsiktiga lösningar för det ekonomiska hindret. Till exempel, om ett företag skulle börja sponsra en förening med medlemsavgifter, varpå unga inkluderas i föreningen, men sedan avbryter stödet efter ett år till förmån för en annan organisation, hamnar både föreningen och föräldrarna i en svår situation. För att aktiviteter ska vara inkluderande behöver avgifterna vara låga, flexibla och hållbara.

”Det kan komma en grupp som alla är entusiastiska, men när de märker att det kostar pengar tar man tillbaka anmälan. Barnen vet själva att det inte är någon idé att fråga föräldrarna.[303]

Andreas Odsvall, kulturskolechef

78. Anpassa villkoren efter deltagarnas förutsättningar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Södertälje gymnastik- och sportförening bedriver elitverksamhet och en ungdomsverksamhet som strävar mot den nivån, men efter ett föräldrainitiativ också en grupp med rytmisk gymnastik i den socioekonomiskt utsatta stadsdelen Fornhöjden. **Istället för att driva gruppen som resten av föreningen och låta de familjer som klarar villkoren delta och resten gallras ut låter de alla delta och anpassar verksamheten efter familjernas förutsättningar**. Det innebär att de inte har några försäljningsaktiviteter, håller nere avgifterna, tränar och tävlar i enkla träningskläder istället för dyra dräkter, endast åker på evenemang dit deltagarna kan åka kollektivt samt att de låter alla delta, oavsett ålder och förkunskap. Resultatet är att 40 flickor från området deltar och tränar två gånger i veckan.[304] Ett annat exempel är Gottne IF, vars fotbollslag Gottne Integration helt slopat avgifterna. Istället jobbar laget gemensamt in pengar till föreningen, till exempel genom att städa vägar för kommunen.[305,306] När en ska organisera en fritidsaktivitet, utgå ifrån målgruppens förutsättningar, och bygg verksamheten kring dem.

79. Månadsvis betalning av medlemsavgift

– Idrottsföreningar, kulturskolor

Föräldrar med svag ekonomi kan ha svårt att betala en års- eller terminsavgift – särskilt om de har flera aktiva barn. Den kanske enklaste lösningen för att fler ska kunna delta är om anordnarna gör det möjligt för föräldrarna att dela upp avgiften.

När en förälder berättade för Aktiv Fritids projektledare att barnen skulle sluta simträna eftersom de inte hade råd att betala terminsavgiften, men att månadsbetalning hade fungerat, kontaktade projektledaren simsällskapet, vilka berättade att det gick bra att dela upp avgiften. Hur många som då redan hade slutat simträna för att föräldrarna inte kände till den möjligheten är det ingen som vet. **Därför är det av allra högsta vikt att alla föreningar och kulturskolor som kan ta emot betalningen månadsvis eller kvartalsvis också tydligt informerar om det i samband med betalningen samt på hemsidan för föräldrar som vill anmäla sina barn. Annars är det föräldrarnas företagsamhet och språkförmåga som avgör vilka som själva kan kontakta anordnaren och undersöka möjligheten till att dela upp betalningen som avgör vilka som kan delta och inte**.

80. Granska aktivitetens kostnader och undanröj interna ekonomiska hinder

– Idrottsföreningar, kulturskolor

Bilda en grupp av ledare och föräldrar från verksamheten och gör en översikt över alla möjliga kostnader som deltagandet kan innebära under ett års tid. Lista både uttalade kostnader som avgifter för medlemskap och lägerresor och underförstådda som resekostnader till tävlingar eller att köpa produkter som de unga säljer. Ta också med sådana utgifter som är uttalat frivilliga men som ändå innebär en press, som om de flesta tränar i klubbens officiella tröja med tryckt emblem och efternamn istället för vanliga träningskläder.

Granska alla kostnader, diskutera vilka som är direkt nödvändiga för att driva föreningen och vilka alternativ som finns till alla de andra. Till exempel måste en inte ha en karatedräkt för att kunna träna karate. Genom att kommunicera ut att det är ett frivilligt val och att ledarna har vanliga träningskläder på sig när de tränar barngrupperna sänder de ut signaler till familjerna att de inte heller behöver köpa det.

81. Omfördela föreningens budget för att subventionera avgifterna

– Idrottsföreningar

För många föreningar är det bredd- och ungdomsverksamheten som genererar intäkter, eftersom ”den kostar förhållandevis lite pengar att sköta, men ger mycket tillbaka i olika avgifter”. En vanlig prioritering är att föreningar omfördelar överskottet från breddverksamheten för att finansiera klubbens elitsatsning.[307] Förslaget är att dessa föreningar istället bör återinvestera överskottet i breddverksamheten, till exempel för att sänka medlemsavgifterna, ha en ekonomisk buffert för föräldrar som inte kan betala medlems- och lägeravgifter eller köpa in utrustning för att kunna ge alla deltagare ett startkit. Naturligtvis kommer omfördelningen drabba klubbens a-lag, men frågan är varför föreningen skulle prioritera elitsatsande vuxna framför de ungas verksamheter. Dessutom kan sänkta trösklar till breddverksamheten leda till att fler kan delta, vilket kan generera fler talanger som på sikt gynnar elitverksamheten.

82. Upprätta en social fond

– Idrottsföreningar

En både långsiktigt hållbar och bevisat framgångsrik metod för att sänka de ekonomiska trösklarna inom en förening är att starta en social fond. På olika sätt fylls fonden på med pengar, som löpande används för att betala eller subventionera enskilda medlemmars avgifter för medlemskap, tävlingar och läger. På så vis kan föreningen se till att ingen exkluderas eller behöver sluta i föreningen på grund av föräldrarnas ekonomi.[308]

Det finns många sätt som föreningar kan samla in pengar till den sociala fonden på. Vid utskick för inbetalning av medlemsavgift kan föräldrar uppmuntras att betala extra, kunder som handlar i kiosken i samband med tävling/match kan avrunda upp beloppet och alla inkomster vid försäljning i kiosken eller 50/50-lotteri på en viss tävling/match kan gå till fonden. Föreningen kan be företag skänka mat/fika som kan säljas där all förtjänst går till fonden och de kan delta i event som julgransförsäljning, försäljning av klistermärken till företag som visar att de stöttar verksamheten eller inventeringsuppdrag för butiker. Föreningen kan bestämma att 20% av alla sponsorintäkter ska gå till fonden, eller så kan etablerade sponsorer erbjudas att donera extra medel som öronmärks för syftet. Utöver effekterna för medlemmarna kan den sociala fonden stärka föreningens företagssamarbeten, eftersom företag kan vilja stötta föreningens inkluderande arbete och lyfta den sociala fonden som ett exempel på deras samhälleliga ansvarstagande.[309,310]

Arbetet med att upprätta en social fond bör förankras i föreningen som ett styrelsebeslut. Några rutiner som de behöver formulera är till exempel om hanteringen (vem som ska fatta beslut om ansökningar och hur ofta), vilka som kan ansöka om medel från den och hur (ledare, föräldrar, hur en kan göra för att det inte ska skapas ett stigma att ansöka) samt ramarna (maxbelopp per år, vad en kan ansöka för, hur många gånger en individ kan beviljas bidrag).[311]

83. Utlåning av fritidsutrustning

– Idrottsstimulerande aktörer, kommuner, ideella sociala aktörer

Fritidsbanken finns på 95 platser i landet. När unga vuxit ur eller slutat på en aktivitet kan utrustningen skänkas till Fritidsbanken som tar emot, tvättar och lånar ut utrustningen kostnadsfritt under 14 dagar. Det ger unga möjlighet att prova olika idrotter utan att föräldrarna, åtminstone inledningsvis, behöver bekosta utrustning.[312] Ett förslag till de som anordnar Fritidsbanken är att utöka lånetiden till två månader. Då får de unga en längre provperiod och föräldrarna mer tid för att hitta rätt utrustning till ett bra pris.

84. Startkit och insamling av utrustning till nya deltagare

– Idrottsföreningar

Norrtulls SK är en förening som bedriver ett framgångsrikt integrationsarbete inom flera idrotter. **En av deras metoder för att alla ska känna sig inkluderade och kunna delta på lika villkor är att ge ett startkit av utrustning till nya deltagare. Startkittet består av träningsoverall, shorts, t-shirt, strumpor, väska och en vattenflaska i klubbens färger. Dessutom har de samlat in begagnade träningsskor, bollar, racket och innebandyklubbor från föräldrar och två kläd- och sportföretag. För begagnade träningskläder med namntryck stryker de på NSK-märken.**[313] Detta förslag kan genomföras på ett ambitiöst och organiserat sätt, men också i en enklare variant där föreningen ordnar ett förråd i klubblokalen, uppmanar föräldrar att tvätta och ställa in överbliven utrustning samt välkomnar nya och befintliga deltagare att kolla igenom förrådet om de behöver något.

85. Erbjud att bidra på andra sätt än betalning

– Idrottsföreningar, kulturskolor

Om ett barn eller ungdom påbörjat en aktivitet har redan flera hinder överkommits. Att någon därefter tvingas sluta på grund av att föräldrarna inte har råd att betala medlemsavgiften är något som måste undvikas till varje pris. Om deltagare slutar eller uttrycker att de kanske ska sluta är det därför av högsta vikt att ledaren följer upp och undersöker varför. Om det beror på föräldrarnas ekonomi är det viktigt att föreningen och föräldrarna hittar en lösning som säkerställer den ungas fortsatta deltagande.

En del föreningar som hamnar i dessa situationer erbjuder ibland de unga att fortsätta utan kostnad och låter istället föräldrarna eller ungdomen bidra extra på andra sätt. Om det görs är det viktigt att vara medveten om beroendepositionen som deltagaren och föräldrarna hamnar i och hur det kan upplevas för dem. Fördela därför inte några betungande uppgifter utan mer symboliska insatser. Tänk också på att utforma uppgifter som lagkamraterna kan uppfatta som frivilliga extrainitiativ så att det inte skapas ett stigma och blir uppenbart att ungdomen eller föräldern gör det just eftersom de inte kunde betala.

86. Erbjud föräldrar att kunna betala en extra medlemsavgift

– Idrottsföreningar

På caféer i Neapel startade initiativet ”caffè sospeso”, internationellt känt som ”suspended coffee”. Det innebär att en betalar för två koppar kaffe, men endast dricker en själv. Den andra betalade koppen är innestående så att någon behövande kan få en kopp gratis. Samma initiativ kan genomföras inom föreningsliv där föräldrar kan ges möjlighet att betala en (eller en halv) extra avgift, utöver deras barns, som anonymt kan bekosta avgiften för en annan i föreningen, utan att vare sig givare eller mottagare får kännedom om vem den andre är.

Ytterligare ett förslag är att föreningar i socioekonomiskt starka respektive utsatta områden knyter vänföreningsband med varandra. På så vis kan föräldrarna med god ekonomi från en förening betala en extra medlemsavgift som går till deltagare i föreningen där föräldrar kan ha svårt att betala.

87. Kompromissa med avgiften

– Idrottsföreningar, kulturskolor, idrottsstimulerande aktörer, kommuner, ideella sociala aktörer, näringsliv

Att många familjer behöver ekonomisk hjälp för att deras barn ska kunna påbörja en aktivitet är

tydligt, men en av lärdomarna inom Aktiv Fritid är att det ofta går att kompromissa. Föräldrar kan ha möjlighet att betala en del av kostnaderna, men inte alla avgifter för flera barn. Till exempel kan en organisation eller företag betala utrustningen om föräldrarna betalar medlemsavgiften, eller om föreningen/kulturskolan stryker avgiften kan föräldrarna köpa utrustningen, en sportbutik kan sälja utrustningen för halva priset samtidigt som föreningen/kulturskolan halverar sin avgift, föreningen kan låta tre syskon träna till priset av en, eller, som Konyaspor KIF, som halverar medlemsavgiften för ensamstående och arbetslösa.[314] **Frågan om betalning av avgifter behöver inte vara svart och vit – diskutera föräldrarnas förutsättningar och om någon aktör kan engageras, och hitta en kompromiss som kan passa alla**.

88. Höj statsanslaget till idrottsföreningar

– Politiker på nationell nivå

”Ekonomin är ett verktyg”, sade Björn Eriksson, ordförande i Riksidrottsförbundet.[315] Att höja statsanslaget till idrottsföreningar, bland annat för att kunna sänka medlems- och träningsavgifter, ser han som en av de främsta åtgärderna för att stärka idrottens integrationsarbete.[316] Riksidrottsförbundet bedriver ett föredömligt arbete för hur svensk idrott ska utvecklas. Från och med 2020 omfördelar de deras medel för att idrotten ska nå fler, vara jämställd, att ungdomar ska idrotta längre och att alla ska kunna vara med oavsett förutsättningar.[317] Staten har sedan tidigare överlämnat ansvaret för fördelning av statsbidrag till idrottsverksamheter (LOK-stöd) till Riksidrottsförbundet och Riksidrottsförbundet har visat att de är aktiva och modiga i sitt arbete för att uppnå deras mål för svensk idrott 2025.[318] Förslaget är därför att öka statsanslaget till Riksidrottsförbundet för att stärka deras handlingsutrymme. Det hade givit effekter för idrottsrörelsens 3,2 miljoner medlemmar och framför allt de som står utanför som skulle kunna bli medlemmar.[319]

89. Separera fritidsdelen från försörjningsstödsnormen

– Politiker på nationell nivå

Försörjningsstöd baseras på en riksnorm, det vill säga det belopp som försörjningsstödstagare får beroende på hur många vuxna och barn familjen består av och som ska räcka till utgifter som livsmedel och kläder. 2014 införde regeringen en fritidspeng vilket innebar att familjer, utöver försörjningsstödet, kunde få 3000 kronor per barn för fritidsaktiviteter, för både medlemsavgifter och utrustning.[320] Dock tog regeringen bort bidraget 2016 för att istället höja grundbidraget. Förhoppningen var att höjningen fortfarande skulle användas för att betala fritidsavgifterna, men utan att begränsas av de villkor som fritidspengen reglerades av. Eftersom riksnormen inte höjts i takt med samhällets ekonomi var dock försörjningsstödet otillräckligt för många, vilket gjorde att höjningen i praktiken gick åt för att täcka hushållets andra utgifter.[321,322] Förslaget är därför att låta riksnormen vara på dagens nivå, men därutöver återinföra fritidspengen.

90. Kommunalt organiserade gratisaktiviteter

– Kommuner

Ett alternativ för att unga ska kunna påbörja sina önskade aktiviteter, oberoende av deras föräldrars betalningsförmåga, är att kommunen tar ansvar för att organisera och bekosta dem. Malmö Stad gör detta under namnet Kul i Malmö. Via en hemsida kan en få information om vilka aktiviteter som erbjuds i staden, sorterat efter åldrarna 6-12 och 13-25. Under varje aktivitet listas information om vem som anordnar det, om en behöver ta med någon utrustning, om anmälan krävs eller inte, samt adress och karta. **Vissa av aktiviteterna anordnas i kommunens befintliga verksamheter,**

som fritidsgårdar, medan andra görs i samarbete med föreningar, som får ekonomisk ersättning för att täcka sina utgifter.[323,324] Exempel på tillgängliga aktiviteter är parkour, schack, orientalisk dans, blandade boll- och racketsporter, bollsporter för funktionsnedsatta, självförsvar för tjejer, ishockey, simhopp, yoga, målning, bakning, robotprogrammering och skrivande. Det är som lovaktiviteter i andra städer – men året runt![325]

I Helsingborg bedrivs liknande aktiviteter, men samlade på stadens två aktivitetshus, Idrottens hus och Tryckeriet. På Idrottens hus bedrivs klassiska aktiviteter som bollsporter, bordtennis, dans, gym och prova på-verksamhet med föreningar.[326] På Tryckeriet provas många varierade aktiviteter, för att säkerställa att alla unga kan utöva sina intressen tillsammans med andra, även om det är mer ovanliga intressen. Utbudet är i ständig förändring, beroende på deltagarnas önskemål, men utgörs till exempel av ludosport (fäktning med ljusstavar), cosplayverkstad, schack, latinodans, brädspel, taekwondo och e-sport.[327] Alla verksamheter på de två aktivitetshusen är helt fria från kostnader och krav på utrustning.[328]

Anordnarna av dessa aktiviteter är noga med att inte konkurrera med föreningslivet. Det är ett av skälen till att verksamheten på Tryckeriet i Helsingborg varieras i perioder, så att besökarna kan prova schack en tid, men därefter fortsätta i en förening. Fritidsledarna är också behjälpliga med att lotsa deltagarna vidare till föreningarna.[329] För vissa är det dock inte möjligt att fortsätta i en förening. Det kan bero på att föräldrarna inte har råd att betala aktivitetens avgifter, särskilt för kostsamma aktiviteter som ridning, eller att det inte finns någon förening som anordnar aktiviteten, som bollsporter för funktionsnedsatta eller cosplay-verkstad. I dessa fall kan deltagandet via kommunens program vara deltagarnas enda alternativ, också på lång sikt.

91. Fritidskort: subventionering av fritidsavgifter

– Politiker på nationell och kommunal nivå

Ett förslag för att säkerställa att alla unga kan nyttja sina rättigheter till fritids- och kulturaktiviteter är att det inrättas ett kommunalt eller statligt ekonomiskt bidrag som subventionerar avgifterna. Bidraget kan ges i förhållande till hushållets inkomst, så att det just går till familjer där ekonomin kan vara det avgörande hindret.

Förslaget är hämtat från Island. Där subventionerar alla kommuner avgifter för idrott, konst och musik. Bidraget är däremot generellt och baseras inte på hushållets inkomst, utan på deltagarnas ålder, från 50% subventionering för 6-åringar till 36% för 18-åringar. Satsningen har både lett till att fler påbörjat en fritidsaktivitet och att fler föreningar bildats. Geir Bjarnason, idrotts- och fritidsrepresentant i Hafnarfjarðar, menade att kostnaden inte är så stor för kommunerna, med tanke på de effekter inom hälsa, skola och välmående som aktiviteterna har.[330] Tillsammans med ett antal andra arbetssätt har till exempel andelen 15- och 16-åringar som varit berusade den senaste månaden sjunkit från 42% till 5% på 18 år, rökt cannabis från 17% till 7% och rökt tobak från 23% till 3%.[331]

Konceptet med ett så kallat fritidskort har provats i några enstaka kommuner i Norge och Sverige, och Kristdemokraterna har lagt ett politiskt förslag om ett nationellt genomförande. Summorna varierar från 750 kronor per år då fritidskortet provades i Järfälla, till från 500 kronor men upp till 2400 kronor, beroende på hushållets ekonomi, i Kristdemokraternas förslag.[332,333]

92. Extra medel till föreningar som genomför särskilt integrationsarbete
– Fritidsförvaltningar

En del föreningar arbetar aktivt för integration och inkludering. Ofta sprids det en bild inom staden att de är duktiga på det, vilket leder till att de får många deltagare från socioekonomiskt utsatta familjer. Eftersom föreningarna är måna att alla ska kunna delta så håller de nere medlemsavgifterna, men trots det kan de ibland ha svårt att få in avgifterna. Sammantaget drabbar föreningens engagemang för inkludering deras ekonomi.[334]

Utöver den ekonomiska faktorn har tränare vittnat om att de gör sociala insatser för deltagarna, som att hämta och lämna dem i samband med träningar eftersom deras föräldrar jobbar på kvällstid, visar dem hur kollektivtrafiken fungerar, visar dem andra fritidsaktiviteter i staden och tar större ansvar för administrativa uppgifter i föreningen.[335,336] Ledarna ”tar socialt ansvar genom att vara en ’bro in i samhället’” och blir per automatik mentorer för de unga.[337] Föreningar som inte engagerar sig för inkludering kan å andra sidan sätta höga medlemsavgifter, vilket säkrar dem en god ekonomi och får ofta etablerade svenska deltagare med resursstarka föräldrar som inte behöver extra stöd. Trots olikheterna är det ekonomiska föreningsbidraget från kommunen detsamma.

Förslaget är därför att fritidsförvaltningar kan identifiera vilka föreningar i staden som bedriver särskilda insatser för inkludering och integration och stötta dem med extra medel. Om det inte finns mer medel att tillgå bör föreningsbidragen omfördelas så att dessa föreningar får ökat stöd, medan föreningar som ändå får in medel från högre medlemsavgifter får mindre. ”De bedriver ett stort samhällsarbete, och det måste de få stöd för”, uttryckte förenings- och fritidslotsen Leif Nilsson.[338] De utvalda föreningarna kan använda det ökade stödet för att kompensera för de låga medlemsavgifterna, täcka inkomstbortfallet från föräldrar som inte har råd att betala eller för att utveckla nya insatser för att öka inkluderingen ytterligare.

Om extra utvecklingsmedel kan utlysas eller om föreningsbidrag omfördelas förutsåg Leif en situation då föreningar kan anse sig bedriva integrationsarbete och ha rätt till medlen, men att det är viktigt att reservera medlen till de som verkligen gör en insats. ”De har vanliga träningar och tror det är integration eftersom de är öppna, men det är det inte. De behöver göra särskilda insatser för att inkludera och öppna upp föreningen. Kanske är avgifterna för höga för att barnen ska ha råd att delta – då måste de hitta en lösning. De måste lyssna in målgruppen och ordna rätt förutsättningar”, sade Leif.[339]

93. Inrätta ekonomiskt stöd och rutiner för när föräldrar inte kan betala medlemsavgifter
– Fritidsförvaltningar, idrottsföreningar, kulturskolor

I Svenska basketbollförbundets rapport *Mer än bara basket* uppger många ledare att de låter de unga träna även om föräldrarna inte har råd, vilket påverkar föreningarnas ekonomi.[340] Eftersom barnkonventionen slår fast att Sverige ska uppmuntra tillhandahållandet av lika möjligheter till fritidsverksamhet bör kommuner utarbeta rutiner för hur föreningar ska agera när föräldrar inte kan betala avgifterna. Detsamma gäller för kulturskolan och enskilda föreningar som kan utarbeta rutiner för hur de ska bemöta föräldrar som uttrycker svårigheter att betala. **Fritidsförvaltningarna kan även inrätta en ekonomisk pott varifrån föreningar i staden kan söka ersättning för att täcka inkomstbortfallet från uteblivna medlemsavgifter.**

94. Kuponghäfte med förenings- och kulturrabatter

– Fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer

Växjöprojektet På ingång producerade ett kuponghäfte som erbjöd ”gratis prova-på-aktiviteter och gratis terminsavgifter hos ett tiotal föreningar och studieförbund”. Stadens kultur- och fritidsförvaltning bekostade produktionen och kuponghäftet delades ut till 150 nyanlända ungdomar med ett års giltighetstid.[341] Vid genomförande i en annan stad kan naturligtvis målgruppen och utbudet breddas. För att säkra att de nya deltagarna är verkligt intresserade och göra steget till ordinarie kostnad mindre kan ett alternativ vara att ge 50% rabatt på en årsavgift istället för en helt kostnadsfri termin och därefter full avgift under den andra terminen. De övriga 50% kan antingen föreningen/kulturskolan kompromissa med för att kommande år få in hela avgiften, eller få in med externt stöd från sponsorer och företag som sponsrar eller annonserar i kuponghäftet.

95. Aktivitetsbusskort

– Politiker på kommunal nivå

För unga som bor i ett område och går på en aktivitet i ett annat, vars föräldrar inte har bil eller råd att köpa cyklar, är en välfungerande kollektivtrafik ett måste. Utöver att kollektivtrafiken behöver vara utbredd, har både föräldrar och ungdomar vittnat om betydelsen av låga priser. En förälder sade uttryckligen att de skulle kunna bekosta kulturskolans avgift, men att busskostnaden i längden skulle bli för hög för familjen, varpå de tvingades tacka nej till kursen. ”Jag vill gärna träna, men jag har flyttatnu, så jag har inte råd med bussen”, sade en ungdom.[342]

Ett förslag för att ge alla unga möjlighet att ta sig till sin fritidsaktivitet, oberoende av föräldrarnas resurser för att skjutsa eller köpa cyklar, är att införa ett aktivitetsbusskort. **Familjer som visar upp ett intyg/betalad faktura på att den unga är medlem i en förening eller kulturskola och aktiviteten – precis som hur rätten till skolbusskort räknas ut – är en viss sträcka ifrån bostaden, får ett kostnadsfritt busskort**. Aktivitetsbusskorten kan vara programmerade för att gälla den tiden på dygnet då aktiviteter bedrivs, till exempel mellan klockan 15-21.

96. Utöka företagens CSR-arbete

– Näringslivet, idrottsföreningar

”Det är viktigt att näringslivet tar ett stort samhällsansvar” sade Thomas Hansen, hotelldirektör Scandic, angående deras samarbete med OV Helsingborgs projekt där handbollsträning och läxläsning kombineras på skolor i socioekonomiskt utsatta områden.[343] CSR (Corporate Social Responsibility) innebär att företag engagerar sig i en samhällsfråga, som miljö eller integration. Det får positiva effekter för mottagarna av insatsen, men också för företaget, eftersom det sänder ut en ansvarsfull bild som attraherar kunder, anställda, partners och investerare.[344]

Om ett företag vill inleda eller utöka sin satsning på CSR så utgå ifrån vad målgruppen och organisationen behöver, istället för vad företaget vill ge. Det kan vara ekonomiska bidrag, men också andra former, som till exempel att ta hand om en del av föreningens administration, donera teknisk utrustning, leasa en minibuss åt föreningen, att som sportbutik låta föreningens medlemmar köpa utvalda produkter till inköpspris eller att en matbutik donerar gratis frukt till föreningens träningar. Leverantörer av sportartiklar, så som företag som producerar sportskor och sportkläder, kan också sponsra föreningar med utrustning direkt – till exempel i utbyte mot sponsring på kläderna. I samarbetet mellan Scandic Helsingborg Nord och OV Helsingborg var ett av bidragen att Scandics medarbetare kunde delta i projektets läxhjälp på betald arbetstid,

vilket var mycket uppskattat av både medarbetarna, föreningen och de unga.[345] Observera också vikten av att garantera föreningen stöd i ett visst antal år, för att ge stabilitet till föreningens arbete och eventuella mottagande familjer.

97. Ge bidrag till familjer via idrottsföreningar

– Privatpersoner

Ledare som möter unga och deras föräldrarna flera gånger per vecka har en bra överblick över deras situation och vet vilka som kan behöva extra stöd. Målet med ekonomiska bidrag är visserligen att de ska vara långsiktiga och återkommande, men för privatpersoner som vill bidra är naturligtvis enskilda bidrag uppskattade och gör skillnad för den enskilda deltagaren. Kontakta en förening eller kulturskola och resonera med en ledare om vilka behov som finns i gruppen och bestäm därefter vad du kan sponsra med utifrån de ekonomiska möjligheterna. Det kan till exempel vara en medlemsavgift eller nya tränningsskor till en elev eller flera av deltagarna.

98. Mer hållbart stöd från stiftelser

– Stiftelser, idrottsföreningar

Stiftelser kan ge tillfälligt ekonomiskt stöd för att betala en medlemsavgift eller bekosta nödvändig utrustning. Nackdelarna är dels ansökningsprocessen – det krävs kunskap om möjligheten att söka, förmågan att fylla i en ansökan samt intyg från en tjänsteperson om familjens ekonomiska status – samt att de är kortsiktiga eftersom det är ett engångsbelopp som beviljas. Det finns inte heller någon garanti för att ansökan blir beviljad då stiftelser är översökta. Flera aktörer har uppgivit att de hjälper familjer att söka, eftersom de inte sett något annat alternativ för att föräldrarna ska få pengar till avgiften. Ett förslag för att göra stiftelsestöd mer långsiktigt är att skapa ett samarbete mellan en förening och en stiftelse där de kommer överens om ett visst årligt stöd. Det kan sedan fördelas till föreningens familjer, istället för att varje familj ska söka på egen hand.[346]

99. Inkomstbaserad kulturskola

– Kulturförvaltningar, politiker på kommunal nivå

Avgifterna för kulturskola varierar kraftigt i landet, med ett genomsnitt om 643 kronor och högsta pris om 1720 kronor per termin.[347] Ett alternativ för att göra kulturskolan åtminstone ekonomiskt tillgänglig för alla unga är att göra den avgiftsfri. År 1977 hade 57 kommuner avgiftsfri kulturskola, vilket sjönk till som lägst fem kommuner 2002, och steg igen till 14 kommuner 2018.[348,349]

Avgiftsfri kulturskola har visat sig leda till fler deltagare varav en del med utländsk bakgrund.[350] Dock domineras verksamheten fortfarande av barn till akademiker och medel- eller höginkomsttagare. Till exempel gjordes det i Sundsvall en jämförelse mellan två närliggande stadsdelar där ett var låginkomstområde och ett var ett höginkomstområde.[351] Trots att de unga i båda områdena hade tillgång till avgiftsfri kulturskola var det fem gånger fler i högstatusområdet som deltog.[352] Därmed är det rimligt att ifrågasätta om avgiftsfri kulturskola är en kostnadseffektiv investering.

Ett förslag är att göra kulturskoleavgiften inkomstbaserad, istället för avgiftsfri. Eftersom kulturskolan är en kommunal verksamhet är förslaget att kommunen använder samma beräkningsprogram för kulturskoleavgiften som för förskoleavgifter, där hushållets samlade inkomst ligger till grund för avgiften. Om inkomsterna understiger en viss summa blir kulturskolan

avgiftsfri, men däröver höjs den stegvis för att över en viss summa landa på ordinarie avgift. På så vis blir det ekonomiskt möjligt för alla barn i kommunen att detta, utan att skattemedel förbrukas på föräldrar som kan betala själva.

100. Uthyrning av instrument

– Kulturskolor

Unga som utövar ett instrument behöver också öva mellan lektionstillfällena. Många kulturskolor hyr därför ut instrument till de som går kurser. Det görs mot en mindre administrativ avgift, efter tillgång.[353] Detta bör inrättas som en standardlösning på alla kulturskolor i landet. Vikten av att tydligt kommunicera ut möjligheten att hyra instrument till alla deltagare är som vanligt viktigt, så att det inte endast är de föräldrar som läser sig till det på kulturskolans hemsida som tar del av det. På de kulturskolor där erbjudandet finns men tillgången på instrument är begränsad bör de överväga möjligheten att köpa in fler instrument samt öppna upp för att samla in instrument från elever som köpt instrument men ska sluta.

101. Politiska investeringar för alla ungas rätt till fritidsverksamheter

– Politiker på nationell och kommunal nivå

I flera städer bedrivs både ordinarie avgiftsbelagd kulturskoleverksamhet (där unga från högstatusområden dominerar) och avgiftsfria kulturverksamheter på utvalda skolor (där unga från socioekonomiskt utsatta områden deltar).[354,355,356] Vissa skulle kunna hävda att det är en ojämn och därmed orättvist resursfördelning. **Faktum är dock att barn och ungdomar har olika förutsättningar, då vissa kommer från ekonomiskt starka och andra från ekonomiskt utsatta familjer, vilket tvärt om gör att en exakt lika behandling av dem faktiskt skapar ojämlikhet. Det krävs helt enkelt att politiker fördelar resurser ojämnt för att unga ska få lika möjlighet att delta**. Det gör den politiska viljan för ett jämlikt deltagande i fritidsaktiviteter avgörande.

Bakom extrasatsningar på aktiviteter i socioekonomiskt utsatta områden finns ofta statliga extramedel. När en ny nationell budget röstades igenom under regeringsbildandet 2018 ströks det statliga extraanslaget till kulturskolor, med motiveringen att det var ett ineffektivt stöd som gynnade de ekonomiskt välbärgade familjerna som till största del utgör kulturskolan.[357] Personal på kulturskolor och Kulturskolerådet slog dock larm om att effekten skulle bli den motsatta, eftersom det extra tillskottet just hade använts för att finansiera nya verksamheter för de som den ordinarie verksamheten hade svårt att nå. Det var unga från socioekonomiskt utsatta områden och landsbygd, nyanlända, ungdomar 16-19 år, unga med behov av särskilt stöd och ungdomar med funktionsnedsättning. Om bidraget skulle strykas var det just de som skulle tvingas sluta, medan deltagarna i den ordinarie verksamheten skulle ha fortsatt som vanligt.[358,359]

I samband med vårändringsbudgeten 2019 återinfördes tillskottet, men reaktionen på budgetändringen visade vilken effekt som politiska bidrag för både kultur- och idrottssatsningar kan ha.[360] Därmed är förslaget att behålla det extra statliga stödet för kulturverksamheter, oavsett politiskt styre, och öronmärka det för att det ska gå till de ovan nämnda målgrupperna. Rådet är också att politiker vid maktskifte noga undersöker vilka målgrupper som i praktiken nås av ett bidrag, innan de inför eller stryker det.

7. OSÄKERHET I AKTIVITETEN OCH LIVS-SITUATIONEN

Att vara ny i ett socialt sammanhang, som det första tillfället i en ny fritidsaktivitet, kan skapa en känsla av osäkerhet. ”De är sugna på att testa, men det känns som en så stor grej. Man ska anmäla sig, kanske gå dit själv. Det blir väldigt dramatiskt”, förklarade en aktör som intervjuat etablerade svenska ungdomar om att påbörja nya aktiviteter.[361] För unga som är nya i Sverige, inte kan prata flytande svenska eller har en annan etnicitet är de andra i verksamheten kan känslan förstärkas ytterligare. **”Jag kan inte säga till dom [ledarna] vad jag vill, för jag är rädd att de ska skratta för jag inte kan så bra svenska”, uttryckte en ungdom.**[362] **”När man är ny i Sverige och i ett lag, dom andra litar inte på dig, eller är ganska... Dom samarbetar inte med dig” sade en annan.**[363] Samtidigt som nya deltagare upplever denna osäkerhet, är att må bra och ha roligt de två värdena som avgör om unga vill fortsätta med en aktivitet eller inte.[364,365] Värdet av att välkomnas och genuint inkluderas från start, från både ledare, andra deltagare och föräldrar, men också löpande verka för en positiv miljö, kan inte nog understrykas.

Föräldrar som bott i Sverige länge kan ge deras barn precis det stöd de behöver, men många nyanlända föräldrar bär själva på en osäkerhet. Att komma till ett nytt land med ny kultur och språk kan vara omvälvande och leda till att de inte kan stötta sina barn på samma sätt som de kunnat i sitt hemland. Det kan handla om att läsa om verksamheten på en hemsida, hitta dit, förklara något för ledaren eller att fråga en annan förälder om något. Dessutom är verksamheter som föreningar, kulturskolor, lägerverksamheter och aktivitetshus nya för många nyanlända föräldrar, vilket förstärker osäkerheten ytterligare. De ungas deltagande blir en förtroendefråga mellan föräldrar och ledare.[366]

Det finns fler aspekter av osäkerhet som kan stå i vägen för de ungas deltagande. Till exempel uppger fler utlandsfödda än etablerade svenskar att de inte deltar i fritidsaktiviteter eftersom de inte känner sig trygga i deras fysiska miljö.[367] Ungdomar och föräldrar som intervjuades i ett socioekonomiskt utsatt område i Helsingborg beskrev att de sällan gick till fotbollsplanen eller fritidsgården, eftersom de behövde gå genom ett grönområde med dålig belysning för att komma dit, och de oroade sig över gäng i området.[368] Eftersom en del föräldrar upplever att riskerna för att vistas utomhus på kvällstid är större för flickor, kan det vara en förklaring till varför vissa begränsar flickornas deltagande.[369]

Asylsökande unga lever med en ständig risk för att utvisas eller förflyttas, vilket gör dem mindre angelägna att börja idrotta i jämförelse med barn som fått uppehållstillstånd.[370] Många familjer lever i flera år med en osäkerhet över osäkra bostadskontrakt. Varje flytt, även inom staden, kan leda till att de behöver hitta en ny förening, betala årsavgift och återigen komma in i en grupp. Risken för att nyanlända unga tvingas bryta sociala relationer på grund av skäl de inte själva rår över har visat sig leda till att många har svårt med relationsbyggande.[371] **Fritidsaktiviteter för barnen är för många familjer något de väntar med till livssituationen stabiliserats. Samtidigt är det just i osäkra tider som en fritidsaktivitet kan ha som störst betydelse, eftersom det kan ge en känsla av självbestämmande, mening och kontroll.**[372]

Utöver dessa upplevelser av risk och osäkerhet tillkommer det för asylsökande byråkratiska hinder, eftersom en del arrangörer kräver fullständiga personnummer. ”Kravet på dessa fyra sista siffror har utgjort ett ständigt hinder för ungdomarna och gjort att de känt sig kränkta, diskriminerade och orättvist behandlade under tiden i väntan. De har upplevt att de lever i det svenska samhället samtidigt som de på många sätt har tvingats att stå utanför det”, uttryckte en anställd på ett boende för unga utan vårdnadshavare.[373]

För asylsökande och nyanlända unga som inte vill, kan eller får delta i föreningsliv eller kulturskola är det viktigaste att anordna aktiviteter som motverkar passivitet och som bidrar till deras dygnsrytm, hälsa, sammanhang och ett tillfälligt fokus på annat än till exempel asylprocessen.[374] **När livssituationen stabiliseras har de en förkunskap för aktiviteten, som kan leva vidare i mer organiserade former.**

”Den sociala tröskeln var det största hindret. Många utlandsfödda som försökt börja har provat 2-3 träningar i flera olika föreningar, men ingen vill ha dem, de känner sig inte hemma någonstans, sedan slutar de.[375]

Leif Nilsson, fritids- och föreningslots

102. Marknadsför mångfald

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Att nå en bredare målgrupp är den fråga som landets kulturskolor tycker är allra viktigast att arbeta med. Ett viktigt steg är att se över verksamhetens externa kommunikation. Jenny Lövström Elversson, Kulturrådet, resonerar kring skälen varför mångfalden är så låg inom verksamheten: ”Jag tror också att det handlar om vad kulturskolan visar upp. Om det är medelklassens barn, svenskfödd med högutbildade föräldrar, om det är det man ser då känner man sig kanske heller inte välkommen om jag kommer från en annan bakgrund”.[376]

Oavsett vilken aktivitet en anordnar är det viktigt att se vilka grupper som är underrepresenterade, till exempel unga med olika etnicitet i kulturskolan eller flickor och flickor annan etnicitet i idrottsaktiviteter, och se till att de lyfts i organisationens material, som i bilder på hemsidan eller broschyrer. Genom att långsiktigt arbeta för att kommunicera ut en annan bild av sin verksamhet samt att aktivt marknadsföra sig till målgruppen kan fler känna sig välkomna och våga ta kontakt för att delta.

103. Ha filmklipp på hemsidan som visar hur aktiviteten går till

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Enligt Sparks Generation och PwCs studie av vad ungdomar behöver för att påbörja nya aktiviteter så är researchbeteende något som föregår det första besöket. Det betyder att ungdomar inte vill gå direkt till en ny aktivitet, utan först vill läsa på om verksamheten hemma. ”Jag hade velat se hur allt funkar i småklipp innan jag testar själv”, uttryckte en ungdom.[377] Det kan till exempel handla om filmklipp som visar lokalerna, som var en går in och hittar till omklädningsrummen, hur en träning kan gå till, att en ledare presenteras samt vad en ny deltagare kan tänka på för att besöka verksamheten. Att visa ”fails” är också viktigt, det vill säga att något kan gå fel utan att det är pinsamt, men att det istället är roligt och avslappnat.[378]

104. Skapa rutiner för hur gruppen välkomnar nya deltagare

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Oavsett om ett barn eller ungdom flyttar till en ny stad från Afganistan eller Allingsås finns det en känsla av att vara ny. Därför är det bra om verksamheter har en bestämd rutin för hur de gör när det kommer nya deltagare. **Ett exempel är ett av fotbollsföreningen Stattena IFs lag där alla spelarna ställer sig på rad och var och en skakar hand och hälsar på den nya spelaren.**[379] **Ett råd är att utveckla rutinen tillsammans med de aktiva – hur skulle de vilja bli välkomnade om de var nya?**

105. Se förbi språkbegränsningar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Att någon inte kan prata svenska kan målas upp som ett stort hinder, men en kan också se förbi det. ”Språket går bra, man pratar inte så mycket. Man lyssnar på instruktören och gör så gott man kan”, uttryckte en nyanländ ungdom som tränade taekwondo.[380] Till och med musikundervisning kan fungera trots språkbarriärer. I Helsingborg anordnades sommarlovsaktiviteter där nyanlända ungdomar bland annat fick prova olika instrument. Musiklärarna arbetade fram en metod för att kunna lära dem att spela, även om de inte pratade samma språk, och inom en halvtimme spelade de enkla låtar tillsammans i grupp.[381]

Goda exempel finns också för andra engagemang inom idrotten. Umar Osuman kom till Sverige

från Ghana med ett brinnande fotbollsintresse och kom i kontakt med Korpen Malmö. Han kunde varken språket eller hade domarutbildning, men föreningen uppmärksammade hans intresse, stod för utbildningen, och inom kort dömde han framgångsrikt matcher i serien genom att kommunicera på engelska.[382] **Det är viktigt att familjer inte väntar med fritidsaktiviteter till att de kan prata svenska, utan engagerar barnen direkt och sedan låter språket utvecklas med tiden.**

106. Inkludera med kroppsspråket

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

En föreningslots berättade: ”Många gånger när vi kommer dit [till föreningen] så tittar ledaren bara på mig och pratar bara med mig. Jag försöker göra barnet och föräldrarna delaktiga, men han vill bara prata med mig”.[383] Det är naturligt att en riktar sig till den i ett sällskap som pratar bäst svenska, men även om en familj har sällskap av en lots eller anhörig som tolkar så försök att som ledare vara vänd mot den som ska börja med aktiviteten när ni pratar. Även om hen inte förstår vad du säger kan det göra att hen känner sig sedd och inkluderad.

107. Familjementorskap

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Om en är ny i ett socialt sammanhang kan det kännas tryggt att få en utvald person att ty sig till. Därför kan verksamheter införa ett mentorsystem för alla nya deltagare och föräldrar. **Den unga matchas med en redan aktiv från gruppen som kan ta extra ansvar för att visa övningarna och att inkludera hen i gruppen. Om den nya deltagaren inte pratar svenska och det finns någon i gruppen som pratar samma språk är det en fördel, men inget krav. Föräldern matchas i sin tur med en aktiv förälder som kan ta ansvar för att berätta om träningarnas upplägg, skjutsning till matcher/tävlingar, insatser för föreningen och andra logistiska frågor. Föreningar som har genomfört detta förslag har haft bra resultat och sett att de nya anförtrott sig åt sin fadder.**[384]

Mentorskap tillför värde inom alla aktiviteter, men kanske särskilt inom aktiviteter där få deltagare har invandrarbakgrund. Till exempel beskrev ett barn att han provade innebandy, Sveriges näst största sport, men inte kände sig hemma där och istället gick över till fotboll, som har mer mångfald.[385] Genom mentorskap finns det en chans att han hade kunnat komma in i gruppen på ett bättre sätt och känt sig hemma, även om ingen annan i laget hade invandrarbakgrund.

108. Introduktionsmöte mellan ledare och föräldrar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

När ett barn eller ungdom vill börja på en aktivitet är det positivt om en ledare bokar ett informationsmöte med deltagaren och föräldern, till exempel 30 minuter innan det första tillfället. Informera då om hur träningar fungerar, om medlemskap, att ledarna är ideella, vad som förväntas av föräldern, etcetera. Det är en förebyggande insats som kan förhindra missförstånd och problem. Tänk på att ge informationen från grunden och att prata tydligt så att en utan erfarenhet av verksamheten och begränsade språkkunskaper förstår.

109. Producera informationsblad på olika språk

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Att regelbundet ha samtal med nya föräldrar och berätta om hur föreningslivet, träningar och tävlingar fungerar kan bli för tidskrävande för en del ledare. En föreningslots berättade: ”Jag kontaktade föreningar och barnen var välkomna. Men när jag berättade att barnen var nyanlända

och att föräldrarna behövde information om hur träningarna och föreningslivet fungerar så mötte jag motstånd. De såg en massa hinder”.[386] **Ett förslag som underlättar för ledarna och samtidigt säkerställer att alla nya föräldrar får och förstår den information de behöver är att producera ett informationsblad. Det kan innehålla all nödvändig information som föräldrarna behöver känna till om verksamheten, deras barns deltagande och föräldrarnas insatser. Gå ut brett i organisationens nätverk för att hitta några som kan hjälpa till att översätta det till olika språk eller be en aktör om hjälp**, till exempel de regionala SISU Idrottsutbildarna eller kommunens fritidsförvaltning. På så vis kan ledarna ge informationsbladet till nya föräldrar och istället fokusera på att välkomna den nya deltagaren.

110. Förbered ledare som känner sig osäkra kring mottagande eller träningsupplägg
– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer
För många ledare kommer bemötandet av nyanlända deltagare helt naturligt och de får aktiviteten att fungera oavsett skillnader i färdighet eller språk. Andra kan vara mer osäkra kring hur de ska göra och om det är något särskilt de ska tänka på för att möta och leda dem på bästa möjliga sätt. Då är kunskap och förberedelse två nycklar.[387] Det kan till exempel handla om att idrottsförbund eller fritidsförvaltningar kan ”hjälpa föreningarna [med] utbildningsmaterial på olika språk, handledning, arvodering av ledare och tolkar” eller att en upprättar interna eller externa nätverk där en delar erfarenheter, utbyter övningar, etcetera.[388] För en osäkerhet just kring unga med flykterfarenhet kan Rädda Barnens informationsfilmer ”Att möta barn: psykologernas tips till dig som möter barn på flykt” samt UNICEFS kostnadsfria handbok/e-bok ”Möta barn på flykt” ge enkla och användbara råd.[389,390]

111. Koppla extern professionell kompetens
– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer, ideella sociala aktörer
En del av de unga som anordnare av fritidsaktiviteter möter upplever svårigheter i sin vardag. För att ledare som upplever att en deltagare har ett visst problem ska kunna få professionella råd om hur de bäst hanterar det, föreslås kommuner och kulturskolor att sammanställa en lista över aktörer alternativt direkt knyta dem till sig i ett samarbete. Det kan till exempel vara en kontakt inom Röda Korsets behandlingscenter för krigsskadade och torterade för frågor om trauman, Rädda Barnens High Five om inkludering eller Antidiskrimineringsbyrån för råd om hur en bäst bemöter föräldrar som ropar nedsättande glåpord till spelare. Det finns också aktörer inom andra områden som föreningar kan önska en ingång till, till exempel om en ledare uppmärksammar problem med spelmissbruk, ätstörningar eller våld i hemmet. Ledare ska inte själva behöva inleda en insats för deltagaren, men det kan kännas tryggt att kunna ringa en professionell person och få råd samt information om var de kan hänvisa familjen för fortsatt hjälp.

112. Utse en integrationsansvarig
– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter
En metod för att säkerställa att nyanlända deltagare får en bra introduktion och att deras föräldrar får den information de behöver är att utse en integrationsansvarig i verksamheten. Utöver att introducera nya skulle hen också kunna informera och rekrytera deltagare på utvalda skolor och fritidsgårdar.[391] Det är dock viktigt att den integrationsansvarige inte ska bedriva separata verksamheter för nyanlända utan att det är fokus på just integration i den ordinarie verksamheten som gäller.[392]

113. Språkträning efter aktiviteten

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Verksamheter som har flera nyanlända deltagare kan ta extra initiativ för att stärka deras språkkunskaper. Ett förslag är hämtat från föreningar i Laholm som lagt in tid i slutet av träningarna där gruppen tillsammans pratar om ett gemensamt ämne, som vad de gjort på träningen eller vilken som är deras favoritidrottare.[393] Utöver språkträning ökar det gruppens sammanhållning.

114. Översätt information och konversera med app

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, tjänstepersoner som möter målgruppen

Google Translates hemsida är begränsad, men genom att ladda ner appen får en flera verktyg för att kunna ta del av information och konversera, oavsett språk. Till exempel kan föräldrar som inte kan läsa svenska fotografera en verksamhets hemsida med mobiltelefonen och få den översatt. En ledare och förälder kan föra en hel dialog med varandra, genom att prata in i telefonen och omedelbart få det uppläst på det andra språket. Om en vill skriva ett meddelande på telefonen, men inte har svenskt eller arabiskt tangentbord installerat på telefonen kan en skriva för hand på telefonens skärm, varpå det läses in och översätts.

115. Rekrytera frivilligtolkar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, fritidsförvaltningar

Ett sätt för att kunna kommunicera information till föräldrar som inte kan prata svenska eller engelska är att rekrytera frivilligtolkar. Det kan både vara vuxna som redan är aktiva i verksamheten, föräldrar till aktiva barn eller utomstående. Med en sammanställning över frivilligtolkar med olika språkkompetens får ledare möjlighet att boka en tolk till ett fysiskt möte med en förälder, ringa en tolk med högtalarfunktion och prata med föräldern, eller att få sms översatta. Innan påbörjat uppdrag behöver tolkarna signera ett avtal om tystnadsplikt. Initiativet är etablerat i Östra Göinge i projektet Tillsammans för vär(l)dsskap. Deras frivilligtolkar uppger olika motiv för sina engagemang, som att det är en chans att öva på att prata svenska, knyta sociala kontakter med etablerade svenskar i föreningen, hjälpa sina landsmän att komma in i samhället samt att stärka sitt CV.[394]

116. Trivselregler

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

För att deltagare ska trivas behöver det vara en bra miljö. **Ett förslag är att skriva trivselregler tillsammans med deltagarna som ledaren regelbundet kan återkomma till. Be gärna deltagarna att definiera viktiga begrepp bland trivselreglerna, som respekt – vad betyder det och hur behandlar en med- och motspelare med respekt?** ”Vi har haft otaliga diskussioner med ungdomarna och omröstningar med dem. Hur vill ni ha det på er fotboll? Vad är det som gäller?”, beskriver fotbollstränaren Kaveh Pakjoo.[395]

Viktigt är också att vara konsekvent med reglerna. Till exempel beskrev ett lag att de hade tre regler: att bara prata svenska samt att inte diskutera religion eller politik. ”Om det är någon som vill prata politik så avbryter vi det direkt”, berättade en deltagare.[396] Ytterligare ett tips är att servera frukt i samband med alla träningar för att hålla blodsockret på en bra nivå om vissa deltagare inte har ätit samt för att kunna bryta träningen om det blivit bråk för att ha fruktstund och diskutera vad som hände.[397]

117. Aktivitetskompisar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, skolor, fritidsgårdar

Om ungdomar som bor i ett gemensamt område bestämmer en tid och plats för var de kan mötas upp för att tillsammans gå till och från aktiviteten, ökar deras chanser för deltagande. Tryggheten då de går till och från aktiviteten på kvällstid ökar och vetskapen om att vännerna väntar på en motiverar en att gå dit istället för att stanna hemma. Detta upplägg baserar sig på att redan aktiva regelbundet följs åt till aktiviteten, men en aktivitetskompis kan också vara en tillfällig insats för att öka tryggheten för nya deltagare. **Unga som är intresserade av att påbörja en aktivitet kan via till exempel skolan eller en fritidsgård matchas med någon som redan är aktiv, som kan hjälpa den nya med att komma igång i verksamheten. Den erfarna kan till exempel berätta hur aktiviteten går till och gå dit tillsammans de första gångerna**.

118. Anpassa kraven på föräldrarna efter deras resurser

– Idrottsföreningar

Att driva en förening är ofta beroende av att föräldrar hjälper till. Ju fler som engagerar sig, desto mindre blir den fördelade arbetsbördan. Samtidigt är det viktigt att komma ihåg att föräldrar har olika förutsättningar. Har familjen inte bil, kan de heller inte skjutsa till matcher. Är en förälder ensamstående med fyra barn, är det svårt att stå i kiosken. Var öppen för att sänka kraven på vissa föräldrar, men notera vikten av att bara göra det om de har begränsade förutsättningar/resurser och först efter en dialog med dem, och inte per automatik för att de är nyanlända eller har invandrarbakgrund. Då hamnar en i ”de låga förväntningarnas rasism” där en, ofta med goda intentioner, sänker förväntningarna på individer med annat ursprung än normen då en utgår ifrån att de har lägre kapacitet än andra.

119. Föräldrar kan uppmuntra sina barn extra

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter, föräldrar

Sparks Generation och PwCs workshop med etablerade svenska ungdomar i åldern 10-15 år visade att deras process i att påbörja en ny aktivitet går via fem steg – upptäcka aktiviteten, ”gilla” på sociala medier, förbereda genom att läsa om aktiviteten och organisationen, hitta information om var den bedrivs i staden samt belöning för att prova på.[398] Den sista punkten är enkel, men kan inte nog understrykas. Föräldrar har ett stort inflytande över sina barn och att finnas där under och efter provträningarna, som en närvarande och uppmuntrande förälder, och att efter aktiviteten belöna med något, kan göra hela skillnaden. Notera att belöningen inte behöver vara materiell – till exempel kan föräldern laga deras barns favoritmat på söndagen efter veckans träningar.

120. Skapa administrativa system som inkluderar asylsökande

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Under hösten 2018 nekades flera asylsökande ungdomar som via Aktiv Fritid ville börja träna hos en gymkedja. Trots flera diskussioner var det omöjligt för dem att bli medlemmar utan fullständigt personnummer. Vid uppföljning hösten 2019 framkom det att asylsökande nu var välkomna att bli medlemmar per halvårs- och årsbasis. Det visar att det trots allt är möjligt att ändra adminstrationssystem och regelverk för att öka inkluderingen.

En del anordnare, som vissa kulturskolor, säger att asylsökande är välkomna, men eftersom föräldrar måste ha bank-ID för att anmäla deras barn och asylsökande utan arbetstillstånd inte kan upprätta bankkonton och bank-ID, blir de i praktiken exkluderade. **Enligt samtal med en**

kulturskola kan de göra undantag från anmälningsprocessen så att barn utan personnummer ändå kan börja, men det framgår inte på anmälningssidan utan det krävs att föräldrarna tar kontakt och frågar administratören. Ett gott exempel på aktör som inkluderar asylsökande är Göteborgs kulturskola som på hemsidan tydligt förklarar hur en går tillväga för att anmäla nya deltagare med eller utan bank-ID.[399]

121. Ta krafttag för ungas trygghet

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

I intervjuer med ungdomar i en socioekonomiskt utsatt stadsdel i Helsingborg var den vanligast återkommande responsen om deras livssituation att de kände sig osäkra på kvällstid, vilket gjorde att de stannade hemma istället för att delta i aktiviteter.[400] När högstadieungdomar fick svara på vad som är sämst med staden svarade flest att det är hög kriminalitet/rån/klotter/vandalisering samt att det är otryggt.[401] **Flera samhällsaktörer behöver ta krafttag för att säkerställa alla ungas trygghet, allt från politiker och samhällsplanerare som kan skapa upplysta gång- och cykelvägar, utbredd kollektivtrafik och aktiviteter för ungdomar, till polis och ideella lokala initiativ som nattvandrare.**[402,403] **Det finns flera faktorer som kan stimulera unga till en aktiv fritid, men om deras vardag präglas av en osäkerhet för att röra sig utomhus, har de i praktiken ingen möjlighet att delta ändå.**

8. RASISM, DISKRIMINERING OCH KRÄNKNINGAR

”Vi var nyligen på en cup där föräldrarna från motståndslaget kom efter våra barn efter matchen och skrek 'visa era pass' och 'jävla invandrare!'”[410]

Marie Källstrand Olmos, Bergsjö IF

Rasism är en idé, ideologi, samhällsstruktur och handlingar som ”bygger på föreställningen om att det finns olika raser och att dessa är olika mycket värda”. Genom att dela upp människor i en hierarki, där vita anser sig vara överst, berättigas beteende mot människor som är lägre stående i hierarkin.[404] **Rasism, diskriminering och kränkningar är något som många är helt förskonade från, men som andra möter regelbundet. De är definitivt faktorer som kan få unga att tappa lusten med sin aktivitet, känna sig malplacerade och oönskade, och sluta.**

Det finns olika former av hur rasism kommer till uttryck. Ett exempel är vardagsrasism som ”sker vardagligt, i kommentarer, frågor och antaganden”, som både kan vara väldigt tydligt men också subtilt och svårt att identifiera. Ett snarlikt uttryck är mikroaggressioner, vilket är icke-avsiktliga och slentrianmässiga kommentarer, skämt och frågor som baseras på att en person inte tillhör normen. Det kan till exempel kretsa kring en persons klassbakgrund, ålder, sexuell läggning eller etnicitet och bidrar till en känsla av att inte passa in.[405] Det är viktigt att vara uppmärksam på detta inom sin egen verksamhet. **En ungdom berättade om ett tillfälle då han provtränade med en fotbollsförening och de slumpmässigt delades upp i lag om tre mot tre. När tränaren noterade att det ena laget bestod av spelare med ljus hy och det andra laget med mörk hy skrattade han och utbrast: ”det blev ju invandrarna mot svenskarna, nu kör vi!”.**[406] **Ungdomen slutförde träningen men kom inte tillbaka. Han började inte hos någon annan förening heller.**

Det finns många exempel på rasistiska angrepp inom barn- och ungdomsidrotten som är både högljudda, direkta och medvetna.[407] Då Göteborgs-Posten intervjuade fotbollstränare från tio barnlag, 9-12 år, där många av deltagarna hade utländsk bakgrund, uppgav åtta av tio att de i samband med matcher möter rasistiska kränkningar – nästan alltid från föräldrar i motståndarlag. Två av klubbarna hade erfarenheter av negativa kommentarer mot flickor i slöja, men i övrigt skedde angreppen inom pojkfotbollen. Vanligast var att det skedde i samband med att de vunnit matcher mot lag som inte hade spelare med utländsk bakgrund, ”från de lite ’finare’ områdena”, som en tränare uttryckte det. Tränarna vittnade om grova angrepp och menade att det blivit betydligt värre de senaste åren.[408]

”Jag hörde sånt här på 80- och 90-talet. Nu får barnen höra ännu värre saker. Och så undrar folk varför en del killar blir utåtagerande”.[409]

Marie Källstrand Olmos, Bergsjö IF

En annan form av rasism är den strukturella. Den är mer osynlig och verkar i form av handlingar, normer och processer som gör att vissa individer och grupper löpande diskrimineras och som ”gör att människor som rasifieras som icke-vita inte får ta del av samhället på samma sätt som andra”.[411] IFK Göteborgs huvudtränare Poya Asbaghi har berättat om sina erfarenheter av detta, till exempel då han som tränare inte blev antagen till en tränarutbildning, trots att mer än hälften av de antagna var yngre fotbollsspelare från samma division, utan tränarmeriter. Först efter att en etablerad tränare ringt förbundet och ställt dem till svars fick han plats. I ett senare tillfälle sökte han ett jobb som distriktsförbundskapten för ett pojklag men fick inte det med skälet att han inte gått en specifik avancerad tränarkurs – dock var den som fick jobbet till och med utbildad på en lägre nivå än Poya.[412,413] **Exemplen bekräftas av större studier – ungdomar med invandrarbakgrund får mer sällan frågan om att bli ledare inom sina föreningar, trots att intresset för tränarutbildning är ”betydligt större” bland utlandsfödda än svenskfödda.[414,415] Representationen inom styrelser, kommittéer, nämnder och förbundskaptener är också extremt låg.[416]**

Främlingsfientlighet är ett begrepp som ofta används för personer som ogillar och har fördomar mot personer med utländskt ursprung. Det problematiska med uttrycket är att människor som utmålas som främlingar ofta inte är det, utan svenskar som både fötts och växt upp i Sverige, men som inte har vit hy. När främlingsfientlighet inte handlar om en rädsla för någon främmande, utan för svenskar med annan etnicitet, kultur eller religion, är det därför inte främlingsfientlighet, utan rasism.[417]

Antirasism är motkraften till rasism. Att agera antirasistiskt innebär att en identifierar och bekämpar rasism, till exempel genom ”att utmana och förändra system, strukturer, politik, praxis, värderingar, attityder och beteenden”.[418] Antirasism handlar också om att verka proaktivt för att förebygga rasistiska handlingar och strukturer.[419]

Eftersom målgruppen för denna rapport är unga med invandrarbakgrund fokuserar vi på den rasism, diskriminering och kränkningar som kan drabba dem, till exempel på grund av deras etniska tillhörighet eller religion. Unga kan dock också utsättas på fler grunder, som kön, sexualitet, könsöverskridande identitet eller uttryck, funktionsnedsättningar eller ålder.[420] Att arbeta för att alla unga ska kunna delta i en fritidsaktivitet, trygga och fria från att utsättas för det, är ett arbete som angår alla som är aktiva inom idrotten.

Notera vikten av att arbeta med dessa frågor oavsett vilken etnicitet, religion eller de andra diskrimineringsgrunderna som deltagarna i sin fritidsverksamhet har. **Antirasism och antidiskriminering är minst lika viktigt för de verksamheter där alla deltagare ser ut att tillhöra normen. Ledare för sådana verksamheter har nämligen potentialen att påverka deltagarna på ett positivt sätt, så att de inte utsätter andra, till exempel då de tävlar mot andra lag eller i helt andra sammanhang som på skolan eller sociala medier.**

”Våra barn blir alltid misstänkliggjorda. Jag vet inte hur många gånger jag hört 'svart-skallar' eller 'så gör man inte i Sverige' när vi är borta på matcher. Det är inte ens roligt att åka längre”.[421]

Hector Valeria, Solväders FC

122. Utbilda och certifiera föreningar

– Fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer

För att motverka diskriminering och kränkningar samt säkerställa att alla unga känner sig inkluderade i en förening är det viktigt att ledarna har kompetens inom frågor som normkritik, jämställdhet, jämlikhet, interkulturalitet, machokultur, diskriminering och rasism/antirasism.[422] Många kommuner ställer krav på att föreningarna ska arbeta medvetet med det, men stödjer dem inte i hur.[423]

Både kommunala förvaltningar, regionala aktörer och aktörer inom specifika idrottsförbund kan genomföra utbildningar för att höja föreningarnas kompetens och vägleda dem i arbetet. Utbildningarna kan både innehålla teoretisk kunskap om ämnena och praktiska riktlinjer, till exempel hur en ledare ska agera om en medspelare eller förälder, i sin egen verksamhet eller från ett motståndarlag, uttrycker sig kränkande mot en annan. En vanlig reaktion när sådant sker är att en blir chockerad och därför är det viktigt att på förhand ha fått utbildning och träning.

Ett förslag är att utgå ifrån en existerande utbildning och utöka den. Till exempel genomför Göteborgs fotbollsförbund en fyratimmars-workshop om praktisk träning, hur en match spelas, värdegrund och uppförandekod som minst en tränare per lag behöver gå. De som anordnar liknande utbildningar/workshops kan ta kontakt med aktörer som IM, Rädda Barnen, Antidiskrimineringsbyrån eller Röda Korset. De kan de gå igenom utbildningsmaterialet och komplettera det med fortbildning om rasism, antirasism, normkritik och bemötande.

Om kommuner utvecklar utbildningen (fortsatt gärna i samråd med kompetenta civilsamhällesorganisationer) kan kommunen utforma det som en eller flera certifieringar samt villkora det ekonomiska föreningsbidraget med att föreningar behöver gå dem. Ett sådant system har Malmö Stad som erbjuder ett flertal utbildningar för föreningar. Vissa av dem, som ”Hbtqi-inkludering och normkritik” är dock frivilliga, medan andra, som ”utbildning i jämställdhet och antidiskriminering” är obligatoriska.[424]

123. Öka kunskapen

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

En viktig del inom antirasism är att erkänna och förstå hur rasism fungerar.[425] För att öka kunskapen är en rekommendation att läsa två dokument som IM producerat. *”Vi” och ”dom” från då till nu* är skrivet av Calle Berglund, journalist och antirasistisk föreläsare, och Annika Ruge, Antidiskrimineringsbyrån Norra Skåne. Dokumentet ger en grundlig men lättförståelig genomgång av rasism, som rasismens historia i Sverige, tankemönster, former av rasism, hur rasism fungerar och lagen. *Integration i Sverige* skrevs av Priscilla Solano, filosofie doktor i sociologi på Lunds universitet, och behandlar ämnen som integration, mångfald, assimilering, rasism och diskriminering, med både fakta och reflektionsfrågor. Genom att läsa dessa två dokument får en god grundkunskap för att förstå ämnet och det system som de unga utsätts i och till exempel motståndarlagsföräldrarna agerar som en del av.

124. Säkerställ att verksamheten är fri från diskriminering och kränkningar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

En bra metod för att säkerställa att ens verksamhet är fri från diskriminering är Rädda Barnens High Five – fem steg till trygg idrott för barn och unga. Metoden genomförs genom att minst fyra individer från en förening – en från styrelsen, en ledare, en förälder och en ungdom – arbetar med metodprogrammet under nio timmar, fördelat på tre tillfällen. Tillsammans diskuterar de hur det är i verksamheten, hur de önskar att det ska bli och tar fram en plan med både före-

byggande insatser och åtgärder ifall något händer.[426] En förening som arbetar med metoden är BK Häcken, där 12-åriga Evy Tsavalias förklarat betydelsen: "jag känner mig jättetrygg i den här föreningen för vi pratar väldigt mycket om respekt och att man ska ha en positiv attityd, hur man ska vara i laget".[427]

En annan metod är *Medspelare*, vilken Röda Korsets ungdomsförbund tagit fram med grund i barnrättskonventionen. Medspelare är en workshop som tjänstepersoner på ungdomsförbundet kan hålla för grupper av unga och deras ledare. De får kompetens om deras rättigheter som unga idrottare och ledarna får råd om hur de kan fortsätta arbetet på lång sikt.[428] Workshopen leder fram till gemensamma beslut för verksamheten, som att alla ska hälsa på varandra, att de unga ska få vara med och bestämma över träningarna och att alla ska uppmuntras vara den de är.[429]

125. Engagera de unga genom utbildning och värderingsarbete

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

De som bedriver fritidsaktiviteter har en unik möjlighet att utveckla deltagarnas värderingar, då unga i samma ålder samlas och har respekt för ledaren. Ett förslag är att gruppen regelbundet, till exempel en gång i månaden, använder en del av träningen åt att arbeta med värderingsövningar, diskussioner och få presentationer om viktiga ämnen. Inför terminsstart kan ett schema sättas om vilka ämnen som ska diskuteras vilka datum. Det kan både handla om sådant som presenterades i föregående förslag, men också om annat, som kost, psykisk ohälsa, mobbing och miljö. På så vis tar anordnarna en utökad och aktiv roll i utvecklingen av en positiv samhällsutveckling. Det är dock viktigt att ledaren har, eller tar in rätt kompetens, för ämnet, för att vara säker på att diskussionerna genomförs på ett bra sätt och att eventuella falska påståenden eller negativa uttalanden från deltagare kan bemötas. Samarbeta gärna med andra, till exempel genom att bjuda in aktörer med kompetens om ett visst ämne, för att hålla i ett tillfälle.

126. Arrangera temadag om rasism, antirasism och integration

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

IM utvecklade utbildningsmaterialet *Det Nya Landet – Startar i skolan* för att underlätta högstadie-gymnasie- och folkhögskolors värdegrundsarbete. Projektet är i dagsläget inte aktivt men allt material finns tillgängligt på IMs hemsida och är lika användbart inom fritidsverksamheter. Det finns ett färdigt halvdagsupplägg och ett heldagsupplägg med kompletta lärarinstruktioner, övningar och diskussionsfrågor. Materialet är pedagogiskt utformat för att intresserade ska kunna läsa dokumenten och på egen hand kunna genomföra temadagar. En stor del av kulturskolors undervisning är individuell, men om en kulturskola vill agera i frågan, till exempel genom att hålla en utbildning eller workshop, skulle de kunna bjuda in deltagarna och föräldrarna till ett extratillfälle.

127. Bilda vänföreningar med gemensamma träningar

– Idrottsföreningar

Gunnilse IS är en av de föreningar som intervjuades om rasismen de regelbundet mötte i samband med matcher. **"Det har blivit ett väldigt 'vi och dom'. (…) Jag tror bara det handlar om fördomar och okunskap", reflekterade lagets tränare Pradip Morjaria. Vid ett tillfälle tog han saken i egna händer och bjöd in motståndarlagets spelare till en gemensam träning. Det gick så bra att de senare gick på restaurang och åt middag tillsammans. "Nu är de bästa kompisar", adderade han**.[430,431] Alla föreningar kan ta initiativ för att skapa gemenskap över gränserna. Arbeta förebyggande, vänta inte med att agera tills efter era spelare har utsatt eller blivit utsatta. Genom att

ta kontakt med en förening i en annan stadsdel och bilda vänföreningar skapas relationer och förståelse. Eftersom båda lagen ändå ska träna kan lagen en gång per månad ha gemensamma – och gärna lite extra roliga – träningar.

128. Skriv in nolltolerans i verksamhetspolicyn

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

För att förebygga problem med rasism, diskriminering och kränkningar är det viktigt att formulera en nolltolerans i verksamhetens policy/regler. Ett exempel är fotbollsföreningen GAIS som tydligt skrivit: ”I GAIS arbetar vi aktivt mot alla former av trakasserier, pennalism eller mobbing. Detta gör vi i ledarutbildningar, föräldramöten och lagvis. Vi har en Nolltolerans mot alla kränkningar och vår verksamhet ska vara fri från svordomar och fritt från rasistiska, sexistiska och homofobiska tilltal”.[432] Policys kan också komma på initiativ från idrottsförbund. Ett exempel är Skånes Handbollsförbund som skrivit ett dokument om sunt föräldraskap, vilket inkluderar nolltolerans mot rasistiska uttryck, som föreningar därefter antagit.[433] Detta kan också göras i andra verksamheter, som fritidsgårdar och aktivitetshus. Vissa personer som själva tillhör normen och är obildade om ämnet kanske inte ser syftet med att skriva in formuleringarna, men om en incident sker är det värdefullt att kunna koppla händelsen och dess konsekvenser till verksamhetspolicyn/reglerna. Notera vikten av att policyn inte bara gäller internt, utan också föräldrarnas beteenden i möten med andra lag.

129. Samla idéer för konsekvenser mot de som bryter nolltoleransen

– Idrottsstimulerande aktörer, fritidsförvaltningar, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Flera föreningar har gått ut och krävt hårdare tag mot rasismen. Hisingsbacka FC i Göteborg menade att en borde kunna stänga av föräldrar från matcher. Förslaget är relevant – om en kan porta åskådare från elitfotbollsmatcher, varför inte också från barn- och ungdomsmatcher? Göteborgs fotbollsförbund avfärdade dock förslaget då de inte ansåg att det var praktiskt genomförbart vid ”en sjumannaplan bland föräldrar, hundar och barnvagnar”. ”Den biten kan vi nog glömma”, slog förbundets ordförande Bert Andersson fast.[434] Men det bör vi inte alls.

Aktörer som kan ha en påverkan på tävlingar i barn- och ungdomsverksamheter, som idrottsförbunden som organiserar dem och kommuner som tillhandahåller planer, behöver ha en diskussion om hur de kan agera för att eliminera rasism och kränkningar från barn- och ungdomsidrotten. De ungas säkerhet, psykiska hälsa och fortsatta deltagande i idrotten är viktigare än att föräldrar ska kunna skrika glåpord.

Förslaget är att starta en dialog med stadens föreningar och aktörer och att samla in deras idéer för hur en god miljö ska säkras för deltagarna. Kalla dem till ett möte och be alla ta med vars fyra konkreta förslag, både för hur rasism och kränkningar ska förebyggas och hur olika aktörer kan agera mot de som bryter nolltoleransen. Om en anser att något är tillräckligt viktigt och en öppnar upp för en dialog om det, finns det alltid praktiska lösningar för att uppnå det.

130. Informera om nolltoleransen samt konsekvenser vid övertramp

– Idrottsstimulerande aktörer, fritidsförvaltningar, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Aktörer som kan påverka fritidsverksamheter och tävlingssammanhang rekommenderas att fatta tydliga beslut om deras agerande i frågan. Det kan både ha en förebyggande effekt och skapa tydlighet för konsekvenserna. Det kan till exempel handla om att idrottsförbund kan skicka ut informationsbrev till alla föreningar eller att domare inför en match informerar spelarna och åskådarna

om nolltoleransen mot rasism och kränkningar. Det kan också vara en enskild anordnare som formulerar rutiner och informerar sina deltagare om vad som gäller. **Fritidsförvaltningar som fått kännedom om föreningar vars deltagare eller föräldrar ofta utsätter deltagare i motståndarlag för rasism kan kontakta dem och informera om kommunens rätt att dra in föreningsstödet eller deras rätt att träna på kommunens planer och hallar om de inte agerar för en förbättring**. Alla som tränar i ett lag, besöker en fritidsgård eller läger, och deras föräldrar och ledare, behöver veta vad nolltolerans innebär och vilka konsekvenser som följer om den bryts.

131. Polisanmäl föräldrar som uttrycker sig rasistiskt

– Idrottsförbund, domare, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Hets mot folkgrupp definieras som ”att offentligt sprida uttalanden som hotar eller är nedsättande om en grupp av personer, med anspelning på ras, hudfärg, nationellt eller etniskt ursprung, trosbekännelse eller sexuell läggning”, vilket är ett brott enligt svensk lag.[435] Förbund kan bestämma att domarna ska polisanmäla alla föräldrar som uttrycker sig rasistiskt.

I väntan på ett sådant beslut kan de föreningar som ofta är utsatta också ta saken i egna händer. Med tanke på att angriparna är kända i ett sammanhang av föräldrar och ledare från deras förening bör det inte vara ett problem att identifiera dem. Eftersom ledaren har ansvar för spelarna och kan behöva ta dem ifrån planen och till omklädningsrummet kan istället några föräldrar ta ett gemensamt ansvar för polisanmälningar. De kan stå vid sidlinjen under matcher och samarbeta med bestämda uppgifter, som att filma föräldrar som skriker rasistiska glåpord, identifiera och polisanmäla dem.

132. Varna och visa ut spelare/tävlande vid rasistiska uttryck

– Idrottsförbund, domare

Inom idrotten finns det ofta regelverk som ger domarna rätt att varna och visa ut spelare på grund av olämpligt beteende eller uttryck. Inom fotboll ska till exempel ”stötande, förolämpande eller smädligt språk och/eller gester” leda till direkt utvisning och inom handboll kallas det ”osportsligt uppträdande”.[436,437] Idrottsförbund kan se till att domare tolkar dessa regler så att de också innefattar rasistiska uttryck och uppmana domarna att använda sig av dem konsekvent.

133. Stäng av föräldrar inom den egna föreningen

– Idrottsföreningar

Det kan vara svårt för domare och ledare att agera mot föräldrar i motståndarlag som uttrycker sig rasistiskt efter matchers slut. Däremot har den egna föreningen koll på vilka föräldrarna är och därmed har de ett ansvar att agera.

Skriv en formulering i föreningens regelverk om vilket beteende som gäller i samband med matcher och tävlingar och vilka konsekvenser som följer om det bryts, samt kalla till ett föräldramöte och informera. Ett förslag är att föräldrar som bryter mot uppträdandereglerna vid ett första tillfälle stängs av i en match och vid kommande tillfälle mellan tre matcher och en hel säsong, beroende på agerandets karaktär. Naturligtvis får föräldern fortsätta att skjutsa sitt barn till matcher men får inte följa med till på tävlings/planområdet.

Alla unga har rätt att utöva en fritidsaktivitet och må bra, och inte bara deltagarna i den egna föreningen. Ledare, föräldrar eller styrelsemedlemmar som uppmärksammar att föräldrar från sin egen förening utsätter spelare i motståndarlag för rasistiska eller andra kränkande påhopp har alla ett ansvar för att agera, exempelvis genom att initiera detta förslag. Ledare och föräldrar från

föreningar som blivit utsatta kan också kontakta ordföranden från motståndarlagets förening, förklara vad som skett och presentera förslaget.

134. Dubbelt ledarskap för att motverka motsättningar

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Om en organisation vet att det finns motsättningar inom gruppen, till exempel mellan nyanlända och etablerade, mellan två folkgrupper eller två religioner, kan en verka proaktivt genom att ha ett dubbelt ledarskap. Genom att ha två ledare som representerar de två grupperna, till exempel en kristen och en muslimsk ledare, eller en nyanänd och en etablerad svensk, kan de ta ett gemensamt grepp. De sänder viktiga signaler vilket minskar motsättningarna, kan hålla i goda samtal med deltagarna och får fler redskap för att hantera eventuella konflikter.[438]

135. Hantera motstånd inom föreningen

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

För att en ledare ska kunna ta emot nya deltagare på ett sätt som får dem att känna sig inkluderade behöver ledaren vara positivt inställd. Media, sociala medier och dagens samhällsklimat kan dock bidra till att skapa negativa föreställningar om personer som är, eller som betraktaren uppfattar som, flyktingar, nyanlända eller invandrare. Många behandlar unga lika oavsett etnicitet eller språk, medan andra kan påverkas av sina förutfattade meningar.

Det är viktigt att anordnare av fritidsaktiviteter är tydliga med att både ledare, föräldrar och aktiva deltagare ska ha samma välkomnande attityd till alla nya deltagare, oavsett deras etnicitet, språk eller religion. En del i detta arbete är att förbereda sig på att hantera eventuellt missnöje eller motstånd. **Om det uppstår en situation där till exempel föräldrar utmålar nyanlända deltagare som ett problem så är ett råd att inte fokusera på de nyanlända och att fastna i en diskussion baserat på föräldrarnas fördomar, utan på de normer och värderingar som ligger bakom åsikterna.**[439] **Grunda diskussionen i föreningens och idrottens värdegrund samt de mänskliga rättigheterna.**[440] I idéprogrammet *Idrotten vill* förklaras till exempel Riksidrottsförbundets fyra grundprinciper: glädje och gemenskap, demokrati och delaktighet, allas rätt att vara med samt rent spel.[441] Om föreningens deltagare och föräldrar kan komma överens om att följa dessa principer blir de nya deltagarnas ursprung, hudfärg och språk irrelevant. Vid behov kan föreningen kontakta andra aktörer, som kommunen, SISU Idrottsutbildarna, IM eller Rädda Barnen, för att få råd och stöd samt kunskap om integrationsarbete, utsatthet och vikten av inkludering.[442]

9. BRIST PÅ SAMVERKAN, RESURSER OCH MÅL

Driften av samhället är uppdelad mellan olika organisationer, men människan följer inte samma uppdelning. För att unga ska kunna leva och utvecklas under bästa möjliga förhållande behöver organisationerna samarbeta. På riktigt.

Om ett barn eller ungdom får extra stöd inom ett område, kommer det gynnas också inom andra. Att delta i en fritidsaktivitet förbättrar prestationen också inom skolan. Det kan leda till att de går ut skolan med godkända betyg, vilket avsevärt minskar risken för arbetslöshet, kriminalitet och utanförskap. När ungas hälsa förbättras minskar också risken för sjukdomar, övervikt och depression på lång sikt – något som minskar belastningen på sjukvården. Att få goda vuxna förebilder i ledarna, ett positivt socialt sammanhang, stärkt psykisk hälsa och något att uttrycka sin energi och känslor genom kan minska behovet av insatser från socialtjänsten.[443] **Att unga är aktiva på sin fritid och mår bättre är positivt för alla. Därför bör också alla som på något vis arbetar eller intresserar sig för ungas situation höja blicken och samarbeta med andra, inom både offentlig-, privat-, och ideell sektor, med andra aktörer, avdelningar och kollegor**.

Det är skillnad på samverkan och samverkan. I en del arbets- och samverkansgrupper deltar några aktörer, medan vissa från andra myndigheter eller sektorer inte bjuds in. Målgruppen är ofta frånvarande, eller så bjuds de in då problembeskrivningen och grundupplägget redan formulerats. Genom utvecklingsprocessen ser de deltagande aktörerna i första hand till sitt uppdrag, begränsningar och budget, och med utgångspunkt i det diskuterar de vad de kan göra för målgruppen. De utvecklar en insats som har en positiv effekt, men är kanske inte just det målgruppen behövt. Kanske ligger det en kortsiktig finansiering bakom.

Riktig samverkan är svårare. För det första behöver alla aktörer som kan bidra vara med från start. När inbjudan görs brainstormar de först vilka det kan vara, istället för att utgå från det vanliga kontaktnätet och tidigare samarbeten. Målgruppen har en tydlig röst, antingen genom kvalitativa intervjuer, genom representanter på mötena eller både och. När insatsen ska utvecklas ställer alla aktörer sina egna agendor och begränsningar åt sidan och sätter allt fokus på målgruppens behov och möjliga lösningar. Först när det definierats och grunden för en insats utformats, kan gruppen identifiera vilka delar som vilka aktörer kan ansvara för. Kanske blir det inte jämnt fördelat och kanske matchar inte arbetsuppgifterna aktörernas ansvarsområden exakt, men de gör det ändå – eftersom det är det som krävs. Organisationen är det sekundära och målgruppens behov det primära.

Att samverka behöver inte nödvändigtvis betyda att två organisationer ska planera, finansiera och driva ett arbete tillsammans. Om en organisation vill driva ett projekt som stärker unga i skolan och en annan vill bedriva fysisk träning på fritiden kan de koppla ihop sig med varandra och erbjuda sina insatser till samma deltagare. Även om organisationerna bedriver sina arbeten separat kan de på så vis förstärka varandras insatser och öka effekten.

Slutligen är det viktigt att inte begränsa samarbete geografiskt. Många av de aktörer som intervjuades reflekterade kring samma utmaningar, men hade aldrig eller sällan utbytt erfarenheter med varandra. ”Jag har jobbat länge med det här och känt mig ganska ensam många gånger”, sade fritids- och föreningslotsen Leif Nilsson.[444] Att göra en grundlig omvärldsanalys kan ta tid och prioriteras ibland bort vid uppstarten av nya projekt och tjänster, men att komma i kontakt med andra och lära sig av deras misstag och framgångar kan löna sig flera gånger om.

Vi behöver alla prioritera, bli bättre och vara nytänkande och kreativa kring samverkan. Inte för att det passar oss, inte för att det låter bra, utan för att vi måste.

”Det finns många verksamheter och projekt som liknar varandra, men ofta jobbar man med sitt och missar att ta vara på lärdomar och metoder som används på annat håll. Vi behöver bli bättre på att hitta liknande aktörer, både regionalt och nationellt, och samarbeta”[445]

Johanna Axelson, Projektledare

136. Direktiv och mål från politisk nivå

– Politiker på kommunal nivå

Att en del unga är exkluderade från sociala och hälsofrämjande sammanhang som andra har tillträde till får negativa konsekvenser. För att samhället ska ta frågan om fritidsaktiviteter på allvar är det viktigt att ha politiska mål.[446] **Ett förslag är att besluta om ett kvantitativt mål som att det maximalt får skilja 20% i föreningsdeltagande mellan unga i stadens minst respektive mest aktiva stadsdel. Om det skiljer mer är det upp till kommunen att tillsätta resurser för att höja deltagandet i de minst aktiva stadsdelarna tills målet är uppnått.** Det kan både ske genom att tillsätta tjänstepersoner som arbetar strukturellt, organisatoriskt och på individnivå samt att ge extra resurser till föreningar, kulturskolor och verksamheter.

En positiv effekt av politiska beslut är att de ger mandat till engagerade personer inom kommunen. Till exempel, om anställd inom fritidsförvaltningen vill genomföra ett initiativ, som att producera en utbildning om jämlikhet, inkludering och antirasism och ställa krav på att stadens föreningar ska gå den, kan personen möta motstånd inom organisationen. Det kan då vara direkt avgörande för tjänstepersonen att kunna hänvisa till ett politiskt beslut som berättigar satsningen och för chefen för att kunna tillsätta nödvändiga resurser.

Ytterligare en effekt är att politiska beslut bidrar till långsiktighet.[447] Kommunala förvaltningar kan göra sociala satsningar, men i samband med nerskärningar dra tillbaka dem.[448] Vid sådana situationer kan det vara avgörande att ha ett politiskt beslut i frågan. Till exempel, om kommunpolitiker beslutar att kommunen maximalt får ha 20% ojämlikhet i deltagande i idrottsföreningar mellan stadsdelar, och förvaltningar inrättar en föreningslotstjänst samt börjar subventionera föreningsavgifter för att uppnå det, men sedan vill dra in det, så kommer det få konsekvenser för 20%-nivån. Förvaltningarna får då välja att behålla satsningarna, kanske genom att begära ökat anslag från politikerna för att kunna nå målet, eller att ersätta dem med något som är minst lika effektivt.

Utöver politiska mål bör kommuner, landsting och regioner identifiera ”ett mindre antal indikatorer med bäring på social hållbarhet och minskade skillnader i hälsa” för att säkerställa att insatserna får rätt effekt. Indikatorerna ”bör vara stabila över tid, synliggöra olika gruppers behov och vara möjliga att bryta ned på lokal och regional nivå, helst bostadsområdesnivå”.[449]

137. Nytänkande samarbete över sektorer och kommungränser

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

När Riksidrottsförbundet reflekterade kring idrottens integrationsarbete såg de att de nått ”bäst resultat där det funnits ett nära samarbete mellan föreningarna, distrikten och kommunerna, ofta i form av integrationsnätverk där exempelvis Arbetsförmedlingen, Migrationsverket, näringslivet och andra ideella organisationer deltagit”.[450] Det ligger helt i linje med SKL:s slutsats – ”för att uppnå goda resultat krävs ett gemensamt agerande”.[451] Genom att arbeta i tvärsektoriella arbetsgrupper kan aktörer som normalt sett inte samverkar, men som har gemensamma intressen, dela lärdomar och lägga upp en gemensam plan utifrån den lokala kontexten om hur de kan komplettera varandras arbete.

Parterna bör också samarbeta över kommungränser. Ibland är aktörer uppdaterade på vad som görs i deras städer, men går miste liknande aktörers arbete i andra. Gör därför en nationell omvärldsbevakning och kartlägg vilka aktörer som har samma mål som ni och kontakta dem. Hur arbetar de för att unga i socioekonomiskt utsatta stadsdelar ska ha en stimulerande, utvecklande och hälsofrämjande fritid? Har de arbetssätt för att öka inkluderingen och mångfalden i fritidsverksamheter?

Vad kan de lära av varandra och finns det metoder som kan utvecklas gemensamt?

När kartläggningar görs av möjliga samarbetspartners, utgå inte bara från tidigare samarbeten, utan reflektera kring vilka behov ni har och vilka som skulle kunna vara behjälpliga. Ta också reda på vilka resurser som finns – både personella, materiella och ekonomiska – och vilka grupper som skulle ha användning av dem. **Ett exempel på en kreativ matchning för samverkan är mellan verksamheter för unga och äldre, som om en pensionärsförening eller träffpunkt för äldre kan baka kakor som de unga i en förening kan sälja eller om medlemmar i ett Rotary-förbund kan turas om att skjutsa de vars föräldrar inte har bil när ett lag ska till en tävling. Föreningen får betydelsefull hjälp och de äldre får en meningsfull aktivitet**.

Slutligen, reflektera gärna en extra omgång om synergieffekter, det vill säga den effekt som uppstår när aktörer samverkar och förstärker effekterna av varandras arbete. **Kanske ser ni inget uppenbart behov av att hitta nya samarbeten, men finns det aktörer på orten som kan göra effekten av ert arbete ännu större?** Det kan till exempel handla om att unga som får extra stöd för att utvecklas i skolan också kan få hjälp att delta i en fritidsaktivitet och därigenom få ökad inlärningsförmåga, att en kurator regelbundet kan finnas på plats på olika fritidsgårdar, eller att en organisation som verkar på gräsrotsnivå och en annan på institutions- eller politisk nivå regelbundet kan ses för att dela och använda varandras lärdomar.

138. Kombinera skol- och idrottsverksamhet

– Idrottsföreningar, kulturskolor, skolor

Handbollsföreningen OV Helsingborg har genom projektet Handbollsskola för alla arbetat framgångsrikt med denna kombination. **Då deras ordinarie verksamhet bedrivs centralt i staden inledde de ett samarbete med skolor i fem socioekonomiskt utsatta stadsdelar. I projektet fick eleverna både läxhjälp och handbollsträning – allt i skolornas lokaler, direkt efter skoltid. De som ville träna mer fick hjälp av tränaren för att lotsas in föreningens ordinarie verksamhet**. Flera av skolornas idrottslärare såg en tydlig skillnad mellan vilka elever som deltagit i Handbollsskola för alla, i och med att deltagarna hade förbättrat sin samarbetsförmåga, koordination, förmåga att ta emot instruktioner, ökat självförtroende, lättare för att knyta vuxenkontakter, utökat språkförråd samt blivit tryggare och fått mer arbetsro.[452,453]

Eftersom fritidsaktiviteter har så goda effekter för skolarbetet bör ungas fritid vara av största intresse för skolan. På samma sätt är de ungas utveckling i skolan också av intresse för kulturskolor och idrottsföreningar. Forskning har nämligen visat att unga som presterar väl i skolan söker sig till organiserade fritidsaktiviteter som föreningar och kulturskola eftersom de har samma långsiktighetskod och struktur som skolan. Ett exempel på det är hur lika undervisningsstrukturen och relationen mellan lärare och elev är i skolans och kulturskolans undervisning. Unga som har det svårt i skolan söker sig däremot hellre till öppna fritidsaktiviteter, som fritidsgårdar, där de kan delta utan att deras prestation bedöms eller jämförs med andra.[454] Detta samband visar varför det är viktigt för både skolor och anordnare av fritidsaktiviteter att samarbeta.

139. Få ett framgångsrikt samarbete med skolor

– Idrottsstimulerande aktörer, ideella sociala aktörer, skolor, anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Många som jobbar på skolor är belastade. Samtidigt når de många elever varje dag och är därför en aktör som många vill samarbeta med. Gustaf Andersson, utvecklingsstrateg på skol- och fritidsförvaltningen i Helsingborg, delade sina erfarenheter kring vad som krävs för att lyckas med samarbetet.

En nyckel är att utveckla arbetssätt som skolorna kan se som möjligheter, istället för en belastning. Ett sätt att lyckas med det är att koppla det föreslagna arbetssättet, metoden eller projektet till strukturer eller mål som redan finns på skolan, eftersom det då blir något som skolan får stöd med. Om det inte är fallet är det en risk att förslaget prioriteras bort, även om skolan i grunden ser positivt på det.

Ytterligare ett sätt att stärka samverkan mellan skolor och andra aktörer är att samla de aktörer som vill samarbeta med skolor i en specifik fråga i en arbetsgrupp. I Helsingborg utgörs en sådan grupp av tjänstepersoner från elevhälsan, fritidsförvaltningen och Skåneidrotten. På så vis kan de prata ihop sig om vilka arbetssätt de skulle vilja utveckla för ungas fritid, koppla ihop varandras resurser, och därefter föra fram sina förslag med utvalda kontaktpersoner på skolor. På så vis har aktörerna en bra ingång på skolan för potentiella samarbeten och skolan slipper att bli kontaktade om liknande initiativ från olika aktörer.

140. Utse en mellanhand mellan kommunen och föreningarna

– Fritidsförvaltningar

I vissa kommuner finns det en tjänsteperson inom fritidsförvaltningen som har ett särskilt ansvar för kontakten med stadens idrottsföreningar. Hen fungerar som en mellanhand mellan föreningarna och kommunen och kan bistå föreningarna med stöd i att skriva projektansökningar, styrelsearbete och annan hjälp som de kan behöva.[455] Det kan vara till värde för alla föreningar, men vara särskilt viktigt för nybildade och mindre föreningar.

141. Dela integrationstjänst mellan flera förvaltningar

– Kommuner

Ytterligare ett sätt för att bygga broar är om förvaltningar inom kommuner driver tjänster tillsammans. Ett exempel är Lunds kommuns inkluderingskoordinator som delas av socialförvaltningen samt kultur- och fritidsförvaltningen. Inkluderingskoordinatorn arbetar för att initiera och koordinera kultur-, fritids-, idrotts- och föreningsliv för att inkludera fler med olika bakgrund, funktionsvariation och socioekonomiska förutsättningar.[456] Eftersom myndigheters organisatoriska uppdelningar ofta försvårar möjligheten till helhetsperspektiv är samägda tjänster en lösning för att få arbetet inom två förvaltningar att dra åt samma håll.[457,458]

142. Förläng det statliga stödet till regionala koordinatorer

– Politiker på nationell nivå

Många föreningar som inleder ett specifikt arbete för att inkludera nyanlända och asylsökande gör det för första gången. Det är vanligt att ansvariga inom föreningarna känner sig ensamma och osäkra kring sin roll och de hinder som kan uppkomma. För dessa föreningar är distriktsförbund och de regionala koordinatorer som etablerats över hela landet, tack vare extra ekonomiska statliga bidrag, särskilt värdefulla.[459] De kan bidra med erfarenhet, dela lärdomar, koppla ihop föreningar som bedriver liknande arbete och stödja föreningar med förberedelser och hur en kan göra för att komma i kontakt med målgruppen.[460] Ett exempel på en förening som gjort detta är Chae Taekwondoklubb i Malmö som tog emot asylsökande ungdomar till sin verksamhet 2015. Deras tränare beskrev hur de sökte efter stöd och efter en tid fick kontakt med Skåneidrotten: ”Vi har ju börjat med två tomma händer och fått prova oss fram. Det har varit många hinder på vägen. (…) Hade det funnits någon typ av hjälpmedel, en film eller någonting, så att man vet om att vi inte behöver uppfinna hjulet en gång till, utan det finns riktlinjer, det finns tips och tricks. (…)

Vi har ju fått en ökad kommunikation med Skåneidrotten. De ställer upp jättemycket på alla typer av frågor vi har och de är tillgängliga hela tiden. Det är helt fantastiskt”.[461] Förslaget är tydligt – förläng det ekonomiska stödet som gör dessa tjänster möjliga.

143. Föreningar kan bedriva samhällsinsatser

– Anordnare av organiserade fritidsaktiviteter

Många föreningar i Sverige bedriver ett aktivt samhällsarbete. Samtidigt som föreningen kan göra en stor skillnad för deltagarna som tar del av arbetet, stärker föreningen sin position och gör det lättare för deltagarna och deras anhöriga att ta steget in i föreningen. Ytterligare en fördel är att föreningen får nya finansieringsmöjligheter, eftersom de kan söka medel från stiftelser och kommuner för sin insats samt motivera företag att stödja föreningen genom att lyfta initiativet som ett CSR-engagemang (företagens samhälleliga ansvarstagande).[462]

Exempel på initiativ som är relativt lätta att organisera kan vara att driva läxhjälp i klubblokalen under en kväll per vecka eller att regelbundet anordna aktiviteter på en fritidsgård. För att rekrytera volontärer, till exempel för läxhjälp, kan en skicka informationsbrev till föreningens aktiva föräldrar samt annonsera i matchblad.[463]

Om det är en väletablerad förening kan det finnas möjlighet att genomföra större satsningar. Ett exempel på det är Boost by FC Rosengård där 30 personer arbetar i multikompetenta team för att skräddarsy tre månader långa program inom arbete, studie och hälsa, där 60% blir självförsörjande.[464] Sandviken IF är också ett exempel. De är en förening som använder resurserna från deras väletablerade pojk-, flick-, herr- och damfotboll för att driva Framsteget. ”Idag hamnar mer än tio procent av de barn som börjar i grundskolan varje år utanför samhället senare i livet. Detta tycker vi är oacceptabelt. Framsteget är Sandviken IFs bidrag till ett bättre samhälle”, skriver de. Genom flera kostnadsfria aktiviteter når Framsteget 1000 deltagare per vecka, till exempel genom ”boll och lek” för barn 6-10 år, ”sportfritids” för barn i klass 4-6, ”hälsan” för vuxna som varit långtidssjukskrivna eller arbetslösa och ”bolltrollarna” för personer med funktionsvariationer. Deras lag ”SIF International – integration via fotboll” presenteras på Sandvikens hemsida, jämlikt med föreningens herr- och damlag. Framsteget är kopplat till flera profiler som ambassadörer och företag som sponsrar inom sitt CSR-arbete.[465]

144. Intern samverkan

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Om en brinner för något är det lätt att fokusera på den externa kommunikationen men glömma den interna. Det kan till exempel uppstå när en utgår ifrån att de andra i organisationen delar ens värderingar och mål, till exempel för att öka mångfalden, men efter ett tag möter internt motstånd. Förankra därför alltid arbetet internt, till exempel genom att formulera en strategi, syfte och mål tillsammans med styrelsen eller få klartecken från ens chef.[466]

145. Identifiera ett behov och sätt ett mål

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Att identifiera behov och formulera mål kan vara ett första steg för att skapa en mer inkluderande verksamhet. Har en ett konkret mål är det nämligen ofta lätt att komma på idéer för hur en kan nå det. Handbollsföreningen Örebro SK inledde sitt integrationsarbete genom att läsa två rapporter – en från Länsstyrelsen om idrotten som integrationsarena och en från Riksidrottsförbundet som visade hur få unga med utländsk bakgrund som spelar handboll. De bestämde sig för att ”göra

något” och skapade Handboll med hjärta och gemenskap med målet att rekrytera 40 nya spelare och 1-2 nya ledare från två socioekonomiskt utsatta stadsdelar i staden. Tre år senare hade de överträffat sina mål genom att sprida kännedom om idrotten, driva en verksamhet där flickor utgjorde mer än en tredjedel av deltagarna, rekryterat nya ledare, skapat referensgrupper med ungdomar, samarbetat med Röda Korsets ungdomsförbund som utbildade deltagarna och ledarna om barnrättskonventionen, givit match- och bussbiljetter till seniormatcher för familjer, anordnat lovaktiviteter och utbildningar i kost, tandvård, träningslära och föreningslära samt bidragit till att bilda en ny handbollsförening i ett av områdena.[467,468] Denna stora satsning kunde genomföras tack vare ekonomiskt stöd från Arvsfonden. **En satsning utan externt finansiellt stöd behöver såklart inte vara lika omfattande – sätt ambitionerna utifrån era förutsättningar. Ett förslag på ett mål kan till exempel vara att öka antalet tjejer i verksamheten med 10% per år eller att genomföra fem presentationer om föreningen på skolor i socioekonomiskt utsatta områden. Målbilden gör arbetet konkret och kan engagera både ledare, deltagare och föräldrar för att nå dem**.

146. Dela lärdomar

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Under de tre projektåren samlade handbollsföreningen ÖSK mängder med erfarenheter och lärdomar, så när projektmedlen tog slut inledde de ett ambitiöst arbete för att sprida sina erfarenheter till andra aktörer och föreningar. De skapade rundabordssamtal med andra aktörer och producerade en föreläsning med målet att sprida modellen till andra idrotter. De stöttade dessutom befintliga handbollsföreningar och bidrog med både styrelseerfarenhet och ungdomsledare för att bilda en ny förening i ett av områdena.

Ytterligare ett sätt för att dela lärdomar är att anordna regionala erfarenhetsutbyten där idrottsföreningar eller kulturskolor, kommuner, representanter för målgruppen och regionala koordinatorer kan delta och diskutera gemensamma utmaningar och lösningar.[469,470] Det kan också bildas nationella nätverk via sociala medier där aktörer kan dela erfarenheter, hinder och lösningar med varandra, antingen som en generell grupp för idrottsledare som vill öka inkluderingen eller för ledare som är engagerade i en specifik aktivitet/idrott som kan dela övningar etcetera med varandra.

147. Skapa nya föreningar genom bred samverkan

– Fritidsförvaltningar, idrottsstimulerande aktörer, idrottsföreningar

Efter att finansieringen för ÖSKs handbollsprojekt upphörde uttryckte deltagarna en önskan om att fortsätta träna handboll. Kommunen (Partnerskap Örebro), Örebro Läns Idrottsförbund, SISU Idrottsutbildarna och ÖSK gick då samman med de boende i området och skapade föreningen Vox IF. **Alla bidrog med olika resurser – till exempel rekryterade ÖSK nya ledare till Vox IF från sin egen ungdomsverksamhet och den tidigare projektledaren tog plats i deras styrelse. Tillsammans arbetade de med målet att Vox IF skulle driva handbollsträning, gemensamt för pojkar och flickor, på kvällar och helger, med 50 kronor i årlig medlemsavgift**.[471] Ytterligare ett exempel var då Linköpings kommun, Korpen och lokala fritidsledare från ett föreningssvagt område startade en fotbollsförening tillsammans. Laget blev en stor framgång då spelarna fokuserade på sporten vilket minskade deras sociala problem och laget drog stora åskådarskaror vid matcherna.[472]

148. Gör en omvärldsbevakning efter andra aktörers material

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Använd material som andra utvecklat, istället för att göra eget. Till exempel, för att informera

föräldrar om idrott och föreningslivet har Riksidrottsförbundet producerat en sammanfattande broschyr på åtta språk och SISU Idrottsutbildarna en film på fem språk.[473,474] För att få vägledning om hur föreningen kan bli mer normmedveten och inkluderande, hur de ungas delaktighet kan öka och hur en som idrottsledare kan använda barnkonventionen, finns det också färdigt material.[475,476,477,478] Kanske kommer ni fram till att ni behöver producera något utifrån era behov eller lokala kontext, men börja alltid med att söka och använda andras befintliga material.

149. Driv projekt som ett projekt och inte som permanenta verksamheter

– Alla aktörer som arbetar för målgruppen

Det positiva med projektfinansiering är att en organisation kan prova ett nytt arbetssätt utan att förändra den ordinarie verksamheten. I praktiken uppstår dock problem med att organisationen kan behöva längre tid för att bygga upp en hållbar verksamhet än vad projektmedlen beviljats för samt att projektverksamheten både kan drivas och uppfattas som en permanent verksamhet, vilket leder till stora kontraster när finansieringen upphör.[479]

Istället för att driva projekt som en permanent verksamhet med tillfällig finansiering, är det viktigt att etablera det som ett projekt. Det betyder att det redan från start ska finnas en plan för vad som ska genomföras under projekttiden för att uppnå målen. Det innebär också att uppgifterna och målen behöver vara anpassade efter den projekttid som beviljats och att det tidigt finns en plan för hur arbetet ska införlivas i den ordinarie verksamheten när projektet ska avvecklas. Om till exempel en förening beviljas ett års projektfinansiering för att starta ett separat lag för nyanlända ungdomar kan de inte driva laget i ett år, hoppas på ny finansiering, men sedan abrupt lägga ner det när finansieringen inte förlängs. Istället behöver de ägna projektåret åt att lära deltagarna idrottens regler samt vilka rutiner och normer som präglar träningarna och föreningen. Antingen behöver de utveckla deras färdigheter så att de i slutet av året kan slussas in i den ordinarie verksamheten eller behöver de under projektåret skapa en administration för ett a- och b-lag som alla föreningens medlemmar kan delas upp i.

150. Offentlig sektor bör lita på och investera i den ideella sektorn

– Kommuner, regioner, idrottsstimulerande aktörer

När det gäller att identifiera sociala problem och möjliga lösningar ligger oftast organisationer från den ideella sektorn före offentlig sektor.[480] Samtidigt är det i den offentliga sektorn som de största resurserna finns. Tyvärr är det en del aktörer inom offentlig sektor som själva identifierar problem, utvecklar lösningar och möjligen först i samband med genomförandet kopplar in någon från den ideella sektorn för ett samarbete. Stöttas de ekonomiskt är det inte ovanligt att det görs genom kortsiktiga projektstöd, vilket på kort sikt är positivt för organisationerna, men som också skapar problem för deras långsiktiga planering.

Den ideella sektorn utgörs av engagerade individer och organisationer som möter invånarna dagligen. De har en ingång till invånarna, med jämna maktbalanser där de kan mötas människa-till-människa, som myndigheter inte har. Förslaget är därför att aktörer från den offentliga sektorn bör lyssna, sätta tillit och samverka med den ideella sektorn. När en insats planeras, reflektera om det finns någon från ideell sektor som kan bidra med erfarenheter, förstärka effekten eller till och med genomföra den bättre. Använd resurserna genom att behålla eller fördela dem till den eller de aktörer som kan. Vilken sektor en aktör tillhör bör inte ha någon betydelse, det handlar om vem eller vilka som behövs för att skapa största möjliga värde för målgruppen.

AVSLUTANDE ORD

En rapport har inget egenvärde. Värdet avgörs av vilken effekt den får för målgruppen. Det gäller allt arbete. Rutiner, policys, utbildningar, nya datorprogram och möten – i någon form måste det skapa värde för målgruppen, annars är det värde-löst.

Effekterna som denna rapport leder till är förhoppningsvis direkta, det vill säga att du inspireras av ett eller flera av förslagen och omsätter dem i praktiken. De kan också vara indirekta, som att en beskrivning av ett hinder ökar din kompetens och förståelse, vilket du använder i en diskussion, när en rutin ska formuleras eller när du träffar en person från målgruppen.

Värde kan också skapas genom att du sprider rapporten till någon annan, som i sin tur använder den för att öka inkluderingen i en verksamhet. Gör gärna en översyn över vilka i ditt kontaktnät som kan ha nytta av rapporten, i din organisation eller en annan, och dela den till dem. Den finns i digital version på **imsweden.org/nio-hinder-och-150-forslag-pa-losningar**

För att rapporten inte ska bli en pappersprodukt som är utan värde för målgruppen kan vi hjälpas åt att ta nästa steg. Fundera därför nu kring vilket av kapitlen som varit mest givande för dig eller där du kände att din organisation har mest att göra. Bläddra igenom det och välj ett förslag. Skissa nu fram några punkter om hur du kan gå tillväga – vilka behöver du prata med och på vilket möte eller träning kan du göra det? Vilka kan stötta er och hur kan ni involvera målgruppen i genomförandet? I detta läge behöver inte hela processen vara genomtänkt eller planerad – du har engagemanget och det viktigaste är att du tar ett första steg. Dagdröm gärna. Måla upp en situation där ett barn eller ungdom kommer till en verksamhet och fullkomligt älskar det, tack vare ditt initiativ.

Ökad inkludering i organiserade fritidsaktiviteter är både viktigt och möjligt. Rapportens målgrupp är unga med invandrarbakgrund, men sänkta trösklar till aktiviteter är en fråga som är relevant för alla unga. Alla gynnas av ökad inkludering.

Börja du, så kommer fler följa.

Peter Lindqvist
Projektledare Aktiv Fritid

REFERENSER

1 UNICEF. Barnkonventionen blir svensk lag 2020! Hämtad 2019-12-18, https://blog.unicef.se/2018/06/13/barnkonventionen-blir-lag.

2 UNICEF. Barnkonventionen. Hämtad 2019-10-18, https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten#hela-texten.

3 Se sammanställning av källor i avsnittet ”positiva effekter av deltagande i idrotts- och kulturaktiviteter”.

4 Wagnsson, Stefan, Augustsson, Christian, Kougioumtzis, Konstantin, Stråhlman, Owe & Patriksson, Göran (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

5 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

6 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

7 Blomdahl, Ulf, Elofsson, Stig, Bergmark, Karolina, Lengheden, Linda & Åkesson, Magnus (2019). Ökar ojämlikheten i föreningsidrotten? – en studie om socioekonomisk bakgrund och barns och ungdomars deltagande i idrottsförening. Ung Livsstil, nr 24/2019.

8 Ibid.

9 Sveriges kommuner och landsting (2013). Gör jämlikt – gör skillnad! Samling för social hållbarhet minskar skillnader i hälsa.

10 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung livsstil i Helsingborg 2018. Ung Livsstil. Presentation 2019-03-14.

11 UNICEF. Barn i socialt utanförskap halkar efter i samhället. Hämtad 2019-10-18, https://unicef.se/fakta/barn-i-socialt-utanforskap.

12 Gustaf Andersson, utvecklare skol- och fritidsförvaltningen, Helsingborgs Stad. E-post 2019-12-09.

13 SCB (2019). Asylsökande i Sverige. Hämtad 2019-05-15, https://www.scb.se/hitta-statistik/sverige-i-siffror/manniskorna-i-sverige/asylsokande-i-sverige/.

14 Idrottsforskning (2017). Nyanländas integration kan vitalisera föreningslivet. Hämtad 2019-04-29, https://www.idrottsforskning.se/nyanlandas-integration-kan-vitalisera-foreningslivet.

15 SVT Nyheter (2018). ”Idrott – en suverän väg till integration”. Hämtad 2019-05-15, https://www.svt.se/opinion/article19008782.svt.

16 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

17 Idrottsforskning (2017). Nyanländas integration kan vitalisera föreningslivet. Hämtad 2019-04-29, https://www.idrottsforskning.se/nyanlandas-integration-kan-vitalisera-foreningslivet.

18 Dagens Nyheter (2019). ”I vår förening tror vi på de nyanländas kraft”. Hämtad https://www.dn.se/sport/fotboll/i-var-forening-tror-vi-pa-de-nyanlandas-kraft, 2019-09-05.

19 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

20 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor. Fokus på ungas fritid och organisering. Hämtad 2019-08-02, https://www.mucf.se/fokus-pa-ungas-fritid-och-organisering.

21 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

22 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

23 Miendlarzewska, Ewa A. & Trost, Wiebke J. (2013). How musical training affects cognitive development: rhythm, reward and other modulating variables. Frontiers in Neuroscience, 2013; 7:279.

24 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

25 Ibid.

26 Ibid.

27 Playground professionals (2019). 10 Benefits of Children Learning a Musical Instrument. Hämtad 2019-10-28, https://www.playgroundprofessionals.com/play/school-and-education/10-benefits-children-learning-musical-instrument205.

28 Ibid.

29 Ibid.

30 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

31 Föräldrar till deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-17.

32 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

33 Ibid.

34 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

35 Ibid.

36 Jacobsson, Mats. Hur kan föreningslivet bidra till ett mer jämlikt samhälle? OV Helsingborg. Presentation 2019-09-25.

37 UR. SOS – skolan och Sverige. Avsnitt 2: Wafaa. Video: https://urplay.se/program/212188-sos-skolan-och-sverige-wafaa.

38 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

39 SVT Nyheter (2018). ”Idrott – en suverän väg till integration”. Hämtad 2019-05-15, https://www.svt.se/opinion/article19008782.svt.

40 Enfeldt, Brigitte. Barn- och ungdomshandläggare, Helsingborgs Stad. Intervju: 2019-04-03.

41 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

42 Ibid.

43 SVT Nyheter (2018). ”Idrott – en suverän väg till integration”. Hämtad 2019-05-15, https://www.svt.se/opinion/article19008782.svt.

44 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

45 Ibid.

46 Ibid.

47 Ibid.

48 Miendlarzewska, Ewa A. & Trost, Wiebke J. (2013). How musical training affects cognitive development: rhythm, reward and other modulating variables. Frontiers in Neuroscience, 2013; 7:279.

49 Föräldrar till deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-17.

50 SVT Nyheter (2018). ”Idrott – en suverän väg till integration”. Hämtad 2019-05-15, https://www.svt.se/opinion/article19008782.svt.

51 Fundberg, Jesper (2003). Etnisk mångfald och integration: visar idrotten vägen? Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2003:3.

52 SVT Nyheter (2018). ”Idrott – en suverän väg till integration”. Hämtad 2019-05-15, https://www.svt.se/opinion/article19008782.svt.

53 Enfeldt, Brigitte. Barn- och ungdomshandläggare, Helsingborgs Stad. Intervju: 2019-04-03.

54 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

55 Fundberg, Jesper (2004). Idrott och integration. Pojkar och flickor berättar om sina erfarenheter inom fotboll och basket. I: Regeringskansliet Justitiedepartementet, Föreningsliv, makt och integration. Stockholm.

56 Förälder till deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-17.

57 Deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-15.

58 Stjernlöf, Anders & Vestberg, Elin (2014). Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet! IM.

59 Norrtulls SK. Övriga samarbetspartners. Hämtad 2019-05-31, http://www.norrtullssk.se.

60 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

61 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

62 Sveriges Radio (2017). Dyster stämning när asylboendet Solbacka stängs. Hämtad 2019-10-18, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=87&artikel=6665200.

63 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

64 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

65 Idrottsforskning (2017). Allt vanligare med kommersiell barn- och ungdomsidrott. Hämtad 2019-10-31, https://www.idrottsforskning.se/allt-vanligare-med-kommersiell-barn-och-ungdomsidrott.

66 Hedenborg, Susanna & Norberg, Johan R (2019). Barnkonventionen och föreningsidrotten – handbok för idrottsledare. UNICEF.

67 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

68 Information Sverige (2018). Fritids- och föreningsliv. Hämtad 2019-05-20, https://www.informationsverige.se/sv/jag-har-fatt-uppehallstillstand/samhallsorientering/boken-om-sverige/att-forsorja-sig-och-utvecklas/fritids--och-foreningsliv.

69 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

70 Hansen, Anders (2016). Hjärnstark hur motion och träning stärker din hjärna. Johanneshov: MTM.

71 SVT Nyheter (2018). ”Idrott – en suverän väg till integration”. Hämtad 2019-05-15, https://www.svt.se/opinion/article19008782.svt.

72 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

73 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

74 Johansson, Dag. Svenska kanotförbundet. E-post 2019-08-30.

75 Förälder till deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-17.

76 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

77 Enfeldt, Brigitte. Barn- och ungdomshandläggare, Helsingborgs Stad. Intervju: 2019-04-03.

78 Eskilstuna Friidrott (2017). Visste du detta om Eskilstuna Friidrott? Hämtad 2019-11-04, http://www.eskilstunafriidrott.se/foreningen/Historia.

79 Sveriges Radio (2010). Bara en av tre invandrartjejer idrottar aktivt. Hämtad 2019-11-03, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=3993&artikel=3857102.

80 Ibid.

81 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

82 Fokus (2008). ”Invandrare får inte ta plats”. Hämtad 2019-11-04, https://www.fokus.se/2008/08/%C2%BBinvandrare-far-inte-ta-plats%C2%AB.

83 Haag, Jan-Anders. Ordförande, Habo Wolley. Organisering av ideellt arbete: en studie om hur det ideella arbetet organiseras i projekt finansierade av Arvsfonden. Seminarium 2019-11-21.

84 SVT Nyheter (2020). ”Så lyckas Järva Basket få unga tjejer att idrotta”. Hämtad 2020-01-08, https://www.svt.se/nyheter/inrikes/sa-lyckas-jarva-basket-fa-unga-tjejer-att-idrotta.

85 Ibid.

86 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

87 SVT Nyheter (2020). ”Så lyckas Järva Basket få unga tjejer att idrotta”. Hämtad 2020-01-08, https://www.svt.se/nyheter/inrikes/sa-lyckas-jarva-basket-fa-unga-tjejer-att-idrotta.

88 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

89 Ibid.

90 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2018). Fokus 18 – Vilka ska med? Ungas sociala inkludering i Sverige.

91 Hedenborg, Susanna & Norberg, Johan R (2019). Barnkonventionen och föreningsidrotten – handbok för idrottsledare. UNICEF.

92 Lindgren, Jerker. Projektledare Handboll för hjärta och gemenskap, Örebro SK Handboll Herr. Telefonintervju 2019-09-11.

93 Ibid.

94 SVT Nyheter (2017). Handboll för hjärta och gemenskap. Hämtad 2019-09-11, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/orebro/handboll-for-hjarta-och-gemenskap.

95 Lindgren, Jerker. Projektledare Handboll för hjärta och gemenskap, Örebro SK Handboll Herr. Telefonintervju 2019-09-11.

96 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

97 Dagens Samhälle (2017). ”Sluta se på ideella föreningar som företag”. Hämtad 2019-09-12, https://www.dagenssamhalle.se/debatt/sluta-se-pa-ideella-foereningar-som-foeretag-31876.

98 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

99 Löf, Johannes. Föreningslots, Västerviks kommun. E-post 2019-06-03.

100 Brodin, Johan & Sjöström, Mia. Norrtulls SK. E-post 2019-05-31.

101 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

102 Brodin, Johan & Sjöström, Mia. Norrtulls SK. E-post 2019-05-31.

103 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

104 Nyström, Carina. Projektkoordinator, Region Örebro Län. E-post 2019-06-03.

105 Mångkulturella almanackan. Hämtad 2019-09-18, https://mangkulturellaalmanackan.wordpress.com.

106 Onyx Innebandy. En tröja för alla – turné med utomhusrinkar 2019. Hämtad 2019-09-27, https://www.svenskalag.se/onyxinnebandy/sida/55326/en-troja-for-alla.

107 Hawerfors, Andreas. Kommunikatör/förbundskoordinator, Stockholms ishockeyförbund. E-post 2019-08-28.

108 Ibid.

109 Johansson, Dag. Svenska kanotförbundet. E-post 2019-09-26.

110 Göteborgs Stad & Länsstyrelsen Västra Götalands Län (2018). Om Sverige – samhällsorientering på svenska.

111 Nätverket Social Ekonomi Skåne. Integration i förening 2008-2011 – en projekthandbok.

112 Karlsson, Oliwer. Inkluderingskoordinator, Lunds kommun. E-post 2019-09-27.

113 Ibid.

114 Svenska Spel (2016). SFI – sportsvenska för invandrare. Göteborg.

115 Sheikhnur, Sheyma. Inkluderingskoordinator, Dalarnas idrottsförbund. Telefonintervju 2019-05-23.

116 Sandgren, Sondos. Integrationshandläggare, Pajala kommun. E-post 2019-09-24.

117 Åstrand, Gertrud. Chef kulturförvaltningen, Kumla kommun. E-post 2019-09-06.

118 Sund, Anna. Projektledare En frisk generation. E-post 2019-06-11.

119 Brodin, Johan & Sjöström, Mia. Norrtulls SK. E-post 2019-05-31.

120 Habo wolley. Integration. Hämtad 2019-12-03, http://www.habowolley.se/integration.

121 Ivanov, Vanjuska. Vorta Drom. Samtal 2018-10-01.

122 Andersson, Göran. Koordinator, Helsingborgs stad. Presentation om Idrottens hus 2019-12-02.

123 El-Rameid, Bilal. Samordnare, Helsingborgs stad. Presentation om Tryckeriet 2019-12-02.

124 Stjernlöf, Anders & Vestberg, Elin (2014). Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet! IM.

125 SVT Nyheter (2015). Få nyanlända deltar i föreningslivet. Hämtad 2019-09-26, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/smaland/fa-nyanlanda-deltar-i-foreningslivet.

126 Sund, Anna. Projektledare En frisk generation. E-post 2019-06-11.

127 Örebro SK Fotboll. Arena Örebro. Hämtad 2019-08-20, https://oskfotboll.se/osk-i-samhallet/arena-orebro.html.

128 Region Gävleborg (2019). Mer fysisk aktivitet i skolan ska ge friskare barn i Iggesund. Hämtad 2019-09-03, https://www.regiongavleborg.se/samverkanswebben/aktuellt/mer-fysisk-aktivitet-i-skolan-ska-ge-friskare-barn-i-iggesund/.

129 Statens folkhälsoinstitut (2011). FaR® Individanpassad skriftlig ordination av fysisk aktivitet.

130 1177 Vårdguiden (2017). Barn kan få fysisk aktivitet på recept. Hämtad 2019-09-03, https://www.1177.se/Vastra-Gotaland/behandling--hjalpmedel/smartbehandlingar-och-rehabilitering/barn-kan-fa-fysisk-aktivitet-pa-recept/.

131 PART. Gemensamt ordnad fysisk aktivitet på recept (GoFaR). Hämtad 2019-09-03, http://www.partinfo.se/projekt/pshout/gofar/.

132 Lundin, Therese. Projektledare PART, Helsingborgs Stad. E-post 2019-12-13.

133 Kulturrådet (2019). Kulturskolan i siffror.

134 Göteborgs-Posten (2015). Lång kötid till kulturskolor. Hämtad 2019-06-04, https://www.gp.se/kultur/kultur/l%C3%A5ng-k%C3%B6tid-till-kulturskolor-1.40625.

135 Grube, Kathrin. Administratör Helsingborgs kulturskola, Helsingborgs Stad. Telefonsamtal 2019-02-04.

136 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

137 Gron, Annika. Södertälje simhällskap. E-post 2019-09-02.

138 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

139 Ibid.

140 Eriksson, Charli, Johansson, Therése, Quennerstedt, Mikael & Rudsberg, Karin (2003). Idrott och hälsa – mer för fysiskt aktiva pojkar än fysiskt inaktiva flickor? Svensk idrottsforskning nr 3/2003.

141 Folkhälsomyndigheten (2018). Fler 11-åringar uppger psykosomatiska besvär. Hämtad 2019-05-29, https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2018/juni/fler-11-aringar-uppger-psykosomatiska-besvar.

142 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

143 Ibid.

144 Women's Sports Foundation. Do you know the factors influencing girl's participation in sports? Hämtad 2019-05-29, https://www.womenssportsfoundation.org/support-us/do-you-know-the-factors-influencing-girls-participation-in-sports.

145 Folkhälsomyndigheten (2019). De flesta skolelever rör sig för lite. Hämtad 2019-05-29, https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2019/januari/de-flesta-skolelever-ror-sig-for-lite/.

146 Women's Sports Foundation. Do you know the factors influencing girl's participation in sports? Hämtad 2019-05-29, https://www.womenssportsfoundation.org/support-us/do-you-know-the-factors-influencing-girls-participation-in-sports.

147 Aftonbladet (2019). Svensk idrott bryter mot Barnkonventionen. Hämtad 2020-01-09, https://www.aftonbladet.se/sportbladet/a/oRrO87/svensk-idrott-bryter-mot-barnkonventionen.

148 Proletären (2018). "Bullshit att tjejer inte skulle få hålla på med idrott". Hämtad 2019-11-04, http://proletaren.se/artikel/bullshit-att-tjejer-inte-skulle-fa-halla-pa-med-idrott.

149 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

150 Bergmark, Karina, Blomdahl, Ulf, Elofsson, Stig & Lengheden, Linda (2017). Ung Livsstil Malmö – En studie av ungdomar i högstadiet. Ung Livsstil.

151 Blomdahl, Ulf, Elofsson, Stig, Lengheden, Linda & Åkesson, Magnus (2014). Ungas livsstil i låg- och höginkomstområden – en studie i åldersgruppen 13-16 år. Ung Livsstil nr 16/2014.

152 Ungdomar, anonyma. Kartläggning Delegation mot segregation (Delmos). Intervju: 2018-10-24.

153 Blomdahl, Ulf, Elofsson, Stig, & Åkesson, Magnus (2012). Spontanidrott för vilka? En studie av kön och nyttjande av planlagda utomhusytor för spontanidrott under sommarhalvåret. Ung Livsstil.

154 Fagerstrand, Emma. Vad innebär det att barnkonventionen blir lag? Barnrättskonsulterna. Presentation 2019-09-27.

155 Ekberg, Ida. Fritidsledare, Helsingborgs stad. Presentation om Idrottens hus 2019-12-02.

156 Hammarby Fotboll (2018). Spontanfotbollen drar igång i Skarpnäck och Bagarmossen. Hämtad 2019-09-12, https://www.hammarbyfotboll.se/aktuellt/nyheter/spontanfotbollen-drar-igang-i-skarpnack-och-bagarmossen.

157 Anonym tolk. Intervju 2019-04-17.

158 Annerstedt, Claes, Dohlsten, John & Lindgren, Eva-Carin (2016). Individen i centrum när idrottsföreningar lyckas behålla sina ungdomar. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2016:2.

159 Hellström, Johan. Sparks Generation – så att unga skall kunna hitta sin grej! PwC. Presentation: 2019-10-02.

160 Ekberg, Ida. Fritidsledare, Helsingborgs stad. Presentation om Idrottens hus 2019-12-02.

161 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

162 Larsson, Håkan (2018). Idrottens könsmönster – "bara är så" eller "går att påverka". I: Centrum för idrottsforskning, Resurser, representation och "riktig" idrott – om jämställdhet inom idrotten. Stockholm.

163 Stockholmsidrotten (2015). Sara är en förebild för barn- och ungdomar i Alby. Hämtad 2019-10-31, https://www.stockholmsidrotten.se/varanyheter/2015/SaraarenforebildforbarnochungdomariAlby.

164 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

165 Fundberg, Jesper (2003). Etnisk mångfald och integration: visar idrotten vägen? Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2003:3.

166 Lindgren, Jerker. Projektledare Handboll för hjärta och gemenskap, Örebro SK Handboll Herr. Telefonintervju 2019-09-11.

167 Naalisvaara, Maria. Verksamhetsledare, Jämtland-Härjedalens idrottsförbund. Telefonsamtal 2019-05-11.

168 Gron, Annika. Södertälje simsällskap. E-post 2019-09-02.

169 Krook, Alexandra. Sparks Generation. Presentation 2019-10-02.

170 Göteborgs-Posten (2016). Gympaläraren får hjälp av gaming-legendaren HeatoN. Hämtad 2019-10-15, www.svt.se/articles/dataspelslegendaren-emil-heaton-christensen-backar-upp-kalle-pa-idrottslektionen.

171 Stockholmsidrotten (2015). Sara är en förebild för barn- och ungdomar i Alby. Hämtad 2019-10-31, https://www.stockholmsidrotten.se/varanyheter/2015/Saraarenforebildforbarn-ochungdomariAlby.

172 Riksidrottsförbundet (2019). Jämställdhetsmål. Hämtad 2019-08-27, https://www.rf.se/RFarbetarmed/jamstalldhet/jamstalldhetsmal.

173 SVT Nyheter (2019). Forskaren om könsuppdelning: ”Saknas fysiska argument”. Hämtad 2019-11-03, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/uppsala/forskaren-konsmonster-som-reproduceras.

174 Larsson, Håkan & Johansson, Susanne (2012). Genus och heteronormativitet inom barn- och ungdomsidrott. Könsmönster i idrottsdeltagande och regelverk inom idrott. Riksidrottsförbundet.

175 Aftonbladet (2019). ”Vi vill inte peta undan killarna”. Hämtad 2019-05-29, https://www.aftonbladet.se/sportbladet/a/8w40Lw/vi-vill-inte-peta-undan-killarna.

176 Svenska fotbollförbundet (2018). Mixa & matcha. Hämtad 2019-08-27, https://www.svenskfotboll.se/nyheter/svff/2018/7/mixa--matcha.

177 Skånes fotbollsförbund (2018). Får flickor spela med pojkar och får pojkar spela med flickor? Hämtad 2019-08-27, http://www.skaneboll.se/tavlingsverksamhet/arkiv/2018/12/far-flickor-spela-med-pojkar-och-far-pojkar-spela-med-flickor.

178 Rädda Barnen (2015). Barn om lagidrott: Viktigare att ha kul än att vinna. Hämtad 2019-09-27, https://press.raddabarnen.se/pressreleases/barn-om-lagidrott-viktigare-att-ha-kul-aen-att-vinna-1123288.

179 Stattena IF. Välkommen till Stattena-laget för tjejer födda 2006-08! Hämtad 2019-08-27, http://www.stattenaif.se/start/?ID=24571.

180 FC Rosengård. U15-17. Hämtad 2019-08-27, https://fcrosengard.sportadmin.se/start/?ID=112734.

181 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

182 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

183 Blomdahl, Ulf, et al (2014). Ungas livsstil i låg- och höginkomstområden – en studie i åldersgruppen 13-16 år. Ung Livsstil nr 16/2014.

184 Lindgren, Jerker. Projektledare Handboll för hjärta och gemenskap, Örebro SK Handboll Herr. Telefonintervju 2019-09-11.

185 Föräldrar, anonyma. Kartläggning Delegation mot segregation (Delmos). Intervju: 2018-10-20.

186 Skånetrafiken. Sök resa och pris. Hämtad 2019-10-29, https://www.skanetrafiken.se/sok-resa.

187 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

188 Ungdom, anonym. Kartläggning Delegation mot segregation (Delmos). Intervju: 2018-10-24.

189 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

190 GAME Denmark. Hämtad 2019-05-31, http://gamedenmark.org.

191 Cityidrott. Hämtad 2019-05-15, http://cityidrott.se/home1.

192 Kommunalarbetaren (2019). Umeå satsar på mobil fritidsgård. Hämtad 2019-12-02, https://ka.se/2019/02/11/umea-satsar-pa-mobil-fritidsgard.

193 Ibid.

194 SVT Nyheter (2019). Ambulerande fritidsgård gör succé – lockar hundratals ungdomar. Hämtad 2019-12-02, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/smaland/succe-for-den-mobila-fritidsgarden-i-vastervik.

195 Skolverket (2018). Fler timmar idrott och hälsa i årskurs 6-9. Hämtad 2019-08-16, https://www.skolverket.se/om-oss/press/pressmeddelanden/pressmeddelanden/2018-06-15-fler-timmar-idrott-och-halsa-i-arskurs-6-9.

196 Staffanstorps kommun (2018). Satsning för ökad kvalitet i idrottsundervisningen. Hämtad 2019-08-16, https://staffanstorp.se/pedagog/2018/02/13/kvalitet-i-idrottsundervisningen.

197 Staffanstorps kommun (2017). Hjärngympa – pulshöjande aktiviteter för bättre lärande. Hämtad 2019-08-16, https://staffanstorp.se/pedagog/2017/04/01/hjarngympa.

198 Pysslingen Skolor (2016). Utökad idrottsundervisning ska förbättra studieresultaten. Hämtad 2019-08-16, https://www.pysslingen.se/skolor/2016/06/21/utokad-idrottsundervisning-ska-forbattra-studieresultaten.

199 Vetenskap & Hälsa (2012). Idrott varje dag i skolan ger bättre betyg. Hämtad 2019-08-16, http://www.vetenskaphalsa.se/mer-idrottsundervisning-i-skolan-ger-battre-betyg.

200 Norrköpings Tidningar (2017). Elever stannar efter skoltid. Hämtad 2019-09-15, https://www.nt.se/nyheter/finspang/elever-stannar-efter-skoltid-om4630227.aspx.

201 Boström, Christine. Skolkurator, Finspångs kommun. Telefonintervju 2019-09-05.

202 Skåneidrotten (2017). D.O.I.T. Hämtad 2019-05-15, http://www.skaneidrotten.se/Undermeny/fokusomraden/Inkludering/verksamhetsamarbeten/DOIT.

203 Dri, Mario. Verksamhetsledare På lika villkor, Rädda Barnen. Intervju 2019-05-15.

204 Ekberg, Ida. Fritidsledare, Helsingborgs stad. Presentation om Idrottens hus 2019-12-02.

205 Skolidrottsförbundet. Hämtad 2019-11-14, http://www.skolidrott.se.

206 Skolverket. Musik. Hämtad 2019-08-16, https://www.skolverket.se/undervisning/grundskolan/laroplan-och-kursplaner-for-grundskolan/laroplan-lgr11-for-grundskolan-samt-for-forskoleklassen-och-fritidshemmet?url=1530314731%2Fcompulsorycw%2Fjsp%2Fsubject.htm%3FsubjectCode%3DGRGRMUS01%26tos%3Dgr%26p%3Dp&sv.url=12.5dfee44715d35a5cdfa219f.

207 Skolinspektionen (2011). Musik i Grundskolan – Är du med på noterna rektorn? Rapport 2011:5.

208 Göteborgs-Posten (2018). Skär inte ned på El Sistema. Hämtad 2019-08-20, https://www.gp.se/kultur/kultur/sk%C3%A4r-inte-ned-p%C3%A5-el-sistema-1.11846196.

209 El Sistema. Göteborg. Hämtad 2019-08-20, http://www.elsistema.se/har-finns-vi/forskolor/angered.

210 Göteborgs-Posten (2018). Skär inte ned på El Sistema. Hämtad 2019-08-20, https://www.gp.se/kultur/kultur/sk%C3%A4r-inte-ned-p%C3%A5-el-sistema-1.11846196.

211 El Sistema. Kulturskolor/skolor. Hämtad 2019-12-06, http://www.elsistema.se/har-finns-vi/vill-du-vara-med.

212 Göteborgs-Posten (2018). Skär inte ned på El Sistema. Hämtad 2019-08-20, https://www.gp.se/kultur/kultur/sk%C3%A4r-inte-ned-p%C3%A5-el-sistema-1.11846196.

213 Helsingborgs Dagblad (2016). Nytt hopp för kultursatsning för barn i utsatta områden. Hämtad 2019-08-20, https://www.hd.se/2016-11-24/nytt-hopp-for-kultursatning-for-barn-i-utsatta-omraden.

214 Göteborgs-Posten (2018). Skär inte ned på El Sistema. Hämtad 2019-08-20, https://www.gp.se/kultur/kultur/sk%C3%A4r-inte-ned-p%C3%A5-el-sistema-1.11846196.

215 El Sistema. Kulturskolor/skolor. Hämtad 2019-12-06, http://www.elsistema.se/har-finns-vi/vill-du-vara-med.

216 SVT Nyheter (2018). Brist på mångfald i Kulturskolan. Hämtad 2020-01-13, https://www.svt.se/kultur/brist-pa-mangfald-i-kulturskolan.

217 Eliasson, Simon (2016). Kulturskoleutredningen konstaterar kulturskolan kraftigt segregerad. Kulturskolan magasin 2016:3.

218 Sandvikens kommun. Musik – saz (från 7 år). Hämtad 2019-08-20, https://sandviken.se/kulturfritid/kulturcentrum/kulturskolan/instrumentochsang.4.bef858a162645a8406af226.html.

219 Eliasson, Simon (2016). Kulturskoleutredningen konstaterar kulturskolan kraftigt segregerad. Kulturskolan magasin 2016:3.

220 Melker, Håkan. Idrottskonsulent, Västernorrlands idrottsförbund. Telefonsamtal 2019-05-16.

221 Cronberg, Helene. Fritidsledare, Helsingborgs stad. Presentation om Tryckeriet 2019-12-02.

222 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

223 Stjernlöf, Anders & Vestberg, Elin (2014). Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet! IM.

224 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

225 Sveriges kommuner och landsting (2013). Gör jämlikt – gör skillnad! Samling för social hållbarhet minskar skillnader i hälsa.

226 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

227 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

228 Lunds kommun (2019). Nytt samarbete ska ge nyanlända bättre fritid. Hämtad 2019-10-01, http://www.mynewsdesk.com/se/lund/pressreleases/nytt-samarbete-ska-ge-nyanlaenda-baettre-fritid-2891109.

229 Melker, Håkan. Idrottskonsulent, Västernorrlands idrottsförbund. Telefonsamtal 2019-05-16.

230 Simonsson, Emma. Projektmedarbetare Stadsdelsmammor 2.0, Helsingborgs Stad. Telefonsamtal 2019-10-05.

231 Ibid.

232 Lag (2013:156) om samhällsorientering för vissa nyanlända invandrare. Arbetsmarknadsdepartementet, Stockholm.

233 Länsstyrelsen Skåne (2017). Samhälls- och hälsokommunikation i Skåne.

234 Alabdallah, Ali & Axelson, Johanna. Projektledare Plats för engagemang, Studieförbundet Bilda Sydväst. Intervju 2019-06-05.

235 Ibid.

236 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

237 Abou Alpha, Ibrahim & Andersson, Charlotta. Projektledare Min väg till engagemang, Rädda Barnen. Intervju 2019-04-03.

238 Ibid.

239 Löf, Johannes. Föreningslots, Västerviks kommun. E-post 2019-06-03.

240 Förälder till deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-24.

241 Sveriges Radio (2015). I Alstermo IF är hälften av ungdomarna asylsökande. Hämtad 2019-09-10, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=106&artikel=6218173.

242 Lokaltidningen (2019). De tar Kulturskolan till byarna. Hämtad 2019-12-02, https://lund.lokaltidningen.se/nyheter/2019-09-27/-De-tar-Kulturskolan-ut-till-byarna-5862214.html?fbclid=IwAR2SNDSxG9_rnkJxxuNoW1tdIX5rNIJw3kTnF_J7fLAIJAEPQLwdjiltxdU#.XZTidxQdStw.facebook.

243 Åstrand, Gertrud. Chef kulturförvaltningen, Kumla kommun. E-post 2019-09-06.

244 Sveriges Radio (2019). Svårare nå barnen med undervisning efter skoltid. Hämtad 2019-11-06, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=478&artikel=7314855.

245 Sveriges Radio (2019). Musiklektioner efter skoltid ställer till det för eleverna. Hämtad 2019-11-06, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=91&artikel=7316607.

246 Kulturskolerådet (2019). Kulturskoleverksamhet på skoltid.

247 SVT Nyheter (2019). Musiklektioner på skoltid hotas – drabbar elever utanför centrum. Hämtad 2019-11-06, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/blekinge/musiklektioner-pa-skoltid-kan-tas-bort-drabbar-elever-utanfor-centrum.

248 UNICEF. Barnkonventionen. Hämtad 2019-11-11, https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten#hela-texten.

249 Sveriges Radio (2019). Svårare nå barnen med undervisning efter skoltid. Hämtad 2019-11-06, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=478&artikel=7314855.

250 Larsson, Tuija. Rektor Haparanda kulturskola, Haparanda Stad. Telefonintervju 2019-09-10.

251 Kulturcheck. Fler perspektiv på vad som är kultur. Hämtad 2019-04-17, http://kulturcheck.se.

252 Borlänge Bandy. Powerpointpresentation: Borlänge – möjligheternas stad. Hämtad 2019-04-18, http://borlangebandy.se/UserFiles/Sportotek/Bilaga_1_Presentation_Projektet_20161215.pdf.

253 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

254 Nordlund, Robin. Utredare föreningsliv, Hylte kommun. E-post 2019-07-03.

255 Helsingborgs Dagblad (2019). Nu blir stadens sommarläger gratis. Hämtad 2019-09-25, https://www.hd.se/native/helsingborgs-stad/2019-03-21/nu-blir-stadens-sommarlager-gratis.

256 Sala kommun (2017). Sommarläger – Anmälan (stängd). Hämtad 2019-09-25, https://www.sala.se/?page=selfservice&id=97.

257 El-Rameid, Bilal. Samordnare, Helsingborgs stad. Presentation om Tryckeriet 2019-12-02.

258 Ibid.

259 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung livsstil i Helsingborg 2018. Ung Livsstil. Presentation 2019-03-14.

260 Blomdahl, Ulf, Elofsson, Stig, Lengheden, Linda & Åkesson, Magnus (2014). Segrar föreningslivet? En studie av svenskt föreningsliv under 30 år bland barn och unga. Ung Livsstil nr 15/2014.

261 Göteborgs-Posten (2016) Barn slutar idrotta tidigare än någonsin. Hämtad 2019-09-04, https://www.gp.se/sport/barn-slutar-idrotta-tidigare-%C3%A4n-n%C3%A5gonsin-1.3950896.

262 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

263 Ibid.

264 Idrottsforskning (2017). Svårt för både nyanlända- och svenska ungdomar att komma in i idrotten. Hämtad 2019-11-04, https://www.idrottsforskning.se/svart-bade-for-nyanlanda-och-svenska-ungdomar-att-komma-in-i-idrotten.

265 Abou Alpha, Ibrahim & Andersson, Charlotta. Projektledare Min väg till engagemang, Rädda Barnen. Intervju 2019-04-03.

266 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

267 Enfeldt, Brigitte. Barn- och ungdomshandläggare, Helsingborgs Stad. Intervju 2019-04-03.

268 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

269 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

270 Ungdom, anonym. Kartläggning av Krook, Alexandra, Sparks Generation. Presentation 2019-10-02.

271 Riksidrottsförbundet (2015). Idrotten vill – en sammanfattning av idrottsrörelsens idéprogram.

272 Stjernlöf, Anders & Vestberg, Elin (2014). Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet! IM.

273 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

274 Göteborgs-Posten (2016) Barn slutar idrotta tidigare än någonsin. Hämtad 2019-09-04, https://www.gp.se/sport/barn-slutar-idrotta-tidigare-%C3%A4n-n%C3%A5gonsin-1.3950896.

275 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

276 Dagens Nyheter (2019). ”I vår förening tror vi på de nyanländas kraft”. Hämtad https://www.dn.se/sport/fotboll/i-var-forening-tror-vi-pa-de-nyanlandas-kraft, 2019-09-05.

277 Östersund Skidlöpareklubb. Östersunds SK välkomnar dig som vill träna hellre än tävla till gruppen Ungdom Motion inom ungdomssektionen. Hämtad 2019-09-04, http://www.oskskidor.com/ungdom/ungdom-motion.

278 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

279 Jacobsson, Mats. Hur kan föreningslivet bidra till ett mer jämlikt samhälle? OV Helsingborg. Presentation 2019-09-25.

280 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

281 Brodin, Johan & Sjöström, Mia. Norrtulls SK. E-post 2019-05-31.

282 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

283 Sportidrott.se (2017). Hälften av alla idrottande barn slutar i 13-16-års ålder. Hämtad 2019-09-05, https://sportidrott.se/articles/view/halften-av-alla-idrottande-barn-slutar-i-13-16-ars-alder.

284 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

285 Svensk gymnastik (2019). Rytmisk gymnastik i Södertälje – med uppvisning i fokus. Hämtad 2019-05-31, http://www.gymnastik.se/tavling/tavlingsinriktning/Rytmiskgymnastik/Nyheter/2019/rytmiskgymnastikisodertaljemeduppvisningifokus.

286 Gustafsson, Benny. Fotbollstränare, Stattena IF. Intervju 2019-11-14.

287 Göteborgs Fotbollförbund. Förälderns uppförande. Hämtad 2019-09-06, http://www.fotbollspepp.se/de-tio-foraldrabudorden.

288 Ibid.

289 Cityidrott. Hämtad 2019-05-15, http://cityidrott.se/home1.

290 Helsingborgs Stad (2019). Zonen. Hämtad 2019-08-12, https://helsingborg.se/uppleva-och-gora/aktiv-livsstil/zonen-nytt/#video-player-IyYRl6pgpDE.

291 Hammarby Fotboll (2018). Spontanfotbollen drar igång i Skarpnäck och Bagarmossen. Hämtad 2019-09-12, https://www.hammarbyfotboll.se/aktuellt/nyheter/spontanfotbollen-drar-igang-i-skarpnack-och-bagarmossen.

292 Dagens Media (2019). ”Ta e-sporten på allvar”. Hämtad 2019-12-03, https://www.dagensmedia.se/nyheter/debatt/ta-e-sporten-pa-allvar.

293 Hedenborg, Susanna & Norberg, Johan R (2019). Barnkonventionen och föreningsidrotten – handbok för idrottsledare. UNICEF.

294 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor. Fokus på ungas fritid och organisering. Hämtad 2019-08-02, https://www.mucf.se/fokus-pa-ungas-fritid-och-organisering.

295 Riksidrottsförbundet (2010). Idrott och integration – en statistisk undersökning 2010.

296 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

297 Ibid.

298 Ibid.

299 Abou Alpha, Ibrahim & Andersson, Charlotta. Projektledare Min väg till engagemang, Rädda Barnen. Intervju 2019-04-03.

300 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

301 UNICEF. Barnkonventionen. Hämtad 2019-10-30, https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten#hela-texten.

302 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

303 SVT Nyheter (2019). Nu tas beslutet om avgiftsfri kulturskola i Flen. Hämtad 2019-08-20, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/sormland/kulturskolan-i-flen-kan-bli-avgiftsfri.

304 Svensk gymnastik (2019). Rytmisk gymnastik i Södertälje – med uppvisning i fokus. Hämtad 2019-05-31, http://www.gymnastik.se/tavling/tavlingsinriktning/Rytmiskgymnastik/Nyheter/2019/rytmiskgymnastikisodertaljemeduppvisningifokus.

305 Gottne IF. Fotboll för alla, Gottne Integration. Hämtad 2019-05-31, https://svenskalag.se/gottneif/sida/42968/fotboll-for-alla.

306 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

307 Stjernlöf, Anders & Vestberg, Elin (2014). Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet! IM.

308 SISU Idrottsutbildarna Östergötland. Informationsblad: Sociala fonden.

309 Ibid.

310 Kungsholmen Direkt (2013). Så fixar klubbarna extra klirr i kassan. Hämtad 2019-10-02, https://www.stockholmdirekt.se/nyheter/sa-fixar-klubbarna-extra-klirr-i-kassan/Ldemco!P6KGDId8hBPhnifR1xmzwg/.

311 SISU Idrottsutbildarna Östergötland. Informationsblad: Sociala fonden.

312 Fritidsbanken. Så här går det till. Hämtad 2019-06-12, https://www.fritidsbanken.se/sa-har-gar-det-till.

313 Brodin, Johan & Sjöström, Mia. Norrtulls SK. E-post 2019-05-31.

314 Stockholmsidrotten (2015). Sara är en förebild för barn- och ungdomar i Alby. Hämtad 2019-10-31, https://www.stockholmsidrotten.se/varanyheter/2015/Saraarenforebildforbarn-ochungdomariAlby.

315 Riksidrottsförbundet (2019). Idrottens stöd ändras för att nå fler. Hämtad 2019-10-28, https://www.rf.se/Nyheter/Allanyheter/idrottensstodandrasforattnafler.

316 Dagens Nyheter (2015). ”Sveriges idrottsrörelse är en nyckelspelare i integrationen”. Hämtad 2019-05-13, https://www.dn.se/debatt/sveriges-idrottsrorelse-ar-en-nyckelspelare-i-integrationen.

317 Riksidrottsförbundet (2019). Idrottens stöd ändras för att nå fler. Hämtad 2019-10-28, https://www.rf.se/Nyheter/Allanyheter/idrottensstodandrasforattnafler.

318 Riksidrottsförbundet (2018). LOK-stöd. Hämtad 2019-10-28, https://www.rf.se/bidragochstod/lok-stod.

319 Riksidrottsförbundet (2019). Idrottens stöd ändras för att nå fler. Hämtad 2019-10-28, https://www.rf.se/Nyheter/Allanyheter/idrottensstodandrasforattnafler.

320 Lagen.nu. Ds 2013:70 Förslag till fritidspeng till barn i hushåll med försörjningsstöd. Hämtad 2019-06-12, https://lagen.nu/ds/2013:70.

321 Regeringskansliet (2015). Riksnormen för försörjningsstödet höjs. Hämtad 2019-06-12, https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2015/10/pressmeddelande-riksnormen.

322 Arbetsvärlden (2015). Socialbidraget kraftigt urholkat på 30 år. Hämtat 2019-06-12. https://www.arbetsvarlden.se/socialbidraget-kraftigt-urholkat-pa-30-ar/

323 Kringstad, Kristin. Ridskolechef, Malmö Civila Ryttarförening. Telefonintervju 2019-11-14.

324 Malmö Stad. Kul i Malmö. Hämtad 2019-11-14, https://kulimalmo.se.

325 Ibid.

326 Helsingborgs stad. Aktivitetshus Idrottens Hus. Hämtad 2019-12-03, https://helsingborg.se/event/aktivitetshus-idrottens-hus.

327 Helsingborgs stad. Tryckeriet. Hämtad 2019-12-03, https://helsingborg.se/uppleva-och-gora/fritidsgardar-och-motesplatser/tryckeriet-2.

328 El-Rameid, Bilal. Samordnare, Helsingborgs stad. Presentation om Tryckeriet 2019-12-02.

329 Ekberg, Ida. Fritidsledare, Helsingborgs stad. Presentation om Idrottens hus 2019-12-02.

330 Bjarnason, Geir. Idrotts- och fritidsrepresentant, Hafnarfjarðar. E-post 2019-07-05.

331 Mosaic Science (2017). Iceland knows how to stop teen substance abuse but the rest of the world isn't listening. Hämtad 2019-12-11, https://mosaicscience.com/story/iceland-prevent-teen-substance-abuse.

332 MUCF (2019). MUCF:s generaldirektör: "Ungas rätt till fritid på lika villkor en viktig samhällsfråga". Hämtad 2019-12-02, https://www.mucf.se/pressmeddelande/mucfs-generaldirektor-ungas-ratt-till-fritid-pa-lika-villkor-en-viktig-samhallsfraga.

333 Kristdemokraterna (2019). Ett Sverige att lita på, trygghet och välfärd i fokus, budgetmotion 2020.

334 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

335 Abrahamson, Kevin. Stattena IF. E-post 2019-05-02.

336 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

337 Ibid.

338 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

339 Ibid.

340 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

341 Arvsfonden (2017). På ingång (f.d. SKOL+). Hämtad 2019-06-12, https://www.arvsfonden.se/projekt/pa-ingang-fd-skol.

342 Deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Intervju 2019-04-16.

343 OV Helsingborg (2017). Video: Handbollsskola för alla – ny film, ny sponsor. https://www.youtube.com/watch?time_continue=136&v=RysFRPP05s4

344 Motivation.se (2011). CSR bidrar till hållbar utveckling. Hämtad 2019-09-17, https://www.motivation.se/innehall/csr-bidrar-till-hallbar-utveckling.

345 OV Helsingborg (2017). Video: Handbollsskola för alla – ny film, ny sponsor. https://www.youtube.com/watch?time_continue=136&v=RysFRPP05s4

346 Brodin, Johan & Sjöström, Mia. Norrtulls SK. E-post 2019-05-31.

347 Kulturskolerådet (2016). Kulturskolan i siffror.

348 Rädda Barnen (2002). Musik om du är rik? – en kartläggning av avgifterna till kommunala musikskolan.

349 Kulturrådet (2019). Kulturskolan i siffror.

350 Sveriges Radio (2017). Önskad effekt när kulturskolan blev gratis i Bräcke. Hämtad 2019-11-11, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=78&artikel=6707750.

351 Eliasson, Simon (2016). Kulturskoleutredningen konstaterar kulturskolan kraftigt segregerad. Kulturskolan magasin 2016:3.

352 SVT Nyheter (2008). Kultur – en klassfråga. Hämtad 2019-11-11, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/vasternorrland/kultur-en-klassfraga.

353 Stockholms Stad (2019). Låna instrument från Kulturskolans instrumentförråd. Hämtad 2019-08-20, https://kulturskolan.stockholm.se/fristaende-sidor/instrumentforradet.

354 Stockholms Stad (2019). Avgifter i kulturskolan. Hämtad 2019-08-20, https://kulturskolan.stockholm.se/om-kulturskolan/avgifter.

355 Sveriges Radio (2018). Slopat bidrag till kulturskolan slår mot barn i utsatta områden. Hämtat 2019-08-20, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=478&artikel=7114907.

356 Helsingborgs Stad (2018). Pressmeddelande: Nämndsbeslut – Helsingborgs kulturskola ska nå fler. Hämtad 2019-12-02, http://www.mynewsdesk.com/se/helsingborg/pressreleases/naemndsbeslut-helsingborgs-kulturskola-ska-naa-fler-2457016.

357 SVT Nyheter (2018). Ny kulturbudget: nedskärningar på drygt 200 miljoner. Hämtad 2019-08-20, https://www.svt.se/kultur/ny-kulturbudget-nedskarningar-pa-drygt-200-miljoner.

358 Göteborgs-Posten (2018). Nytt slag mot kulturskolan – staten drar tillbaka 100 miljoner. Hämtat 2019-08-20, https://www.gp.se/kultur/kultur/nytt-slag-mot-kulturskolan-staten-drar-tillbaka-100-miljoner-1.11807750.

359 Piteå-Tidningen (2018). Budget slår hårt mot kulturskola. Hämtad 2019-08-20, https://www.pt.se/nyheter/pitea/budget-slar-hart-mot-kulturskola-11077117.aspx.

360 SVT Nyheter (2019). Vårändringsbudgeten 2019: Pengar till kulturskolan återinförs. Hämtad 2019-08-20, https://www.svt.se/kultur/varandringsbudgeten-2019.

361 Hellström, Johan. Sparks Generation – så att unga skall kunna hitta sin grej! PwC. Presentation: 2019-10-02.

362 Stjernlöf, Anders & Vestberg, Elin (2014). Hjärtligt ovälkommen till föreningslivet! IM.

363 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

364 Dagens Samhälle (2016). Barnen betalar priset för vuxnas tävlingshets. Hämtad 2019-09-06, https://www.dagenssamhalle.se/debatt/barnen-betalar-priset-foer-vuxnas-taevlingshets-27304.

365 Bergmark, Karolina, Blomdahl, Ulf, Elofsson, Stig, Lengheden, Linda & Åkesson, Magnus (2018). Vilka värden söker barn och ungdomar inom idrotten? Ung Livsstil nr 23/2018.

366 Naalisvaara, Maria. Verksamhetsledare, Jämtland-Härjedalens idrottsförbund. Telefonsamtal 2019-05-11.

367 Råhlin, Jessica. Avdelningschef fritid, Växjö kommun. Lupp-undersökning 2018. E-post 2019-09-06.

368 Ungdomar och föräldrar, anonyma. Kartläggning Delegation mot segregation (Delmos). Intervju: 2018-10-24.

369 Naalisvaara, Maria. Verksamhetsledare, Jämtland-Härjedalens idrottsförbund. Telefonsamtal 2019-05-11.

370 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

371 Ibid.

372 Lennartsson, Rebecka (2007). Mellan hopp och förtvivlan. Erfarenheter och strategier i väntan på asyl. Den nationella temagruppen asyl och integration, Asylmottagande i fokus, 2007:4.

373 Larsson, Nina (2008). Lyssna på oss! Rapport om barns upplevelser som asylsökande i Sverige. UNICEF.

374 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

375 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

376 SVT Nyheter (2018). Brist på mångfald i Kulturskolan. Hämtad 2019-08-20, https://www.svt.se/kultur/brist-pa-mangfald-i-kulturskolan.

377 Ungdom, anonym. Kartläggning av Krook, Alexandra, Sparks Generation. Presentation 2019-10-02.

378 Hellström, Johan. Sparks Generation – så att unga skall kunna hitta sin grej! PwC. Presentation: 2019-10-02.

379 Levinsson, Sandra. Volontär, IM. Samtal efter Aktiv Fritid-uppdrag, 2017-05-01.

380 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

381 Enfeldt, Brigitte. Barn- och ungdomshandläggare, Helsingborgs Stad. Intervju: 2019-04-03.

382 Dagens Samhälle (2015). Idrotten en viktig arena för integration. Hämtad 2019-05-28, https://www.dagenssamhalle.se/debatt/idrotten-en-viktig-arena-foer-integration-15997.

383 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

384 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

385 SVT Nyheter (2014). Få med utländsk bakgrund i innebandyn. Hämtad 2019-11-04, https://www.svt.se/nyheter/lokalt/vasterbotten/fa-med-utlandsk-bakgrund-i-innebandyn.

386 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

387 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

388 Dagens Nyheter (2015). ”Sveriges idrottsrörelse är en nyckelspelare i integrationen”. Hämtad 2019-05-13, https://www.dn.se/debatt/sveriges-idrottsrorelse-ar-en-nyckelspelare-i-integrationen.

389 Rädda Barnen (2015). Att Möta Barn: Psykologernas tips till dig som möter barn på flykt. Hämtad 2019-09-10, https://resourcecentre.savethechildren.net/library/att-mota-barn-psykologernas-tips-till-dig-som-moter-barn-pa-flykt.

390 Gustavsson, Lars H & Lindberg, Tor (2016). Möta barn på flykt – enkel handbok för alla. UNICEF.

391 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

392 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

393 Hjelm, Veronica. Mottagningssamordnare, Laholms kommun. E-post 2019-05-29.

394 Olsson, Frida Charlotta. Integrationshandläggare, Östra Göinge kommun. E-post 2019-09-04.

395 Dagens Nyheter (2019). ”I vår förening tror vi på de nyanländas kraft”.
Hämtad https://www.dn.se/sport/fotboll/i-var-forening-tror-vi-pa-de-nyanlandas-kraft, 2019-09-05.

396 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

397 Dagens Nyheter (2019). ”I vår förening tror vi på de nyanländas kraft”.
Hämtad https://www.dn.se/sport/fotboll/i-var-forening-tror-vi-pa-de-nyanlandas-kraft, 2019-09-05.

398 Krook, Alexandra. Sparks Generation. Presentation 2019-10-02.

399 Göteborgs Stad. Så här ansöker du. Hämtad 2019-08-20, https://goteborg.se/wps/portal/enhetssida/kulturskolan/Ansak-till-kulturskolan/ansokan/!ut/p/z1/04_Sj9CPykssy0xPLMnMz0vMAfljo8ziTYzcDQy9TAy9LXy9XAwcDV0cDdxMgw0sPY30wwkpiAJKG-AAjgb6BbmhigCd5D8B/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh.

400 Ungdomar, anonyma. Kartläggning Delegation mot segregation (Delmos). Intervju: 2018-10-24.

401 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung Livsstil i Helsingborg 2015. Ung Livsstil. Presentation 2016-05-24.

402 Sveriges kommuner och landsting (2013). Gör jämlikt – gör skillnad! Samling för social hållbarhet minskar skillnader i hälsa.

403 Ungdomar, anonyma. Kartläggning Delegation mot segregation (Delmos). Intervju: 2018-10-24.

404 IM. FAQ om antirasism. Hämtad 2019-11-12, https://www.imsweden.org/vad-vi-gor/antirasism/faq-om-antirasism.

405 Ibid.

406 Deltagare i Aktiv Fritid, anonym. Samtal 2017.

407 Fundberg, Jesper (2003). Etnisk mångfald och integration: visar idrotten vägen? Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2003:3.

408 Göteborgs-Posten (2017). Så utsätts unga för rasism. Hämtad 2019-11-04,
https://www.gp.se/sport/fotboll/s%C3%A5-uts%C3%A4tts-unga-f%C3%B6r-rasism-1.4445424.

409 Ibid.

410 Ibid.

411 IM. FAQ om antirasism. Hämtad 2019-11-12, https://www.imsweden.org/vad-vi-gor/antirasism/faq-om-antirasism.

412 Expressen (2018). Siffrorna avslöjar svensk fotboll. Hämtad 2019-11-04, https://www.expressen.se/sport/qs/siffrorna-avslojar-svensk-fotboll.

413 Expressen (2019). ”Såna saker väcker frågor och tankar”. Hämtad 2019-11-12,
https://www.expressen.se/gt/sport/fotboll/allsvenskan/sana-saker-vacker-fragor-och-tankar.

414 Fundberg, Jesper (2004). Vi vs Dom: Idrottens förmåga och problem med integration. Stockholms universitet.

415 Riksidrottsförbundet (2002). Idrott och integration – en statistisk undersökning 2002.

416 Expressen (2018). Siffrorna avslöjar svensk fotboll. Hämtad 2019-11-04, https://www.expressen.se/sport/qs/siffrorna-avslojar-svensk-fotboll.

417 IM. FAQ om antirasism. Hämtad 2019-11-12, https://www.imsweden.org/vad-vi-gor/antirasism/faq-om-antirasism.

418 Ibid.

419 IM. Antirasism. Hämtad 2019-11-12, https://www.imsweden.org/vad-vi-gor/antirasism.

420 Diskrimineringsombudsmannen (2019). Vad är diskriminering? Hämtad 2020-01-15, https://www.do.se/om-diskriminering/vad-ar-diskriminering/#2.

421 Göteborgs-Posten (2017). Så utsätts unga för rasism. Hämtad 2019-11-04,
https://www.gp.se/sport/fotboll/s%C3%A5-uts%C3%A4tts-unga-f%C3%B6r-rasism-1.4445424.

422 Sveriges kommuner och landsting (2013). Gör jämlikt – gör skillnad! Samling för social hållbarhet minskar skillnader i hälsa.

423 Turesson, Elin. Samhällsstrateg för social hållbarhet, Helsingborgs Stad. E-post 2019-12-17.

424 Malmö Stad. Anmälan till utbildningar för föreningar. Hämtad 2019-12-17.

425 IM. Antirasism. Hämtad 2019-11-12, https://www.imsweden.org/vad-vi-gor/antirasism.

426 Rädda Barnen. High Five – 5 steg till trygg idrott för barn och unga. Hämtad 2019-09-10,
https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/arbetar-med-barn/high-five-trygg-idrott.

427 Rädda Barnen (2018). Video: BK Häcken jobbar aktivt med High Five för en trygg och inkluderande idrott för barn och unga (60sek). https://www.youtube.com/watch?time_continue=53&v=khXP8jbISXY

428 Röda Korset Ungdomsförbundet. Medspelare – Barnkonventionen inom idrottsrörelsen. Hämtad 2019-12-10, https://rkuf.se/ar-du-med-spelare.

429 Röda Korset Ungdomsförbundet. Handbollsspelare i Örebro blir proffs på sina rättigheter. Hämtad 2019-12-10, https://rkuf.se/blog/handbollsspelare-i-orebro-blir-proffs-pa-sina-rattigheter.

430 Göteborgs-Posten (2017). Så utsätts unga för rasism. Hämtad 2019-11-04, https://www.gp.se/sport/fotboll/s%C3%A5-uts%C3%A4tts-unga-f%C3%B6r-rasism-1.4445424.

431 Fria Tidningen (2017). Fotbollsföräldrar sprider rasism. Hämtad 2019-11-11, http://www.fria.nu/artikel/129696.

432 GAIS. Den grönsvarta tråden. Hämtad 2019-11-13, http://www.gais.se/klubben/den-gronsvarta-traden.

433 IFK Kristianstad. Den orangea tråden. Hämtad 2019-11-13, https://ifkkristianstad.se/om-oss/orangea-traaden.

434 Fria Tidningen (2017). Fotbollsföräldrar sprider rasism. Hämtad 2019-11-11, http://www.fria.nu/artikel/129696.

435 Åklagarmyndigheten. Hets mot folkgrupp. Hämtad 2019-11-13, https://www.aklagare.se/ordlista/h/hets-mot-folkgrupp.

436 Svenska Fotbollförlaget (2017). Spelregler för fotboll 2018.

437 Svenska Handbollsförbundet. Regel 16. Hämtad 2019-11-13, http://www.svenskhandboll.se/imagevaultfiles/id_19052/cf_31/2016_regel_16.pdf.

438 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

439 Wagnsson et al (2019). Nyanlända barns och ungdomars uppfattningar om och upplevelser av föreningsidrotten i Sverige. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:3.

440 Sport Open. Främlingsovana. Hämtad 2019-06-05, https://www.sportopen.se/hur-nar-vi.

441 Riksidrottsförbundet (2009). Idrotten vill – en sammanfattning av idrottsrörelsens idéprogram.

442 Sport Open. Främlingsovana. Hämtad 2019-06-05, https://www.sportopen.se/hur-nar-vi.

443 Se sammanställning av källor i avsnittet ”positiva effekter av deltagande i idrotts- och kulturaktiviteter”.

444 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

445 Axelson, Johanna. Projektledare Plats för engagemang, Studieförbundet Bilda Sydväst. Intervju 2019-06-05.

446 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

447 Ibid.

448 Sveriges kommuner och landsting (2013). Gör jämlikt – gör skillnad! Samling för social hållbarhet minskar skillnader i hälsa.

449 Ibid.

450 Dagens Nyheter (2015). ”Sveriges idrottsrörelse är en nyckelspelare i integrationen”. Hämtad 2019-05-13, https://www.dn.se/debatt/sveriges-idrottsrorelse-ar-en-nyckelspelare-i-integrationen.

451 Sveriges kommuner och landsting (2013). Gör jämlikt – gör skillnad! Samling för social hållbarhet minskar skillnader i hälsa.

452 OV Helsingborg. Handbollsskola för alla. Hämtad 2018-11-30, https://ovhelsingborg.myclub.se/menu/pages/15594.

453 Lokaltidningen Helsingborg (2017). Handbollsprojekt växer och vill starta sommarskola. Hämtad 2018-11-30, http://helsingborg.lokaltidningen.se/2017-05-13/-Handbollsprojekt-v%C3%A4xer-och-vill-starta-sommarskola-343548.html.

454 Blomdahl, Ulf. Utan spaning – ingen aning! Ung livsstil i Helsingborg 2018. Ung Livsstil. Presentation 2019-03-14.

455 Lindström, Nikita & Suleiman, Hamzah (2019). Mer än bara basket – en rapport om idrottsutövande bland unga i socioekonomiskt utsatta områden. Svenska basketbollförbundet.

456 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

457 Karlsson, Oliwer. Inkluderingskoordinator, Lunds kommun. E-post 2019-09-27.

458 Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2014). Fokus 14 – Ungas fritid och organisering.

459 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

460 Riksidrottsförbundet (2019). Idrott för nyanlända. Hämtad 2019-08-27, https://www.rf.se/RFarbetarmed/Inkluderandeidrott/idrottfornyanlanda.

461 Malmö högskola (2016). Video: Utmaningsbaserat lärande och Sport Open – integration för nyanlända. h ttps://www.youtube.com/watch?time_continue=4&v=Fm_YwnMYyhQ.

462 Nilsson, Leif. Fritids- och föreningslots, Örnsköldsviks kommun. Telefonsamtal 2019-05-28.

463 Ibid.

464 FC Rosengård. Boost by FC Rosengård. Hämtad 2019-08-27, https://www.fcrosengard.se/boost-fc-rosengard.

465 Sandvikens IF. Framsteget. Hämtad 2019-10-17, http://www.framsteget.org.

466 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

467 Lindgren, Jerker (2016). Handboll för hjärta och gemenskap – integration med hjälp av handboll i Vivalla och Brickebacken. Örebro SK Handboll Herr.

468 Lindgren, Jerker. Projektledare Handboll för hjärta och gemenskap, Örebro SK Handboll Herr. Telefonintervju 2019-09-11.

469 Sveriges Radio (2016). Skånsk idrott gör integration lättare. Hämtad 2019-09-10, https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=96&artikel=6377471.

470 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

471 Lindgren, Jerker. Projektledare Handboll för hjärta och gemenskap, Örebro SK Handboll Herr. Telefonintervju 2019-09-11.

472 Dagens Samhälle (2015). Idrotten en viktig arena för integration. Hämtad 2019-05-28, https://www.dagenssamhalle.se/debatt/idrotten-en-viktig-arena-foer-integration-15997.

473 Riksidrottsförbundet (2016). Idrott – en bra start i livet.

474 SISU Idrottsutbildarna Västra Götaland (2018). Så fungerar idrotten i Sverige. Hämtad 2019-09-12, https://www.sisuidrottsutbildarna.se/Distrikt/sisuiuvastragotaland/Omoss/safungeraridrottenisverige.

475 SISU Idrottsutbildarna. Normmedveten idrott. Hämtad 2019-09-12, https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisu/generell/organisation/inkluderande-idrott/utgangspunkter-for-inkludering/normmedveten-idrott.

476 SISU Idrottsutbildarna. Inkluderande idrott. Hämtad 2019-09-12, https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisu/generell/organisation/inkluderande-idrott.

477 Riksidrottsförbundet (2013). Video: Idrotten vill. Hämtad 2019-05-13, https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=gbPx7WOdiKM.

478 Hedenborg, Susanna & Norberg, Johan R (2019). Barnkonventionen och föreningsidrotten – handbok för idrottsledare. UNICEF.

479 Molin, Fredrik (2019). Spontanitet och samspel – en kvalitativ studie av 31 idrottsföreningars arbete med integration. Riksidrottsförbundet, FoU-rapport 2019:1.

480 Wahlström, Kicki. Inledning om verktygen som stöd för sociala investeringar. Skandia. Presentation: 2019-10-16.

IM är en svensk biståndsorganisation som arbetar för att stärka utsatta individer, särskilt kvinnor och unga, så att de av egen kraft kan ta sig ur fattigdom och utanförskap. Vårt arbete bygger på medmänsklighet och engagemang. IM grundades 1938 och är religiöst och partipolitiskt obunden.

imsweden.org