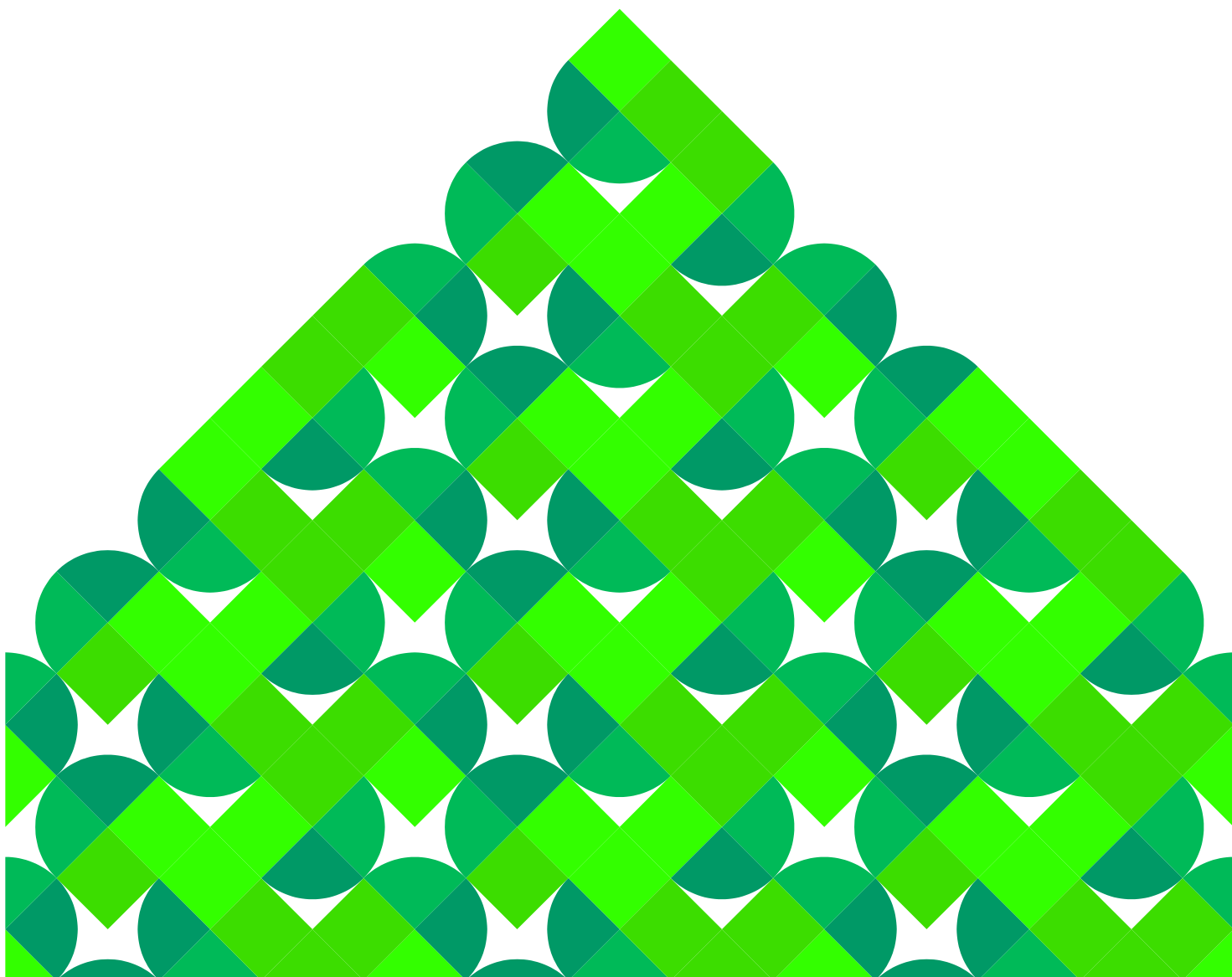


# Aktiv fritid

Redovisning av uppdrag för att främja aktiv fritid  
för personer med funktionsnedsättning



Myndigheten för delaktighet är en kunskapsmyndighet som arbetar inom funktionshindersområdet. Vi arbetar för att alla, oavsett funktionsförmåga, ska kunna vara fullt delaktiga i samhället.

Myndigheten för delaktighet, 2021

Aktiv fritid - Redovisning av uppdrag för att främja aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning

Nummer 2021:10

ISBN: 978-91-87883-88-0 (pdf)

Publikationen finns att ladda ner från myndighetens webbplats [www.mfd.se](http://www.mfd.se).

Alternativa format kan beställas från Myndigheten för delaktighet.

Postadress: Myndigheten för delaktighet, Box 1210, 172 24 Sundbyberg

E-post: [info@mfd.se](mailto:info@mfd.se)

Telefon: 08-600 84 00

# Innehåll

<b>Förord</b> .....	<b>4</b>
<b>Sammanfattning</b> .....	<b>6</b>
<b>Inledning</b> .....	<b>7</b>
<b>MFD:s insatser och resultat</b> .....	<b>8</b>
Stödmaterial till kommuner .....	8
Tillvägagångssätt.....	10
Inspirationsmaterial till civilsamhället .....	11
Tillvägagångssätt.....	12
Spridning och kommunikation.....	12
Genomförda insatser .....	12
Spridning av goda exempel .....	13
Planerade insatser.....	14
<b>Avslutning</b> .....	<b>15</b>

# Förord

Att ha tillgång till en fritid vi trivs med är en viktig förutsättning för att må bra. Från det vi är små är det vi gör på fritiden helt grundläggande för att vi ska utvecklas som människor och lära oss samspela med andra. Tack vare de aktiviteter vi gör på fritiden, själva eller tillsammans med andra, lär vi oss nya och unika saker men vi får också viktig återhämtning, och ny inspiration. Saker som ger välbefinnande och skapar mening med livet!

Men möjligheten till en aktiv fritid är inte en självklarhet för alla. Människor som lever med en fysisk eller kognitiv funktionsnedsättning möter oftare än andra bristande förutsättningar som hindrar dem från att vara så aktiva och delaktiga på fritiden som de skulle vilja. Det kan handla om brister i fysisk eller kognitiv tillgänglighet eller om låga förväntningar och problematiserande attityder. Detta riskerar att såväl barn som vuxna med funktionsnedsättning inte kan vara aktiva i den utsträckning de skulle vilja och då riskera social isolering och ensamhet.

Det har stor betydelse att de som arrangerar fritidsverksamhet vill och eftersträvar mångfald och därför arbetar aktivt för att människor med skiftande förutsättningar och behov ska kunna vara delaktiga. Kommuner, regioner och civilsamhället kan därför göra stor skillnad genom att riva hinder och underlätta även för personer med funktionsnedsättning att ta del av det fritidsutbud de erbjuder. Som ett stöd i detta har Myndigheten för delaktighet tillsammans med många engagerade aktörer runt om i landet tagit fram stöd och inspirationsmaterial. Målet är att inspirera kommuner, regioner och civilsamhället att på olika sätt främja ett mer inkluderande och tillgängligt fritidsutbud. MFD:s förhoppning är att detta ska bidra till att kommuner, regioner och föreningar runt om i Sverige fortsätter och stärker sin förmåga att skapa ett fritidsutbud som når många fler. Detta oavsett vilken funktionsförmåga människor har.

Vi vill passa på att rikta ett särskilt tack till alla som bidragit i arbetet och hoppas den kunskap och erfarenhet vi samlat ihop ska vara till god hjälp för många fler.

Sundbyberg i juni 2021

Malin Ekman Aldén  
Generaldirektör

# Sammanfattning

I juni 2020 fick Myndigheten för delaktighet (MFD) i uppdrag från regeringen att ta fram ett stödmaterial till kommuner och andra aktörer i syfte att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning.

Inom ramen för regeringsuppdraget har MFD genom samverkan med Sveriges Kommuner och Regioner, Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, kommuner, regioner och civilsamhället arbetat för att främja en aktiv fritid och ett utökat fritidsutbud som är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning. MFD har genom metoden tjänstedesign lyssnat in vilka behov av stöd som målgrupperna för uppdraget har och utformat arbetet utifrån dessa behov. Regeringsuppdraget har skapat ett stort engagemang inom området.

MFD har tagit fram ett stödmaterial riktat till i första hand kommuner och ett inspirationsmaterial riktat till civilsamhället. MFD har även löpande under året arbetat för att sprida och kommunicera vikten av att kunna ha en aktiv och meningsfull fritid. Detta har bland annat gjorts genom ett webbseminarium om utlåningsverksamhet av fritidshjälpmedel och genom att stöd- och inspirationsmaterialet har presenterats på flera konferenser. Fortsatta kommunikationsinsatser planeras under hela 2021.

I materialen kan målgrupperna ta del av tips, goda exempel och filmer om hur arbetet kan gå till. Tack vare regeringsuppdraget finns nu ett brett nätverk av aktörer som vill använda och sprida materialen. MFD bedömer att materialen kommer att påskynda arbetet med att främja en aktiv fritid och ett tillgängligt fritidsutbud för fler.

# Inledning

Under 2019 hade MFD regeringens uppdrag att kartlägga den enskildes tillgång till hjälpmedel för fritidsaktiviteter samt kartlägga insatser på hur en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning kan främjas lokalt och regionalt. Kartläggningen visade bland annat att personer med funktionsnedsättning ibland vill göra andra aktiviteter på sin fritid än vad de har möjlighet till. Resultaten visade vidare att fritidsutbudet i Sverige är relativt ojämnt och utformat på ett sätt som inte passar alla. Det beror på att personer med funktionsnedsättning möter hinder för att kunna ha en aktiv fritid. Kartläggningen visade också att det ofta räcker med små åtgärder för att fler ska kunna ha en mer aktiv fritid.<sup>1</sup>

I juni 2020 fick myndigheten ett nytt regeringsuppdrag om aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning.<sup>2</sup> Uppdraget tar sin utgångspunkt i MFD:s kartläggning av en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning. Uppdraget innebär att MFD ska ta fram ett stödmaterial till kommuner och andra aktörer i syfte att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning. Uppdraget ska genomföras i dialog med Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, Sveriges Kommuner och Regioner och andra relevanta aktörer. Stödmaterialiet ska ge exempel på hur kommuner och andra aktörer, inom tillgängliga medel, kan främja ett fritidsutbud som är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning. Stödmaterialiet ska också innehålla goda exempel på arbete i kommuner och regioner och genomföras med ett jämställdhets-, barnrätts- och ungdomsperspektiv.

Den här rapporten är en redovisning av hur MFD har arbetat med uppdraget för att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning.

---

<sup>1</sup> <https://www.mfd.se/vart-uppdrag/regeringsuppdrag/uppdrag-om-tillganglighet-till-hjalpmedel-for-fritidsaktiviteter-och-aktiv-fritid-for-personer-med-funktionsnedsattning/> [2021-05-19].

<sup>2</sup> Regeringsbeslut I:5, den 17 juni 2020, dnr S2020/05410/SOF.

## **MFD:s insatser och resultat**

Inom ramen för uppdraget har MFD tagit fram två olika webbaserade material. Det ena stödmaterialet riktar sig främst till kommuner, men också regioner kan använda materialet. Detta stödmaterial beskriver hur kommuner kan arbeta för att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning. Det andra materialet riktar sig till civilsamhället och är en inspiration till civilsamhället om hur de kan arbeta för att fler ska kunna ta del av fritidsverksamheten. MFD har också arbetat för att samla och sprida goda exempel från kommuner, regioner och civilsamhället.

Materialen har tagits fram i samskapande processer med berörda målgrupper. I materialen finns flera exempel på hur föreningar, kommuner och regioner arbetar för att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning. Barn-, ungdoms- och jämställdhetsperspektiven har lyfts genom hela arbetet. Det är särskilt viktigt då vissa grupper bland personer med funktionsnedsättning möter fler hinder för att kunna ha en aktiv och meningsfull fritid. Både ålder och kön kan i vissa fall utgöra hinder för en aktiv fritid, vilket också framkommer i MFD:s kartläggning av aktiv fritid i det första regeringsuppdraget, se ovan. I materialen lyfts därför flera goda exempel för en aktiv fritid för alla åldrar och även hur förändrad styrning och bidragsgivning kan bidra till förbättrad jämställdhet.

Nedan beskrivs närmare innehåll och tillvägagångssätt i stöd- och inspirationsmaterialet samt MFD:s spridnings- och kommunikationsinsatser.

### **Stödmaterial till kommuner**

Kommunerna har en viktig roll i arbetet med att skapa goda förutsättningar för ett rikt kulturliv samt meningsfulla idrotts- och fritidsaktiviteter för barn och unga. Även om kultur- och fritidsverksamhet är en frivillig uppgift för kommunerna tillhandahåller de en stor del av det kultur- och fritidsutbud som finns. Aktiviteterna genomförs



också ofta i kommunernas lokaler. Kommunerna är därför en aktör som har stor påverkan på utbudet av fritidsaktiviteter.

MFD menar att kommuner med befintliga medel kan bidra till en positiv utveckling inom området och bidra till en mer aktiv fritid för fler. Flera insatser som varken är kostsamma eller resurskrävande kan göras för att öka möjligheten för fler att få en aktiv fritid. Det kan handla om att exempelvis genom volontärer erbjuda socialt stöd i samband med fritidsaktiviteten och stöd för att ta sig dit. Det kan också handla om att se över kommunens styrmedel till föreningsverksamheten, såsom bidragsgivning eller fördelning av träningstider. MFD:s webbaserade stödmaterial ger flera exempel på hur kommuner genom befintliga medel kan främja ett fritidsutbud som är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning.

Länk till materialet: [www.mfd.se/verktyg/stod-for-att-framja-en-aktiv-fritid](http://www.mfd.se/verktyg/stod-for-att-framja-en-aktiv-fritid)

Den primära målgruppen för stödmaterialiet är chefer och tjänstepersoner som har mandat att fatta beslut och göra förändringar inom kultur- och fritidsförvaltningar samt social- och omsorgsförvaltningar i landets kommuner. Stödmaterialiet består av sammanställd kunskap, check- och punktlister, filmer, länkar till externt material samt goda exempel.

Stödmaterialiet till kommunerna består av tre områden:

Den första delen består av kunskap, resultat och slutsatser från MFD:s kartläggning om aktiv fritid från 2019.<sup>3</sup> Materialet beskriver bland annat varför det är viktigt att ha en aktiv fritid utifrån vetenskapen om att social gemenskap är positivt för människors psykiska och fysiska hälsa. Det beskriver också hur en kommun kan arbeta strategiskt med frågan och ger information om hur en kommun kan skapa tillgängliga aktiviteter med hjälp av enkla insatser. Materialet innehåller också några inspirerande kommunexempel som identifierades i samband med kartläggningen 2019 samt beskrivningar av hur en kommun kan ta hjälp av sina egna styrmedel och samverka för att arbeta främjande för en aktiv fritid. Den andra delen består av fördjupningsmaterial om hur kommuner

---

<sup>3</sup> Länk [www.mfd.se/vart-uppdrag/publikationer/rapport/aktiv-fritid](http://www.mfd.se/vart-uppdrag/publikationer/rapport/aktiv-fritid) [3 juni 2021].

genom bidragsgivning till föreningar kan främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning. Den tredje delen består av ytterligare fördjupningsmaterial med konkreta, goda exempel från två kommuner om hur de har utvecklat sin kultur- och fritidsverksamhet.

## **Tillvägagångssätt**

Stödmaterialet har tagits fram i samverkan med Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor (MUCF) och Sveriges Kommuner och Regioner (SKR). De har kontinuerligt under uppdragets genomförande haft möjlighet att lämna synpunkter på inriktning, utkast och innehåll i materialet. MFD har också haft nära samverkan med ett antal representanter från kommuner och civilsamhället.

För att stödmaterialet ska passa och möta målgruppens stödbehov har koncept och upplägg av materialet testats i en tjänstedesignprocess. En tjänstedesignprocess innebär att man involverar användarna i utformningen av en tjänst och utformar den efter deras upplevda behov. Målgruppens behov identifierades med hjälp av djupintervjuer och med testomgångar av tidiga utkast av det webbaserade stödet. Representanter från kommuner fick se olika utkast av stödet och lämna synpunkter på hur det kunde fungera stödjande i kommunens arbete.

Fördjupningen om bidragsgivningen (stödmaterialets andra del) har tagits fram tillsammans med en arbetsgrupp bestående av representanter från Höganäs kommun, Jönköpings kommun, Vaggeryds kommun och Växjö kommun. Arbetsgruppen har bland annat bidragit med exempel på framgångsfaktorer och lokala arbetssätt kring bidragsgivning som främjar en aktiv fritid för fler.

Fördjupningsmaterialet med goda exempel från kommuner (stödmaterialets tredje del) är framtagen i nära samverkan med Höganäs kommun och Jönköpings kommun. De arbetar aktivt med frågor för att främja en aktiv fritid för fler och har bidragit genom att dela med sig av framgångsfaktor i sina verksamheter som andra kommuner kan inspireras av.

Stödmaterialet har skickats ut på remiss till mer än tio kommuner, en region, FOMS<sup>4</sup>, Kulturrådet och Statskontoret. Många av remissinstanserna var positiva och lämnade synpunkter som höjde kvaliteten på materialet. Flera av aktörerna har också visat intresse för att sprida materialet.

## Inspirationsmaterial till civilsamhället

Civilsamhället tillhandahåller en stor del av det fritidsutbud som erbjuds i landet. Föreningar som arrangerar fritidsaktiviteter har därmed en viktig roll för att utveckla området så att fler kan ha en aktiv fritid. De kan bland annat se till att ledarna har god kompetens om inkludering och tillgänglighet och att föreningarna sprider information om sin verksamhet på ett tillgängligt sätt så att alla kan ta del av den. Med rätt verktyg och stöd från bland annat kommuner kan föreningar påskynda utvecklingen och arbeta konkret med frågan.

MFD har tagit fram ett webbaserat inspirationsmaterial till civilsamhället om hur de med befintliga medel kan främja ett fritidsutbud som är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning.

Länk till materialet: [www.mfd.se/inspiration/larande-exempel/foreningar-kan-framja-en-aktiv-fritid](http://www.mfd.se/inspiration/larande-exempel/foreningar-kan-framja-en-aktiv-fritid)

Den primära målgruppen för inspirationsmaterialet är organisationer inom civilsamhället som arrangerar kultur-, friluft-, idrotts- och fritidsaktiviteter för alla åldrar. Materialet är också framtaget i dialog med flera av dessa organisationer och i valet av organisationer är jämställdhet och barnperspektivet beaktat.

Inspirationsmaterialet innehåller texter och film där personer med funktionsnedsättning berättar om vikten av att ha en aktiv fritid. Materialet innehåller även tips, checklistor och exempel på hur föreningar kan skapa mer tillgängliga aktiviteter inom sin verksamhet.

---

<sup>4</sup> FOMS är en rikstäckande ideell yrkes- och intresseförening som har till syfte att stödja tjänstemän och andra med intresse för fritids-, rekreations- och kulturfrågor för personer med funktionsnedsättning.

I materialet finns även länkar till externt material om hur ledarskap kan utvecklas för att möta deltagarnas behov. Materialet innehåller exempel och tips på hur föreningar arbetar för att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning.

## **Tillvägagångssätt**

Materialet riktar sig till aktörer inom civilsamhället som vill främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning. Det är framtaget tillsammans med Generation Pep, Svenska ridsportförbundet, Svensk friidrott, Scouterna, Svenska kyrkan, Svensk Innebandy, Naturskyddsföreningen och Studieförbundet Vuxenskolan.

MFD genomförde även här en tjänstedesignprocess med djupintervjuer och workshoppar med aktörer inom civilsamhället för att undersöka vilken typ av stöd som civilsamhället är i behov av. De medverkande aktörerna representerade både kultur-, idrotts-, friluftsför- och samfundsorganisationer, däribland funktionshindersorganisationer.

Utkastet till materialet remitterades till mer än 20 civilsamhällesorganisationer. Många av dessa var positiva och vill själva använda sig av materialet och hjälpa till att sprida det.

## **Spridning och kommunikation**

MFD har sedan 2019 arbetat strategiskt med att sprida kunskap om hur personer med funktionsnedsättning kan få en aktiv fritid. Även efter att denna redovisning lämnas in planerar MFD att fortsätta det arbetet under hela 2021. MFD ser behovet av att aktivt fortsätta sprida och kommunicera de stödmaterial som har tagits fram. När kommuner, regioner och civilsamhället får stöd, kunskap och verktyg för att främja en aktiv fritid ökar det ambitionen och möjligheten att lyckas.

## **Genomförda insatser**

Under den tid som regeringsuppdraget har pågått har MFD medverkat på nio webbseminarier och konferenser, bland annat ett webbseminarium inom ramen för friluftslivets år "Luften är fri" samt på MUCF:s lansering av stödmaterial om tillgänglighet och inkludering i öppen fritids-

verksamhet. Under dessa tillfällen har MFD totalt nått ut till cirka 600 representanter inom kommuner, regioner, statliga myndigheter och civilsamhället.

I samband med att stöd- och inspirationsmaterialet publicerades på MFD:s webbplats den 1 juni 2021 har MFD spridit information om materialen via egna och andra aktörers kanaler, exempelvis via MUCF:s nyhetsbrev. MFD har även spridit information om materialen i sociala medier samt via de aktörer som MFD har samverkat med under arbetets gång. Tio dagar efter att materialen publicerades på webben har de sammanlagt setts av mer än 500 personer.

## **Spridning av goda exempel**

MFD har sedan 2019 samlat och spridit goda exempel från kommuner, regioner och civilsamhället. Dessa goda exempel finns samlade i stöd-materialet till kommuner och i inspirationsmaterialet till civilsamhället.

Det finns bland annat flera goda exempel om utlåningsverksamhet av fritidshjälpmedel. MFD genomförde i maj 2021 ett webbseminarium för att inspirera kommuner och regioner att främja en aktiv fritid för fler genom utlåningsverksamhet av fritidshjälpmedel.

Webbseminariet genomfördes genom ett samtal där en låntagare av fritidshjälpmedel lyfte vikten av tillgång till fritidshjälpmedel för att kunna ha en aktiv och meningsfull fritid. En representant från Fritidsbanken Sverige berättade också om hur de arbetar för att öka möjligheten att låna fritidshjälpmedel och folkhälsochefen i Region Värmland berättade om deras arbete för en ökad folkhälsa. Samtalet livesändes den 17 maj 2021 och finns tillgängligt på [mfd.se](http://mfd.se).<sup>5</sup> Cirka 130 personer deltog på webbseminariet.

---

<sup>5</sup> Länk till inspelat webbseminarium [www.mfd.se/inspiration/evenemang/lan-av-fritidshjalpmedel](http://www.mfd.se/inspiration/evenemang/lan-av-fritidshjalpmedel) [6 juni 2021].

## **Planerade insatser**

MFD planerar att fortsätta sprida kunskap och stöd till kommuner, regioner och organisationer inom civilsamhället även efter avslutat regeringsuppdrag.

Spridning av stödmaterialen kommer att ske bland annat via andras seminarier och konferenser. MFD kommer också att uppmuntra de aktörer som har medverkat i framtagandet av stödmaterialen att sprida information om materialen i sina kanaler. MFD kommer även att uppmärksamma andra relevanta aktörer inom civilsamhället m.m. att materialet finns och uppmuntra till spridning via nyhetsbrev, webbplatser etc.

MFD kommer att genomföra spridning via sociala medier, bland annat via sponsrade inlägg på Facebook och LinkedIn, i samband med att alltfler fritidsaktiviteter öppnar upp efter den långa stängning som har varit till följd av coronapandemin.

Allmänheten, såsom privata utförare och personer med intresse av fritidsområdet, är en viktig aktör som kan påverka utvecklingen av kommuners och civilsamhällets fritidsutbud. Kommunikation till allmänheten kommer också ske under hösten 2021.

# Avslutning

MFD:s slutsats av att ha arbetat med frågor om aktiv fritid i över två års tid är att personer med funktionsnedsättning möter hinder för att kunna ha en aktiv fritid. Genom små insatser och med befintliga medel kan däremot kommuner, regioner och civilsamhället göra mycket för att främja en aktiv fritid. Det görs mycket ute i landet men fler kan göra mer. Genom att inspireras av varandra och utbyta idéer och lärdomar kan fritidsutbudet bli tillgängligt för fler. De material som MFD har tagit fram inom ramen för uppdraget kan om de blir mer kända och använda kunna påskynda aktörernas möjligheter att arbeta främjande.

MFD ser fram emot att följa hur bland annat kultur- och fritidsförvaltningar, socialförvaltningar och civilsamhällesorganisationer implementerar stödmaterialen i sina organisationer och verksamheter. MFD tror och hoppas att det kommer att bidra till ett utökat fritidsutbud som är tillgängligt för personer med funktionsnedsättning.

Regeringsuppdraget har gett MFD möjligheten att knyta nya kontakter med externa aktörer. Det externa samarbetet har gett stödmaterialen en tydlig förankring och bredd. Att tidigt involvera och engagera relevanta aktörer har bidragit till att materialen blivit konkreta verktyg som kommuner, regioner och civilsamhället behöver för att arbeta främjande.

Under hela 2021 planerar MFD att fortsätta samarbetet och dialogen med MUCF, SKR, kommuner, regioner och civilsamhället för att förvalta, uppdatera och sprida resultaten från regeringsuppdraget. MFD kommer i sin kommande årsredovisning att sammanställa spridningen av och återkoppling på materialen.

## Aktiv fritid

Redovisning av uppdrag för att främja aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning

I juni 2020 fick Myndigheten för delaktighet (MFD) i uppdrag från regeringen att ta fram ett stödmaterial till kommuner och andra aktörer i syfte att främja en aktiv fritid för personer med funktionsnedsättning.

Inom ramen för regeringsuppdraget har MFD tagit fram ett stödmaterial riktat till i första hand kommuner och ett inspirationsmaterial riktat till civilsamhället. I materialen kan målgrupperna ta del av tips, goda exempel och filmer om hur arbetet kan gå till. Tack vare regeringsuppdraget finns nu ett brett nätverk av aktörer som vill använda och sprida materialen. MFD bedömer att materialen kommer att påskynda arbetet med att främja en aktiv fritid och ett tillgängligt fritidsutbud för fler.

Myndigheten för delaktighet  
Box 1210, 172 24 Sundbyberg  
08-600 84 00  
[info@mfd.se](mailto:info@mfd.se)  
[www.mfd.se](http://www.mfd.se)  
Nummer: 2021:10