

# Alla vinner på idrott

**Idrotten kan inte lösa alla samhällsutmaningar**, men den är i regel ett bra komplement till andra insatser. **Idrotten är en av de effektivaste kända sociala investeringarna**, för resultat direkt och över tid. Ges inte idrottsrörelsen möjlighet att verka fullt ut uteblir samhällsvinster vi kunde fått.

## Varför mer idrott

### Hälsa

- Personer som är fysiskt aktiva i unga år har högre fysisk aktivitet och bättre hälsa senare i livet
- Barn som idrottar har en långsiktig minskad risk för frakturer
- Fysisk aktivitet medför positiv psykologisk påverkan på motivation, självförtroende, social medverkan och kommunikation

### Ekonomi

- Satsningar på idrott är samhällsekonomiskt lönsamma. Avkastningen kan vara 2-3 gånger de satsade pengarna sett i samhällsperspektiv (UEFA, McKinsey).
- Till det kommer de icke kvantifierbara vinsterna som idrotten skapar i form av ökad gemenskap, förtroende och tillit.
- Idrott är jämförelsevis billigt varför satsningar på idrott kan ge bättre effekt än andra åtgärder.

### Skola

- Projekt som Bunkefloprojektet, där skolungdomar fick delta i daglig fysisk aktivitet, har visat att fysisk aktivitet förbättrar studieresultaten
- Fysisk aktivitet är associerad med förbättrade kognitiva funktioner, såsom minne och inlärning
- En studie gjord på elever i Malmö visade att andelen behöriga till gymnasiet ökar när eleverna idrottade mer, tydligast bland pojkar (halverade andelen obehöriga)

### Integration

- För nyanlända kan idrotten vara den enklaste vägen in i det nya samhället, som aktiva och som ledare.
- Inom idrotten möts personer från olika social bakgrund
- Idrott erbjuder unga en meningsfull fritid och minskar risken för att unga hamnar i kriminalitet



## Demokrati

- Idrottsaktiva utvecklar den personliga förmågan att ta ansvar för och ställa krav på de verksamheter man deltar i
- Idrott ökar förmågan att kunna samverka inom en gruppgemenskap för att lösa uppkomna problem
- Idrottsutövare vågar i högre grad ta sig an nya och svåra utmaningar.

Idrotten är inte lösningen på alla problemen i samhället och skall därför inte ha alla resurserna, men idrotten är en dellösning på många problem och behöver därför större resurser.

***Det är dyrt att inte satsa på idrott.***

