

Lägg resurserna på att tydligare inkludera rörelsehindrade i satsningar på fysisk aktivitet

Regeringens initiativ att avsätta 19 miljoner kronor 2025 för att främja fysisk aktivitet är ett viktigt steg mot en mer hälsosam befolkning och något vi välkomnar. Men det är avgörande att satsningarna inte bara når dem som redan har förutsättningar att delta i aktiviteter som dans, friluftsliv och idrott. Vi som på olika sätt arbetar med, och representerar personer med rörelsehinder, ser en stor risk att just denna grupp glöms bort i det strategiska arbetet trots att den omnämns i förbigående i direktiven. I synnerhet på grund av att de flesta stödjande insatser går ut på att rörelsehindrade ska förflytta sig, inte nödvändigtvis att de ska röra sig.

Alla måste räknas. Personer med grava rörelsehinder, till exempel till följd av CP-skada, neurologiska funktionsnedsättningar eller stroke, står redan idag ofta utanför de aktiviteter och insatser som riktas mot fysisk aktivitet. Mobilitet för denna grupp är oftast att köras runt fastspänd i en rullstol, och det är ju trots allt inte rörelseträning.

Samtidigt visar forskning tydligt att fysisk aktivitet är avgörande även för denna grupps hälsa, utveckling och inlärningsförmåga, och inte bara för att förbättra motorik och styrka. Rörelse motverkar även sekundära sjukdomar som hjärt-kärlsjukdomar, diabetes och depression¹.

Det nationella kompetenscentrum för fysisk aktivitet som nu ska inrättas vid Folkhälsomyndigheten bör från start inkludera spetskompetens inom fysisk aktivitet även för rörelsehindrade. En kompetens som måste hämtas från andra EU-länder, då den i nuläget saknas helt på svenska lärosäten. Dessutom bör delar av de 10 miljoner kronor som ska gå till civilsamhällets organisationer och de 7 miljoner som riktas mot friluftorganisationer få öronmärkas för insatser för denna ofta bortglömda grupp.

Framgångsexempel visar vägen. Det finns redan idag inspirerande exempel på hur man kan göra fysisk aktivitet tillgänglig för personer med rörelsehinder. Till exempel ridterapi och vattengymnastik. Konduktiv Pedagogik är en innovativ hjälp att röra sig genom aktiv lek och träning för rörelsehindrade. Pedagogiken är ett lysande exempel på att rörelsehindrade kan utvecklas genom rätt aktiv rörelseträning.

Trots dessa framgångar saknas ofta finansiering och resurser för att skala upp och sprida dessa verksamheter. Med ett strategiskt fokus kan regeringens satsning bli starten på ett paradigmskifte, där fysisk aktivitet blir en rättighet för alla – oavsett förutsättningar.

En gemensam kraftsamling. Vi uppmanar nu socialminister Jakob Forssmed och Folkhälsomyndigheten att säkerställa att resurser och strategier inkluderas för att nå personer med rörelsehinder. Det handlar inte bara om att förbättra hälsan för en marginaliserad grupp,

¹ Källa: Global Recommendations on Physical Activity for Health (2010), WHO.

utan också om att sända en signal om att vårt samhälle värdesätter allas lika rätt till hälsa och gemenskap.

Lars Mullback, författare, filmregissör, CP-skadad

Johan Klinthammar, förbundsordförande RBU (Riksförbundet för Rörelsehindrade Barn och Ungdomar)

Eszter Horváth Tóthné, grundare Move & Walk, Kungens pris Årets pionjär 2024

Désirée Pethrus, fd regionråd (KD) i Region Stockholm

Dag Larsson, fd riksdagsledamot (S) och fd ordförande i SKR:s sjukvårdsdelegation (S)

Stig Nyman, fd landstingsråd (KD) i Region Stockholm

Jonas Sareld, fd kanslichef Kristdemokraterna i Region Stockholm