

Gevinster av deltakelse i organisert idrett for barn og unge med funksjonsnedsettelse

For Viken idrettskrets og
Akershus fylkeskommune

osloeconomics



Om oppdraget

Bakgrunn

- Viken idrettskrets, i samarbeid med Akershus fylkeskommune, arbeider for å få flere barn og unge med funksjonsnedsettelse med i organiserte idrett, og ønsker å få belyst hvilke gevinster økt idrettsdeltakelse kan gi til kommunene og deres økonomi.
- Gjennom prosjektet «Missing Link» arbeidet Viken idrettskrets sammen med Fredrikstad kommune for å undersøke hvordan samarbeid mellom kommunale tjenester og idrett kan føre til økt deltakelse. Som et ledd i arbeidet ble det utarbeidet regneeksempler på hva kommuner kan spare på økt idrettsaktivitet

Mandat

- Med utgangspunkt i regneeksemplene fra Fredrikstad kommune har Oslo Economics sett nærmere på utvalgte tjenester i Lillestrøm kommune, og hvordan en kommune som Lillestrøm kan effektivisere sitt tjenestetilbud ved å få flere barn og unge med funksjonsnedsettelse med i organisert idrett

Hvilke tjenester gis til barn og unge i målgruppen?

Kommuner organiserer sine tjenester forskjellig, men alle skal ha et bredt tilbud av tjenester til barn og unge med varig nedsatt funksjonsevne og deres familier. Tabellene viser en ikke-uttømmende liste over kommunale og statlige tjenester i Lillestrøm kommune.¹

Under 16 år

- Foreninger
- Helsestasjon
- BTI
- Støtteordninger fra NAV
- Logoped
- Fysioterapi og ergoterapi for barn
- Barnekoordinator/IP koordinator
- Home-Start
- Omsorgsstønad (omsorgslønn)
- Avlastning
- Praktisk bistand og opplæring
- Opplæring og veiledning av foresatte
- Tilrettelagt undervisning i barnehage og skole
- Barnevernstjenesten
- Tidlig inn psykisk helse
- Psykisk helse og familiestøtte
- Barne- og ungdomsklinikken, habilitering
- Barn og unge/søsken som pårørende
- Ombudet for barn og unge
- Aktivitetsguiden
- Støttekontakt (fritidskontakt) og aktiv fritid

16 år og oppover

- Vergemål
- Bolig
- Støtteordninger
- Avlastning over 18
- Arbeid- og aktivitetssenter
- VTA
- Praktisk bistand og opplæring
- Tannhelse
- Voksenhabilitering på Ahus
- Skole/utdanning etter videregående
- Oppfølgingstjenesten (OT)
- Fysio- og ergoterapi

Hvilke gevinster kan følge av idrettsdeltakelse?

Barn og unges deltakelse i idrett kan lede til gevinster på flere arenaer



Gevinster for utøveren

- Bedre psykisk og fysisk helse
- Bedre ADL ferdigheter
- Mestringsfølelse og sosialt nettverk



Gevinster for utøverens familie

- Mer fritid for familien
- Mulighet til å lade batteriene eller utøve andre praktiske oppgaver



Gevinster for kommunen

- Omfordeling av ressurser
- Fremtidige besparelser på budsjett for helse
- Besparelser i skolens budsjett
- Tettet forventningsgap



Gevinster for samfunnet for øvrig

- Utøver har mindre behov for offentlige tjenester i fremtiden
- Mer aktiv deltakelse i samfunnet

Deltakelse i organisert idrett fra ung alder for mennesker med funksjonsnedsettelse kan lede til en rekke positive gevinster både for utøveren og for utøverens familie. Deltar man i organisert idrett som ung, øker sannsynligheten for at man har et aktivt liv og bedre helse som voksen. Dette igjen vil kunne lede til mindre behov for offentlige tjenester på sikt. Gevinster for utøveren, utøverens familie og samfunnet for øvrig er imidlertid ikke forsøkt beregnet. Oppmerksomheten har vært rettet mot **gevinster for kommunen**, og spørsmålet om hvorvidt barn og unge med funksjonsnedsettelsers deltakelse i organisert idrett kan bidra til reduserte kostnader og effektivisere kommunal tjenesteproduksjon.

Tjenestene vi har samlet inn informasjon om



Det finnes et bredt spekter av statlige og kommunalt finansierte tjenester som skal legge til rette for at barn og unge med funksjonsnedsettelse og deres familier kan leve fullverdige liv. Mange av tjenestene kan tenkes å bli påvirket av barn og unges deltakelse i organisert idrett. Oppdraget har vært avgrenset til fire kategorier av tjenester: avlastning, støttekontakt, fysio-/ergoterapi og assistenter/miljøterapeuter i skolen. Disse fire tjenesteområder er valgt fordi det er her det største utbyttet av økt idrettsdeltakelse antas å være.

I det videre gis både en beskrivelse av tjenestens innretning og omfang i Lillestrøm kommune, og en beskrivelse av hvilke mulige gevinster en kommune som Lillestrøm kan realisere innenfor de fire tjenesteområdene. Vurderingene er basert på intervjuer med ansatte i Lillestrøm kommune. Intervjuer er gjennomført med seksjonsleder for tildeling av tjenester til barn og unge, ansvarlig for støttekontakttjenesten, seksjonsledere for fysio- og ergoterapitjenesten, assisterende kommunalsjef for skole, samt en rektor.

Beskrivelsen av tjenestene og mulige gevinster etterfølges av regneeksempler som viser hva en kommune kan spare på å få barn- og unge med i organisert idrett fra tidlig alder.



Avlastning

Bruk og omfang

Avlastning er et tilbud til familier med barn/unge med psykisk eller fysisk funksjonsnedsettelse, og der barna har et særlig stort behov for omsorg. Tilbudet kan være organisert i hjemmet, på en institusjon eller hos privat avlaster. Tilbudet kan også være organisert som en del av en fritidsaktivitet.²

Avlastning er gjerne blant de første tiltakene Lillestrøm kommune får på plass rundt familier som har barn/unge med store oppfølgingsbehov.

I Lillestrøm var det i 2024 i alt 216 familier med vedtak om timer til avlastning. 104 av barna mottok avlastning på institusjon og 112 barn utenfor institusjon.

Antall timer avlastning som innvilges varierer med behovet til barnet og familien.

Mulige gevinster for kommunen av økt idrettsdeltakelse

På kort sikt synes mulighetene for å redusere behovet for avlastning gjennom idrettsdeltakelse å være begrenset i Lillestrøm. Kommunen anslår at flertallet av barn/unge med vedtak om avlastning har en såpass svak fungering at deltakelse i idrett ikke vil redusere behovet for avlastning. For de med en relativt bedre fungering vil heller ikke behovet for avlastning bortfalle umiddelbart gjennom deltakelse i idrett.

På lengre sikt kan det være gevinster å hente dersom de som får et vedtak om avlastning faktisk blir med i idrett fra ung alder. Kommer de inn i et positivt miljø kan behovet for avlastning i ungdomsårene tenkes redusert, sammenlignet med en situasjon det barnet ikke deltar i idrett fra ung alder.

Behovet for støtte faller ikke nødvendigvis bort gjennom deltakelse i idrett. Men dersom deltakelsen kan opprettholdes ved bruk av støttekontakt heller enn avlastning, vil det være en besparelse for kommunen. Bruk av støttekontakt har en vesentlig lavere timepris enn bruk av avlastning.



Støttekontakt

Bruk og omfang

En støttekontakt er en ledsager som gir sosial samvær til brukeren, og som blir med på aktiviteter utenfor hjemmet.³ Et tilbud om støttekontakt er ment for de som ikke klarer å ha en meningsfull og aktiv fritid på egenhånd.

En støttekontakt kan være med på fritidsaktiviteter som kino eller trening, eksempelvis organisert idrett.³

I Lillestrøm kommune er det rundt 100 barn/unge under 18 år som har fått innvilget tid med støttekontakt.

Alle som har fått vedtak har en form for funksjonsnedsettelse (bevegelses-, syns-, hørsels- og/eller utviklingshemming), og om lag 75 av dem har også vedtak om avlastning.

Antall timer med støttekontakt varierer, men ligger mellom 30 minutter til tre timer per uke.

Mulige gevinster for kommunen av økt idrettsdeltakelse

På kort sikt synes mulighetene for å redusere behovet for støttekontakt gjennom idrettsdeltakelse å være begrenset i Lillestrøm. Det er et stort behov for tjenesten, og mange av barna med vedtak får innvilget støttekontakt fordi de ikke selv klarer å delta på aktivitet. Ifølge kommunen er det mange som sliter med sosiale koder, regler, rutiner og organisering.

Om støttekontakter kan anvendes til å få med barn med funksjonsnedsettelse inn i idretten fra tidlig alder, kan det bidra til å redusere behovet for mer kostbare tjenester som avlastning på sikt (ref. forrige lysark) og/eller gjøre behovet for støttekontakten overflødig. Frigjort tid for støttekontakter antas likevel ikke å lede til sparte kroner for Lillestrøm kommune, til det er behovet for tjenester for stort. Men det vil lede til at flere enn i dag kan få innvilget støttekontakt, og dermed at kommunen får mer ut av ressursene som i dag brukes på oppfølging av barn/unge med funksjonsnedsettelse.



Fysio- og ergoterapi

Bruk og omfang

Fysio- og ergoterapitjenesten i Lillestrøm kommune bistår blant annet brukere som har vanskeligheter for å leke eller utføre daglige aktiviteter på grunn av nedsatt funksjonsevne.⁴ Til de som får innvilget støtte gis råd og veiledning om tilrettelegging av aktivitet og utstyr. Råd og veiledning gis både til brukere med behov for tilrettelegging, og til de rundt brukeren som familie, barnehage og skole. Fysio- og ergoterapitjenesten driver ikke behandling. Brukere med behov for behandling blir henvist til privatpraktiserende fysioterapeuter med kommunalt driftstilskudd.

Det er 8 fysioterapeuter og 4 ergoterapeuter ansatt i Lillestrøm kommune. I 2024 var det 185 brukere i alderen 5-18 år som gikk til kommunal fysioterapeut og 115 som gikk til kommunal ergoterapeut. Videre var det 39 av brukerne som ble henvist videre til privatpraktiserende fysioterapeuter.

Mulige gevinster for kommunen av økt idrettsdeltakelse

Brukere som innvilges timer med kommunale fysio- og ergoterapeuter sammensatte behov som krever langvarig innsats og oppfølging. I barne- og ungdomsårene vil dette behovet i liten grad påvirkes av deltakelse i organisert idrett.

Aktivitet gjennom organisert idrett kan redusere behov for behandling fra privatpraktiserende fysioterapeuter. Dette vil kunne redusere ventetiden på behandling hos fysioterapeut for andre, men for kommunens budsjetter vil ikke påvirkes av dette.



Ansatte i skolen (1 av 2)

Bruk og omfang

I henhold til opplæringsloven skal skolen sørge for at elevene har et godt fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring⁵. I tillegg er kommunene pålagt av opplæringsloven å ha et SFO tilbud for barn med særskilte behov mellom 1.-7. trinn.⁶

Lillestrøm kommune har spesialskoler for elever med psykisk utviklingshemming og/eller store generelle lærevansker.⁷ Spesialskolene har imidlertid ikke kapasitet til å ta imot alle med behov for tilrettelegging. Mange elever får derfor et tilrettelagt tilbud på sin nærscole.⁸ Nærskolene kan få innvilget finansiell støtte på 540 000 NOK per barn for et skoleår hvis barnet ikke blir tatt inn på en spesialskole.

For å sikre alle elever et skoletilbud i henhold til opplæringsloven støttes pedagogene i skolen av miljøterapeuter og assistenter. Behovet er økende, og skolene i Lillestrøm har i de siste årene hatt utfordringer med å holde budsjettene.

Mulige gevinster for kommunen av økt idrettsdeltakelse

Dersom barn og unge med behov for støtte fra miljøterapeut/assistent i skole og/eller SFO kan delta i organisert idrett kan det lede til mulige gevinster for skolen. Hvilke gevinster avhenger av hvilket barn det er snakk om, og til hvilket tidspunkt idrettsaktivitetene faller på.

En mulig gevinst kan oppstå dersom barn med en fysisk funksjonsnedsettelse får aktivisering gjennom organisert idrett som gjør at behovet for en-til-en oppfølging i gym faller bort.

En annen mulig gevinst kan oppstå dersom det i skole/SFO-tiden organiseres et idrettstilbud for barn/unge med en form for psykisk utviklingshemming og/eller autisme. I denne målgruppen er det flere som har behov for tett oppfølging fra for å fungere i skole/SFO-miljøet. Om disse kan aktiviseres gjennom idrett i skole/SFO-tiden faller ikke behovet for oppfølging bort. Men blir de flere på samme tilbud kan behovet tenkes redusert, fra en-til-en oppfølging, til en-til-flere oppfølging.

[Fortsetter på neste side](#)



Ansatte i skolen (2 av 2)

Bruk og omfang

I henhold til opplæringsloven skal skolen sørge for at elevene har et godt fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring⁵. I tillegg er kommunene pålagt av opplæringsloven å ha et SFO tilbud for barn med særskilte behov mellom 1.-7. trinn.⁶

Lillestrøm kommune har spesialskoler for elever med psykisk utviklingshemming og/eller store generelle lærevansker.⁷ Spesialskolene har imidlertid ikke kapasitet til å ta imot alle med behov for tilrettelegging. Mange elever får derfor et tilrettelagt tilbud på sin nærscole.⁸ Nærskolene kan få innvilget finansiell støtte på 540 000 NOK per barn for et skoleår hvis barnet ikke blir tatt inn på en spesialskole.

For å sikre alle elever et skoletilbud i henhold til opplæringsloven støttes pedagogene i skolen av miljøterapeuter og assistenter. Behovet er økende, og skolene i Lillestrøm har i de siste årene hatt utfordringer med å holde budsjettene.

Mulige gevinster for kommunen av økt idrettsdeltakelse

En overgang fra en-til-en oppfølging til en-til-flere oppfølging vil frigjøre tid for ansatte i skolen som kan gi ringvirkninger for oppfølgingen av andre barn. Frigjorte assistent/miljøterapeut-timer kan brukes til oppfølgingen av andre barn som igjen kan frigjøre tid for pedagogene.

Basert på informasjon vi har samlet gjennom intervjuer i Lillestrøm kommune, anses effekten av aktivisering i skole/SFO-tid å være mest aktuelt, og hvor man tror det kan være gevinster å hente, så fremt det finnes et tilstrekkelig godt tilrettelagt idrettstilbud.

Regneeksempler* (1 av 3)

Bruk av støttekontakt fremfor avlastning



Forklaring

Gjennom bruk av støttekontakt loses et barn inn i idrett, og på sikt reduseres behovet for avlastning på ettermiddagen.

Reduseres antall timer avlastning med tre timer per uke mot en tilsvarende økning i bruk av støttekontakt gir det en årlig **besparelse på cirka 50 000 kroner** per barn per år.

Regneeksempel

Avlastning ettermiddag:

600 kroner timen x 3 timer per uke x 50 uker = 90 000 kr

Støttekontakt ettermiddag:

250 kroner timen x 3 timer per uke x 50 uker = 37 500 kr

90 000 kr – 37 500 kr = 52 500 i besparelser per barn per år

*Anslag på gjennomsnittlige timepriser og antall timer per uke er hentet fra «Missing Link»-prosjektet i Fredrikstad kommune

Regneeksempler* (2 av 3)

Fra en-til-en til en-til-flere oppfølging



Forklaring

Gjennom et idrettstilbud som aktiviserer flere barn/unge sammen i skole/SFO-tiden kan én-til-én oppfølging erstattes av én til flere oppfølging.

Størrelsen på gevinsten avhenger av hvilke timer som frigjøres. Pedagoger har høyere timepris enn miljøterapeuter, som igjen har høyere timepris enn assistenter.

Det er ikke uvanlig at ett barn har behov for 7 timer oppfølging per uke.

En reduksjon på 3,5 arbeidstimer per uke, gitt timepriser til miljøterapeuter, gir en årlig **besparelse på cirka 70 000 kroner** per barn per år.

Regneeksempel

$425 \text{ kroner timen} \times 3,5 \text{ timer per uke} \times 45 \text{ uker} = 66\,938 \text{ kr i besparelser per barn per år}$

*Anslag på gjennomsnittlige timepriser og antall timer per uke er hentet fra «Missing Link»-prosjektet i Fredrikstad kommune

Regneeksempler* (3 av 3)

Økt grad av mestring gjennom fysisk aktivitet



Forklaring

Gjennom deltakelse i organisert idrett kan motorikken og funksjonen til barn og unge med funksjonsnedsettelse styrkes og behovet for én-til-én oppfølging i gym falle bort.

En reduksjon på 1 assistenttime per uke gir en årlig **besparelse på cirka 15 000 kroner** per barn per år.

Regneeksempel

$325 \text{ kroner timen} \times 1,0 \text{ timer per uke} \times 45 \text{ uker} = 14\,625 \text{ kr i besparelser per barn per år}$

*Anslag på gjennomsnittlige timepriser og antall timer per uke er hentet fra «Missing Link»-prosjektet i Fredrikstad kommune

Oppsummerende vurdering

- Ved at barn og unge med funksjonsnedsettelser deltar i organisert idrett fra de er unge kan en kommune **spare inntil 140 00 kroner per barn/ungdom per år**, sammenlignet med en situasjon der barnet ikke deltar.
- Størrelsen på gevinstene avhenger av organiseringen av kommunens tjenestetilbud, samt hvor mottakelige brukergruppen er for deltakelse i organisert idrett.
- De største gevinstene for en kommune som Lillestrøm antas å oppstå gjennom frigjort tid for miljøterapeuter og assistenter i skolen. Skal gevinstene realiseres, er det betinget av at det finnes et idrettstilbud som kan aktivisere barna i skole/SFO-tiden.
- Selv kommuner som ikke kan effektivisere sine tjenester til barn og unge gjennom deres deltakelse i organisert idrett, kan høste gevinster av økt aktivitet på sikt. Et mer aktivt liv som barn gir bedre helse som voksen og potensielt mindre behov kommunale helsetjenester. Gevinstene av denne typen effekter er ikke forsøkt beregnet.

Kilder

¹ Lillestrøm kommune. (n.d.). *Sjekkliste for tjenester og tilbud til barn og unge med varig nedsatt funksjonsevne*. Hentet 5. august 2025 fra <https://www.lillestrom.kommune.no/helse-og-omsorg/nedsatt-funksjonsevne/sjekkliste-for-tjenester-til-mennesker-med-varig-nedsatt-funksjonsevne/->

² Lillestrøm kommune. (n.d.). *Avlastning for barn og unge*. Hentet 5. august 2025 fra <https://www.lillestrom.kommune.no/helse-og-omsorg/parorende/avlastning-barn-unge/->

³ Lillestrøm kommune. (n.d.). *Støttekontakt*. Hentet 5. august 2025 fra <https://www.lillestrom.kommune.no/helse-og-omsorg/nedsatt-funksjonsevne/fritidskontakt-stottekontakt/->

⁴ Lillestrøm kommune. (n.d.). *Fysioterapi og ergoterapi til barn og unge 0-18 år*. Hentet 5. august 2025 fra <https://www.lillestrom.kommune.no/helse-og-omsorg/fysioterapi-og-ergoterapi/fysioterapi-og-ergoterapi-til-barn-og-unge-0-18-ar/->

⁵ Opplæringslova. (2024). *Lov om grunnskoleopplæringa og den vidaregåande opplæringa* (LOV-2023-06-09-30). Lovdata. [https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2023-06-09-30 -](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2023-06-09-30-)

⁶ Regjeringen. (2024). *Skolefritidsordningen (SFO)*. Hentet 5. august 2025 fra <https://www.regjeringen.no/no/tema/utdanning/grunnopplaring/artikler/skolefritidsordningen-sfo/id434946/>

⁷ Lillestrøm kommune. (n.d.). *Særlig tilrettelagte undervisningstilbud*. Hentet 5. august 2025 fra <https://www.lillestrom.kommune.no/skole-og-utdanning/spesialundervisning/sarlig-tilrettelagte-undervisningstilbud/>

⁸ Framsikt. (2025). *Kommuneplanens handlingsdel: Oppvekst*. Hentet 5. august 2025 fra https://pub.framsikt.net/2025/lillestrom/bm-2025-%C3%B8kplan_til_web2025

The background of the slide is a faded, light-colored photograph of an Oslo cityscape. In the foreground, a high stone wall, likely part of the Akershus Fortress, runs across the right side. Behind the wall, there are green lawns and some trees. In the middle ground, several modern buildings are visible, including a prominent red-brick building. The sky is filled with soft, white clouds. A large, light blue diagonal shape is on the left side of the slide, partially overlapping the text.

osloeconomics

www.osloeconomics.no