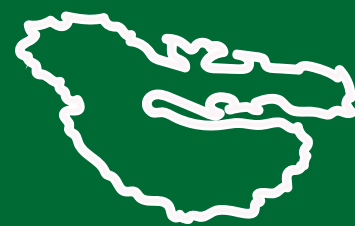


LIDINGÖ - IDROTTENS Ö



Nytt idrottspolitiskt program – idrott ger hälsa

För att titulera sig som "Hälsans ö" måste Lidingö också vara idrottens ö. Tyvärr är Lidingö inte där idag. I tidningen Fokus kommunranking hamnar Lidingö högt i många kategorier men endast på plats 243 av 290 kommuner i kategorin "kultur och fritid". Centerpartiet har

"Efter decennier där idrotten fått stå tillbaka är det dags för kommunen att satsa på idrotten!"

tagit fram ett förslag till idrottspolitiskt program med syfte att peka ut riktningen för stadens arbete med idrottsfrågor framåt samt för att presentera åtgärdsförslag för att nå vår vision för Lidingö som idrottens ö. I decennier har idrotten fått stå tillbaka. Nu är det dags för Lidingö stad att prioritera idrotten!

Men varför är idrott och hälsa så tätt sammankopplat? Idrott skapar hälsa för både kropp, själ och hjärna. Idrott och rörelse stärker kroppen med styrka och kondition, det bygger psykisk hälsa och skärper hjärnans förmåga.



Idrott skapar hälsa - motverkar stress och folksjukdomar

Stärkt hjärna genom idrotten



Anders Hansen beskriver i sin bok *Hjärnstark* hur konditionsträning ger ökad koncentration och inlärningsförmåga, bättre minne och ökad kreativitet. Människan är byggd för rörelse för att kunna skaffa mat och överleva. Både kroppen och hjärnan är anpassad för rörelse. I forskning har man under-

sökt hjärnans aktivitet och jämfört individer som motionerat, med de som inte motionerat. Resultaten visade att gruppen som motionerat, förutom bättre kondition, lyckas bättre på psykologiska tester. Deras exekutiva förmåga – som omfattar bland annat förmågan att ta initiativ, planera uppgifter och hålla koncentrationen – förbättras.

Forskningen visar även att rörelse har en stärkande effekt på barn och ungas inlärningsförmåga. De som rör sig når högre betyg i ämnen som matte, engelska och svenska!

Psykisk hälsa förbättras med idrott

God fysisk och psykisk hälsa är tätt sammankopplade med fysisk aktivitet, vilket visas i Riksidrottsförbundet sammanställning av idrottens samhällsnytta. Fysisk aktivitet leder till bättre mental hälsa inräknat minskad ångest, minskning av sömnbesvär, oro, depression, stress och andra psykologiska besvär. Risken för depression är enligt studier 20-30 procent lägre för en fysiskt aktiv individ jämfört med en stillasittande. I dagens samhälle är psykisk

"I dagens samhälle är psykisk ohälsa ett växande problem, vilket ytterligare ökar behovet att stärka idrotten för att förbättra den psykiska hälsan."



ohälsa ett växande problem, vilket ytterligare ökar behovet att stärka idrotten för att förbättra den psykiska hälsan.

Minskning av folkhälsosjukdomar

Idrott stärker också kroppen och minskar besvär i rörelseorganen och till minskad funktionsnedsättning (som orsakats av långvarig sjukdom). Rörelse ger bättre fysisk och mental hälsa och minskar risker att insjukna i ett flertal av de stora folkhälsosjukdomarna såsom hjärt-kärlsjukdomar samt förtida död. En fysisk aktiv person, jämfört med en stillasittande, har enligt studier 30 procent lägre risk för cancer i tjocktarm och 20 procent lägre för bröstcancer som exempel.

Vi kan konstatera att idrott och rörelse bygger hälsa på många sätt. Därför är det extra viktigt att skapa goda vanor hos barn och unga för att de ska få en positiv inställning till idrott och rörelse och fortsätta att vara aktiva hela livet igenom. Många av de sjukdomstillstånd som påverkas av fysisk aktivitet kommer senare i livet. Därför är det viktigt att en aktiv livsstil byggs för hela livet. För att skapa denna inställning och undvika negativa effekter av idrott såsom utslagning bör för tidig specialisering motverkas. Om målet i en idrottsverksamhet är att till varje pris vinna ökar risken för skador, ensidig funktionell utveckling och överträning. Tidig utslagning från idrotten verkar öka risken för psykisk ohälsa. Därför är allsidig träning det vi ska arbeta för. Deltagande i flera idrotter samtidigt under barn- och ungdomsåren har visats vara mest gynnsamt för ett hälsosamt och livslångt idrottande.

Centerpartiets vision för Lidingö - idrottens ö

Lidingö ska vara idrottens ö. Idrott, hälsa och rekreation ska vara en naturlig del genom hela livet för kommunens invånare - från minsta barn till alla äldre. Idrotten ska vara tillgänglig för alla, oavsett fysiska förutsättningar, ekonomisk situation eller bostadsområde. Staden ska satsa jämställt på idrotten och arbeta för att fler ungdomar fortsätter med idrott högre upp i åldrarna.

Lidingöloppet är flaggskeppet på Idrottens ö. Det har inspirerat och bidragit ekonomiskt till föreningslivet. Staden bör därför vara en aktiv samarbets-

partner till Lidingöloppet. Föreningslivets insatser är helt avgörande för barn och unga och ger kommunen stora samhällsekonomiska vinster. Föreningslivets måste därför prioriteras och ges goda förutsättningar att utvecklas på ön.

"Föreningslivets insatser är helt avgörande för barn och unga och ger stora samhällsekonomiska vinster."

För att nå visionen krävs:

- Ett nära samarbete och dialog med föreningslivet.
- Utbyggd idrottsinfrastruktur med hallar, ytor för spontanidrott, t ex på skolgårdarna, samt bevarande och underhåll av öns vackra natur för rekreation.
- Ett kommunalt ansvarstagande och helhetsperspektiv för idrottshallar samt nya lösningar för att hålla nere investeringskostnader.
- Låga kostnader för de som idrottar och ett system för att ta hand om barn som behöver ekonomiskt stöd för att kunna delta i idrotten.

NÄRODLAD
POLITIK

Centerpartiet
LIDINGÖ



Centerpartiet Lidingö
www.centerpartietlidingo.se

NULÄGE - FÖRSTÅELSE AV IDROTTENS BEHOV

Lidingö har ett starkt föreningsliv. Ett återkommande tema i Centerpartiets möten med Lidingös idrottsföreningar är deras engagemang och arbete för att skapa sunda sociala mötesplatser och gemenskap för barn och ungdomar. Många föreningar önskar möjlighet för sociala umgängesytor i samband med träningshall för att stärka idrottens positiva effekter för social sammanhållning. Det är tydligt hur föreningarna bidrar med mycket mer än den rena terminsträningen; Sociala aktiviteter, sommar- och lovskolor, fritidsaktiviteter med mycket mera.

Föreningarnas stora värde för kommunen

En annan genomgående önskan bland aktörer inom idrottsrörelsen är att staden ska ha en tydligare vision om vad man vill med idrottsföreningarna på ön.

”De ideella arbetstimmar föreningslivet levererar skulle kommunen aldrig klara att ersätta ekonomiskt.”

Föreningarna lyfter vilken enorm kostnadsökning det skulle innebära för kommunen om alla föreningar slutade med sitt arbete. De ideella arbetstimmar föreningslivet levererar skulle kommunen aldrig klara att ersätta ekonomiskt. Samma sak gäller det mer värde det ger ungdomarna att få hälsofrämjande vanor och delta i givande sysselsättning istället för bus och stök. Vidare ger föreningarna många ungdomar utbildning i ledarskap och möjlighet till sommarjobb. Kommunen behöver bli bättre på att värdesätta det arbete som föreningarna bidrar med till kommunen.

Idrottsinfrastruktur – brister och behov

Idrottsinfrastrukturen på Lidingö har varit eftersatt i flera decennium. Childhood-hallen, som invigdes för drygt 30 år sedan, är den senaste kommunala permanenta idrottsarenan som byggts förutom idrotts-hallar kopplade till skolans behov.

Nedan följer en övergripande beskrivning av behoven hos några av idrotterna på ön som tydligt visar behov av kommunala investeringar i idrottsanläggningar. Beskrivningen bygger på möten med föreningar inom respektive sport och är inte att betrakta som fullständig. Vissa uppgifter kan ha förändrats sedan möte med respektive förening. Sammantaget ger dock beskrivningarna en tydlig helhetsbild av behoven av en ny idrottspolitik i kommunen.



Alpinsport: IFK Lidingö Slalomklubb och Free-skiers har alpinsport i Ekholmsnäsbacken. Ett omtag gjordes under förra mandatperioden vilket gett ett lyft för området. För att ge fler barn och unga möjlighet vill man flytta golfhåll i backen för att på sikt sätta upp en till lift i backen och kunna släppa in fler som står i kö till verksamheterna. I Ekholmsnäsbacken finns även en rodelbana.

Basket: Verksamheten engagerar lika många killar och tjejer. Basketklubben växer framåt. Öppet för nya att börja idrotta även senare i åldrarna. Halltider är ett problem idag, det behövs en nettoökning av hallar för att möta behoven. Ett förslag är att bygga ut Hersbyhallen.



Förutom träningsytor krävs en sporthall med läktare som fungerar för tävling. Kan med fördel delas mellan olika sporter och bli huvudarena för seniorlagen i flera sporter.

Friidrott: Killar och tjejer tränar tillsammans i samma grupp, vilket är ovanligt inom idrottsrörelsen. Strävar mot att barn ska stanna kvar i idrotten under ungdomstiden. På ön finns friidrottsgymnasium. Har arbetat länge för en renovering av Lidingövalen som äntligen påbörjats. Har svårt att få plats i existerande hallar under vinterhalvåret. Friidrotten prioriteras ner som ”sommaridrott”. Förändringar på Bosön försvårar friidrottens verksamhet ytterligare. På sikt finns behov av inomhushall för friidrott.



Fotboll: 2008 var antalet spelare i IFK Lidingö 1400 men sen dess har det vuxit kraftigt till kring 3000 spelare i föreningen. Under tiden som spelarantalet mer än fördubblats, har inga nya planer hittills tillkommit. Tvärtom har en 11-mannaplan i Dalénum (tillfälligt?) försvunnit. Föreningen har investerat stort i konstgräs. Det finns ett stort behov av 7-manna och 11-mannaplaner. Förutom IFK finns andra föreningar, korplag och mycket spontant fotbollsspel.



Innebandy: IBF Offensiv har idag verksamhet främst i Bodalshallen, en hall som saknar bygglov (!). Verksamheten behöver mer halltider för att kunna växa och utveckla idrotten. Främst killar idag och även ett lag för funktionsnedsatta. Bodalshallen behöver ersättas och det behövs också en hall anpassad och godkänd för tävling. Finns fler innebandyföreningar på ön och idrottshallar hyrs även av kompisgäng som spelar innebandy för motionsträning.

Ishockey: Lidingö Vikings har över 500 aktiva och bedriver sin verksamhet främst i Högsåtra. De delar ut stipendier till de som behöver stöd för att ha råd att idrotta. Förutom is behöver man även markträningsytor, t ex gym. Dessutom behöver tälthallen som har ett bygglov som snart förfaller ersättas av en permanent ishall för att tiderna ska räcka. På längre sikt finns behov av fler ishallar. Bäst synergieffekt ger två hallar bredvid varandra.



Konståkning: På Lidingö finns 200 medlemmar i LAK och 200 medlemmar i IFK. Brist på isytor är stor i hela Stockholmsområdet. Önskar helst en konståkningshall genom isolering av nuvarande tältlösning med ytor för markträning i tältet.

Fler sporter: Förutom ovan nämnda finns hästport, dans, friskis- och svettis, volleyboll, beachvolleyboll, fäktning, bowling, golf och kampsportsföreningar mm. på ön som även de är i behov av träningsytor. De mindre föreningarna och de som vill starta nya föreningar riskerar att knuffas ut när hallbristen är stor.

Spontanidrott: En viktig aspekt i planering av idrottsinfrastrukturen på ön är att möjliggöra för spontanidrott. Där utgör utegym, rekreationsytor och bevarande av naturmiljöer viktiga delar. Skog och promenadstigar är viktiga för orientering, promenader och löpning. Även skolgårdar som uppmuntrar till rörelse samt ytor för fotboll, skateboard eller andra sporter som inte kräver förbokning är viktiga. Isbiten i Sticklinge är exempel på lyckad spontanidrottsyta där vi ser att spontanytan för skridskor annars minskat rejält (dels beroende på klimat men även beroende på konstgräs och minskade försök för spolning av kommunen).



Racketsporter: Tennisklubben har själva investerat i två nya planer inomhus på Lidingövalen. Bodalshallen har ej bygglov där det finns tennis. Padel börjar komma på ön t ex med hall i Gåshaga. Lidingö hade tidigare en framstående klubb inom badminton som ligger på grund av hallbrist. Intresset finns kvar på ön men saknas hall på Lidingö och i närområdet. Badminton är en sport som även är attraktivt för motionärer genom hela livet. Det finns ingen squashhall på Lidingö. Ett racketcentrum skulle kunna ge ett lyft för racket sporterna på Lidingö som idag har det svårt med ytor.

Vattensporter: Lidingö simklubb har kö till sin verksamhet och det saknas möjlighet för simhopp och vattenpolo i kommunen. Triathlon har behov av fler tider för sin träningsverksamhet. Simkunnighet är extra viktigt för en ö som Lidingö och därmed av extra stort intresse för kommunen. Simning är en idrott för hela livet med skonsam träning som passar äldre bra. Bra simhallsytor är även viktigt i rehabträning och vattengympa. Det behövs en större vattenyta än det planerade 25m för att rymma det behov som uppkommer i en kommun med inom kort mer än 50 000 invånare.



ÅTGÄRDSFÖRSLAG

1

Utveckla samarbetet med Lidingö idrottsråd

Idrottsrådet arbetar för alla föreningar och idrotten på Lidingö. Styrgruppen består av sju personer. En gång om året träffas alla föreningar, ett 40-tal. Genom att utveckla samarbetet med idrottsrådet kan synergier uppstå där föreningar kan samarbeta med varandra och med kommunen och få så effektiva lösningar som möjligt i exempelvis anläggningsfrågor. Men även åtgärder för att få fler unga att börja idrotta, att ungdomar håller i sin idrott längre samt insatser för socialt utsatta grupper kan diskuteras i detta forum.

2

Håll nere kostnaden för idrott samt skapa idrottsbidrag för behövande

Kostnaden för att delta i idrott på Lidingö ska hållas nere bland annat genom att kommunen är en aktiv part och investerar i bygge av idrottshallar. Kommunens halltaxor ska hållas låga och för barnidrott ska nolltaxa övervägas. Det ska finnas möjligheter till stöd för barn och unga som inte har råd att delta i idrottsverksamheterna. Detta bidrag behöver utredas och genomföras.

3

Ta helhetsgrepp i satsningar på nya idrotts-hallar och -ytor

För att lyckas med visionen om idrottens ö behöver staden ta större ansvar och ett helhetsgrepp för utveckling av idrottsanläggningar. Idag tvingas föreningar att själva stå för investeringar i hallar. Vilka hallar som byggs bestäms utifrån vem som kan betala istället för behoven ur ett helhetsperspektiv.

Vi vill att kommunen ska investera i idrotten. Vi ser framför oss satsningar på idrottscampus i Dalénum, Högsätra, Bodal och Lidingövallen. Campus i mindre skala kan skapas på andra ställen, exempelvis för basket, volleyboll och fotboll vid Hersby gymnasium. En tidsplan för detta bör tas fram och exakt fördelning av hallar diskuteras mellan kultur- och fritidsnämnd och Lidingö Idrottsråd.

CAMPUSTÄNK ÄR EKONOMISKT SMART OCH GER MERVÄRDE FÖR IDROTTE

Det finns en stor fördel att utveckla campus-tänket. Du får naturlig mötesplats mellan idrotterna när de samlas på en plats. Du kan samordna omklädningsrum, gymlokaler och sociala ytor där ungdomar kan träffas och studera innan och efter träning samt kafé-/restaurangverksamhet som föreningarna kan samverka kring istället för att skapa varsin. Det är ekonomiskt smart och ger positiva synergieffekter med utbyte mellan föreningar och gemensamma mötesplatser för ungdomar från olika idrotter. T ex Österåker har nyligen beslutat om ett sportcentrum med sex hallar för bland annat gymnastik, bollsporter och friidrott!

BÄTTRE EKONOMI OCH STÄRKT TRYGGHET GENOM ATT BLANDA MED T EX BOSTÄDER

För att få bättre ekonomi i projekten och använda stadens mark effektivt behöver staden vara kreativ och se nya lösningar där inblandning av bostäder, kontor eller skollokaler kan vara exempel på sätt att skapa bättre ekonomi.

Dessa insatser, framförallt bostäder, har också möjlighet att ge ökad trygghet i områdena då det finns ögon och rörelse i området dygnet runt. Idag upplevs exempelvis Högsätra idrottsområde som relativt otryggt kvällstid.



HÖGSÄTRA IDROTTSCAMPUS – ISSPORT, GYMNASTIK OCH BOLLSPORT

Centrum för issport, gymnastik och bollsport på ön. Centerpartiet föreslår iscentrum för hockey och konståkning med två sammanbyggda hallar som kan dra nytta av varandra. I den sammanbyggda hallen finns även plats för varma träningsytor vid sidan av isen, socialt umgänge & servering.

Här föreslår vi även ett boll- och gymnastikcentrum med gymnastikhall, multibollhall för basket, volleyboll, innebandy med flera. Bollhallen kan användas både som fler idrottsplaner för träning eller för större publik genom nedfällbara läktarsektioner. Plats för skolidrotten ryms inom detta område. Café/restaurang med sociala ytor som ev. skulle kunna delas med kommunens fritidsklubb. Omklädningsrum för alla sporter delas inklusive för fotbollsplanen ute. Enklare kontorsrum för klubbarna bör finnas. Plats för spontanidrott med utvecklad skateboardspark t ex.

För att skapa trygghet och bättre ekonomi byggs bostäder eller kontor ovanpå hallarna. Förslagsvis ungdomsbostäder som kompletterar utbudet av bostäder som planeras i Högsätra. Bostäder skulle öka tryggheten i området som idag kan brista kvällstid.

IDROTTS-CENTRUM DALÉNUM – SIMHALL OCH FOTBOLL

Centerpartiet föreslår simhall med 50m och undervisnings-/rehabassäng, rutschkana och möjlighet för vattenlek i huvudpool. Helst möjlighet för simhopp. I bygget bör man se över möjlighet för bowlinghall exempelvis under ytor för gym, omklädningsrum och servering. I detta område ska även finnas fullstor fotbollsplan med konstgräs. Vi vill att man ser över om planen kan spolas för is under vintern (som Östermalms IP) för ökad spontanidrott under vintertid.



BODAL RACKETCENTER

Med ny multibollhall kan innebandy flytta större del av sin verksamhet till Högsätra. I Bodal föreslår Centerpartiet att nuvarande hallar vars bygglov gått ut ersätts med nytt racketcentrum för badminton, paddel, tennis och ev. squash. Detta kan samkörs med t ex kampsports-hall, lunchrestaurang med sociala ytor, kontorslokal för klubbar och racketshop.

Ytan där hallarna ligger idag kan användas mer effektivt i framtiden. Exempelvis skulle hallarna kunna kompletteras med bostäder eller skollokaler. Ett skolkuster skulle kunna skapas med Bodal skola, Malmstens och flytt av skollokalerna i Larsberg till denna yta. Det skulle möjliggöra bostadsbyggande där Larsbergs skola ligger idag. Detta skulle vara positivt då skollokalerna i området behöver rustas upp och är ineffektivt byggda idag.



Vill du stödja vårt arbete för idrotten på ön?

Bli medlem i Centerpartiet Lidingö genom att Swisha ditt personnummer, mejladress och 150 kr till nr 123 421 85 33.

LIDINGÖVALLEN FRIIDROTT, TENNIS, IS- HOCKEY OCH FOTBOLL

LidingövalLEN renoveras nu äntligen och blir fullstor friidrottsarena med fullstor gräsplan för fotboll. Det möjliggör för friidrotten att bygga hemviste med sociala ytor, mindre inomhusträningsytor, läktare och kontor. Fler fotbollsplaner bör byggas genom att utöka idrottsområdet för Vallen. På längre sikt bör möjligheten ses över för inomhushall för friidrott. Isrinken är viktig att bevara i området och ev. kan man sätta tält över för att kunna öka användningen.



TÄNK NYTT! ANDRA YTOR FÖR IDROTTSHALLAR

Det finns många smarta idéer för hur idrotts-hallar kan byggas. Ett exempel har Ettelva arkitekter tagit fram på hur de kan byggas på parkeringsytor t ex till handelsområden. Detta genom att bygga hallarna på pelare och ha kvar parkering i markplan under hallarna. Exempel på plats för detta skulle kunna vara Willys parkering eller parkeringen till idrottsområdet i Högsätra.

Detta är ett sätt att använda marken på önskat sätt på ett mer effektivt sätt utan att få stora kostnader för nedgrävning av garage som ökar kostnaderna för idrottshallar markant. Det kan också göra att parkeringsplatserna används mer effektivt under flera timmar på dygnet.



VI LYSSNAR PÅ DIG!

Centerpartiet är det lyssnande partiet i din stadsdel. Utifrån samtal med föreningar och Lidingöbor har vi här presenterat en vision med åtgärdsförslag för hur idrotten på Lidingö skulle kunna stärkas. Vi är nyfikna på vad du tycker om förslagen? Har du idéer om hur förutsättningar för idrotten skulle kunna utvecklas. Har vi missat något? Mejla till oss eller kontakta oss via sociala medier!



Patrik Buddgård
Gruppledare

070-257 60 36

patrik.buddgard@
centerpartiet.se



Scott Moore
Talesperson kultur-
och idrott

076-316 51 47

scottericmoore@
gmail.com



Rebecka Öberg
Fullmäktigeledamot

076-023 79 00

rebeckaoberg@telia.
com



Michael Lagerkvist
Medlem

070-532 98 27

michael@lagerkvist.
nu



John Hultengård
Pol. sekreterare

073-651 99 02

john.hultengard@
centerpartiet.se

**NÄRODLAD
POLITIK**

Centerpartiet
LIDINGÖ