

Aktivt liv – En lönsam investering för individ och samhälle!

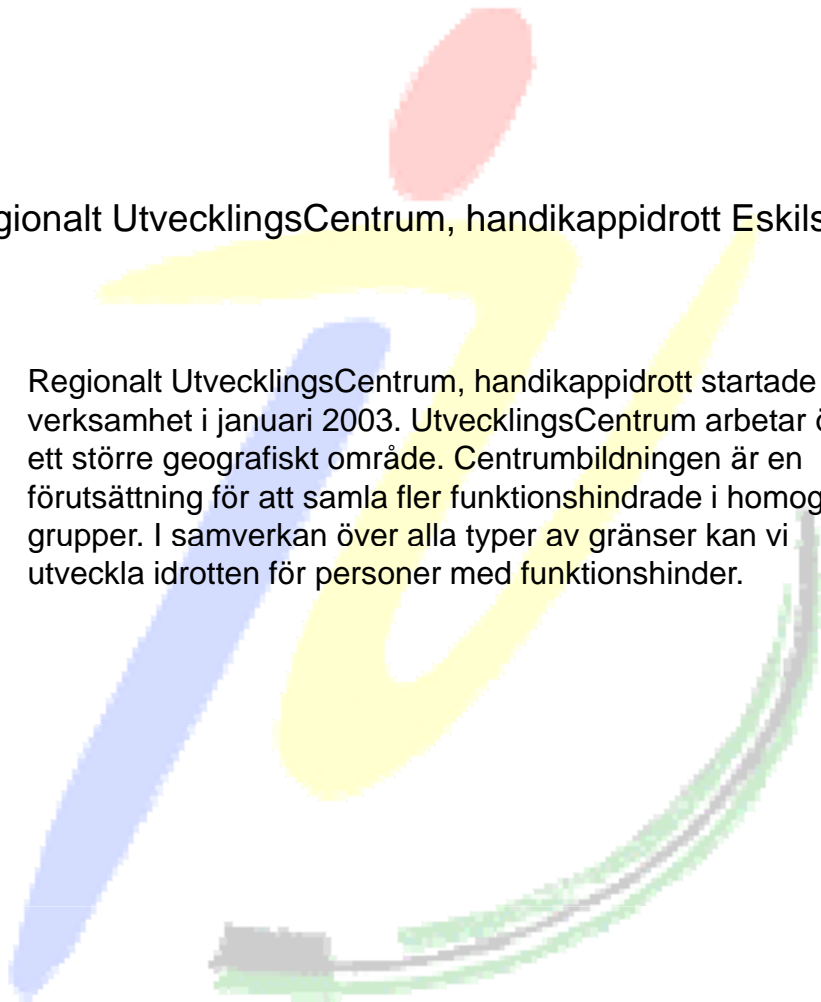
Delrapport från en studie i samverkan mellan
Regionalt UtvecklingsCentrum, handikappidrott
Mälardalens Högskola och Nyckeltalsinstitutet!

Författare: Åsa Llinares Norlin



Rapporten redovisar delresultat från en fortgående studie om effekter av aktivt liv, utförd av Regionalt UtvecklingsCentrum, handikappidrott, Eskilstuna. (UtvC)

Syftet har varit att studera skillnaderna mellan fysisk aktiv livsstil och en fysisk inaktiv livsstil samt att ge exempel på ekonomiska effekter.



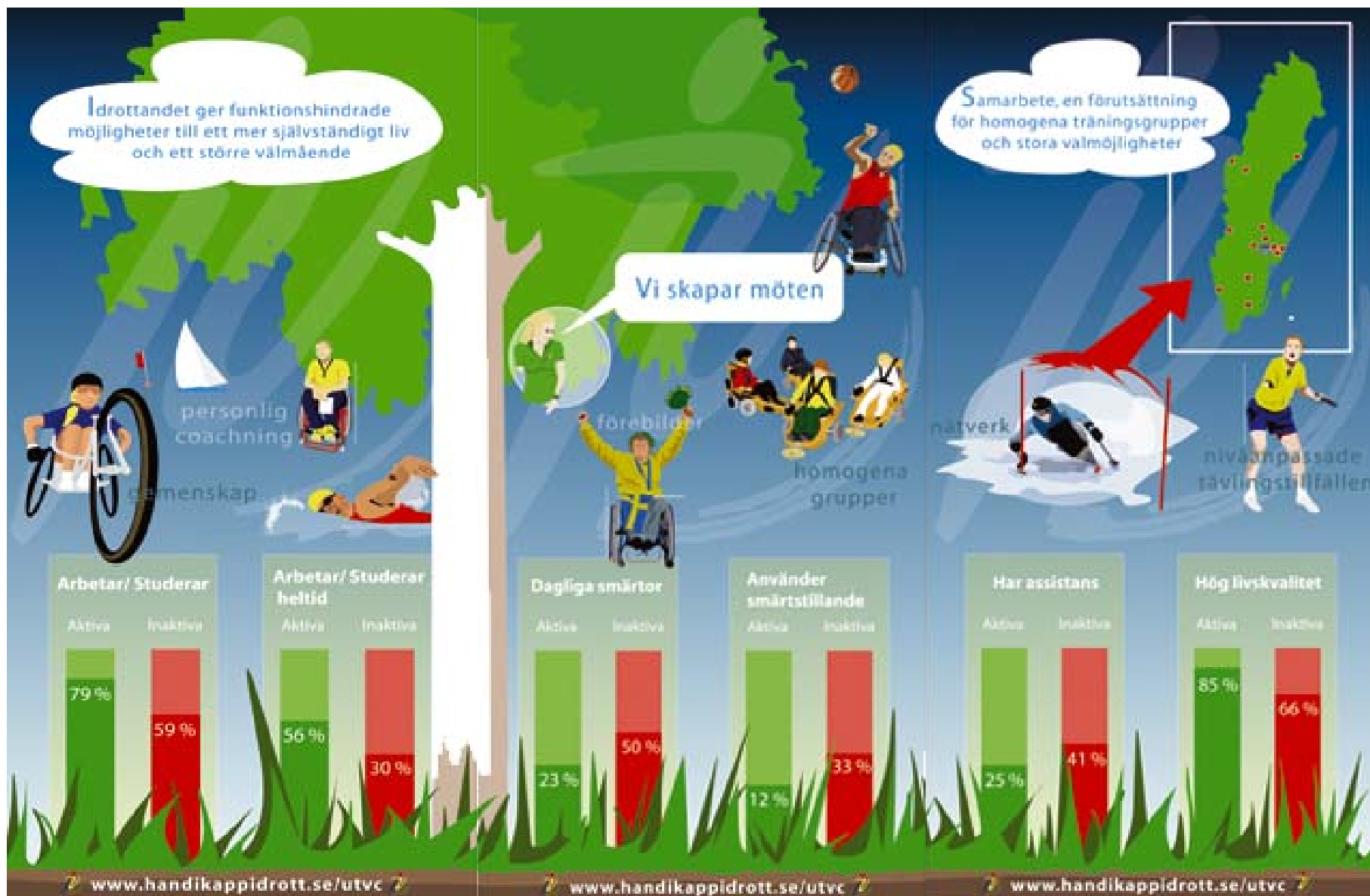
Regionalt UtvecklingsCentrum, handikappidrott Eskilstuna.

Regionalt UtvecklingsCentrum, handikappidrott startade sin verksamhet i januari 2003. UtvecklingsCentrum arbetar över ett större geografiskt område. Centrumbildningen är en förutsättning för att samla fler funktionshindrade i homogena grupper. I samverkan över alla typer av gränser kan vi utveckla idrotten för personer med funktionshinder.

250 enkäter visar skillnader....

-

Aktivt liv lönar sig!



250 enkäter visar skillnader.... - Aktivt liv lönar sig!

Bakgrund

Bilden med röda och gröna staplar är redovisningen av en kartläggning, baserad på 250 enkäter. Den visar skillnader av behov och upplevelse mellan de rörelsehindrade som är idrottsaktiva (125 st) och de som är idrottsligt inaktiva (125 st). Bilden vill också visa hur vi på UtvecklingsCentrum arbetar.

I mångt och mycket talar bilden för sig själv. Det är tydligt att de som är idrottsaktiva generellt sett är mindre beroende av samhällsstöd samt att de skattar sin livskvalité högre dvs. "mår bättre".

Förklaring

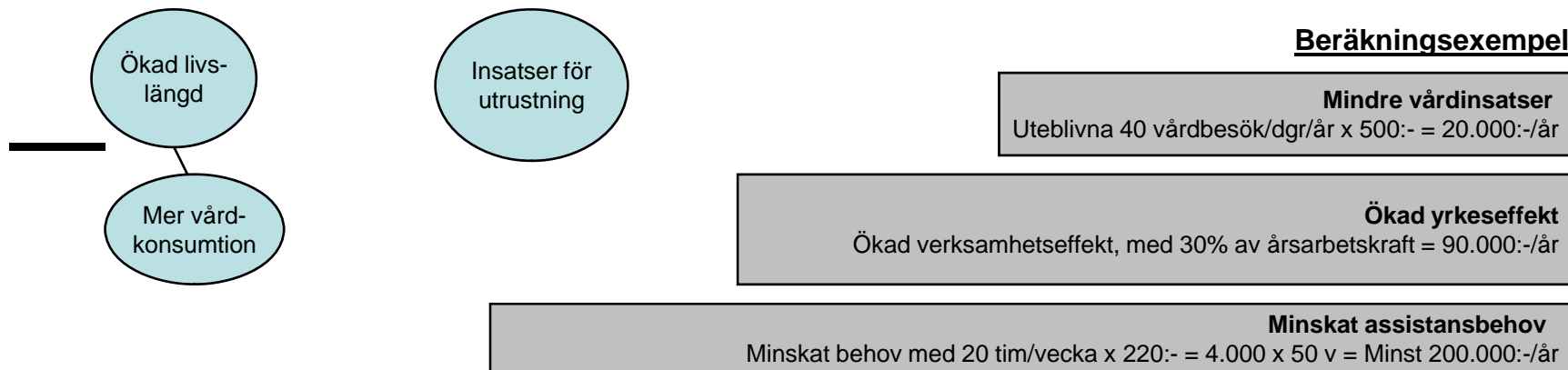
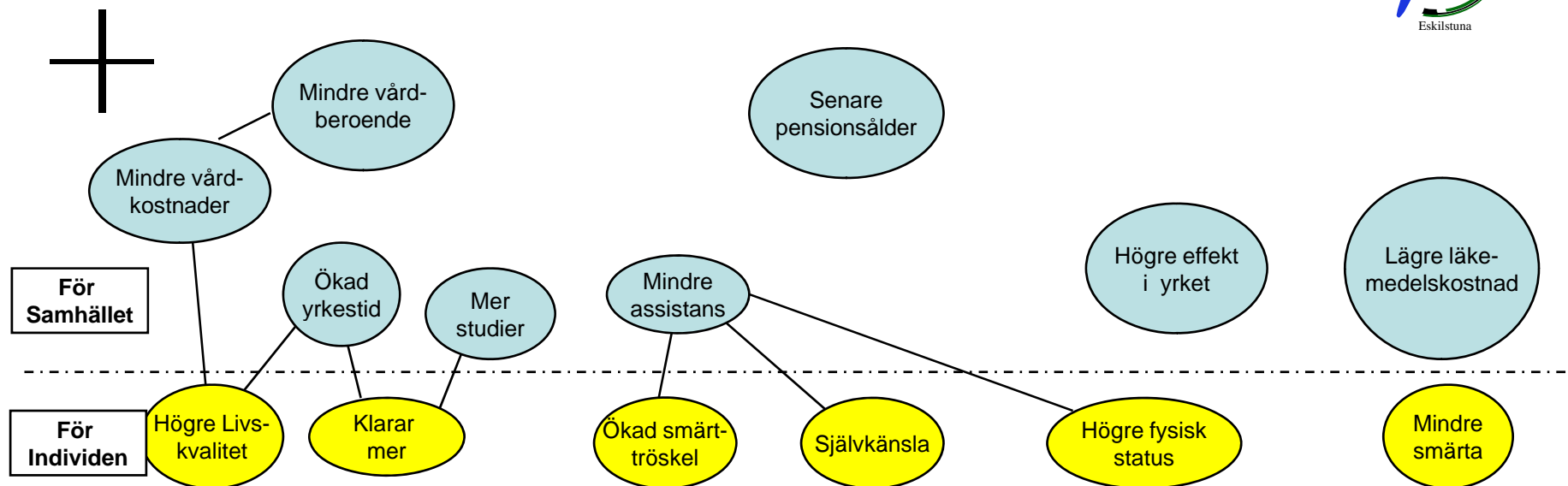
I gruppen idrottsaktiva är medelåldern 28 år (66 % är män) och bland de inaktiva 37 år (72 % är män). Överrepresentationen av män beror främst på att det är de som förvärvar den typen av rörelsehinder som finns representerat i studien. Att åldersspannet skiljer sig mellan de olika grupperna tror vi inte märkbart påverkar resultaten.

De första två staplarna handlar om sysselsättning och grad. Det visar en tydlig skillnad mellan de olika grupperna både vad det gäller arbete/studier totalt sett (första stapeln) samt att de som är idrottsaktiva arbetar/studerar i större utsträckning och i högre omfattning än de som är inaktiva.

Det är även tydligt att de som idrottar har mindre smärtproblematik. Det som kan vara svårt att veta är – orsak och verkan? Dvs. vem idrottar inte för att de har ont! Eller vem har ont för att de inte idrottar? Det vi vet från idrotten i stort är att personer som är idrottsaktiva får ett påslag av kroppens eget morfin, endorfiner vilket gör att smärtan upplevs mindre. Samma torde råda här.

Gällande assistans. Vi vet att rörelsehindren i de båda grupperna är av relativt lika art. Utifrån det är det troligt att anta att de som idrottar är starkare och smidigare, vilket gör att de klarar sig bättre själva. Detta är något som i så fall bekräftar det vi tycker oss se hos de vi möter i olika idrottssammanhang.

Oavsett om man klarar sig bättre själv, har mindre smärtproblematik, arbetar eller studerar i större utsträckning så finns till sist ett tydligt faktum; den som är idrottsaktiv skattar sin livskvalité högre. Det är kanske det största och det bästa värdet!



SAMLAT RESULTAT;
Lägre vårdkonsumtion, ökad yrkeskraft och ett minskat assistansbehov frambringar en besparing på **200.00 - 300.000:- /person/år**
Om effekten kan beräknas gälla under 5 år, kommer varje aktiv person att generera en besparing på (lågt räknat) 1 miljon.

Effekter/skillnad: aktivt – inaktivt liv...

Med utgångspunkt från konstaterade skillnader mellan aktiva - inaktiva har vi sökt de effekter och de resultat ett aktivt liv kan medföra för individen och för samhället. Undersökningen har utförts med stöd från Mälardalens Högskola samt av en nationalekonom från Nyckeltalsinstitutet.

På tre områden har vi skapat enkla beräkningar vilket kan fungera som ett exempel på ett scenario för de funktionshindrade som väljer att leva ett aktivt liv istället för ett inaktivitet.

Mindre vårdinsatser

Genom andra studier vet vi att inaktivitet kan leda till större vårdkonsumtion. Det finns tid att sitta hemma och känna efter hur man mår. Det kanske inte finns någon som vare sig ser eller bryr sig varför offentlig sjukvård kan bli något som man gärna nyttjar.

Ökad yrkeseffekt

Vi vet att fysisk aktivitet leder till starkare fysisk och mental hälsa. Genom idrotten finns upplevelsen av att klara mer och det finns både en vana av att sätta upp mål och hantera utmaningar. Den erfarenheten kan överföras till yrkeslivet och genom det kan en större yrkeseffektivitet uppnås. Den ökade yrkeseffektiviteten kan bland annat handla om färre och kortare sjukskrivningsperioder.

Minskat assistansbehov

En starkare fysik och förmågan att bättre möta hinder och att omsätta svårigheter till positiva utmaningar utvecklas i idrottsträningen. Den utökar viljan att självständigt hantera livet, även i livets andra situationer. Idrotten skapar självständighet!

Samlat resultat

En sammanfattning av dessa resultat, som endast är exempel, visar en för samhället stor ekonomisk årsförtjänst. Vi har i de här beräkningarna inte tagit hänsyn till att exempelvis ökad livslängd leder till mer vårdkonsumtion eller att ökad självständighet skapar färre assistanstimmar.

Syftet har varit att visa på att de eventuella merkostnader som det innebär för samhället att skapa idrottsförutsättningar för funktionshindrade är bara ett lån! Det kommer att betala sig genom att folk blir mer självständiga senare i livet

Alltså....

Aktiv liv är lönsamt!

För individen och för samhället!

Författare:

Åsa Llinares Norlin

FoU ansvarig

Regionalt UtvecklingsCentrum

Handikappidrott

MunktellArenan

633 42 Eskilstuna

016-160900

070-4978423

www.handikappidrott.se/utvc

