



PARASPORT

/VÄSTRA GÖTALAND

Vad är parasport?

Idrottskonsulent

Dick Stenberg
Göteborgs kontoret

dick.stenberg@parasport.se

Tel: 0760-22 79 92

Idrottsskonsulenter i Västra Götalands Parasportförbund

Anders Johannesson
Fyrbodal
anders.johannesson@parasport.se
Tel: 070-686 12 49

Dick Stenberg (Rh)
Göteborg
dick.stenberg@parasport.se
Tel: 0760-22 79 92

Stina Wikström
Göteborg
Stina.wikstrom@parasport.se
0760-22 30 76

Linus Edlundh (Rh)
Skövde
Linus.edlundh@parasport.se
0709-58 19 82

Robert Johansson (S)
Skövde
Robert.johansson@parasport.se
0730-82 83 05

Hanna Gånedahl
Skövde
Hanna.ganedahl@parasport.se
0760-22 60 59

Agneta Johansson
Borås
Agneta.johansson@rfsisu.se
0709-26 57 93

Elisabet Edvardsson
Uddevalla
Elisabeth.edvardsson@parasport.se
0703-77 32 40

Hemsida: <https://parasport.se/distrikt/vastra-gotaland>

Svenska Parasportförbundet:

Hemsida:
<https://parasport.se/>

Här kan ni hitta bl.a. kontakt uppgifter till övriga distrikt i Sverige men också länkar till ex. vis **Parame** en sökmotor för olika Idrottsföreningar som erbjuder verksamhet för personer med funktionsnedsättning inom hela Sverige.

Aktuellt under 2026

-Friidrotts tävlingar på Angeredsvallen den 26:e maj. Riktat sig till elever i mellan- och högstadiet som går på skolor i Gbg med kranskommuner med Anpassad undervisning.

-Parapuls Festivalen här på Slottsskogsvallen 28 – 29 augusti. Ett perfekt tillfälle att presentera sin verksamhet eller själv testa Parasport (lördagen). Intresserad vill veta mer? Mail: Parapuls.vg@parasport.se

Parasport är:

Idrott/motion för person med funktionsnedsättning

Ex. vis Parabasket, Parasimmare, Paracurlare, Paratennisspelare, Parafriidrottare o.s.v.

Parasportare delas in i tre huvudgrupper

Intellectuell-
/kognitivnedsättning

Rörelsenedsättning

Synnedsättning

Dövidrottare?

Svenska Dövidrottsförbundet bildades redan 1913 och 1955 fick de status som medlemsförbund i RF

Kort sagt de har sin egen organisation med egna Svenska och Internationella mästerskap

Syftet med Parasport är främst att ge personer med någon form av funktionsnedsättning chansen att få träna men framförallt att tävla på så lika villkor som möjligt.

Detta sker, i första hand, genom att individer delas in i olika klasser beroende på hur mycket hans/hennes funktionsnedsättning påverkar deras möjlighet att utföra idrotten ifråga.

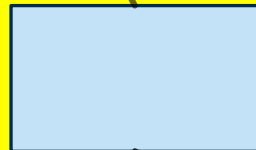


Svenska
Friidrottsförbundet

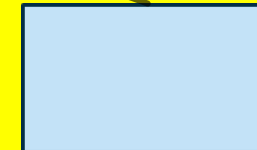
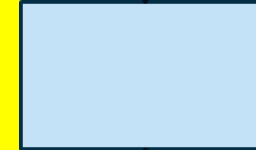
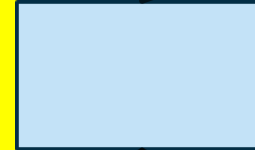
Svenska
Parasportförbundet



Distrikts
förbund
(9 SDF)



Västra Götalands
Parasportförbund
(19st SDF)



Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Föreningar
(IF)

Totalt 71st
Svenska
Förbund (SF)

Olika SF har olika
antal SDF

En IF kan vara
medlem i flera
SDF/SF

Svenska Parasportförbundet... ett Kinderägg ?



3 saker i samma Förbund

- Svenska Parasportförbundet (11 SDF)
- Svenska Paralympiska kommittén
- Special Olympics Sweden

Svenska Parasportförbundet

- Handhar licensieringar
- Klassificeringar
- Elit verksamhet, SM, NM, EM och VM för de idrotter som fortfarande ligger under vårt Förbund
- Utbildningar
- Viss påverkans verksamhet (samhället)
- Rekryteringsprojekt m.m.

Special Olympics Sweden

Special Olympic är en internationell organisation som främjar idrott för personer med intellektuell-/kognitivfunktionsnedsättning.

Fokus på breddidrott

Vart 4:e år arrangeras ett Special Olympic Games. Tyvärr inte knutet till Paralympics gällande tid eller stad.

I Sverige anordnas Special Olympic games både på nationell och regional nivå.

Olika rekryterings verksamheter pågår på olika nivåer både nationellt och regionalt.

Graden av tävlingskompetens bestäms via s.k. Divisionering.

Allas rätt att delta

"På pappret" egentligen inget problem eftersom all SDF och IF skrivit under samma stadgar som RF-SISU riks.

I riktiga världen finns det dock vissa trösklar att komma över....

Sen även att där finns oöverkomliga hinder inom vissa idrotter för vissa typer funktionsnedsättningar...

Idéer, tips om hur man kan lösa "Allas rätt och vara med"

Behåll individen i Idrotten fast kanske nödvändigtvis inte i just din IF

Terminologi

- Vad skall jag säga?
- Hur heter det?
- Är det nån skillnad på dessa ord?
- Vad är fel och vad är rätt?

Hur ska man säga?



Att hitta rätt i ett minfält

Person först!

Dick har en
funktionsnedsättning.

Dick blir utsatt för olika
funktionshinder i miljön

Dick tycker riktigt illa om ordet
Funktionsvariation

Dick tycker ordet **Handikapp**
låter gammaldags men inte
mer

När du måste specificera

-Intellektuell-/kognitivfunktionsnedsättning (If)

Ex. Downssyndrom, (Grava) Autism, Aspergers syndrom, förvärvad/medfödd hjärnskada m.m.

-Rörelsenedsättning (Rn)

Ex. Rullstolsburen, använder krycka, sitter i Elrullstol, använder gåstol, CP-skadad, Amputation, Dysmeli m.m.

-Synnedsättning (S)

Kan vara helt blind till viss syn rest, kan se ljus/mörker, kan ej se perifert, kan bara se "knapphåls vision", medfödd resp. förvärvad synnedsättning m.m.

(-Multifunktionsnedsättning

En kombination av två eller fler funktionsnedsättningar)

NPF Diagnoser

Ex.vis ADHD, Autism spektra, Tourettes m.m.

Är hela idrottsrörelsens ansvar.

Som alla typer av funktionsnedsättningar spelar såklart graden av funktionsnedsättning in. Gällande NPF diagnoser kan det ofta vara svårt att uttyda hur mycket funktionsnedsättningen påverkar personens möjlighet att utöva idrotten.

Att träna och tävla som Paraidrottare



- Hinder
- Fördelar
- Träna, hur?
- Tävling
- Elitidrottande

Hinder

Hinderbana bara att ta sig till träningen

- Hitta information, vilken Förening?
- Inte tillräckligt med Färdtjänst
- Inte tillräckligt med assistans timmar
- Lokalen inte tillgänglig
- Ofta svagare ekonomi, dyrt material/utrustning
- Väl på plats, dåligt bemötande

Fördelar för individen

- Kul
- Motion ger förbättrad hälsa
- Bättre rörelseförmåga/självkänedom
- Förbättrar självförtroendet
- Ökad självständighet
- Rikare fritid
- Nya kompisar/socialt nätverk
- Delaktighet
- Bidraga
- Tävlingsframgångar
- Prispengar/sponsorer

Fördelar för Föreningen

- Fler medlemmar
- Utvecklande
- Möjliga styrelsemedlemmar, materiellare, tränare, funktionärer etc.
- Fler bidrag att söka
- LOK stödet är inte åldersknutet
- Nya infallsvinklar
- Ökade sponsormöjligheter
- Föreningen växer

Tävling, att tävla

Samma regler, lika långa distanser som vid tävlingar för de utan funktionsnedsättning

Mängd olika varianter:

- Prova på tävling
- Rekryteringstävling "Alla får pris"
- Klubbmästerskap
- Inbjudningstävlingar (Kan kräva Licens & Klassificering)
- Korpmatcher/serier
- Seriespel/SM/EM/VM & Paralympics (Licens & Klassificering krav)
- Cuper

Elit idrottande

DM, SM, EM, VM (och Paralympics)

-Licenskrav

-Dokumenterad funktionsnedsättning

-Oftast klassificering, nästan alltid

-Alltid samma regler, distanser, matchtid. Vissa undantag finns.

-Inga hjälpmedel tillåtna (?)

Klassificering

- Hur mycket påverkar din funktionsnedsättning din möjlighet att utöva din idrott?
- Olika idrotter har valt olika system
- Gemensamt dock, högre siffra – lägre grad av funktionsnedsättning
- Lagidrotter och stafetter?
- Vissa skillnader mellan olika typer av fs.



Tänk HLR!