

REKOMMENDATIONER

INKLUDERANDE SPORTEVENEMANG



iSport

Inclusion in Sport



Inclusion in Sport

## REKOMMENDATIONER

### INKLUDERANDE SPORTEVENEMANG



Medfinansierat av  
EU-programmet  
Erasmus+



## Att lyckas med inkludering i sport

Att lyckas med inkludering i sport kräver medvetna insatser och ett proaktivt förhållningssätt. Det innebär att aktivt välkomna och respektera människor från alla bakgrunder, åldrar, kön, sexualiteter och förmågor, så att de känner sig som en del av idrottsvärlden. Ett fokuserat arbete på inkludering är ett viktigt första steg för att göra sportevenemang tillgängliga och inbjudande för så många som möjligt.

Det finns inget entydigt svar på hur man blir mer inkluderande, men dessa rekommendationer är tänkta att stödja dig i att ta steg mot målet. De är inte fullständigt omfattande, utan snarare tänkta som ett verktyg för att hjälpa dig att börja processen.

## Ta ett helhetsgrepp om inkludering

Allt inkluderingsarbete kräver ett heltäckande perspektiv, vilket innebär att man måste ta hänsyn till alla delar av evenemanget. Att göra ett sportevenemang mer inkluderande, mångfacetterat och välkomnande för alla kräver investeringar i människor, strukturer, kommunikation, image och arbetsmetoder. Ett medvetet och reflekterande förhållningssätt till alla dessa delar är avgörande för att göra ditt evenemang mer tillgängligt.

Att arrangera ett inkluderande sportevenemang kräver noggrann planering och genomförande för att försäkra att deltagare och åskådare med olika bakgrunder och förmågor känner sig välkomna och fullt engagerade. Vi har uppdelat planeringsprocessen för evenemanget i olika förberedande delar, och följande tips är avsedda att vägleda dig genom vad som bör beaktas i varje skede för att arrangera ett framgångsrikt och inkluderande evenemang för alla:

- Inspiration och research
- Befordran
- Registrering
- Evenemang: Sport
- Evenemang: Sidoaktiviteter – kulturellt, politiskt, socialt
- Medaljer, priser och ceremonier
- Efter evenemang



## Inspiration och Forskning

Inkludering är en omfattande och intersektionell process som involverar aspekter såsom kön, ras, förmåga, sexuell läggning, könsidentitet, religion, med mera. Att beakta alla dessa faktorer är en ambitiös uppgift som kräver noggrann planering.

Fundera över vad ett inkluderande evenemang innebär för dig: Inkludering kan betyda olika saker för olika personer, så det är viktigt att klart definiera målen och engagemanget för inkludering i ditt evenemang. Se till att alla inblandade förstår dessa begrepp och evenemangets syften på samma sätt.

Hur integreras inkludering i syftet med ditt evenemang? Överväg målen med ditt evenemang. Ett evenemang som fokuserar på att använda sport för social integration, med huvudsyftet att föra människor samman, skapa en känsla av samhörighet, bryta ner barriärer och fördomar, kommer att skilja sig från ett evenemang som primärt

fokuserar på sportprestationer och att inkludera olika profiler inom sportvärlden.

Vad existerar redan? Finns det idrottsorganisationer som redan arrangerar evenemang för olika samhällsgrupper? Finns det grupper inom samhället som erbjuder sportaktiviteter för specifika grupper? Ta kontakt med dessa organisationer, lyssna på deras erfarenheter och inkludera dem i ditt arbete. Se till att inte skapa några agendakonflikter med dessa organisationer – de kommer att vara avgörande för att marknadsföra ditt evenemang och för rekrytering av volontärer.

Skapa ett arrangörsteam med mångfald: Sätt samman ett mångsidigt arrangörsteam som speglar de gemenskaper du önskar inkludera och den typ av evenemang du vill skapa. Principen 'ingenting om oss utan oss' är central här – det går inte att skapa ett inkluderande evenemang utan att involvera personer från de gemenskaper du siktar på att inkludera.

Knyt an till och samarbeta med allierade. Bygg partnerskap med samhällsorganisationer och företag som är engagerade i de grupper du vill nå. Tänk brett och sträck dig utöver idrottsvärlden – samarbeta med lokala organisationer och grupper som fokuserar på inkludering och mångfald, lokala stödlinjer, företag som ofta engagerar sig i samhällsinsatser, välgörenhets- och hälsoorganisationer, samt anläggningar som arbetar med specifika grupper. Lokala allierade kommer att vara avgörande för att marknadsföra ditt evenemang och för rekryteringen av volontärer

Ta del av grå litteratur omfattande: Någon, någonstans, har förmodligen redan gjort eller försökt göra det du försöker åstadkomma, och det är möjligt att de har dokumenterat sina erfarenheter. En grundlig sökning efter dessa resurser kan spara dig från att göra smärtsamma och kostsamma misstag.



## Befordran

Klart marknadsföringsmeddelande. Utveckla och kommunicera tydliga policyer som behandlar inkludering, antidiskriminering, trakasserier och lika tillgång för alla deltagare och åskådare. Upprätta en klar stadga om vad som är acceptabelt och oacceptabelt beteende och språk, och gör denna offentligt tillgänglig.

Mångfald i marknadsföringsmaterial. Försäkra dig om att bilderna och representationen i ditt marknadsföringsmaterial speglar evenemangets inkluderande natur. Detta garanterar att människor kan känna igen sig i reklamen och uppfatta att evenemanget är avsett för dem.

Inkluderande språk. Var noga med att använda ett tydligt, anpassat och inkluderande språk i all kommunikation kring evenemanget, så att alla deltagare känner sig värderade och respekterade.

Olika marknadsföringsspridning. Var mångsidig i ditt val av

reklamkanaler. Samarbeta med kommunikationsexperten som är specialiserade på olika målgrupper för att säkerställa att du når ut till rätt personer. Ta hänsyn till både traditionella och digitala alternativ.

Samarbeta med olika allierade. Kontakta grupper och organisationer med specifika profiler och förhandla fram samarbetsavtal i marknadsföring för att dra nytta av deras marknadsföringsstrategier för att främja ditt evenemang. Många institutioner har en person ansvarig för samhällsengagemang eller mänskliga rättigheter, som ofta har tillgång till omfattande marknadsföringsnätverk.

Sök efter inkluderingsambassadörer och förebilder. Samhällsprofiler som är förebilder inom inkludering eller experter på inkluderingsarbete kan bidra med stödmeddelanden till ditt evenemang. Personliga berättelser och erfarenheter som understryker vikten av ditt evenemang och dess budskap utgör kraftfulla rekommendationer. Känslighetsträning för kommunikationsexperten och allierade.

Försäkra dig om att alla allierade och kommunikationsexperten har fått utbildning och är uppmärksamma på de värderingar du vill främja och de frågeställningar som är involverade.

Olika marknadsföringsmedier och metoder. Det finns en uppsjö av marknadsföringsverktyg tillgängliga idag, vilket gör det möjligt att använda flera verktyg med bara ett element. En podcastintervju med en ambassadör kan till exempel återanvändas som ett effektivt citat för sociala medier, omskrivas till en personlig berättelse i ett nyhetsbrev, och så vidare.

Kampanjerbjudanden. Marknadsför evenemanget genom att dra nytta av kalenderhändelser som är specifika för målgruppen och koppla dessa till 'specialerbjudanden'.





## Registrering

Inkluderande former. Överväg att erbjuda anmälningsformulär i flera format och alternativ (online, telefon, texttelefon etc.) för att tillgodose behoven hos personer med olika förutsättningar, inkluderande adaptiva kategorier och könsneutrala alternativ.

Alternativa detaljer. Inkludera ett fält i anmälningsprocessen där deltagare kan ange sina föredragna namn och pronomen.

Innehållsbearbetning. Försäkra dig om att alla delar av formuläret som rör ID-kort hänvisar till föredragen information, såsom namn och pronomen, istället för obligatoriska uppgifter.

Anpassat informationsområde. Inkludera en plats i registreringsprocessen där deltagare kan ange sina specifika behov, till exempel behov av stödpersonal eller särskilda medicinska krav.

Inkludera specifika behörigheter. Eventuella särskilda godkännanden bör kunna laddas upp direkt och inte kräva ytterligare datainmatning.

Kontaktperson. Ge information till en kontaktperson för eventuell uppföljning vid frågor.

Politik för inkludering och antidiskriminering. Var transparent och tillhandahåll referenser och länkar till alla policyer som kommer att vara gällande.

Betalningsalternativ. Erbjud förenklade betalningsalternativ och hjälpmöjligheter.

Boende. Tillhandahåll länkar till en variation av boendialternativ för att passa alla budgetar. Skapa ett forum för deltagare för att underlätta samordning av samåkning och delat boende.

Kartor, vägbeskrivningar och transporter. Ange tydliga vägbeskrivningar till och mellan arenorna. Tillhandahåll information om lokala transportmedel och tillgänglighetsdetaljer, som tillgängliga taxibolag, kollektivtrafik, handikappanpassade ingångar och reserverade parkeringsplatser.

Stöd djurskyddet. Ange hundtoalettmöjligheter, vattenuttag, djurvänligt boende och transport.



## Evenemangsplanering och -löpning

Val av plats: Välj en plats som är tillgänglig för alla gäster, med faciliteter som ramper, hissar och handikappanpassade toaletter, och se till att den uppfyller behoven hos personer med funktionsnedsättning. Tänk på säkerhetsåtgärder för deltagare, såsom väl belysta och fritt tillgängliga parkeringsområden, samt platser som är säkra för alla – undvik platser som är otillgängliga eller osäkra för någon av de grupper du önskar inkludera.

Faciliteter: Försäkra dig om att sittplatser, toaletter (inklusive portabla toaletter), omklädningsrum, samt utrymmen för förmåner och förfriskningar är lättillgängliga. Märk tydligt ut könsneutrala toaletter. Några viktiga aspekter att överväga är:

- Parkeringsplatser ska vara tydligt markerade och minst 3600 mm

breda.

- Inga nivåskillnader i golvet, eller så finns det en ramp eller hiss, och en alternativ tillgänglig väg är tydligt utmärkt. Ramper inomhus bör inte ha en stigning som överstiger 8 % och utomhus inte mer än 5 %, samt vara minst 1000 mm breda. Hissar bör vara minst 1200 mm x 2300 mm, och dörröppningen minst 1000 mm.
- Dörrar bör vara lätta att öppna och dörröppningar minst 900 mm breda, eller 1000 mm för idrottsanläggningar.

Transport: Tillhandahåll information om tillgängliga transportalternativ och erbjuda transferstjänster för deltagare som kan behöva detta.

Utrustning. Försäkra dig om att all tillgänglig utrustning är anpassad, inklusive sportutrustning anpassad för olika behov (till exempel basketbollar för kvinnor) och hjälpmedel för tal och presentationer (som portabla ramper, justerbara talarstolar och flexibla mikrofoner).

Skyltning. Försäkra dig om att all information är tydlig, kontrastrik och placerad så att alla kan se den (tänk på placeringen för personer i rullstol).

Inkluderande och anpassade aktiviteter: Erbjud sporter och aktiviteter som är anpassade för de samhällsgrupper du vill inkludera. Planera för olika förmågor och intressen, och inkludera både konkurrenskraftiga och icke-konkurrenskraftiga alternativ. Tänk kreativt – det finns fler sätt att organisera idrott än enbart genom könssegregering. Arrangera aktiviteter med blandade lag.

Kulturell känslighet: Se till att aktiviteterna tar hänsyn till och är anpassade efter olika kulturella traditioner och övertygelser, och att de respekterar och erkänner deltagarnas och åskådarnas kulturella bakgrund. Tillgänglighet handlar om både fysiska förhållanden och attityder. Försäkra dig om att din idrottsmiljö är välkomnande i båda avseenden.

Tidtabeller. Personer med rörelsehinder behöver tillräckligt med tid för att förflytta sig mellan olika aktivitetsplatser. Stödpersonal kan behöva pauser och väl utspridda aktiviteter för att undvika trötthet. Funktionshindrade idrottare kan behöva tid för fysioterapipass mellan aktiviteterna.

Sensoriska/säkra utrymmen. Tillhandahåll tysta områden där idrottare och stödpersonal kan vila och återhämta sig från buller och stora folkmängder. Se även till att det finns könsspecifika/säkra utrymmen för HBTQI+-gemenskapen, kvinnor och icke-binära personer att komma samman.

Utbildning: Utbilda personal och volontärer inom områdena mångfald, inkludering och respektfull interaktion för att säkerställa att alla känner sig trygga och välkomna. Positionera volontärer vid serverings- och förfriskningsområden för att bistå servicepersonalen i att hjälpa idrottare med nedsatt rörlighet.

Medicinskt stöd. Se till att medicinsk personal inte gör förutfattade antaganden om deltagarna och att de är observanta och känsliga för potentiella problem (såsom medicinering och fysiska detaljer).

Beskydd. Försäkra dig om att säkerhetsinformation kommuniceras till deltagarna och visas offentligt.

Politik. Var öppen med ditt engagemang och se till att policyer för antidiskriminering och könsinkludering, till exempel, är lättillgängliga.

Röda böcker för sport. Förbered 'röda böcker' för olika sporter som belyser eventuella anpassningar av vanliga sportaktiviteter och se till att dessa anpassningar är erkända och förstådda. Underlätta kommunikationen mellan allmänna och profilspecifika experter för att uppnå detta.

Övervakning, utvärderingsverktyg. Det är avgörande att integrera metoder för att utvärdera ditt evenemang och övervaka framsteg för att effektivt skapa inkluderande åtgärder. Definiera tydligt indikatorer,

såsom närvarodata eller deltagardemografi och relevanta politik, som ska användas för att bedöma inkluderingen. Se till att metoderna för datainsamling är respektfulla och inte påträngande. Att genomföra en tillgänglighetsgranskning av evenemangshoteller och identifiera eventuella hinder eller utmaningar som observeras på plats, samt att samla in feedback från evenemangets stödpersonal, kommer också att vara viktigt för att tillhandahålla data för utvärdering.

Återkopplingsmekanismer: Skapa möjligheter för deltagarna att ge feedback om sina erfarenheter gällande inkludering, såsom genom kommentarskort eller online feedbackformulär. Att erbjuda någon form av incitament för att fylla i dessa kan öka deltagandet.



## Sidoevenemang – kulturella, politiska, sociala aktiviteter

Att kombinera sociala, kulturella och politiska evenemang med idrottstävlingar kan berika den totala upplevelsen och tillföra ett djupare värde för både deltagare och åskådare. Det kan också engagera en bredare publik och skapa möjligheter för att öka medvetenheten.

Förstärk meddelanden. Ceremonier, diskussionspaneler, forum och seminarier erbjuder utmärkta möjligheter för utbildning och för att belysa sociala och politiska budskap. De är också effektiva för att främja inkludering och mångfald.

Samarbetsmöjligheter. Att arrangera parallella forum, kulturfestivaler eller initiativ för social påverkan ger möjligheter att knyta band med organisationer och företag, vilket kan leda till att bygga upp effektiva framtida nätverk.

Nätverksplattformar. Att organisera diskussioner och forum där beslutsfattare, aktivister och experter samlas för att diskutera politiska och sociala frågor som är relevanta för idrotten (såsom jämställdhet, inkludering eller idrottens roll i samhället) under idrottsevenemang är ett effektivt sätt att lyfta dessa ämnen på plats.

Insamlingsmöjligheter. Att kombinera sportevenemang med insamlingsaktiviteter kan bidra till att samla in pengar både för evenemanget och för att stödja lokala sociala initiativ eller utsatta samhällen. Detta kan också vara ett sätt att ge tillbaka till samhället som en tacksamhet för hjälpen med att organisera evenemanget.

Visa upp arvet. Invignings- och avslutningsceremonier kan användas för att visa upp den lokala kulturen och konstnärliga föreställningar som är specifika för samhället. Detta ger deltagarna en inblick i kultur, konst, musik, dans och matlagning, och knyter samman sport med gemenskap och social integration.





## Medaljer, priser och ceremonier

Inkluderande priser och erkännande: Fira och uppmärksamma prestationerna hos alla deltagare och idrottare, oberoende av deras bakgrund eller förmågor, och undvik fördomar baserade på kön eller förmåga när det gäller utdelning av utmärkelser.

Olika priskategorier: Skapa priskategorier som uppmärksammar prestationer inom olika områden, såsom åldersgrupper, kön, förmågor och kompetensnivåer. På så sätt säkerställs att ett brett spektrum av deltagare kan uppmärksammas och firas.

Inklusivitet i prisdesign: Överväg att inkludera symboler eller mönster som representerar mångfald och inkluderingsandan. Dessa symboler kan effektivt kommunicera evenemangets åtagande för inkludering.

**Inkluderande språk:** Använd ett inkluderande språk när du presenterar vinnare och delar ut priser. Undvik antaganden om kön, ålder eller förmåga och använd neutrala formuleringar.

**Inkluderande medaljpresentatörer:** Engagera en mångfaldig grupp individer, inklusive representanter från de specifika målgrupperna, att dela ut medaljer och utmärkelser. Detta bidrar till en mer inkluderande representation under ceremonin. Överväg även att bjuda in framstående personer från de samhällen du vill inkludera.

**Sensitivitetsträning för presentatörer:** Om nödvändigt, försäkra dig om att de som delar ut medaljer och priser är medvetna om och använder ett inkluderande språk, och att de respekterar deltagarnas värderingar och mångfald.

**Erkännande av ansträngning:** Uppmärksamma inte bara vinnarna, utan även alla deltagares ansträngningar och engagemang. Detta kan göras genom att dela ut certifikat, hedersomnämningen eller deltagarmedaljer.

**Framhäv personliga berättelser:** Dela personliga historier om idrottare som har övervunnit utmaningar eller hinder för att kunna delta i evenemanget. Dessa berättelser kan inspirera och motivera andra.

**Erkännande av supportrar:** Ge erkännande till stödnätverken för idrottare, som inkluderar tränare, mentorer och allierade, för den hjälp de har bidragit med längs vägen.



## Efter evenemang

Rapportering. Planera för publicitet efter evenemanget för att belysa dina framgångar och inkluderande insatser. Att arrangera en presskonferens vid avslutningen av evenemanget kan bidra till rapporteringen av händelsen och börja etablera evenemangets arv.

Presspaket. Förbered ett presspaket efter evenemanget som innehåller statistik, bilder på ambassadörer, citat och foton som förmedlar budskapet om inkludering. Detta är ett steg i att bygga upp det arv du önskar skapa.

Återkopplingsmekanismer: Skapa möjligheter för deltagare och åskådare att ge feedback om sina erfarenheter relaterade till inkludering. Detta kan innefatta enkäter, kommentarskort eller online feedbackformulär.

Utvärdering: Genomför en officiell utvärdering efter evenemanget för

att bedöma hur väl målen för inkludering uppnåddes, och för att samla in feedback som kan användas för framtida förbättringar.

Tillgängliga kommunikationsstöd efter evenemang. Håll informationen om evenemanget lättillgänglig via din webbplats och andra digitala informationskanaler. Uppdatera dessa med framgångsberättelser efter evenemanget, citat från deltagare och feedback från efterföljande enkäter.

Lärdomar. Var öppen och offentlig med de lärdomar du dragit, som ett sätt att bibehålla ansvarighet och som ett incitament för att fortsätta göra framsteg.

Talmöjligheter. Utforska framtida möjligheter att presentera framgången med ditt evenemang. Ta kontakt med arrangörer av liknande framtida evenemang för att dela med dig av och belysa framgångarna kring inkludering.

Ansvarsfriskrivning: Detta dokument – Rekommendationer för inkluderande sportevenemang – är skrivet i samband med projektet 'Inclusion in Sport (iSport)', 2021-23. Medfinansierat av EU-programmet Erasmus+.

Europeiska Kommissionens stöd åt framställningen av detta dokument utgör inte ett godkännande av dess innehåll, vilket endast återspeglar upphovsmännens åsikter, och Kommissionen kan inte hållas ansvarigt för någon användning av informationen i det.

Författare: EGLSF (European Gay & Lesbian Sports Federation), Netherlands, [www.eglsf.info](http://www.eglsf.info)

Utgivare: EUSA (European University Sports Association) Institute, Slovenia, [www.eusa.eu](http://www.eusa.eu)

Översättningar: Detta dokument har översatts från den engelska originalversionen till tio språk, inkluderande katalanska, holländska, finska, franska, tyska, grekiska, polska, slovenska, spanska och svenska, i informationssyfte. Vid eventuella avvikelser mellan översättningarna och originaltexten ska den engelska versionen ha företräde.

År: 2023

[www.isporteurope.eu/resources](http://www.isporteurope.eu/resources)



Medfinansierat av  
EU-programmet  
Erasmus+

