

Svært innholdsrikt år for Idretten Skaper Sjanser:

**Mer enn 6000 treningstimer og
mange tilbake i arbeid og skole**

2025 har vært nok et innholdsrikt og meningsfullt år for inkluderingsprosjektet Idretten Skaper Sjanser. De faste deltakerne har fått livet tilbake på rett spor, mange er tilbake i arbeid eller skole og gruppen belaster offentlige tjenester i betydelig mindre grad enn tidligere.



Idretten Skaper Sjanser – som eies av Norges Skiforbund, Norges Cykleforbund og Norges Rytterforbund – har sett på årets aktiviteter og resultater for de 10 klubbene og alle deltakere.

Resultatene av aktivitetene er meget positive – spesielt for alle som er opptatt av inkludering og fellesskap for noen av de mest sårbare i samfunnet!

- Vi kan igjen slå fast at tilbudet gjør en forskjell. Faktisk en ganske stor forskjell, når vi ser på de konkrete resultatene og konsekvensene for deltakerne og samfunnet, sier daglig leder Linda Treseng.

Idretten Skaper Sjanser har nemlig i løpet av 2025 bidratt til;

- at det er gjennomført mer enn 6000 timer fellestrening
- at hver fjerde deltaker er kommet tilbake i arbeid eller på skolebenken
- at deltakerne har redusert sine behov for bruk av fastlege og ruskonsulent betydelig
- at deltakerne har fått mer meningsfylt hverdag
- at mange har fått bedre kontakt med familie og venner

- Vi har alltid visst at tilbudet betyr mye for våre deltakere. Og at så mange finner veien til arbeidslivet eller utdanning er utrolig gledelig. Slike resultater er dessuten svært motiverende for alle våre dyktige instruktører, som hvert år legger ned mange hundre timer for å gjøre livet til deltakerne bedre, sier daglig leder Linda Treseng.

Bruk av offentlige tjenester reduseres når de deltar jevnlig på et slikt tilbud. Bruk av både fastlege, ruskonsulent og ikke minst innleggelser koster samfunnet mye.

- Idretten Skaper Sjanser viser at riktige tilbud til denne gruppen kan utgjøre en betydelig forskjell, legger hun til.

[I løpet av året er det også presentert en masteroppgave](#) som har sett på hvor viktig et lavterskeltilbud som Idretten Skaper Sjanser er for denne målgruppen.

- Det er helt utrolig å se hva slike tilbud gjør med mennesker som er i en sårbar situasjon, sier mastergradsstudent Linn Sæter.

- Psykiske helseplager er en økende samfunnsutfordring, og behovet for alternative, fleksible og frivillige lavterskeltiltak blir stadig mer etterspurt, forklarer Sæter, som ikke kan få rost tilbudet godt nok.

Forsker på samarbeidsklimaet

Det er flere som ønsker å forske på Idretten Skaper Sjanser; doktorgradsstipendiat Nora Thorsteinsen Toft ved Høgskolen Kristiania er en av de som er nysgjerrig på hvordan det arbeides i prosjektet. Hun gjennomfører nå et større forskningsprosjekt, hvor formålet er å undersøke hvordan samarbeidet mellom klubber, forbundet og administrasjonen i ISS oppleves.

- Gjennom prosjektet ønsker jeg å forstå mer av hva som hemmer og fremmer samarbeid, og hvordan samarbeidsrelasjonene i et slikt prosjekt som Idretten Skaper Sjanser oppleves for de involverte, sier hun.

Sterke historier

Mange av deltakerne i Idretten Skaper Sjanser har et helt liv med rusproblemer bak seg når de blir med i prosjektet. Og det finnes mange sterke og gode historier blant deltakerne:

[Glenn er en av de som forteller om hvordan han har fått sitt liv tilbake etter å ha blitt en del av opplegget.](#)

Uvurderlig innsats

Linda Treseng ønsker å fremheve alle instruktørene rundt om i landet, som hver uke bidrar til gode opplevelser for deltakerne.

- Disse menneskene gir mye av seg selv og legger ned en uvurderlig innsats! Men også de som er engasjert som instruktører i Idretten Skaper Sjanser sier at prosjektet gir dem mye tilbake. Noen av våre instruktører er ansatt på fast basis – mens andre arbeider som frivillige, forteller hun.

Idretten Skaper Sjanser har aktiviteter i 10 byer:

Harstad

Trondheim

Bergen

Stavanger

Arendal

Råde

Porsgrunn

Fredrikstad

Ullensaker

Nes

Idrettene er ridning, sykling og langrenn. Til sammen 20 personer som er involvert i arbeidet.

Selvstendige klubber

- Klubbene arbeider veldig selvstendige, og det er lokale tilpasninger i opplegget. Nesten hele prosjektet med Idretten Skaper Sjanser er finansiert gjennom midler fra Helsedirektoratet. Det finnes noen lokale midler, men vi er helt avhengige av midlene fra det offentlige for å opprettholde tilbudene rundt om i landet, forklarer Linda Treseng.

- Vi mener den offentlige støtten er en samfunnsøkonomisk god investering, når vi ser gevinstene hos våre deltakere. At deltakerene i stor grad rapporterer om mindre bruk av offentlige tjenester er positivt for samfunnsøkonomien.

- Bare det at mange forteller at de opplever en mer meningsfylt hverdag mener vi har stor verdi. Og at hver fjerde deltaker kommer i arbeidet eller på skole, er en ekstra bonus for de selv og hele samfunnet , sier Linda Treseng.

Dette er Idretten Skape Sjanser:

- Foreningen er stiftet av Norges Skiforbund, Norges Cykleforbund og Norges Rytterforbund, og mottar støtte fra Helsedirektoratet.
- «Kraften som ligger i opplevd mestring, i gode fellesskap som bryr seg, og i følelsen av å lykkes med å jobbe mot et mål, tror vi kan gjøre god nytte for seg også utover den ordinære idretten i idrettslagene» uttalte daværende Idrettspresident Tom Tvedt i 2019.

- Idretten Skaper Sjanser er et lavterskel aktiviseringstilbud med ski, sykkel og ridning for mennesker med rusutfordringer.
- ISS gjenvinner menneskelige ressurser og produserer rusfrie timer. Gjennom faste treninger i gruppe, opplever utøverne fellesskap og mestring, som kan gi et liv med mindre rus.
- Organisasjonen har ulike tilbud på flere steder i Norge, og du kan få en bedre oversikt [ved å trykke her](#).