

Forum for Natur og Friluftsliv - Sør-Trøndelag

Sandgata 30, 7012 Trondheim
Tlf.: 94109461 E-post: sor-trondelag@fnf-nett.no

Meldal kommune
postmottak@meldal.kommune.no

Trondheim, 10. november 2016

Høringsuttalelse Plan for idrett og fysisk aktivitet 2017-2020

FNF er et samarbeidsnettverk for naturvern- og friluftslivorganisasjoner på fylkesnivå. I Sør-Trøndelag er elleve organisasjoner tilknyttet FNF som til sammen har 33 000 medlemskap. Vi arbeider for å bevare natur og mulighetene å utøve friluftsliv, både i nærmiljøet og i villmark, i skogen og på fjellet.

Planen inneholder i introduksjonen en del satsningsområder der friluftsliv og uorganiserte aktiviteter vektlegges, men når det kommer til detaljene får friluftsliv for lite oppmerksomhet sammenlignet med organisert idrett og idrettsarenaer. Punkt 5.1 «*Prioriterte anleggsprogram/handlingsprogram for utbygging av anlegg*» har kun med to punkter som tildels er relatert til friluftsliv; rehabilitering av lysløype og skiarena, samt skilting av turstier. Her trengs langt sterkere satsning på friluftsliv.

Rapporten fra idrettsrådet har kun med to former for aktiviteter som kommer innunder friluftsliv; turmarsj og ski. For å få en bedre oversikt over befolkningens hverdagsaktiviteter og tydeliggjøre flere behov, bør kommunen involvere også natur og friluftslivorganisasjoner som jobber med friluftslivsaktiviteter. Selv om det å gå tur ikke så lett kan tallfestes på samme måte som brukere av organisert idrett, er det ikke tvil om at friluftsliv er en lavterskel aktivitet som svært mange benytter seg av.

Det er veldig bra at kommunen satser på å «*motivere og legge til rette for fysisk aktivitet i hverdagen, uansett alder gjennom å ta vare på og utvikle turmulighetene i nærmiljøene og utfartsområdene*». Her foreslår kommunen noen gode, konkrete tiltak. Vi understreker at det er viktig å ikke bare tenke hvordan penger kan brukes til å bygge noe nytt, men også hvordan penger kan brukes til vedlikehold, og ikke minst til å få flere til å benytte de muligheter som allerede finnes. Frivillige og foreninger kan bidra til å tilrettelegge for flere slike mer eller mindre organiserte aktiviteter innen friluftsliv. Kommunen har også et eget punkt for helsefremmende tiltak for barn, unge og deres familier, noe som er positivt.

Det er også bra at kommunen vil satse på gang- og sykkelveier. I det videre har vi med litt generell informasjon vi mener dere kan ha nytte av.

Friluftsliv og folkehelse

Friluftsliv er en samling av aktiviteter med svært stor oppslutning, ni av ti sier at de er interessert i friluftsliv¹. Friluftsliv skaper mye fysisk aktivitet og dermed bedre folkehelse, det er dessuten den gruppe av aktiviteter som størst potensial for å nå ut til enda flere, i alle aldre fra barn til eldre. Spesielt friluftsliv i nærområdet er et viktig lavterskeltiltak som aktiviserer grupper som er lite fysisk aktive. To tredeler av

1 TNS Gallup 2012

befolkningen sier at om de skal bli mer aktive er det fysisk aktivitet i naturen de er interessert i å begynne med eller gjøre mer av². Ifølge Friluftsmeldingen har andelen av befolkningen som utøver friluftsliv i en årrekke vært økende. Selv om den samlet sett har flatet ut de senere årene, har turgåing og utendørs bading fortsatt å øke³.

Hvor viktige naturområdene er for folkehelsen og trivsel blir ofte glemt når man skal avklare arealsaker. De fleste er enige i at vi trenger mer friluftsliv for å kutte sykehusutgiftene, men når man diskuterer hvor et nytt boligfelt eller industriområde skal plasseres går det ofte først ut over friluftslivets anlegg og arealer. Å kartlegge, bevare og opparbeide attraktive friluftsliv- og turområder er et av de viktigste folkehelseiltakene. Det er ikke bare når friluftsområder forsvinner at det har en effekt på hvor mye vi går på tur, men når det kommer nye inngrep i et område blir opplevelsen redusert. Den reduserte opplevelsen kan gjøre at man ikke kommer seg ut like ofte, naturopplevelsen og rolige omgivelser er en av de viktigste motivasjonsfaktorene for å komme seg ut i naturen⁴.

De samlede helseutgiftene i Norge har økt med hele 50 milliarder på bare tre år; fra 260 milliarder kroner i 2012 til 311 milliarder i 2015. Fysisk aktivitet har en potensiell velferdsgevinst på 406 000 gode leveår, med samfunnsøkonomisk gevinst på 455 milliarder kroner hvert år⁵.

Friluftslivet omfang

Synergieffektene av friluftsliv er mange. Friluftsliv skaper fysisk aktivitet, opplevelser, sosialt fellesskap, frivillighet og bolyst. Friluftsliv er gratis / billig og tilgjengelig for mange. Undersøkelser viser at både de med høy og lav sosioøkonomisk status ønsker å bedrive friluftsliv for å bli mer aktive (SINTEF, 2009). I Norsk Monitor fra 2011 kan man lese at tre av fire av de mest populære fysiske aktivitetene er friluftaktiviteter. 66 % av befolkningen går minst en fottur i skog og mark i måneden under sesong, som gjør det til den klart mest populære aktiviteten. På andreplass kommer skiturer i skog og fjell med 41 %. Deretter kommer styrketrening fulgt av fotturer på fjell og vidde. Femteplassen inntas av en aktivitet som er nærliggende friluftsliv på grunn av at de fleste foretrekker å utøve den i naturen: jogging i mosjonshensikt. På sjetteplass er en aktivitet som kan være friluftsliv: Sykling på tur og til jobb, fulgt av enda en aktivitet som utøves i naturen: Langrenn. Se figur nedenfor.

Friluftsliv er ikke bare et mangfold av aktiviteter som gjør at mange rører mer på seg i dag. Det er i tillegg den aktivitet som flest oppgir at de skulle kunne tenke seg å starte med. I en undersøkelse spurte man hvilken aktivitet respondentene helst skulle kunne tenke seg å starte med⁶: 64 % svarte fysisk aktivitet i naturen, 19 % trene på treningsstudio og 15 % idrett.

Statistikken over viser at friluftslivet er viktig for folkehelsen, både hva den gjør allerede i dag og potensialet å få med de som ikke er aktive. Det må vises i en plan for fysisk aktivitet gjennom at friluftsliv får minst like høy status for å forbedre folkehelsen som idretten.

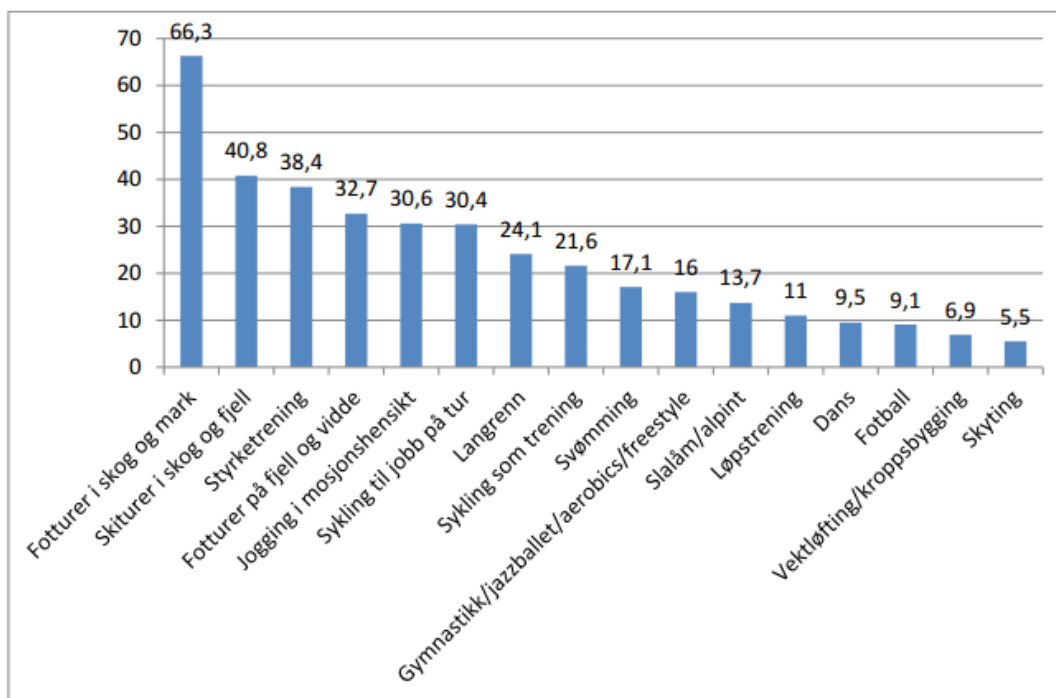
2 Synnovate oktober 2010

3 Meld. St. 18 (2015–2016) Friluftsliv — Natur som kilde til helse og livskvalitet

4 Synnovate 2009

5 Helsedirektoratets rapport fra 2014 – *Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet*, samt Finansdepartementets anslag fra samme år som viser at ett år med god livskvalitet er verdsatt til 1,12 millioner kroner. Les mer: <http://www.norskfriluftsliv.no/hva-er-et-ar-med-god-livskvalitet-verdt/>

6 Synnovate oktober 2010



Hvilke aktiviteter driver du med i fritiden minst en gang i måneden i sesongen? Andel i befolkningen 15 år og eldre. Norsk Monitor 2011.

Midler til friluftslivsbygg

Rapporten «Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet»⁷ som går igjennom hvilke som bruker ulike anlegg og ser det i sammenheng med hvordan vi fordeler spillemidler. Konklusjonen er at friluftsliv bør være et større satsningsområde dersom man vil ha mye folkehelse for investeringene.

Enkelte tiltak for friluftsliv koster ikke så mye. Med en del dugnadstimer, velvillige grunneiere og et spenn med maling kan man lage en ny sti som kan få ut mange på tur. Tiltak for friluftaktiviteter kan likevel være kostbare om et tiltak krever mye tilrettelegging og avtaler med grunneiere.

Når man opparbeider friluftsområder må man huske på at det ikke er alle som ønsker godt tilrettelagte stier og skilt. Man må derfor tilpasse tilrettelegging slik at den blir en del av naturen. Man må i tillegg sørge for å bevare områder som er lite tilrettelagt slik at alle kan finne områder som de mener er innbydende å ta en tur i.

I mange kommuner og tettsteder er det ikke langt til naturen sammenlignet med i tett befolkede kommuner. Tettstedene er gjerne omkranset av store natur- og fjellområder, der man kan gå lenger turer. Undersøkelser har vist at om naturområder skal brukes av folk i hverdagen må det ikke være lenger enn 500 meter til større turområder og 200 meter til små grønne områder⁸. Man må derfor passe på å opparbeide et nett av stier som er lett å komme til uten store avstander fra boligområder. Ofte er de mest populære turstiene langs vann; langs kysten, innlandsvann eller elver. Tilrettelegging for myke trafikanter her vil ha stort potensial for å få mange ut på tur.

Myndighetene har sagt at mer spillemidler skal gå til egenorganisert fysisk aktivitet. En ny NINA-rapport viser at få kommuner søker spillemidler til tilrettelegging av turveier og turstier⁹, og vi oppfordrer til å se

⁷ Gunnar Breivik, Trond Svela Sand, Kolbjørn Rafoss, Jan Ove Tangen, Anne-Karine Halvorsen Thorén, Tore Edvard Bergaust og Knut Bjørn Stokke. (2011) *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet*

⁸ Stortingsmelding 18 2015-2016 Friluftsliv Natur som kilde til helse og livskvalitet

⁹ <http://www.nina.no/Aktuelt/Nyhetsartikkel/ArticleId/4180>

nærmere på mulighetene der.

Bevar friluftsområder

Når man diskuterer folkehelse har man ofte et stort fokus på hvordan man kan bidra økonomisk til anlegg og tiltak. Hva man ikke må glemme i en plan for fysisk aktivitet og anlegg er alle anlegg for friluftsliv som vi har allerede. Et skogområde som går inn i et tettsted er et anlegg for friluftsliv, samme sak gjelder de bynære markaområdene som brukes av et stort antall personer hver dag. Man får ikke heller glemme de urørte naturområdene som folk drar til på helgeturer og ukesturer. Sistnevnte områder er ikke bare viktige for folkehelsen når de brukes, men den planlagte påsketuren fra hytte til hytte eller ukelange fisketuren til det øde vannet langt inn på fjellet er inspirasjon til trening i hverdagen.

Hvor viktige naturområdene er for folkehelsen blir ofte glemt når man skal avklare arealsaker. De fleste er enige i at vi trenger mer friluftsliv for å kutte utgiftene til sykehusene, men når man diskuterer hvor et nytt boligfelt eller industriområde skal plasseres er det friluftslivets anlegg som man ofte tar først. Det er ikke bare når turområder forsvinner som det har effekt på hvor mye vi går på tur, når det kommer nye inngrep i et område blir opplevelsen redusert, selv om man fortsatt kan gå en tur på samme sted. Den reduserte opplevelsen kan gjøre at man ikke kommer seg ut like ofte, naturopplevelsen og rolige omgivelser er en av de viktigste motivasjonsfaktorene for å komme seg ut i naturen.

I tillegg til å legge til rette til mulighet for alle å komme seg ut i naturen i nærområdet må en folkehelseplan legge opp til at man lettere kan få folk å røre på seg i hverdagen. Det trengs flere sikre gang- og sykkelveier til og fra boliger, barnehager, skoler, arbeidsplasser, butikker og trening. Det er ikke bare viktig for folkehelsen, men også viktig for miljøet og for de som ikke har råd til bil.

Når man legger til rette for at folk kan bruke arealene er det enkelt for frivillige organisasjoner å lage arrangementer og aktivitet på disse områdene. Da får vi gjerne økt frivillighet og kan ha fokus på å aktivt rekruttere flere folk inn i et sosiale og sunt miljø. Eksempelvis kan arrangementer legges til levekårsbelastede områder og turlag kan bevisst rekruttere fra barnevernet og innvandrer miljø.

Noen forslag til tiltak og planlagte anlegg

Å legge til rette for at det er egnede arealer for fysisk aktivitet er kanskje det viktigste tiltaket før å forbedre folkehelsen, men ikke det eneste. Vi kan vektlegge blant annet følgende:

- Tilrettelegging, skjøtsel og remerkning turstier, gangstier og ski-/lysløyper.
- Restaurering av hytter/møteplasser i naturen
- Oppdatering turkart/aktivitetskart for friluftsliv. Synliggjøring av aktiviteter som innebærer fysisk aktivitet. Vi oppfordrer til at organisasjonene kan bruke kommunens nettside og andre markedsføringskanaler der kan de spre informasjon om arrangementer.
- Økte støtteordninger til organisasjoner som bedriver fysisk aktivitet, spesielt til tiltak som retter seg mot de grupper som i dag er lite fysisk aktive.
- Trimkasser på ulike steder i kommunen.
- Gjennomføre målrettede tiltak mot de grupper som er lite aktive for å få dem i aktivitet.
- Ta i bruk naturen i undervisningen i skolen.

Vi ønsker også å meddele noen bekymringer rundt enkelte planlagte anlegg i tiltaksplanen:

- Kunstgressbaner kan medføre stor forurensning av ikke nedbrytbare plastpartikler, og vi ber om grundige vurderinger rundt dette.
- Motorsportsbaner kan medføre mye støy som påvirker nærnatur og friluftsliv negativt.
- Idrettsanlegg kan i enkelte tilfeller medføre arealinngrep som er uforenelige med natur- og friluftsverdier.

Kartlegging av friluftslivsområder

Kommunen har kartlagt og verdsatt sine friluftslivsområder. Det er viktig å kartlegge, bevare og utvikle turmulighetene i nærområdet. Dessverre ser vi at slike formuleringer i lite forpliktende planer ofte må vike for andre interesser. Kartleggingen som er foretatt er bare første steg. Vi minner derfor om at det ikke bare er viktig at man har en plan som sier at man skal bevare turområder, men at man også følger den. Friluftslivsområdene må sikres med Friluftsloven og allemannsretten må ivaretas. Statlig sikring kan være et nyttig bidrag.

Frivillighet

Vi ønsker økt samarbeid mellom kommunen og frivilligheten, og kan bidra med å øke kontakten med våre tilsluttede foreninger. Som vi skrev innledningsvis øker aktiviteten innen friluftsliv, spesielt turgåing og utendørs bading. Det gir økt behov for tilrettelegging, vedlikehold, midler, materialer og en god dialog med kommunen. Frivillige lag kan informere om muligheter og behov, bidra med tilrettelegging og vedlikehold, og få flere ut på tur gjennom organiserte og uorganiserte aktiviteter i naturen og nærturområdene. Turskiltprosjektet (skiltmerkingsprosjekt) er ett slikt eksempel. Faktorer som frisklivstenkning, mestringsstrategier og hverdagsrehabilitering er noe som godt kan kombineres med friluftsliv og nærturer. Organisert idrett er også bra, men treffer bare en liten del av befolkningen, og idrettsanlegg er svært kostbare. Hvor mye friluftsliv kan man få for en halv kunstgressbane? Natur- og friluftslivsorganisasjonene med sine mange ildsjeler bør involveres, og man bør tenke ut gode samarbeidsprosjekter for å få flere i aktivitet. Det genererer mer trivsel og bedre folkehelse.

Medvirkning og samarbeid med FNF

De nasjonale forventningene til kommunene understreker viktigheten av å «sikre godt kunnskapsgrunnlag og tidlig interesseavklaring gjennom gode prosesser med berørte parter - aktiv bruk av regionalt planforum». Vi håper derfor at kommunen benytter seg av FNF-nettverket i sitt arbeid med natur og friluftsliv, og til å få folk mer ut på tur. FNF Sør-Trøndelag og naturvern- og friluftslivsorganisasjonene (se <http://fnf-nett.no/7710>) bidrar gjerne gjennom en reell og bred medvirkning, og ønsker å bli inkludert med videre i kommunens planprosesser. Vi tar gjerne mot henvendelser fra kommunen i saker og områder som også berører de tilsluttede organisasjonenes interesser. Når kommunen skal utvikle nye planer, deltar vi gjerne på informasjonsmøter kommunen arrangerer for befolkningen og interesserte parter. (Det er en fordel at disse er på kveldstid, da det øker mulighetene for at frivillige kan delta.)

Oppsummering

Friluftsliv er et mangfold av aktiviteter som kan bidra til å balansere sosial ulikhet i helse. Mange tiltak for friluftsliv er rimelige, men det trengs likevel en stor styrking av friluftsliv for at den skal ha en effekt på folkehelsen. Folk ønsker å bruke friluftslivet for å bli mer aktive. Derfor må man styrke og bevare de naturområder vi har for å ikke svekke utøvelsen av friluftsliv.

Uttalelsen støttes av: FIVH-Trondheim, Naturvernforbundet i Sør-Trøndelag, Norges Jeger og Fiskerforbund i Sør-Trøndelag, Norsk Botanisk forening Trøndelagsavdelinga, Norsk Ornitologisk Forening avdeling Sør-Trøndelag, Syklistenes Landsforening, Trondhjems Turistforening, Trondheim Turmarsjforening og Trondjems kajakklubb.

Erik Brenna
Fylkeskoordinator
FNF Sør-Trøndelag