



**AGDER**  
fylkeskommune


---

## **Regional plan for fysisk aktive liv i Agder**

### **Kunnskapsgrunnlag, planprosess og medvirkning**

---

Kunnskapsgrunnlaget er oppdatert jevnlig gjennom hele planprosessen.  
Senest oppdatert: 25. oktober 2024



## Innhold

1	Innledning .....	5
2	Planprosessen og medvirkning:.....	6
2.1	Bakgrunn og vedtak om oppstart av plan .....	6
2.2	Planprogrammet.....	7
2.3	Organisering av arbeidet .....	8
2.3.1	Prosjektstyret - funksjon og sammensetning .....	8
2.3.2	Prosjektgruppa – funksjon og sammensetning .....	8
2.3.3	Referansegruppa – funksjon og sammensetning.....	8
2.4	Innspillskonferanse.....	9
2.5	Andre medvirkningsprosesser .....	10
2.6	Høring av plan og høringsinnspill .....	14
3	Nasjonale og regionale føringer.....	15
3.1	Nasjonale føringer .....	15
3.1.1	FNs bærekraftsmål .....	15
3.1.2	Nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029 .....	15
3.1.3	Folkehelsemeldingen - Stortingsmelding 15 (2022–2023).....	16
3.1.4	Idrett .....	16
3.1.5	Friluftsliv.....	20
3.1.6	Konvensjonen om mennesker med nedsatt funksjonsevne.....	20
3.1.7	Nasjonale mål for barn og unges oppvekstmiljø .....	21
3.1.8	Fritidserklæringen .....	22
3.1.9	Frivillighet og frivillig offentlig samarbeid .....	22
3.2	Regionale føringer.....	23
3.2.1	Regionplan Agder 2030 .....	23
3.2.2	Tilstøtende og overlappende regionale planer.....	23
3.2.3	Idrettens anleggsplan for Agder 2020-2024:.....	26
4	Hva vet vi om fysisk aktivitet? .....	27
4.1	Nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet .....	27
4.2	Fysisk aktivitet i Norge .....	28
4.2.1	Barn og unge .....	30
4.2.2	Voksne.....	31



4.2.3	Ulikhet, variasjon og motivasjon .....	33
4.3	Fysisk aktivitet i Agder.....	36
4.3.1	Fylkeshelseundersøkelsen 2023 .....	36
4.3.2	Ungdata 2022 .....	36
4.3.3	Studenthelseundersøkelsen .....	36
4.4	Sosial ulikhet i helse og fysisk aktivitet.....	37
4.4.1	Forskjeller i fysisk aktivitetsnivå i ulike samfunnsgrupper .....	37
4.5	Barrierer for fysisk aktivitet .....	40
4.5.1	Funksjonsnedsettelse og helseproblemer .....	41
4.5.2	Barrierer i den organiserte idretten .....	41
4.5.3	Barrierer for deltakelse i egenorganiserte idretter og aktiviteter .....	42
4.6	Idrettsdeltagelse, trening og aktivitet .....	44
4.6.1	Barn og unge .....	44
4.6.2	Voksne.....	45
4.7	Behov for mer kunnskap .....	45
5	Aktører - Hvem gjør hva for vår fysiske aktivitet? .....	47
5.1	Kommunen.....	47
5.1.1	BUA, Frisklivssentraler og andre lokale tilbud.....	47
5.2	Fylkeskommunen .....	48
5.3	Statsforvalteren .....	49
5.4	Idretten.....	49
5.4.1	Idrettskretsen .....	50
5.4.2	Idrettsråd.....	51
5.5	Friluftsliv .....	52
5.5.1	Interkommunale friluftsråd (kommunalt oppgavefelleskap).....	52
5.5.2	Den norske turistforening (DNT) .....	52
5.5.3	Norges jeger – og fiskerforbund (NJFF) .....	53
5.5.4	Forum for natur og friluftsliv i Agder (FNF Agder).....	53
5.6	Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon og Samarbeidsforumet av Funksjonshemmedes Organisasjoner .....	54
5.7	Andre frivillige organisasjoner .....	54
6	Økonomi og tilskuddsordninger .....	55
6.1	Spillemiddelordningen .....	55
6.2	Økonomiske tilskuddsordninger for friluftslivstiltak .....	56



6.3	Tilskudd til kommunale frisklvs-, læring- og mestringstiltak .....	61
7	Arealer og planlegging - Tilgang til rekreasjons- og friluftslivsområder .....	63
7.1.1	Arealbruk og arealplanlegging .....	63
7.1.2	Befolkningens opplevde tilgang til natur- og friluftslivsområder .....	64
7.1.3	Befolkningens opplevde tilgang på parker og andre grøntarealer.....	65
7.1.4	Befolkningens tilgang til registrert merket fotrute og eller registrert fotrute i Strava. 66	
7.1.5	Friluftslivsområder, turmuligheter og planer for tilrettelegging .....	67
8	Anlegg for idrett og fysisk aktivitet .....	72
8.1	Bruk av anlegg .....	72
8.1.1	Barn og unge .....	72
8.1.2	Ungdom .....	72
8.1.3	Voksne.....	73
8.2	Nytten av idrettsanlegg.....	73
8.3	Anleggsdekning.....	74
8.4	Kommuners investering i idrett .....	77
8.5	Utvalgte anleggstyper.....	78
8.5.1	Kunstgressbaner og plastholdig løst ifyll.....	78
8.5.2	Interkommunale anlegg .....	80
9	Litteraturliste .....	81
10	Vedlegg: .....	83
10.1	Vedlegg Høringsinnspill til planprogrammet .....	83
10.2	Vedlegg 2: Høringsinnspill til plan og handlingsprogram.....	92
10.3	Vedlegg Rapport fra innspillskonferanse .....	131
10.4	Vedlegg Kunnskapsgrunnlag fra Tverga .....	140
10.5	Vedlegg Oppsummeringsnotat fra Universitet i Agder.....	155



## 2 Innledning

Dette dokumentet, Kunnskapsgrunnlag og medvirkning til regional plan for fysisk aktive liv i Agder, skal gi innsikt i:

- Prosessen og arbeidet med utarbeidelse av planforslaget, og hvem som har bidratt og medvirket.
- Hvilke rammer, kunnskap og innsikt som er innhentet og gjennomgått, og som danner grunnlaget for forslag til mål, strategier og tiltak i planen.

Bakerst i kunnskapsgrunnlaget er det vedlagt oppsummeringer med innspill innhentet fra Universitetet i Agder, fra Tverga, og fra innspillskonferansen i oktober 2023.

Kunnskapsgrunnlaget skal ikke bare gi en bakgrunn for hva som er valgt og vektlagt i planen og handlingsprogrammet, men kan også være en kilde til inspirasjon og kunnskap når man skal utvikle og gjennomføre tiltak på alle nivåer. Det er forsøkt henvist til kilder med lenker så langt som mulig, slik at det skal være mulig for leseren å fortsette videre for å hente ytterligere kunnskap.

## 3 Planprosessen og medvirkning:

### 3.1 Bakgrunn og vedtak om oppstart av plan

Å være fysisk aktiv gir glede og mestring for mange. Fysisk aktivitet er samtidig nødvendig for å utvikle og opprettholde god helse og livskvalitet gjennom hele livet. Selv om mange agder er aktive, så trengs det en regional satsing for at flere skal være fysisk aktive i sin hverdag.

Regional plan for fysisk aktive liv i Agder (forkortet Fysisk aktive liv i Agder) skal legges til grunn for regionale organers virksomhet og for kommunal og statlig planlegging og virksomhet i regionen, jmfør Plan- og bygningsloven § 8-2.

Formålet med Fysisk aktive liv i Agder er å utforme regionalpolitiske føringer og prioriteringer for hvordan kommuner i Agder kan planlegge for økt fysisk aktivitet i befolkningen. Dette innebærer å:

- synliggjøre strategier som øker den fysiske aktiviteten blant innbyggerne på en måte som samtidig reduserer sosial ulikhet,
- legge grunnlag for en kunnskapsbasert og inkluderende kommunal planlegging som tilrettelegger for fysisk aktive liv,
- gi føringer slik at tilgjengelige virkemidler blir mest mulig treffsikre,
- gi idretts- og friluftslivspolitikken på Agder en tydelig retning, som synliggjør anleggsbehovet i fylket og motivere kommuner til å tenke interkommunalt,
- samordne innsats mellom offentlige og frivillig sektor.

Bakgrunnen for planen er vedtatt regional planstrategi for 2020 – 2024 som sier at det skal utarbeides en regional plan for fysisk aktivitet, idrett, friluftsliv og folkehelse. Fysisk aktive liv i Agder skal være regionens oppfølging av nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029 «Sammen for aktive liv», danne grunnlag for prioriteringen av tilskudd og andre virkemidler innen idrett og friluftsliv, og bidra til å samordne innsats mellom offentlig og frivillig sektor.

Fysisk aktive liv i Agder tar utgangspunkt i Regionplan Agder 2030, som er regionens verktøy for å bidra til en langsiktig og helhetlig levekårs-satsing – å gjøre det godt å leve på Agder. Regionplan Agder 2030 er det viktigste overordnede styringsdokumentet for utviklingen av Agder. Hovedmål i planen er å utvikle Agder til en miljømessig, sosialt og økonomisk bærekraftig region i 2030 – et attraktivt lavutslippssamfunn med gode levekår.

Regional plan for fysisk aktive liv er Agders tilpasning og regionale oppfølging av Nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029 – Sammen om aktive liv. Fysisk aktivitet understrekes som et nasjonalt hensyn som skal ivaretas i samfunns- og arealplanlegging på alle nivåer, med mål om et mer aktivitetsvennlig samfunn som gir økt helsegevinst:

«Ny forskning på fysisk aktivitet og helse gjennom hele livet viser at fysisk aktive vil ha langt bedre fysisk og psykisk helse enn fysisk inaktive. Bare noen få minutters



daglig fysisk aktivitet, tilsvarende rask gange, har stor helsegevinst. Overdreven fysisk aktivitet gir ikke nødvendigvis økt helsegevinst.»

Fysisk aktive liv i Agder vil erstatte følgende planer når den er vedtatt:

- regional plan for idrett, friluftsliv, fysisk aktivitet – lokale og regionale kulturarenaer Aust-Agder 2018-2021 ("Aktive austegder II")
- regional plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2014-2020 (Vest-Agder)
- de deler av Folkehelsestrategi for Agder 2018-2025 som omhandler fysisk aktivitet og nærmiljø.

### 3.2 Planprogrammet

Fylkestinget i Agder vedtok 14. februar 2023, i sak 7/23, å sende forslag til planprogram for regional plan for fysisk aktive liv i Agder på høring og legge det ut til offentlig ettersyn, med følgende tillegg:

- Medvirkningsråd skal involveres i prosesser og beslutninger.
- Det bes om at planarbeidet tar ekstra hensyn til tilbud som er lett tilgjengelige og inkluderende for alle. Tilbud som er gratis, områder som egner seg for uorganiserte aktiviteter, som parker, akebakker, turstier og naturområder ved tettbebyggelse. Tilbud om utlån av utstyr bør bygges ut.
- Høringsnotat side 4: Helse- og omsorgstjenester. Punktet om å ikke prioritere økt kompetanse om fysisk aktivitet i forbindelse med hjelp til fysisk aktivitet fra den kommunale hjemmetjeneste ble endret.
- Planens tittel endres til: Regional plan for fysisk aktive liv i Agder
- Kommunene bes spesielt om å gi innspill på de områdene som ikke blir prioritert i handlingsplanen.

Formålet med høringen av forslag til planprogram er å legge til rette for en bred og åpen diskusjon om hva som skal være styrende for arbeidet med den regionale planen. Svarfristen ble satt til 21. april 2023, og det ble spesielt lagt vekt på ønske om tilbakemelding på følgende spørsmålene:

- «Er planprogrammet, inkludert framdriftsplanen, realistisk og gjennomførbart?
- Hvordan kan planen bli et verktøy for at befolkningen i Agder blir mer aktiv?
- Mangler vi noe innenfor behovet for kunnskap og innsikt?
- Har vi valgt de riktige satsingsområdene fra nasjonal handlingsplan, eller er det andre satsingsområder som heller burde vært prioritert?
- Har vi valgt de riktige temaene planen skal behandle og svare på?
- Er opplegg for medvirkning fornuftig og godt nok beskrevet? Hvilke allerede eksisterende møte- og dialogarenaer bør vi benytte oss av i planprosessen?
- Ser dere noen målkonflikter som planen bør håndtere?»

Det ble også oppfordret til å sende inn konkrete innspill om forslag til tiltak, prosjekter, prioriteringer og viktige målgrupper.

Innspillene fra høringen av planprogrammet er oppsummert i vedlegg 1

Etter høringen ble planprogrammet justert etter at flere instanser bemerket at planprogrammet hadde lagt større vekt på satsingsområdene fritid og nærmiljø fremfor hverdagsarenaene (barnehage, skole, SFO og arbeidslivet) i den nasjonale handlingsplanen for fysisk aktivitet «Sammen om aktive liv». Spesielt skole ble pekt på som en viktig arena for høringsinstansene, og hverdagsarenaene er derfor blitt tillagt mer vekt i planprogrammet.

Fylkestinget i Agder fastsatte planprogrammet 21. juni 2023, i sak 32/23, med de endringene som ble foreslått etter høring.

### 3.3 Organisering av arbeidet

#### 3.3.1 Prosjektstyret - funksjon og sammensetning

Prosjektstyret har det overordnede styringsansvaret for planarbeidet og skal bidra til at planen lykkes, og forankres i egne tjenesteområder. Medlemmene i prosjektstyret skal bidra til god dialog og samarbeid mellom planprosjektet og organisasjonen og andre interessenter, samt sikre tilgang på nødvendige ressurser. Prinsipielle avgjørelser tas i styringsgruppen, andre avklaringer av prosjektledelsen med forankring i prosjektgruppen.

Prosjektstyret er tverrfaglig sammensatt, og direktører og avdelingsledere innen følgende områder er representert:

- Regionplan 2030
- Folkehelse
- Analyse og plan
- Næring, kultur og kulturminnevern

#### 3.3.2 Prosjektgruppa – funksjon og sammensetning

Alle som skal bidra til en definert oppgave i prosessene med å utarbeide planen, er en del av prosjektgruppa. Prosjektgruppa er tverrfaglig sammensatt, og rådgivere innen følgende områder er representert:

- Avdeling for bærekraftig utvikling
- Avdeling for plan
- Folkehelse
- Avdeling for kultur, idrett og frivillighet
- Avdeling for strategi og mobilitet

#### 3.3.3 Referansegruppa – funksjon og sammensetning

Referansegruppa består av fagpersoner tilknyttet prosjektet som skal bidra med verdifull ekspertise og nøkkelkompetanse, og gi sine vurderinger og innspill til prosjektet. En referansegruppe er koordineringsorientert og har ikke ansvar for

prosjektets suksess eller måloppnåelse, men gir verdifull støtte og veiledning for utførelse av planarbeidet.

Referansegruppa er sammensatt av representanter fra følgende organisasjoner:

- Universitetet i Agder, fakultet for helse- og idrettsvitenskap
- Agder idrettskrets
- DNT Sør
- Midt-Agder friluftsråd
- Grimstad kommune, folkehelse
- Kristiansand kommune, landbruk og friluftsliv
- Lindesnes kommune, idrett
- Åseral kommune, samfunnsutvikling
- Flekkefjord kommune, idrett og nærmiljø

### 3.4 Innspillskonferanse

Agder fylkeskommune arrangerte innspillskonferanse torsdag 26. oktober 2023 med rundt 60 deltakere fra over 30 ulike organisasjoner, der kommuner, organisasjoner, lag og foreninger, fagmiljøer og personer med kunnskap og interesse knyttet til fysisk aktivitet var invitert. Formålet var å lære mer, få råd og innspill og diskutere ideer og tiltak slik at arbeidet og innholdet i planen blir best mulig.

Innledere for dagen var professor og instituttleder på Universitetet i Agder Sveinung Berntsen Stølevik, sammen med professor Bjørge Herman Hansen og førsteamanuensis Hilde Lohne Seiler. Rådgiver i Tverga, nasjonalt ressurscenter for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet, Jartrud Åsvold avsluttet med anbefalinger om hvordan befolkningen i Agder kan bli mer fysisk aktive gjennom tilrettelegging for egenorganisert aktivitet.

Resten av dagen ble lagt opp til kafedialog få å innspill på tiltak, prosjekter og satsinger som kan bidra til å øke den fysiske aktiviteten i befolkningen. Nedenfor gis en oppsummering av tiltakene som gruppene til slutt prioriterte. Rapporten fra innspillskonferansen, inkludert alle foreslåtte tiltak, kan sees i vedlegg..

- Legge til rette for innendørs og utendørs flerbruksarenaer for alle, i nærmiljøet og ved skoler.
- Årlig aktivitetskonferanse med sikte på kompetanseheving, nettverksbygging og erfaringsdeling.
- Lage og markedsføre «Agderdansen» - en dans som gir hele befolkningen mulighet til å være aktiv på barnehage, skole, arbeidsplass, på sykehjem og hjemme.
- Legge til rette for egenorganiserte aktiviteter som kan gjennomføres uten organisasjoner i ryggen.
- Utvikle og oppgradere skoler og skolegårder til aktivitetsarenaer for hele dagen, kvelder og i helger.



- Prioritere større regionale satsinger hvor fylkeskommune og andre gir drahjelp til kommunene.
- Legge til rette for sambruk av arealer til flere ulike aktiviteter og aktivitetsnivåer uten at det sjenerer hverandre.
- Legge til rette for «åpen hall» på dagtid og helg for folk i alle aldre – gjerne i regi av frivilligsentral, frisklivssentral, lag og foreninger.
- Informasjon om tilbud og veiledning på ulike språk.
- Igangsette et regionalt prosjekt for etablering av attraktive anlegg for egenorganisert aktivitet («Tvergaanlegg») i alle kommuner.
- Tilby «grønne busser» som tilbyr gratis transport for eldre og pensjonister som kan dra på tur sammen.

### 3.5 Andre medvirkningsprosesser

I tillegg til innspillskonferansen har Agder fylkeskommune involvert en rekke andre relevante aktører til komme med forslag til tiltak. Nedenfor gis en oppsummering av en del av innspillene, mens noen utvalgte er lagt ved som vedlegg.

**Universitetet i Agder i Agder** har på forespørsel fra fylkeskommunen kommet med anbefalinger om hva slags tiltak som bør prioriteres dersom man med utgangspunkt i forskningen skal nå målet om fysisk aktivitet. Universitetet i Agder anbefaler følgende:

- Prioriter sammenhengende sykkelstier, gangstier og fortau for mer bærekraftig fysisk aktivitet. Bydeler som skårer lavt på leveårsstatistikker prioriteres ved nyetableringer av anlegg og tilrettelagte utearealer.
- Gratis eller kraftige rabatter på offentlig transport, eventuelt andre insentivordninger.
- Sørge for at flest mulig bor nærmere enn 500 meter fra merket turløype. Bydeler som skårer lavt på leveårsstatistikker prioriteres ved nyetableringer av anlegg og tilrettelagte utearealer.
- Gjennomfør kampanjer som informerer folk om fordelene ved fysisk aktivitet og risikofaktorene som er knyttet til inaktivitet. Dette kan inkludere TV-annonser, plakater, brosjyrer og digitale medier. Fokus på hvor lite som skal til og hva og hvor man kan gjøre dette.
- Tilby et bredt utvalg av idretts- og fritidsaktiviteter utenfor skoletiden ved å etablere tilskuddsordninger for idrettslag som ønsker å legge til rette for at barn får prøve ulike idretter samt ha et tydelig breddefokus (inkludert å legge til rette for halvårsidretter).
- Etablere fritidskort som dekker utgifter til faste, organiserte fritidsaktiviteter.
- Etablere et bredt sammensatt aktivitetsråd (inkludert personer med nedsatt funksjonsevne) som kan gi gode innspill og sikre at en større del av befolkningen blir ivaretatt i offentlige planprosesser.
- Bygge attraktive og inkluderende møteplasser for egenorganisert idrett fysisk aktivitet.



- Starte et samarbeid med TVERGA med hensikt å etablere lokalsamfunn med slike attraktive og inkluderende møteplasser
- Legge til rette for økt styrketrening for eldre ved å legge til rette for samarbeid mellom treningssenterbransjen, kommunale helse- og omsorgstjenester, herunder frisklivssentraler, og andre aktører om tilpasset fysisk aktivitet og styrketrening.
- Legge til rette for kompetanseheving av kroppsøvingslærere i tråd med Lærerløftet.
- Øke antall kroppsøvingstimer.
- Forby mobiltelefoner i skolen. Gjennomføre og evaluere ulike effekter av å innføre mobilfrie skoler i Agder.
- Legge til rette for at skolenes utearealer byr på muligheter for lek og fysisk aktivitet.
- Fysisk aktivitet må innpasses som del av behandling der det er nødvendig for å sikre forsvarlige tjenester, også innenfor pleie og omsorg, i oppfølgingstilbud og i pasientforløp.
- Etablere mastergrad i Fysisk aktivitet som medisin, et studium som øker kompetansen i bruk av fysisk aktivitet og trening i forebygging og behandling av sykdom.
- Gjennomføre en kartlegging av fysisk aktivitetsnivå og relaterte faktorer i Agder ved bruk av valide og moderne målemetoder.
- Gjennomføre en kartlegging av grad av skrøpelighet hos aldersgruppen 60+ i Agder ved hjelp av standardiserte metoder. Dette for i neste omgang å kunne implementere tilrettelagt lav-terskel fysisk aktivitet for de mest sårbare aldersgrupper, hvor målsettingen er å vedlikeholde/øke fysisk og kognitiv funksjon.
- Kartlegge økonomiske barrierer for idrettsdeltakelse blant barn og unge som grunnlag for videre strategier og tiltak.

**Kommunale eldreråd i fire kommuner** (Grimstad, Valle, Lyngdal og Lillesand) har på forespørsel fra fylkeskommunen blitt bedt om å komme med fem gode forslag og ideer til tiltak, prosjekter eller satsinger som kan få eldre til å være mer fysisk aktive enn i dag. Rådene i Grimstad og Lyngdal har kommet med følgende innspill:

- Hvilebenker for gode opplevelser og trygg bruk av etablerte turstier.
- Etablere kafélignende møteplasser skravling og sosialt samvær i nærheten av turstier.
- Igangsette enkle og billige treningsaktiviteter for eldre, med støtte fra kommunen.
- Kommunal aktivitetskonkurrans med attraktive premier til dem som deltar.
- Kommunen må tilby god og allsidig informasjon om eldre sine muligheter for å være fysisk aktiv og få sosial kontakt med andre.
- Tv-program som stimulerer til aktivitet for eldre, alla «Trim for eldre».
- Bedre ordninger for transport til treningstilbud.



- Tilbud om fysioterapi i en rehabiliteringsfase.
- Skape sosiale møteplasser utendørs, gjerne veiledet av fysioterapeut.
- Bedre informasjon og formidling av muligheter og tilbud om fysisk aktivitet – gjerne samordnet på ett nettsted.

**Kommunale råd for personer med funksjonsnedsettelse i fire kommuner** (Kvinesdal, Froland, Kristiansand og Evje- og Hornnes) har blitt bedt om å komme med fem gode forslag og ideer til tiltak, prosjekter eller satsinger som kan få personer med nedsatt funksjonsevne til å være mer fysisk aktive enn i dag. Rådet i Kvinesdal har kommet med følgende innspill:

- En skikkelig og god ledsagerlæring, og at det informere som lokale ledsagertilbud.
- Universell utforming av anlegg, bygninger og turveier, samt av informasjon som utformes om tilbudene som finnes.
- Egnede transporttilbud for at funksjonshemmede som ønsker å delta på stevner og turneringer.
- Mulighet for å søke tilskudd til aktivitetsutstyr, f.eks. lydball.
- Ha en TT-ordning som er så god at man kan bruke den til transport til trening.

**Kommunale barne- og ungdomsråd i fire kommuner** (Lindesnes, Arendal, Farsund og Åseral) har blitt bedt å komme med fem gode forslag og ideer til tiltak, prosjekter eller satsinger som kan få barn og ungdom til å være mer fysisk aktive enn i dag. Rådet i Farsund har kommet med følgende forslag:

- Flere gratistilbud (gjerning med støtte fra fylkeskommunen).
- Åpning for fri bruk av treningsrom på skolene andre tider enn bare i gymtimen.
- Arrangere 1-2 nasjonale eller regionale turneringer mellom skolene. Bidrar til aktivitet og sosialt samvær.
- Lage egne treningsdager med forskjellige typer sport rett etter skolen. F.eks. 1 gang i uken og åpent for alle.
- Barne- og ungdomsskoler arrangerer idrettsmesse én gang i året, der lag og foreninger kan presentere hva slags tilbud som finnes lokalt.

**Voksenopplæringen og/eller NAV i alle kommuner i Agder** har blitt bedt om å komme med fem gode forslag og ideer til tiltak, prosjekter eller satsinger som kan få barn og ungdom til å være mer fysisk aktive enn i dag. Nav Lister, Kvalifiseringsenheten i Kristiansand og kvalifiseringstjenesten i Grimstad har kommet med følgende innspill:

- Introduksjonsprogrammet bør inneholde:
  - Fysisk aktivitet og svømming som en del av timeplanen.
  - Røykesluttkurs
  - Ernæring- og kostholdsveiledning.



- Gjennomføre spørreundersøkelse på ulike språk om hva personer med minoritetsbakgrunn savner av tilbud og hva som hindrer dem i å delta i eksiterende tilbud.
- Tilby områder hvor man kan dyrke sin egen mat.
- Gratis eller billig svømmehall, spesielt for barna.
- Lære å gå tur i skogen.
- Trene boksing som er bra for psykisk helse.
- Bedre oversikt over tilbud, på flere språk.
- Styrking av BUA-ordningene.
- Tilbud av sykkelkurs og sykkelverksted.
- Legge til rette for utendørs lavterskel og gratis aktiviteter.
- Tilrettelegge for idretter som ikke er så vanlig i Norge, men som er mer kjent i andre land.
- Sikre bedre tilgang til gymsaler.
- Tilrettelegge for uorganisert aktivitet – f.eks. hobbyfotball.

**Elever fra KKG og Dahlske Videregående skole** ble invitert til workshop om hvordan ungdom kan bli med aktive i forbindelse med skolehverdagen. Elevene kom med følgende innspill:

- Mer oppgaver og undervisning som gir økt fysisk aktivitet på skolen og i nærmiljøet.
- Lenger og mer aktiviserende friminutter.
- Mer aktivitet i gym fremfor teori.
- Bedre tilrettelegging for fysiske aktiviteter på skolen uteområde.
- Gjennomføre aktiviteter som idrettsdag, turneringer, gøye leker, Bli-med-dansen, turdager, løpe rundt skolen om morgenen.
- Kortere skoledag for å være mer aktiv på fritiden, starte skoledagen senere, kortere timer for å sikre mer aktivitet på skolen.

**De fire fylkeskommunale medvirkningsrådene for eldre, ungdom, personer med nedsatt funksjonsevne og likestilling, inkludering og mangfold** ble invitert til workshop for å komme frem til forslag og ideer til tiltak for å øke aktivitetsnivået. Gruppene som var sammensatt på tvers av rådstillørighet, kom frem til en lang liste med forslag. Blant disse ble følgende prioritert:

- Legge til rette for konkurranser med premier (idrettsmerke for alle generasjoner, svømmeknappen, marsjmerket for alle)
- Lett tilgjengelige aktiviteter i nærmiljøet.
  - Tilgjengelige og fine uteområder ved skolene, i byen, ved eldrehjem og sykehus osv.
  - God tilgang for funksjonshemmende i terrenget på alle arenaer.
- Skolebesøk fra ulike lag og foreninger som presenterer sitt tilbud.



- Legge til rette for flere og nye typer aktiviteter (f.eks. frisbeegolf, offroad/terrengsykling, friidrettsanlegg, padeltennis).
- Flere og bedre BUA-tilbud for gratis lån av idretts- og friluftslivsutstyr).
- Bedre økonomisk støtte til idrettslag.
- Flere lavterskeltilbud for alle gjennom å:
  - Involvere lag, foreninger, skoler, frivilligsentraler.
  - Tilby bedre transportmuligheter til aktiviteter.
  - Kompetanseheving av frivillige trenere som kan «se alle».
  - Gjeninnføre «gamle leker» som slåball, paradiso osv.
  - Bedre tilrettelegging og vedlikehold av turstier.
- Redusere kroppsfokus.

**Studentenes «Velferdstinget i Agder»** ble bedt å gå innspill til hvordan den fysiske aktiviteten kan økes blant studenter. De kom med følgende innspill:

- Mer halltid til studenter, slik at det skal være lettere å markedsføre aktivitetsmulighetene gjennom åpne treninger for alle interesserte.
- Vise frem og legge til rette for det brede og varierte spekteret av aktivitetsmuligheter som finnes for studenter, slik at man kan vekke interesse hos dem som ikke opplever tradisjonell trening og aktiviteter som interessant (f.eks. padel, lacrosse, cheerleading, klatring, basketball, ishockey, golf, løping, kanonball).
- Økt samarbeid om felles aktiviteter og arrangementer på tvers av studentbyene i fylket.
- Etablere et lavterskel «turmatfond» hvor studenter kan søke tilskudd til å gjennomfører turer med matlaging utendørs.
- Mer og bedre digital informasjon om folkehelse, fysisk aktivitet, statistikk med sikte på holdnings- og adferdsendring hos dem som trenger dem. Innhold kan med fordel lages av og med studenter som kjenner sin målgruppe best, og kanalen bør være sosiale medier.
- Bedre infrastrukturen for mye trafikanter, og gjøre det mer attraktivt å sykle og gå. F.eks. gjennom etablering av ruter med kunst og installasjoner som skaper god atmosfære og motiverer til å bevege seg i sentrum til fots eller med sykkel.

### 3.6 Høring av plan og høringsinnspill

15. mai 2024 ble forslag til plan og handlingsprogram sendt ut på høring, med høringsfrist 13. september 2024. I høringsbrevet ble det bedt om innspill til alle deler av planforslaget og til handlingsprogrammet, og spesielt til hvordan inaktive kan inkluderes og nås i planarbeidet. Kommunene ble bedt om å ta stilling til hva som omhandler kommunale tiltak i handlingsprogrammet.

I løpet av høringsperioden kom det inn 20 innspill, hvorav seks kommuner, tre kommunale medvirkningsråd, statsforvalter og ti organisasjoner. Hovedinntrykket av

innspillene er at dette er en plan det er behov for, og flere støtter prioriteringene i planen. På den andre siden har flere også spilt inn at funksjonsnedsettets behov og tilrettelegging er for lite omtalt og behandlet i planen. Det samme gjelder eldre.

I innspillsprosessen har planens eksterne referansegruppe blitt involvert, hvorav flere av dem har vurdert det til at arbeidet inn i denne gruppen anses som deres høringsinnspill. Vurderingene og forslagene til endring som kommer frem i dette oversiktsdokumentet er forankret i referansegruppa.

## 4 Nasjonale og regionale føringer

En regional plan vil være påvirket og underlagt føringer og rammer fra nasjonale planer og målsettinger, andre regionale planer, og ulike strategier innenfor temaene den berører. Dette kapitlet redegjør for det mest sentrale planene og føringene som ligger til grunn for utarbeidelse av planen

### 4.1 Nasjonale føringer

#### 4.1.1 FNs bærekraftsmål

All planlegging i Norge skal forholde seg til FNs bærekraftsmål. For denne planen er det bærekraftsmål 3 «God helse og livskvalitet» og 5 «Bærekraftige byer og samfunn» mest vesentlig.

Bærekraftsmål 3 «God helse og livskvalitet» handler om å sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder. Planen vil bidra til å oppfylle delmål 3.4 «*Innen 2030 redusere prematur dødelighet forårsaket av ikke-smittsomme sykdommer med en tredel gjennom forebygging og behandling, og fremme mental helse og livskvalitet.*»

Bærekraftsmål 5 «Bærekraftige byer og samfunn» handler om å gjøre byer og bosettinger inkluderende, trygge, motstandsdyktige og bærekraftige. Planen vil bidra til å oppfylle delmål 11.3: «*Innen 2030 styrke inkluderende og bærekraftig urbanisering og muligheten for en deltakende, integrert og bærekraftig samfunnsplanlegging og forvaltning i alle land*» og delmål 11.7 «*Innen 2030 sørge for at alle, særlig kvinner og barn, eldre og personer med nedsatt funksjonsevne, har tilgang til trygge, inkluderende og tilgjengelige grøntområder og offentlige rom*»

#### 4.1.2 Nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029<sup>1</sup>

Som nevnt er regional plan for fysisk aktive liv i Agder regionens oppfølging og tilpasning av den nasjonale handlingsplanen «Sammen om aktive liv».

Den nasjonale handlingsplanen har to hovedmål;

1. Et mer aktivitetsvennlig samfunn der alle uavhengig av alder, kjønn, funksjonsnivå og sosial bakgrunn gis mulighet til bevegelse og fysisk aktivitet.

---

<sup>1</sup> <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/sammen-om-aktive-liv/id2704955/>



2. Andelen i befolkningen som oppfyller helsemessige anbefalinger om fysisk aktivitet er økt med 10 prosentpoeng innen 2025 og 15 prosentpoeng innen 2030.

Den nasjonale handlingsplanen har utarbeidet fem innsatsområder:

- Gå- og aktivitetsvennlige nærmiljøer
- Fritidsarenaer; friluftsliv, idrett og treningssenter.
- Hverdagsarenaer; barnehage, skole og arbeidsliv
- Helse- og omsorgstjenester
- Kunnskapsutvikling og innovasjon

#### 4.1.3 Folkehelsemeldingen - Stortingsmelding 15 (2022–2023)<sup>2</sup>

Norge har tre nasjonale folkehelsemål som det i mange år har vært bred tverrpolitisk enighet om<sup>3</sup>:

- Norge skal være blant de tre landa i verden som har høyest levealder
- Befolkningen skal oppleve flere leveår med god helse og trivsel og reduserte sosiale helseforskjeller
- Vi skal skape et samfunn som fremmer helse i hele befolkningen

Folkehelsemeldingen — Nasjonal strategi for utjevning av sosiale helseforskjeller - har seks hovedinnsatsområder:

- De samfunnskapte vilkårene for god helse, levevaner og forebygging av ikke smittsomme sykdommer
- Psykisk helse og livskvalitet
- Vern mot helsetrusler og rett til et sunt miljø
- Kommunikasjon og innbyggerdialog
- Forebyggende arbeid i helse- og omsorgstjenesten

#### 4.1.4 Idrett

##### 4.1.4.1 Stortingsmelding 26 (2011-2012) om den norske idrettsmodellen<sup>4</sup>

Fysisk inaktivitet er et samfunnsproblem, og idrett, trening og mosjon bidrar vesentlig til å nå nasjonale helsepolitiske mål. Idrett har en sentral rolle både som fellesskapsarena og som en mulig løsning for samfunnsutfordringer.

Statens overordnede mål med idrettspolitikken er å realisere visjonen "idrett og fysisk aktivitet for alle." Dette innebærer å legge til rette for deltakelse i idrett og

---

<sup>2</sup> [Meld. St. 15 \(2022–2023\) - regjeringen.no](#)

<sup>3</sup> Meld. St. 34 (2012-2013) God helse – felles ansvar

<sup>4</sup> <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/?ch=1>

egenorganisert fysisk aktivitet for alle interesserte. Sentralt er økt satsing på anlegg, inkludert friluftsliv, og videreutvikling av den norske idrettsmodellen.

Man ønsker å inkludere alle i barne- og ungdomsidretten for å skape grunnlag for livslang glede av idrett. Kvalitativt god barne- og ungdomsidrett blir også fundamentet for toppidretten, samtidig som det vektlegges samfunnstilrettelegging for egenorganisert fysisk aktivitet.

Idrett og fysisk aktivitet gir glede, overskudd, mestring, og deltakelse i sosiale fellesskap. Lokale idrettslag er viktige bidrag til gode oppvekstvilkår og inkludering. Idretten fungerer som en viktig inkluderingsarena, spesielt for barn, og lokale idrettslag er møteplasser på tvers av generasjoner og sosiale skillelinjer.

#### *4.1.4.2 Nasjonal idrettsstrategi «Sterkere tilbake – en mer inkluderende idrett»<sup>5</sup>*

Regjeringen besluttet våren 2019 å utarbeide en melding om idrettspolitikken, planlagt å bli presentert våren 2021. Pandemien førte imidlertid til endrede planer, da det manglet tilstrekkelig kunnskapsgrunnlag om de langsiktige effektene på idretten. Derfor ble meldingen utsatt til etter pandemien, når man kan evaluere konsekvensene og iverksette nødvendige politiske tiltak basert på den innsamlede informasjonen.

I stedet ble det utarbeidet en strategi, som ikke er en erstatning for en fullstendig idrettsmelding, med kortere tidshorisont hvor sentrale temaer som anlegg, toppidrett, og antidoping ikke drøftes. Målgruppene for idrettspolitikken inkluderer alle som ønsker å delta, særlig rettet mot barn/ungdom og personer med funksjonsnedsettelse.

Regjeringen vil gjennom strategien fremme mangfold og inkludering i idretten, med økt mangfold som en sentral prioritering. Mangfoldsbegrepet omfatter alle, uavhengig av sosial bakgrunn, etnisitet, religion, kjønn, kjønnsidentitet, seksuell orientering eller funksjonsnedsettelse. Likestilling er en forutsetning for mangfold, og tilgjengelighet og tilrettelegging er viktige elementer.

Strategien legger vekt på at alle som ønsker å drive idrett skal føle seg velkomne, med lave terskler for deltakelse og likeverdige muligheter for alle. Dette skal bidra til å styrke idrettsaktiviteten etter pandemien.

---

5

<https://www.regjeringen.no/contentassets/7f819b4ef66e4e559476ec9b235b6a96/regjeringens-idrettsstrategi-nett.pdf>

#### 4.1.4.3 Statlig idrettspolitik inn i en ny tid. Rapport fra Strategiutvalget for idrett<sup>6</sup>.

Regjeringen nedsatte Strategiutvalget for idrett 28. januar 2015 med følgende mandat: «Utvalgets mandat er å identifisere utfordringer og utarbeide forslag til strategier som kan bidra til å løse utfordringer på idrettsområdet.»

Utvalget har utarbeidet en rekke anbefalinger innen blant annet anleggspolitikk, av relevans for denne planen. Utvalget anbefaler at det bør utarbeides en statlig overordnet politikk for å bedre behovsprøvingen og øke mangfoldet i bygging av anlegg. Spesielt med tanke på å nå statens mål om fysisk aktivitet og idrett for alle gjennom bruk av spillemidlene.

Utvalget anbefalte at følgende prinsipper følges:

- Gjennomføre gode lokale og regionale behovsvurderinger basert på gode analyser og medvirkning
- Sikre idretts- og aktivitetsmangfold, herunder hensynet til mindre idretter, egenorganisert aktivitet, kjønn, alder og universell utforming
- Stimulere til at idrettsanlegg og områder for fysisk aktivitet i størst mulig grad plasseres ved skoler
- Stimulere til økt satsing på interkommunale anlegg
- Stimulere til nytenkning på anleggsområdet som i større grad imøtekommer aktivitetstrender

Konsekvenser av disse prinsippene:

- Bedre lokale og regionale behovsvurderinger på bakgrunn av tydeligere overordnede statlige signaler
- Fordelingskriteriene til fylkeskommunene bør i størst mulig grad reflektere disse prinsippene
- Kunnskapsgrunnlaget for anleggsbruk og videreutvikling må styrkes og legges til grunn for fremtidig politikkutforming.

Utvalget anbefalte regjeringen å styrke ordningen med momskompensasjon for idrettslag som bygger eller rehabiliterer idrettsanlegg slik at ordningen blir forutsigbar, og at idrettslagene får dekket det de har betalt i moms ved byggingen. Siste punktet innen anlegg var at det bør gjennomføres et tiårig statlig svømmehall-løft, slik at alle barn og unge blir svømmedyktige innen de går ut av grunnskolen.

#### 4.1.4.4 *Idrettens nasjonale anleggsstrategi 2019-2023*

Idrettens langtidsplan «Idretten skal» for årene 2019 til 2023 inneholder fire strategidokumenter, hvor anleggspolitikken har fått navnet «Idretten skal – flere og bedre anlegg»<sup>7</sup>. De tre andre er livslang idrett, bedre idrettslag og bedre toppidrett.

For å tilrettelegge for morgendagens aktivitetsbehov og –mønstre må flere og bedre anlegg utvikles, samt smartere bruk av dem.

«Det er ikke et mål for idretten å bygge og drive idrettsanlegg. Ideelt sett bør alle anlegg bygges og driftes av det offentlige, mens idrettens rolle er å fylle dem med aktivitet.»

Idrettstinget har vedtatt tre hovedmål for anleggsområdet:

1. Det skal bygges anlegg slik at all ønsket aktivitet kan gjennomføres.
2. Idrettslagenes kostnader ved bruk av idrettsanlegg skal reduseres gjennom større økonomisk forutsigbarhet. Gratisprinsippet bør være gjeldende. Idretten vil at all bruk av kommunale og offentlige idrettsanlegg skal være gratis for barn og unge i alderen 6-19 år.
3. Idretten vil ta et miljøansvar i planlegging, bygging og drift av idrettsanlegg.

Strategien inneholder også innspill til Kulturdepartementets anleggspolitiske program, som er øremerkede midler fra spillemidlene som tildeles utvalgte anleggstyper. Det foreslås et anleggspolitisk program på 1,2 milliarder kroner med seks års varighet, hvor tilskudd fra anleggspolitisk program kan gis til følgende tre formål:

1. Større trenings- og rekrutteringsanlegg, og anleggstyper som foreslås:
  - a. Is-anlegg
  - b. Anlegg for å øke bredden og mangfoldet i anleggstyper
2. Strategisk viktige anlegg for særforbund og idrettskretser.  
- En liste basert på innspill fra særforbund og idrettskretser
3. Etablering eller oppgradering av mesterskapsanlegg som ikke faller inn under nasjonalanleggsordningen.

Idrettsstyret vedtok i januar 2023 en prioriteringsliste<sup>8</sup> over strategisk viktige anlegg for særforbund og idrettskretser. Listen er utarbeidet basert på innspill fra NIF, idrettskretser og særforbund og skal rulleres om 2-3 år. Dette er anlegg som norsk idrett mener det er viktig blir realisert, hvor det er tre anlegg fra Agder; Utvidelse av

---

7

[https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/8f4dff2b14054a048bf7c12d8133a30/idretten-skal\\_anlegg-2019-2023---endelig-utgave.pdf](https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/8f4dff2b14054a048bf7c12d8133a30/idretten-skal_anlegg-2019-2023---endelig-utgave.pdf)

8

<https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/f3f08b02926f408e84b0186f3216c5e1/endelig-liste-over-strategisk-viktige-anlegg-for-sarforbund-og-idrettskretser.pdf>

Sparebanken Sør Amfi (Arendal), Sørlandet hoppcenter (Vegårshei) og Stimoen skiskytteranlegg (Froland).

#### 4.1.5 Friluftsliv

##### 4.1.5.1 *Stortingsmelding 18 (2015–2016) om Friluftsliv - Natur som kilde til helse og livskvalitet*

Med «Friluftslivsmeldingen» vil regjeringen bidra til at enda flere driver med friluftsliv, og får oppleve friluftsliv som en kilde til bedre helse og høyere livskvalitet. Meldingen omfatter tiltak og føringer innenfor både motivering og rekruttering til friluftsliv, og innenfor forvaltning av områder for friluftsliv. Regjeringen vil prioritere friluftsliv i nærmiljøet, slik at alle kan delta. Barn og unge er prioriterte målgrupper. Stortingsmeldingen fastsetter følgende nasjonale mål for friluftslivspolitikken:

1. Friluftslivets posisjon skal ivaretas og videreutvikles gjennom ivaretagelse av allemannsretten, bevaring og tilrettelegging av viktige friluftslivsområder, og stimulering til økt friluftslivsaktivitet for alle.
2. Naturen skal i større grad brukes som læringsarena og aktivitetsområde for barn og unge.

##### 4.1.5.2 *Nasjonal handlingsplan for friluftsliv (2018)*

Nasjonal handlingsplan for friluftsliv inneholder en rekke tiltak og føringer, og omfatter både ivaretagelse og utvikling av arealer og motivering til friluftsliv. Handlingsplanen prioriterer friluftsliv i nærmiljøet, slik at alle skal kunne være fysisk aktive og oppleve naturen, på fritiden og i hverdagen. Handlingsplanen konkretiserer og utfyller en rekke av tiltakene og føringene i stortingsmeldingen 18 (2015-2016) om friluftsliv.

#### 4.1.6 Konvensjonen om mennesker med nedsatt funksjonsevne

Norge har tilsluttet seg FNs traktat om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne<sup>9</sup> (CPRD). Artikkel 9, om tilgjengelighet, er særlig relevant for planen:

*«1. For at mennesker med nedsatt funksjonsevne skal få et selvstendig liv og kunne delta fullt ut på alle livets områder, skal partene treffe hensiktsmessige tiltak for å sikre at mennesker med nedsatt funksjonsevne på lik linje med andre får tilgang til det fysiske miljøet, til transport, til informasjon og kommunikasjon, herunder informasjons- og kommunikasjonsteknologi og -systemer, og til andre tilbud og tjenester som er åpne for eller tilbys allmennheten, både i byene og i distriktene. Disse tiltakene, som også skal inkludere å identifisere og fjerne det som hindrer og vanskeliggjør tilgjengeligheten, skal blant annet gjelde for:*

---

<sup>9</sup> Konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne - Lovdata



- a. *bygninger, veier, transport og andre innendørs og utendørs tilbud, herunder skoler, boliger, helsetjenestens lokaler og arbeidsplasser,*
- b. *informasjon, kommunikasjon og andre tjenester, herunder elektroniske tjenester og nødtjenester.*

*2. Partene skal også treffe alle hensiktsmessige tiltak for*

- a. *å utvikle, fremme og overvåke gjennomføringen av minstestandarder og retningslinjer for tilgjengeligheten til anlegg og tjenester som er åpne for eller tilbys allmennheten,*
- b. *å sikre at private foretak som tilbyr anlegg og tjenester som er åpne for eller tilbys allmennheten, tar hensyn til alle aspekter ved tilgjengelighet for mennesker med nedsatt funksjonsevne,*
- c. *å sørge for at involverte parter gis opplæring om tilgjengelighet for mennesker med nedsatt funksjonsevne,*
- d. *å sørge for at bygninger og andre anlegg som er åpne for allmennheten, har skilt i punktskrift og i en form som er lett å lese og enkel å forstå,*
- e. *å sørge for ulike former for assistanse fra mennesker eller dyr, og fra formidlere, herunder guider, opplesere og profesjonelle tegnspråktolker, for å lette tilgjengeligheten til bygninger og andre anlegg som er åpne for allmennheten,*
- f. *fremme andre hensiktsmessige former for assistanse og støtte til mennesker med nedsatt funksjonsevne for å sikre at de får tilgang til informasjon,*
- g. *å fremme tilgangen for mennesker med nedsatt funksjonsevne til nye informasjons- og kommunikasjonsteknologier og -systemer, herunder Internett,*
- h. *å fremme utforming, utvikling, produksjon og distribusjon av tilgjengelige informasjons- og kommunikasjonsteknologier og -systemer på et tidlig stadium, slik at disse teknologier og systemer blir tilgjengelig til lavest mulig pris».*

#### **4.1.7 Nasjonale mål for barn og unges oppvekstmiljø**

For å etterleve FNs barnekonvensjon, og ivareta og styrke barn og unges interesser i kommunal og regional planlegging, finnes det rikspolitiske retningslinjer for barn og

planlegging<sup>10</sup>. Målene og kravene her er av betydning for planens mål og tiltak knyttet til planlegging av blant annet anlegg og nærmiljø.

Første punkt, «Nasjonale mål for barn og unges oppvekstmiljø» klargjør at viktige nasjonale mål er å:

- Sikre et oppvekstmiljø som gir barn og unge trygghet mot fysiske og psykiske skadevirkninger, og som har de fysiske, sosiale og kulturelle kvaliteter som til enhver tid er i samsvar med eksisterende kunnskap om barn og unges behov.
- Ivareta det offentlige ansvar for å sikre barn og unge de tilbud og muligheter som samlet kan gi den enkelte utfordringer og en meningsfylt oppvekst uansett bosted, sosial og kulturell bakgrunn

Femte punkt, bokstav b, om «Krav til fysisk utforming» slår fast at:

I nærmiljøet skal det finnes arealer hvor barn kan utfolde seg og skape sitt eget lekemiljø. Dette forutsetter blant annet at arealene:

- er store nok og egner seg for lek og opphold
- gir muligheter for ulike typer lek på ulike årstider
- kan brukes av ulike aldersgrupper, og gir muligheter for samhandling mellom barn, unge og voksne.

#### 4.1.8 Fritidserklæringen

Fritidserklæringen<sup>11</sup> fra 2022 tar utgangspunkt i FNs konvensjon om barns rettigheter, og understreker at alle barn skal ha mulighet til å delta jevnlig i minst én organisert fritidsaktivitet sammen med andre.

Erklæringen fra en bred samling offentlige og frivillige aktører sier at:

- At alle barn og ungdom skal ha mulighet til å delta i fritidsaktiviteter og til å delta i lek som passer for barnets alder. Gjennom lek og aktivitet blir barn og ungdom inkludert i fellesskap og opplever tilhørighet og mestring.
- At barn og ungdom skal involveres og ha innflytelse over sin lek og fritidsaktivitetene de skal delta i.

#### 4.1.9 Frivillighet og frivillig offentlig samarbeid

Stortingsmelding 10 (2018-2019) – *Frivilligheta – Sterk, sjølvstendig, mangfaldig*<sup>12</sup> gir føringer for utvikling av og tilrettelegging for frivillig sektor, ikke minst for samarbeid mellom det offentlige og frivillige. I kombinasjon med KS og Frivillighet Norges

---

<sup>10</sup> <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1995-09-20-4146>

<sup>11</sup> [Fritidserklæringen \(regjeringen.no\)](https://www.regjeringen.no)

<sup>12</sup> [Meld. St. 10 \(2018–2019\) - regjeringen.no](https://www.regjeringen.no)



Plattform for samspill og samarbeid mellom frivillig og kommunal sektor<sup>13</sup> løftes verdier og prinsipper og konkrete råd for hvordan best støtte frivillig sektor i sin samfunnsrolle og skape merverdi for alle.

## 4.2 Regionale føringer

### 4.2.1 Regionplan Agder 2030

Regionplan Agder 2030 er et overordnet strategisk styringsdokument for utviklingen av hele Agder, som skal bidra til en langsiktig og helhetlig levekårs-satsing – å gjøre det godt å leve på Agder. Hovedmål i planen er å utvikle Agder til en miljømessig, sosialt og økonomisk bærekraftig region i 2030 – et attraktivt lavutslippssamfunn med gode levekår.

Et bærekraftig samfunn er et samfunn hvor alle kan leve gode liv, både dagens og fremtidige generasjoner. Utviklingen skal være miljømessig, sosialt og økonomisk bærekraftig. For Agder betyr det at vi setter to premisser for utviklingen:

- Vi tar hele Agder i bruk.
- Vi tar vare på det vi har.

Regionplan Agder 2030 er et overordnet strategisk styringsdokument for hele Agder. Den beskriver muligheter for Agder i 2030, de viktigste utfordringene, regionens strategiske mål og prioritering av regional planlegging i perioden 2024–2027. Regionplanen skal være grunnlaget for politikktutformingen i Agder og er retningsgivende for prioritering, samordnet innsats og virkemiddelbruk fra ulike offentlige aktører.

Regionplan Agder 2030 har fem satsingsområder:

- Attraktivt og miljøvennlig Agder
- Bærekraftig verdiskaping
- Utdanning, kompetanse og deltagelse
- Mobilitet
- Kultur

Hvert satsingsområde har flere hovedmål, og under «Attraktivt og miljøvennlig Agder» ligger hovedmål 1.4 – som også er hovedmålet i regional plan for fysisk aktive liv i Agder:

- Agder er et aktivitetsvennlig samfunn med nærmiljøer, sosiale møteplasser og friluftslivsområder som bidrar til at flere er mer fysisk aktive.

### 4.2.2 Tilstøtende og overlappende regionale planer

Fire eksisterende regionale planer knyttet til arealplanlegging, samferdsel og infrastruktur er tilstøtende og delvis overlappende med planen for økt fysisk aktivitet.

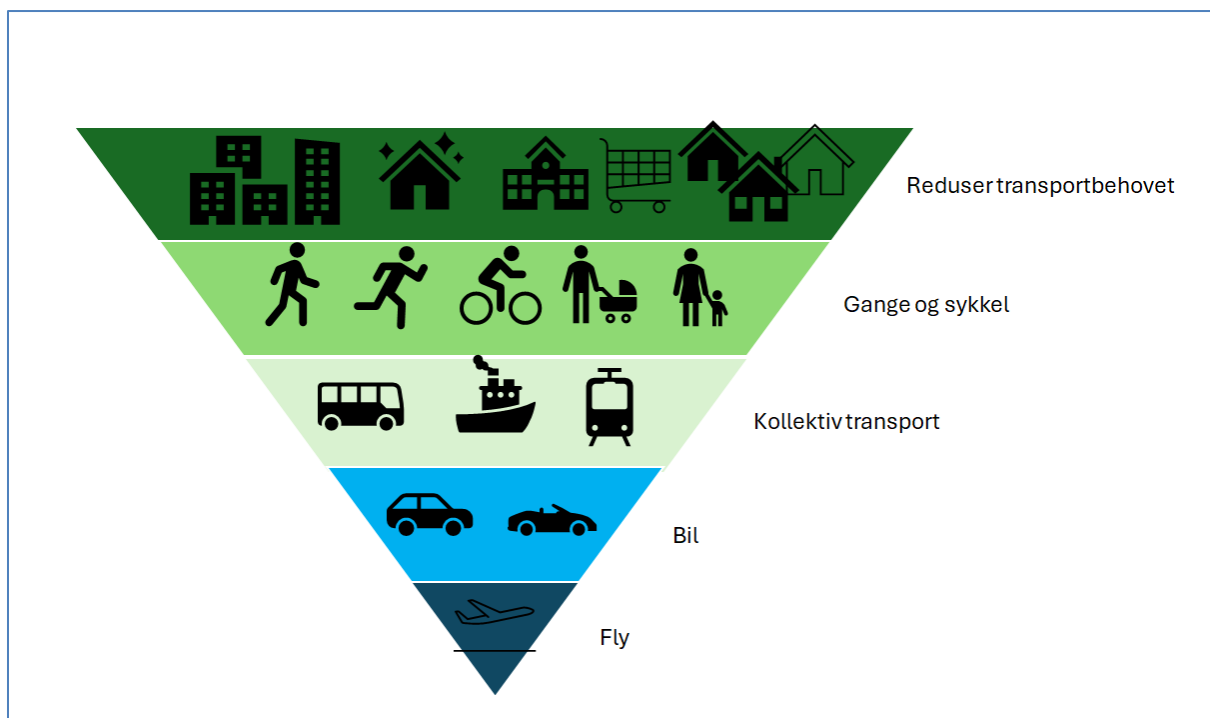
---

<sup>13</sup> [Microsoft Word - Plattform for samspill og samarbeid mellom frivillig og kommunal sektor.docx \(ks.no\)](#)

Tiltak i disse planene vil ha innvirkning på befolkningens vaner og valg - hvor, hvordan og hvor mye de beveger seg i hverdagen. De både legger føringer for planen, og avgrenser samtidig fokuset i planen.

#### 4.2.2.1 Mobilitetsplan

Regional plan for mobilitet 2023-2033<sup>14</sup> har som overordnet mål å gjøre reisen enkel, trygg og grønn. Trygge gang og sykkelveier, spesielt i områdene rundt skolene og et bedre kollektivtilbud til barn og unge skal prioriteres. Skal vi oppnå økt fysisk aktivitet i befolkningen er det avgjørende at flere går og sykler til jobb, skole og andre aktiviteter. Mobilitetsplanen og plan for fysisk aktive liv er dermed tett knyttet til hverandre. Et bedre kollektivtilbud som senker barrierene for å delta på aktivitet er også avgjørende. Utbygging av gang og sykkelveier, trafiksikkerhet og utvikling av kollektivtilbudet ivaretas i mobilitetsplanen. Plan for fysisk aktive liv vil ivareta at anleggene plasseres der det er bygd ut gang- og sykkelveier og et utviklet kollektivtilbud og omhandle hva uteområdene på skolene og i nærmiljøene skal inneholde for å skape aktivitet.



#### Mobilitetspyramiden

Det er viktig at vi endrer våre vaner med hensyn til transport både for å øke fysisk aktivitet, sosial bærekraft og av klima og miljøhensyn. Mobilitetspyramiden viser hvordan vi kan skape et mer bærekraftig samfunn ved å velge mest øverst i pyramiden og minst nederst. Det viktigste er at vi planlegger samfunnet på en måte som reduserer behovet for transport. Å skape nærmiljøer der man kan bo, arbeide,

---

<sup>14</sup> [Regional plan for mobilitet for Agder 2023-2033](#)



gå på skole, handle og være fysisk aktiv i sosiale fellesskap, er positivt for folkehelse og klima. Deretter kommer aktive transportformer, sykkel og gange. Aktiv transport kan gjerne kombineres med trinnet under, kollektiv transport. De laveste trinnene i pyramiden er privatbil og fly. Disse transportformene kan også benyttes, men sjeldnere.

#### *4.2.2.2 Plan for senterstruktur*

"Regional plan for senterstruktur og handel i Agder er under utarbeidelse og forventes vedtatt i 2024. Formålet med planen er attraktivitet, liv og arbeidsplasser i by-, kommune- og lokalsentrene i hele Agder. Planen skal bidra til å styrke de eksisterende by-, kommune-, bydels-, og lokalsentre i Agder som arenaer for handel og tjenesteyting, og som sosiale og inkluderende møteplasser; at handel og viktige tjenester er lokalisert slik at de er tilgjengelige for alle; et mer inkluderende samfunn og en kortreist hverdag for innbyggerne, ved at flere kan gå, sykle eller ta buss til sine daglige gjøremål.

I planen er det definert en enhetlig senterstruktur for hele Agder. Den skal være retningsgivende for hvor hvilke funksjoner (handel, service etc.) bør ligge. Et viktig mål er at senterstrukturen skal bidra til å gi innbyggerne i Agder god tilgang til handels- og tjenestetilbud i nærheten av der de bor. I planen er det pekt ut til sammen 126 region-, kommune-, bydels- og lokalsentre, samt 7 handelsområder. Definisjonen og kategoriseringen av sentrene er basert på et sett med kriterier som brukes likt over hele Agder."

#### *4.2.2.3 Regional plan for bolig, areal og transport i kristiansandsregionen 2023-2050*

Formålet med ny regional plan for bolig, areal og transport i kristiansandsregionen er å fremme en bærekraftig by- og stedsutvikling i hele regionen. Verdiskapingen skal styrkes samtidig som arealforbruket og transportarbeidet effektiviseres og klimagassutslippene reduseres. Natur, matjord og kulturmiljøer skal sikres. Til sammen vil dette fremme folkehelse og gode levekår, og påvirke innbyggernes mulighet til å være fysisk aktive. Et hovedgrep i planen er å satse på at hoveddelen av veksten i boliger og arbeidsplasser skal komme i prioriterte by-, kommune- og lokalsentre, gjennom transformasjon og fortetting.

Av utvalgte plantema og målbilder mot 2050 vektlegges i «Verdifulle arealer» at friluftsområder, strandsonen og grønnstrukturer er bevart og tilgjengelige for allmenheten. Målet om «Attraktive byer, steder og boliger vektlegger at fortetting skjer med kvalitet, lys og luft, og slik at det er grøntområder i nærheten. Før byggestart i nye boligområder, og ved bygging av skoler og barnehager, er trygge gang- og sykkelforbindelser og kollektivtilbudet sikret. Målet om «Miljøvennlig, effektiv og trygg transport» sikter mot et attraktivt, effektivt og miljøvennlig transportsystem, tilpasset innbyggernes behov. Kollektivtilbudet er tilgjengelig for alle innbyggergrupper, spesielt for ungdom. Varianter av bestillingstransport, gode gang-

og sykkelveger og parkering for sykkel og bil ved knutepunkter gjør at alle greit kan komme seg til buss, tog eller båt, som går dit de skal. (...).

#### 4.2.2.4 Areal- og transportplan for Arendalsregionen <sup>15</sup>

Areal- og transportplan (ATP) for Arendalsregionen vedtatt 2019 er en regional plan for Arendal, Grimstad, Froland og Tvedestrand. Planen legger føringer for bærekraftig utvikling der befolkningsvekst skal møtes med grønne tiltak og nullvekst i personbiltrafikk. Målet er en samfunnsutvikling som er klimavennlig og fremmer folkehelse, trafiksikkerhet og utvikling av regionens byer og tettsteder. Planen legger opp til fortetting og byplanlegging som fremmer sykkel, gange og kollektiv og samtidig bevarer grønne områder. Alle disse faktorene har betydning for innbyggernes mulighet til fysisk aktivitet.

#### 4.2.3 Idrettens anleggsplan for Agder 2020-2024<sup>16</sup>:

Agder Idrettskrets har utarbeidet en anleggsplan for perioden 2020-2024, basert på overordnede målsetninger fra Norges Idrettsforbund (NIF) innen idrettsanleggsområdet.

Planen er ment som et verktøy for å lette planleggingsprosesser og fremme samarbeid mellom idretten og det offentlige i utviklingen av idrettsanlegg. Målet er å sikre koordinert innsats i anleggsprosjekter ved å involvere ulike aktører som idrettsråd, særidretter, idrettslag, kommuner, idrettskrets, og fylkeskommunen.

Planen peker på kommunal og fylkeskommunal spillemiddeprioritering, hvor idrettskretsen skal jobbe for at fylkeskommunen vedtar følgende kriterier for den årlige fordelingen av spillemidler til idrettsanlegg:

- Prioritere anlegg som bygges av idrettslag
- Sørge for nyskapende og fremtidsrettede idrettsanlegg.
- Vektlegge idrettsanlegg som er bærekraftige og har gode miljøvennlige løsninger.
- Være påvirkende til regionale og interkommunale idrettsanlegg.

Målet er å støtte opp under idrettsaktiviteter på både lokalt og regionalt nivå, og bidra til en bærekraftig utvikling av idrettsanlegg i Agder-regionen

Basert på statistisk grunnlag og kartlegging av eksisterende og ønskede anlegg, er målet å identifisere strategisk viktige idrettsanlegg av regional betydning. Disse skal rulleres årlig gjennom en innspillrunde med samarbeidsaktørene.

---

<sup>15</sup> [atp-arendalsregionen.no](http://atp-arendalsregionen.no)

<sup>16</sup> <https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/a6fe005662e44d08ad13a538d1a2da98/idrettens-anleggsplan-for-agder-2020-2024.pdf>

## 5 Hva vet vi om fysisk aktivitet?

Fysisk aktivitet er en nøkkelfaktor for å fremme psykisk, fysisk og sosial helse i alle aldre. Regelmessig aktivitet bidrar ikke bare til bedre fysisk helse og redusert risiko for kroniske- og livsstilssykdommer, men har også en positiv innvirkning på mental helse bl.a. selvfølelse, kognitiv utvikling og mestringstro. I tillegg kan fysiske aktiviteter fungere som inkluderende sosiale møteplasser der mennesker kan samles, bygge relasjoner og styrke fellesskapet.

Vaner og grunnlag for bevegelsesglede vi får som barn og ungdom kan være avgjørende for videre livsvalg, og vil derfor være vesentlige i arbeidet med fysisk aktivitet. Samtidig er innsats i alle livets faser nødvendig for å forebygge og bygge et bærekraftig samfunn<sup>17</sup>.

### 5.1 Nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet

Helsedirektoratets råd om fysisk aktivitet og stillesitting fra 2022 baserer seg på WHO's råd. Rådene kan sammenfattes slik<sup>18</sup>:

- Barn i alderen 1–5 år bør være allsidig fysisk aktive i minst 180 minutter daglig, med begrenset skjermtid for de yngste.
- Barn og unge i alderen 6–17 år bør være fysisk aktive i minst 60 minutter daglig i moderat til høy intensitet, samtidig som de bør begrense passiv skjermtid på fritiden.
- For voksne og eldre anbefales regelmessig fysisk aktivitet. Voksne bør være fysisk aktive i minst 150 til 300 minutter per uke med moderat til høy intensitet, mens eldre voksne bør følge de samme retningslinjene. Voksne og eldre over 65 år bør også begrense stillesitting og kompensere for dette ved å være ekstra aktive i løpet av dagen.
- De som tilbringer 8 timer eller mer stillesittende i løpet en dag bør ha 300 minutter med aktivitet av moderat intensitet eller 150 minutter med aktivitet av hard intensitet i løpet av en uke

Samlet sett understreker disse rådene viktigheten av å opprettholde en aktiv livsstil gjennom alle livsfaser for å redusere risikoen for alvorlige sykdommer og fremme god helse og trivsel.

---

<sup>17</sup> <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/sammen-om-aktive-liv/id2704955/>

<sup>18</sup> Folkehelse rapporten: <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/levevaner/fysisk-aktivitet/?term=#anbefalinger-for-fysisk-aktivitet-og-stillesitting>



## 5.2 Fysisk aktivitet i Norge

Fysisk aktivitet er definert som all kroppslig bevegelse som er utført av skjelettmuskulatur, og som resulterer i en vesentlig økning i energiforbruket utover hvilenivå<sup>19</sup>.

Tradisjonelt er fysisk aktivitet inndelt i kategorier av lette, moderate og harde aktiviteter, basert på graden av energiforbruk de krever. På den motsatte enden av energiforbrukskalaen, finner vi stillesittende adferd, som kan defineres som den perioden i våken tilstand der en person sitter eller ligger stille, og hvor hoveddelen av kroppens muskulatur er i hviletilstand.

Aktivitetsnivået varierer gjennom livsløpet. Det synker betraktelig gjennom barne- og ungdomsårene og videre gjennom voksenlivet. Figuren under baserer seg på en modell fra Folkehelseinstituttet.



Fysisk aktivitet er viktig for den enkeltes helse og trivsel. Det er store forskjeller i hvor fysisk aktive vi er gjennom livet, og avhengig av den enkeltes livssituasjon, forutsetninger, holdninger og valg.

Den økende fysiske inaktiviteten vi ser både nasjonalt og globalt, er en del av en trend som stadig beveger seg i feil retning. Endringer i samfunnet, både strukturelle

<sup>19</sup> Folkehelse rapporten: <https://www.fhi.no/he/folkehelse/rapporten/levevaner/fysisk-aktivitet/?term=#anbefalinger-for-fysisk-aktivitet-og-stillesitting>

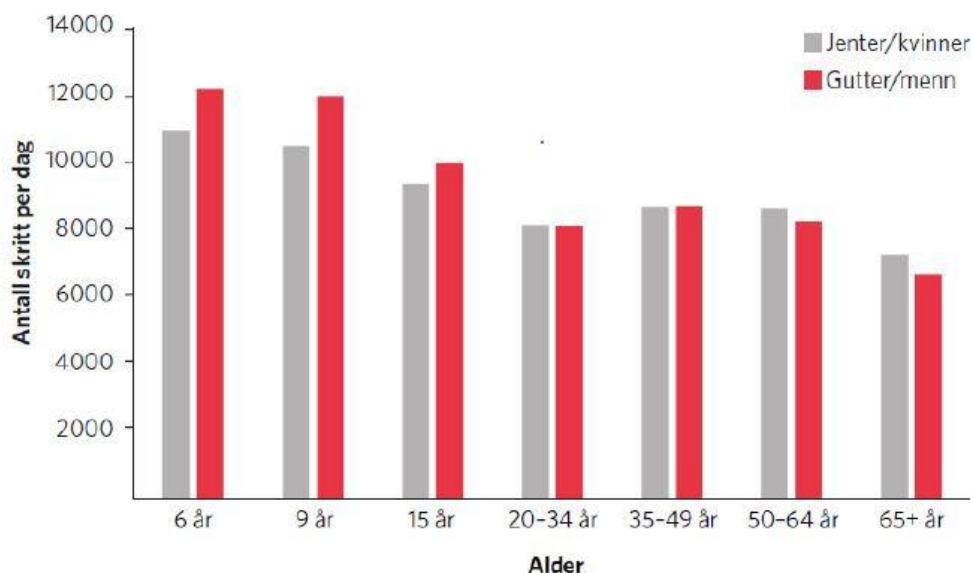


og individuelle, skaper samfunn med økende fysisk inaktivitet. Vi sitter for mye i ro, og folk flest er for lite aktive.<sup>20</sup>

Den lange historiske utviklingen fra jeger- og sankesamfunn via jordbruksamfunn til et moderne postindustrielt samfunn er en utvikling som samsvarer dårlig med menneskehetens evolusjon og biologi – våre kropper er bygget for å være aktive. I dagens samfunn er «fysisk aktivitet blitt noe vi selv må bestemme oss for å gjøre»<sup>21</sup>

Universitetet i Agder presenterer en oversikt<sup>22</sup> over hvor fysisk aktive befolkningen i Norge er, basert på antall skritt per dag, fordelt på alder. Til sammenligning viser de til «Amish»-grupper i USA, som lever «på gamlemåten» med manuell jordbruksvirksomhet, som i gjennomsnitt beveger seg 15-20 000 skritt hver dag.

## Antall skritt



- Gutter er mer aktive enn jenter.
- Kjønnsforskjellene jevner seg ut inn i voksen livet.
- Aktivitetsnivået faller med økende alder.
- Tendenser til at kvinner er noe mer aktive enn menn.

Universitetet i Agder har også statistikk for stillesitting. De nasjonale helseanbefalingene er at man ikke bør sitte mer stille enn 8 timer pr. dag. For de med stillesittende arbeid, blir fysisk aktivitet enda mer viktig for god helse. De som sitter mye stille, bør være mer fysisk aktiv enn anbefalingene for fysisk aktivitet tilsier.

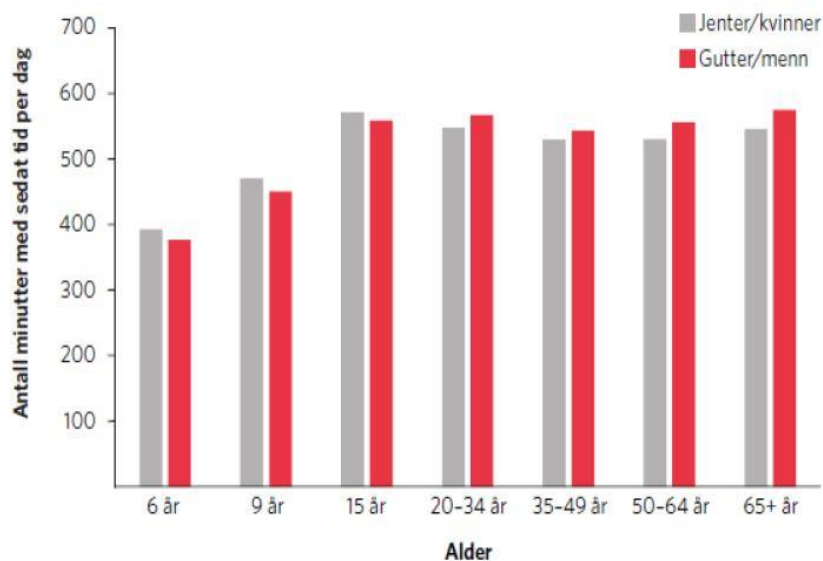
<sup>20</sup> Tverga sitt kunnskapsgrunnlag

<sup>21</sup> Berntsen m.fl. 2015.

<sup>22</sup> Universitetet i Agder, presentasjon for ressursgruppa 19.09.2023

## Tid i ro

- 6 år: 7 timer/dag
- 9 år: 8 timer/dag
- 15 år: 9.5 timer/dag
- 20 år: 9 timer/dag
- 65+ pr: 9 timer/dag



### 5.2.1 Barn og unge

En undersøkelse fra 2018 (UngKan3) viser at omtrent ni av ti av 6-åringene tilfredsstillte anbefalingene for fysisk aktivitet i Norge. Jo eldre barna blir, jo mindre fysisk aktive blir de. Halvparten av 15-åringene er ikke aktive nok i henhold til nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet. Flere gutter i alle aldersgrupper tilfredsstillte anbefalingene sammenlignet med jentene. Økt stillesitting, blant annet knyttet til skjermbruk, samt mindre aktivitet til og fra skolen er medvirkende årsaker til utviklingen<sup>23</sup>. Diagrammet nedenfor viser utvikling i stillesittende tid for 6, 9- og 15-åringene.

---

<sup>23</sup> [Ekelund U, Nystad W. Fysisk aktivitet i Norge. I: Folkehelse rapporten - Helsetilstanden i Norge. Oslo: Folkehelseinstituttet.](#)

### Stillesittende tid hos barn

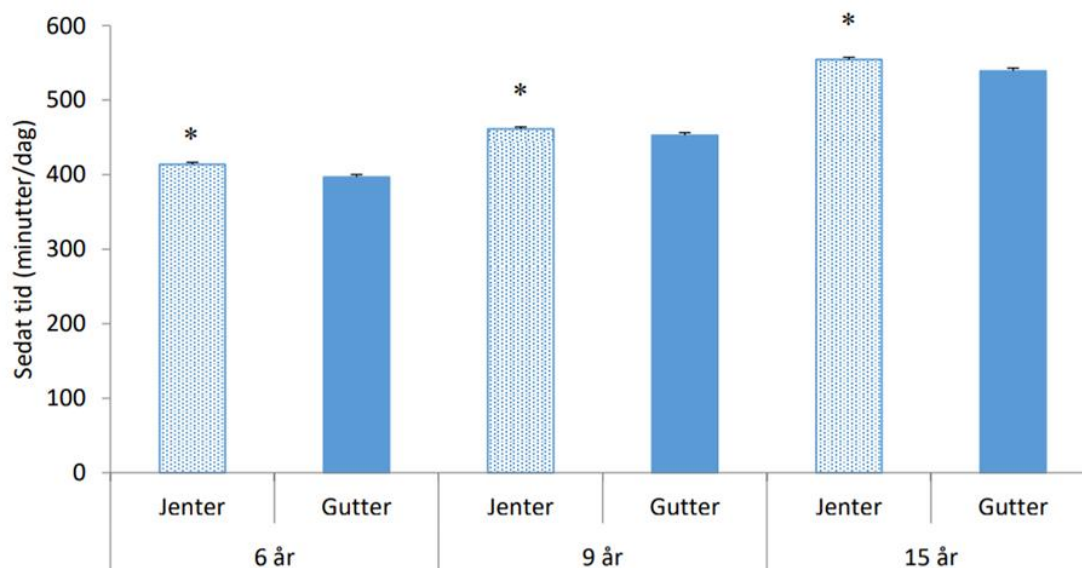


Diagram som viser gjennomsnittlig sedatid (stillesitting) målt med aktivitetsmålere (akselerometre) blant 6-, 9- og 15-årige gutter og jenter<sup>24</sup>.

#### 5.2.2 Voksne

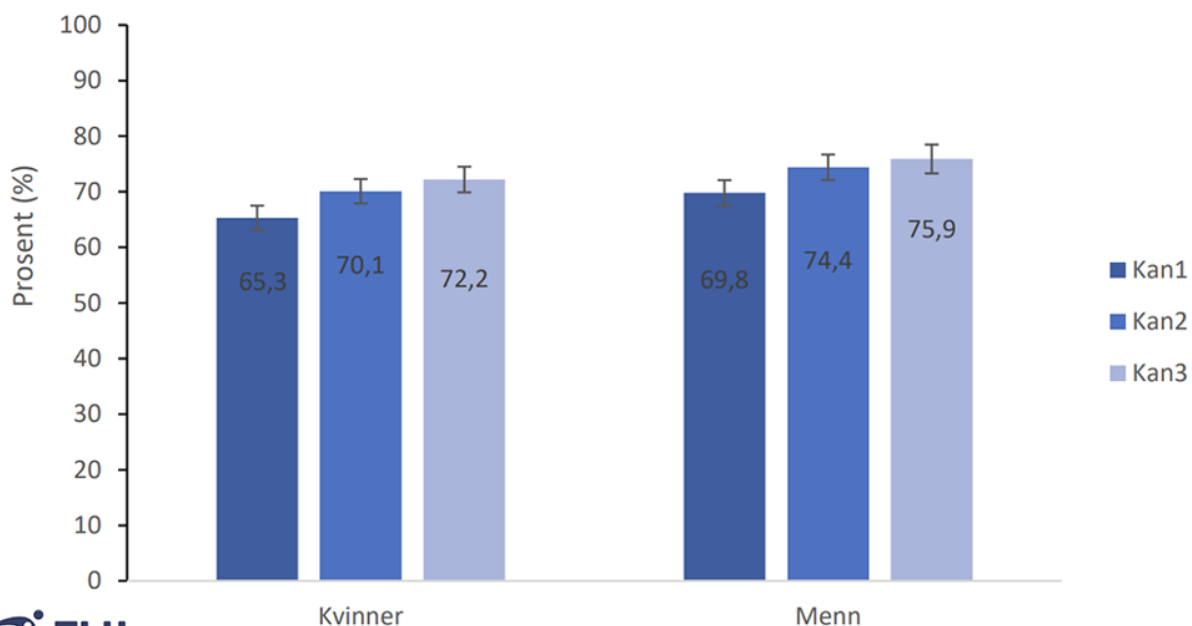
Aktivitetsnivået i befolkningen har økt i perioden 2008 til 2022, ifølge Folkehelseinstituttet<sup>25</sup>. Likevel konkluderer forskere med at det fysiske aktivitetsnivået er på vei i feil retning. Vi er mindre og mindre aktive i jobb, og aktivitetsnivået på fritiden er ikke tilstrekkelig for å kompensere for stillesittende arbeid.

---

<sup>24</sup> [Ekelund U, Nystad W. Fysisk aktivitet i Norge. I: Folkehelse rapporten - Helsetilstanden i Norge. Oslo: Folkehelseinstituttet.](#)

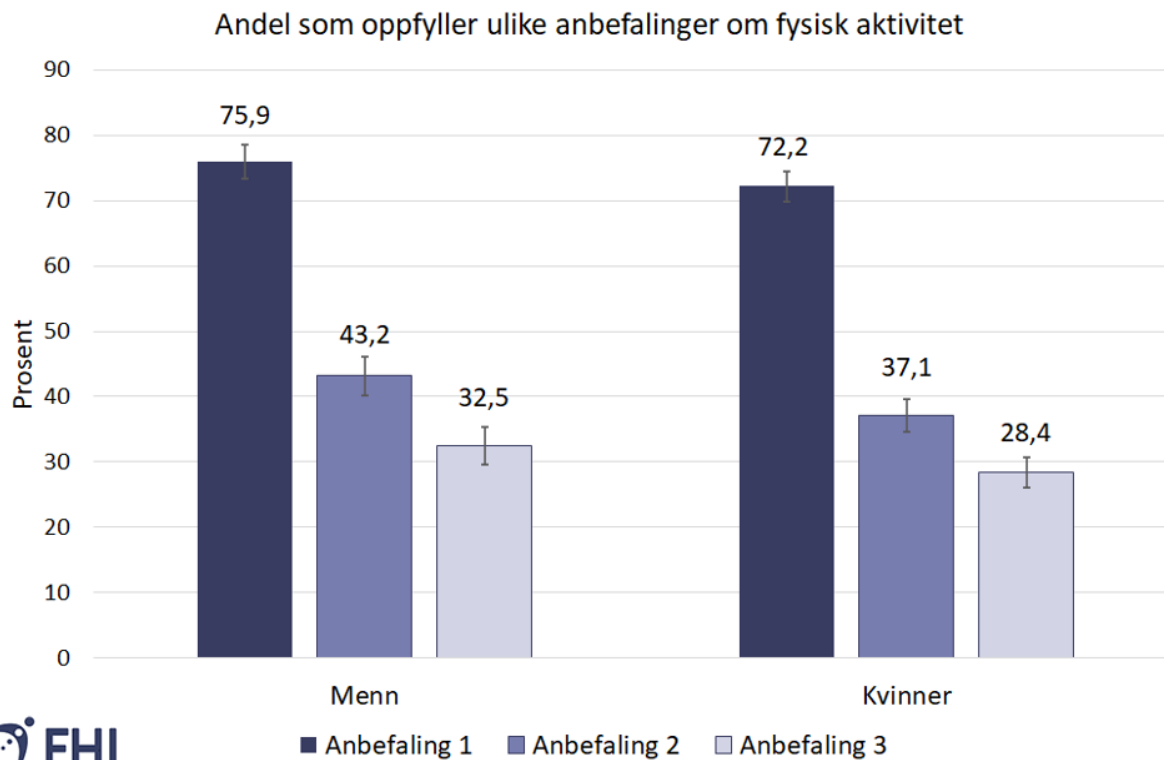
<sup>25</sup> [Fysisk aktivitet - Folkehelse rapporten - FHI](#)

### Andel voksne som oppfyller anbefalingene over tid



Figuren over viser prosentandel som tilfredsstill anbefalingene for fysisk aktivitet (enten 150 min/uke aktivitet med moderat intensitet, 75 min/uke med aktivitet av hard intensitet eller 150 min/uke med aktivitet av moderat-til-hard intensitet) i de tre Kan-undersøkelsene fra 2008, 2014 og 2022. Prosentverdiene fra 2008 og 2014 er regnet om for å tilsvare de nye anbefalingene for fysisk aktivitet fra 2020 (WHO) og 2022

I Kan3-undersøkelsen er det flere menn enn kvinner som tilfredsstill de ulike anbefalingene om fysisk aktivitet. Menn er noe mer aktive enn kvinner hvis man ser på gjennomsnittet. Menn har også mer hard fysisk aktivitet enn kvinner, men forskjellen er bare om lag 2 minutter per dag. Samtidig har menn også mer stillesittende tid enn kvinner.



Figuren over viser andelen som oppfyller de ulike kategoriene av anbefalingene for kvinner, menn og totalt i Kan3. Anbefaling 1: minimum 150 minutter med aktivitet av moderat intensitet eller 75 minutter med aktivitet av hard intensitet i løpet av en uke; Anbefaling 2: 300 minutter med aktivitet av moderat intensitet eller 150 minutter med aktivitet av hard intensitet i løpet av en uke; Anbefaling 3: de som tilbringer 8 timer eller mer stillesittende i løpet en dag bør ha 300 minutter med aktivitet av moderat intensitet eller 150 minutter med aktivitet av hard intensitet i løpet av en uke).

Rundt 74 prosent av befolkningen tilfredsstillers altså den «laveste» anbefalingen til fysisk aktivitet, mens kun rundt 30 prosent tilfredsstillers den anbefalingen som skal kompensere for mye stillesitting.

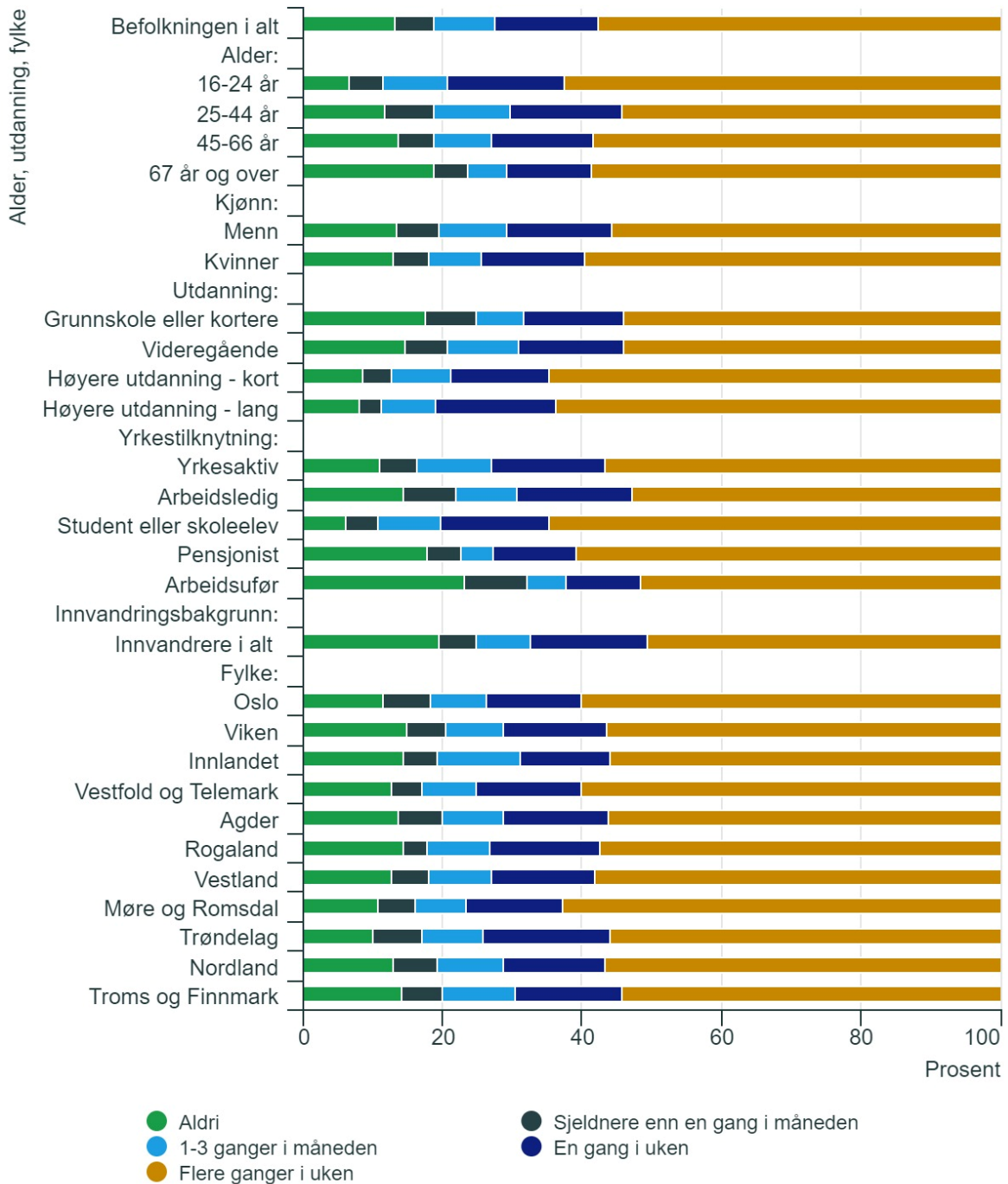
### 5.2.3 Ulikhet, variasjon og motivasjon

Det er klare forskjeller knyttet til sosial klasse. Både egen utdannelse, foreldres utdannelse, egen bruttoinntekt og husstandens samlede inntekt slår tydelig ut når det gjelder å tilfredsstillers helsekravet til fysisk aktivitet<sup>26</sup>. Barn og unge fra familier med høy sosial klasse deltar mer enn barn og unge fra familier med lavere sosial klasse. Det er ulikheter mellom kjønn og etnisitet, der både gutter og etnisk norske deltar i noe større grad enn jenter og mennesker med flerkulturell bakgrunn. Se mer om dette i kapittel 4.3, Sosial ulikhet i helse og fysisk aktivitet.

<sup>26</sup> Breivik og Rafoss, 2017

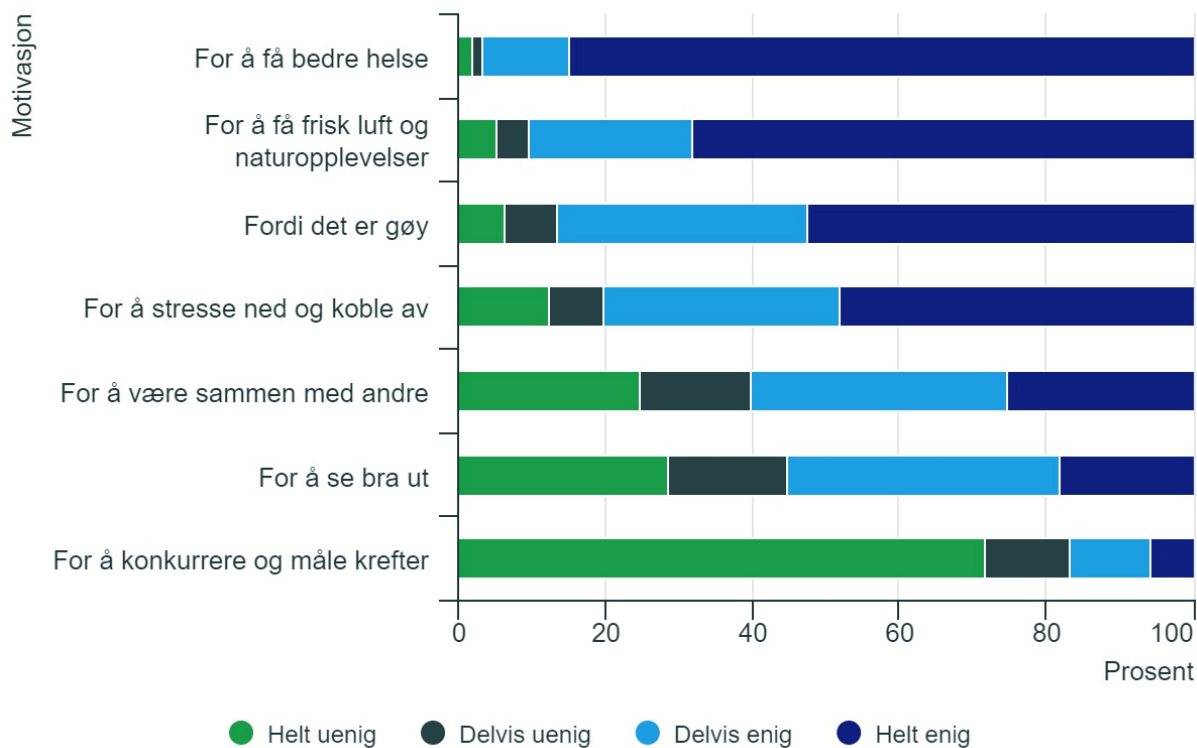
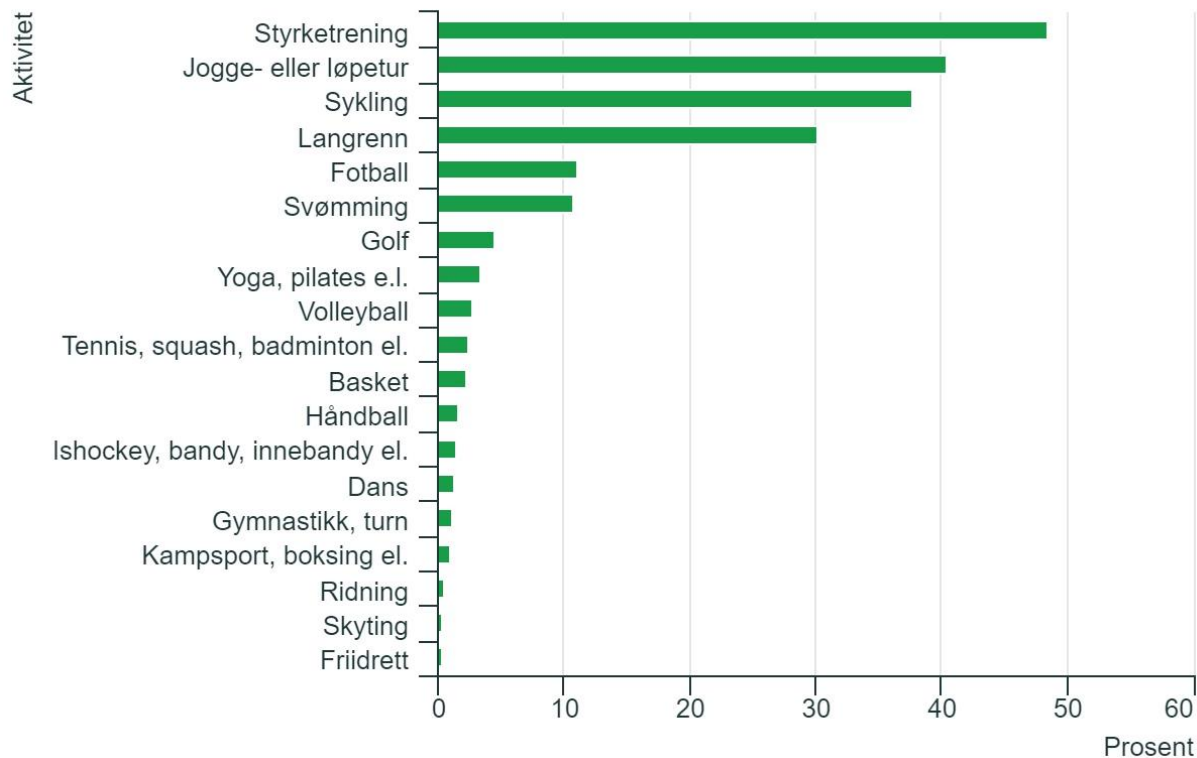


Her kan en oversikt fra SSBs levekårsundersøkelse om idrett og friluftsliv<sup>27</sup> kan gi et inntrykk over forskjeller og variasjoner i hvor ofte man trener eller mosjonerer:



<sup>27</sup> [En av ti trener aldri – SSB](#)

To andre spørsmål i den samme levekårsundersøkelsen gir også et inntrykk av hvilken treningsaktivitet som foretrekkes, og hvorfor man velger å trene:



## 5.3 Fysisk aktivitet i Agder

### 5.3.1 Fylkeshelseundersøkelsen 2023

Fylkeshelseundersøkelsen ble gjennomført i Agder høsten 2023. Undersøkelsen er basert på egenrapportering (spørreskjema) fra respondenter over 18 år. Undersøkelsen omfatter 18500 respondenter, en svarprosent på 32%. Resultatene viser at kun 22,4 % av respondentene oppgir at de oppnår minst 30 minutter moderat fysisk aktivitet 4+ dager i uken. Det er mindre forskjeller mellom de ulike regionene i Agder i selvrapportert fysisk aktivitet. Undersøkelsen viser imidlertid at utdanning, inntekt og alder har betydning for hvor fysisk aktiv man oppgir å være. Høyere utdanning og god økonomi er assosiert med et høyere fysisk aktivitetsnivå. Gruppen 18-29 år oppgir å være mest fysisk aktive<sup>28</sup>.

### 5.3.2 Ungdata 2022<sup>29</sup>

For å måle graden av fysisk aktivitet, blir ungdommene i Ungdata spurt om hvor ofte de er så fysisk aktive at de blir andpustne eller svette. Kun 62 % av elevene i ungdomsskole og 57 % av elevene i videregående skole oppgir at de er så aktive at de blir andpustne eller svette 3 ganger i uka eller mer. Dette viser at det er en stor gruppe ungdom i Agder som ikke oppfyller anbefalingene om fysisk aktivitet. Ungdata 2022 viser samtidig at skjerm tid og tid til stillesittende aktiviteter har økt hos ungdommene siden 2019. Det er imidlertid ikke tegn til at ungdommene har blitt mindre fysisk aktive i perioden. Det er flere som rapporterer å være fysisk aktive i 2022 enn i 2019 på alle klassetrinn. Det er store forskjeller i fysisk aktivitet basert på sosioøkonomisk bakgrunn. Blant ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk bakgrunn svarer 51 % at de er fysisk aktive, mens dette gjelder for 67% av ungdommene med bakgrunn i familier med høy sosioøkonomisk status. Forskjellene mellom de ulike gruppene er konsistent fra 2019.

Nasjonale Ungdata-tall viser at selv om deltakelse i idrettslag går ned, så er det flere som trener på treningsstudio enn før.

### 5.3.3 Studenthelseundersøkelsen

Det er ca 13 000 studenter i Agder. Studentenes helse og trivselsundersøkelsen (SHOT) fra 2022 viser at 77% av de mannlige og 86% av de kvinnelige studentene ikke oppnår minimum 300 minutter moderat fysisk aktivitet i uka<sup>30</sup>.

---

<sup>28</sup> [Folkehelseundersøkelsen i Agder 2023 \(fhi.no\)](https://fhi.no)

<sup>29</sup> <https://korus.fra1.digitaloceanspaces.com/publications/375-Rapport-Ung-i-Agder-2022-web-pixel-1.pdf>

<sup>30</sup> Universitetet i Agder, Studentenes Helse- og trivselsundersøkelse 2022

## 5.4 Sosial ulikhet i helse og fysisk aktivitet

Folkehelsemeldingen beskriver store helseforskjeller mellom sosiale lag i Norge. Dette viser seg tydelig ved at de med lengst utdanning lever i snitt 5–6 år lenger og har bedre helse enn de som har kortest utdanning. De sosiale helseforskjellene gjelder også for en lang rekke sykdommer og levevaner og for livskvalitet. En viktig årsak til de sosiale helseforskjellene er forskjeller i levevaner, særlig vaner knyttet til røyking, kosthold og fysisk aktivitet<sup>31</sup>.

En stor del av befolkningen i dag, uavhengig av alder, er i ro store deler av dagen. Å redusere stillesittinga gjennom regelmessige, korte aktive perioder er viktig, men enda viktigere er det ifølge Folkehelseinstituttet å fremme fysisk aktivitet, særlig blant de som er helt inaktive. En utjevning av forskjellene i fysisk aktivitet i befolkninga vil ifølge instituttet trolig kunne jevne ut de sosiale forskjellene i livsstilssykdommer. Forsking på fysisk aktivitet og helse gjennom livet viser at fysisk aktive vil ha langt bedre fysisk og psykisk helse enn fysisk inaktive. Kun få minutters daglig fysisk aktivitet tilsvarende rask gange er det som skal til.

### 5.4.1 Forskjeller i fysisk aktivitetsnivå i ulike samfunnsgrupper<sup>32</sup>

Det er klare forskjeller knyttet til sosial bakgrunn og fysisk aktivitetsnivå. Både egen utdanning, foreldres utdanning, egen bruttoinntekt og husstandens samlede inntekt slår tydelig ut når det gjelder å tilfredsstille helsekravet til fysisk aktivitet (Breivik og Rafoss, 2017). Barn og unge fra familier med høy sosial klasse deltar mer enn barn og unge fra familier med lavere sosial klasse. Vi ser ulikheter mellom kjønn og etnisitet, der både gutter og etnisk norske deltar i noe større grad enn jenter og mennesker med flerkulturell bakgrunn.

Resultater i fylkeshelseundersøkelsen 2023 viser til sammenhenger mellom svakere økonomi og fysisk aktivitet. Det å oppleve «at det er vanskelig å få husholdningsinntekten til å strekke til i det daglige» henger sammen med mindre gunstig helserelatert atferd. I tillegg til mindre gunstig kosthold og røyke- og snusvaner, så er det en lavere andel som er fysisk aktive (ut fra et mål som tilnærmet svarer til Helsedirektoratets anbefalinger for fysisk aktivitet), og en lavere andel rapporterte at de har god eller svært god helse. Videre er det slik at jo bedre den økonomiske situasjonen oppleves, desto høyere var andelen som rapporterte at de ukentlig deltar i organiserte aktiviteter. Det samme gjelder deltakelse i egenorganiserte aktiviteter.

#### 5.4.1.1 Sosioøkonomisk status og deltakelse i organisert idrett

*(Dette kapitlet og de tre påfølgende er kopiert direkte fra Tvergås innsendte kunnskapsgrunnlag)*

---

<sup>31</sup> [Meld. St. 15 \(2022–2023\) - regjeringen.no](#)

<sup>32</sup> Kunnskapsgrunnlag fra Tverga

Den organiserte idretten står fortsatt sterkt blant norsk ungdom. Samlet sett har 74 prosent vært med i et idrettslag etter at de begynte på ungdomsskolen, og 92 prosent har noen gang deltatt i organisert idrett siden de var barn.

Den sosiale rekrutteringen til idrettslagene er fortsatt svært skjev. Ungdom fra høyere sosiale lag er langt oftere med i idrettslag enn ungdom fra lavere sosiale lag. Unge med innvandrerbakgrunn fortsatt underrepresentert i.<sup>33</sup>

Når inntreffer disse forskjellene? Blant gutter kan hele forskjellen forklares med at færre gutter med innvandrerbakgrunn rekrutteres inn i idretten. Dette betyr altså at det ikke er noen forskjeller mellom disse to gruppene i sannsynligheten for å slutte når de først har begynt med organisert idrett. Underrepresentasjon blant jenter med innvandrerbakgrunn handler både om at færre rekrutteres inn i idretten 12 og at flere slutter. Både i barneidretten og i ungdomsidretten slutter relativt sett flere av jentene med innvandrerbakgrunn etter å ha vært med i en periode. Men forskjeller i rekruttering forklarer mesteparten av ulikheten i idrettsdeltakelse.

Noe av forskjellene i idrettsdeltakelse mellom ungdom med og uten innvandrerbakgrunn handler om botid. Blant de som kom til Norge i ungdomsskolealder eller senere, har mer enn en av tre aldri vært med i organisert idrett. Dette kan skyldes at det ikke er så vanlig å drive med barneidrett i opprinnelseslandet, sammenlignet med situasjonen i Norge. Andre årsaker til at færre ungdommer med innvandrerbakgrunn har vært med i organisert idrett, har vi ikke undersøkt i denne rapporten. Annen forskning tyder på at klassebakgrunn og økonomiske forhold har stor betydning, men at også forklaringer knyttet til kultur og tradisjoner har betydning særlig for å forstå jenters underrepresentasjon. Minoritetsbefolkningen er, som majoritetsbefolkningen, en sammensatt gruppe – også når det gjelder idrettsinteresser.<sup>34</sup>

#### *5.4.1.2 Sosioøkonomisk status og deltakelse i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet*

Omtrent halvparten av norske ungdommer og 79 prosent av den aktive voksne befolkningen (16 +) driver med egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.<sup>35</sup> Blant aktivitetene er det tradisjonelle idretter som fotball, ski osv. som er mest utbredt blant ungdommer. Likevel er det en betydelig andel på rundt 20 prosent som deltar i det vi omtaler som ikke-tradisjonelle egenorganiserte aktiviteter

---

<sup>33</sup> Bakken & Strandbu 2023.

<sup>34</sup> Bakken & Strandbu 2023

<sup>35</sup> Levekårsundersøkelsen, SSB, 2021

På samme måte som for den organiserte idretten, er det en tydelig sosioøkonomisk profil i hvem som driver med tradisjonelle selvorganiserte idrettsaktiviteter.<sup>36</sup>

Det generelle bildet er jo høyere sosioøkonomisk status, desto større er sjansen for at ungdom driver med denne typen aktiviteter. Forskjellen i aktivitetsnivå mellom høyeste og lavest sosioøkonomiske gruppe, slik dette er definert her, er 20 prosentpoeng. Selv om denne forskjellen er noe lavere enn den forskjellen vi tidligere har dokumentert for deltakelse i organisert idrett, som var 27 prosent-poeng, er forskjellen likevel betydelig. Ikke minst fordi terskelen for å drive med slike aktiviteter er forventet å være langt lavere enn i den organiserte idretten.<sup>37</sup>

**Tabell 6-4 Deltakelse i selvorganiserte idrettsaktiviteter blant elever på videregående. Etter kjønn og innvandrerbakgrunn. Aldersgruppe 16–18 år. Ungdata 2020–2022.**

	Ikke aktiv	Aktiv i alternative idretter	Aktiv i tradisjonelle idretter	Aktiv både i alternative og tradisjonelle idretter	Totalt	N=
Gutter med norskfødte foreldre	46	5	38	11	100	33 021
Gutter med utenlandsfødte foreldre	46	3	42	10	100	5 903
Jenter med norskfødte foreldre	61	4	27	8	100	34 153
Jenter med utenlandsfødte foreldre	69	4	21	7	100	6 141

Et interessant funn er at kjønn og sosioøkonomisk status spiller en langt mindre rolle når vi ser på de som kun driver med alternative selvorganiserte idrettsaktiviteter (en gruppe på ca. 5 prosent av ungdommer driver kun med alternativt selvorganisert idrettsaktivitet). Denne gruppen er rekruttert mer eller mindre på tvers av slike skillelinjer.<sup>38</sup>

#### *5.4.1.3 Sosioøkonomisk status og trening på treningsstudio*

Andelen som trener på treningsstudio varierer mindre mellom ungdom med ulike sosioøkonomiske status. I 2022 var forskjellen på seks prosentpoeng, et interessant funn sett i lys av at det å trene på treningsstudio vanligvis forutsetter medlemskap som ofte er forbundet med en del kostnader.

<sup>36</sup> Bakken & Strandbu 2023

<sup>37</sup> Bakken & Strandbu 2023

<sup>38</sup> Bakken & Strandbu 2023



#### 5.4.1.4 Sosioøkonomisk status og deltakelse i andre organisasjoner

Deltakelse i andre organisasjoner enn idrett varierer noe med ungdommenes sosiale bakgrunn, men forskjellen er mye mindre enn for idrettsdeltakelse. De andre organiserte fritidsaktivitetene rekrutterer bredere når vi ser alle under ett. Mer detaljerte analyser viser at de kulturorienterte fritidsaktivitetene (korps, kor, orkester, kulturskole og musikkskole) rekrutterer i større grad blant ungdom med høy enn med lav sosioøkonomisk status. Fritidsklubbene og de religiøse foreningene rekrutterer i like stor grad ungdom med lav som med høy sosioøkonomisk status – og siden disse organisasjonene favner om langt flere enn korps, kor, orkester og kulturskole – blir det samlede inntrykket at andre organisasjoner enn idretten rekrutterer bredere. Både gutter og jenter med innvandrerbakgrunn er i større grad enn gutter og jenter med norskfødte foreldre med i andre organiserte fritidsaktiviteter enn idrett. Dette skyldes først og fremst at unge med innvandrerbakgrunn er klart overrepresentert 14 i religiøse fritidsaktiviteter. Men ungdom med innvandrerbakgrunn er også overrepresentert blant de som er med i fritidsklubb.<sup>39</sup>

### 5.5 Barrierer for fysisk aktivitet

Det er store helseforskjeller innad i befolkningen på Agder, og vi står overfor utfordringen med å skape et samfunn hvor alle kan være fysisk aktive i sitt nærmiljø.

Når vi vet hvor gunstig fysisk aktivitet er for folks helse, blir det særlig relevant å identifisere barrierer eller hindringer for å være fysisk aktiv, og sette i gang tiltak som reduserer disse. Barrierene kan deles inn i tre nivåer som henger sammen og påvirker hverandre:

- *Strukturelle hindringer* er faktorer i samfunnet som den enkelte ikke kan påvirke selv, men som påvirker mulighetene til å være fysisk aktiv. Dette inkluderer tilgjengeligheten av blant annet aktivitetstilbud, kollektivtransport, tilgjengelighet av turområder, gåstier, gang- og sykkelveier, treningsfasiliteter og informasjon.
- *Familiære og miljømessige hindringer* er de nære forholdene og ressursene som omgir folk i hverdagen og påvirker hvordan de oppfatter og har mulighet til å være fysisk aktive. Dette kan være forhold som økonomi, kunnskap, kulturelle referanserammer, og erfaringer og holdninger til fysisk aktivitet som man vokser opp i.
- *Individuelle hindringer* innebærer manglende forutsetninger eller ressurser hos den enkelte, som funksjonsnedsettelse eller sykdom. For å redusere individuelle hindringer, er det nødvendig å forstå og tilpasse tiltak basert på spesifikke behov og utfordringer.

Hindringene på de tre nivåene er ikke utelukkende, men henger sammen og påvirker hverandre: Infrastrukturen og tilgangen til aktivitetstilbud er en mindre hindring

---

<sup>39</sup> Bakken & Strandbu 2023

dersom man har god økonomi, og kan kjøre selv, enn hvis man er avhengig av kollektivtilbud og ikke har penger. En person med funksjonsnedsettelse eller sykdom, kan oppleve færre hindringer dersom hen vokser opp i en familie som har kunnskap og oppmuntrer til fysisk aktivitet.

### 5.5.1 Funksjonsnedsettelser og helseproblemer

Å ha en funksjonsnedsettelse, sykdom eller helseproblemer endrer forutsetningene for å ha et fysisk aktivt liv, og kan være til hinder for å kunne bruke de mulighetene og tiltakene som finnes. Barrierene som personer med funksjonsnedsettelser møter, handler blant annet om mangel på tilgjengelig og tilrettelagt informasjon, at lokaler og anlegg ikke er tilstrekkelig universelt utformet, og at samfunnet rundt ikke forstår og klarer å møte og tilrettelegge for de behovene som en person med en funksjonsnedsettelse har<sup>40</sup>.

Fylkeshelseundersøkelsen 2023 viser at «andelen som rapporterte at hverdagen i stor grad var påvirket av funksjonsnedsettelse som følge av skade var nokså lik for kvinner (7,6 %) og menn (6,9 %)». Undersøkelsen spurte også om hvordan sykdommer/helseproblemer påvirket hverdagen – og en andel på 15,2% oppga at det i stor grad påvirket.

### 5.5.2 Barrierer i den organiserte idretten

I 2020 gjennomførte OsloMet, på oppdrag fra Barne- og likestillingsdepartementet, en litteraturgjennomgang som tar for seg studier av barn og unges fritid i et kjønns- og likestillingsperspektiv. Et hovedfunn i rapporten er at fritidsfeltet og fritidsaktivitetene fremstår som delt mellom gutter og jenter. Dette mønsteret forsterkes med økende alder<sup>41</sup>

Studiene som ble gjennomgått, viser til at ungdomsidretten nasjonalt og internasjonalt er kjønnssegregert i tråd med oppfatninger om biologiske kjønnsforskjeller. Kjønnssegregering er også utbredt i barneidretten. Derfor finnes det forholdsvis mange studier av normer, holdninger og praksis knyttet til kjønn som kommer til uttrykk gjennom idretten, og den betydning dette kan ha for hvordan gutter og jenter finner seg til rette i disse aktivitetene. Disse studiene fastslår at det i idretten eksisterer forholdsvis fastlåste oppfatninger av maskulinitets- og feminitetsidealer som påvirker atferd, spillestil, oppfatninger av hva som gir status på idrettsbanen og til dels motivasjon for å delta i idrett.

I 2023 publiserte Rambøll, på bestilling fra Norges idrettsforbund, en omfattende kunnskapssammenstilling om deltakelse, barrierer og tiltak i idretten. Barrierer for deltakelse kan deles inn i individuelle, familiære og strukturelle barrierer<sup>42</sup>.

---

<sup>40</sup> [Hva vet vi om mangfold og inkludering i idretten? Rambøll, 2023](#)

<sup>41</sup> Seland et al., 2021, gjengitt i Tvergass kunnskapsgrunnlag

<sup>42</sup> [Hva vet vi om mangfold og inkludering i idretten? Rambøll, 2023](#)

Rapporten har skissert opp fem hovedbarrierer:

- Barrierene for kjønnsbalanse og likestilling
- De sosioøkonomiske barrierene
- De kulturelle barrierene
- Barrierene for personer med funksjonsnedsettelse
- Rasisme, diskriminering og hets som barriere.

I søket på deltakelse og barrierer framkom flest kilder om kjønnsbalanse og likestilling, deretter sosiale- og kulturelle barrierer hvor søkelyset oftest var rettet mot familiens økonomi og etnisk minoritetsbakgrunn. Det er begrenset forskning på hvordan rasisme, diskriminering, og hets påvirker deltakelse og frafall i norsk idrett, men tidligere studier indikerer alvorlige konsekvenser for individer, grupper og samfunnet.

Mindre litteratur er identifisert om deltakelse og barrierer for personer med funksjonsnedsettelse, og enda mindre om LHBT+ -personers deltakelse og barrierer. Studiene i kunnskapssammenstillingen viser tydelig underrepresentasjon i idretten blant personer med lav sosioøkonomisk status, etnisk minoritetsbakgrunn, funksjonsnedsettelse, og LHBT+ -personer. Kvinner er også underrepresentert som ansvarspersoner på alle nivåer i idretten.

Kartleggingen identifiserte også tiltak for å øke mangfold og bedre inkludering. De identifiserte tiltakene kan kategoriseres i tre typer tiltak; bevisstgjøring, rekruttering og kompetanseheving. Kategoriseringen er ikke gjensidig utelukkende og flere av kategoriene overlapper. Samtidig er det viktig å se tiltakene i sammenheng, og at de ofte bygger på hverandre.

Da det ikke finnes tilsvarende kunnskapssamling i den egenorganiserte idretten, og egenorganisert fysisk aktivitet, kan denne rapporten være et viktig supplement/ kunnskapsgrunnlag for å få forståelse for de barrierene barn og unge opplever ved deltakelse i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.

Idrettsforbundet har utviklet en veileder som skal hjelpe idrettslag med å inkludere flere barn og ungdom, med konkrete råd og tips til blant annet informasjonsarbeid, foreldreinvolvering, samarbeid og hvordan senke kostnadene. Disse rådene og tipsene kan overføres fra idretten til andre aktivitetsområder med mål om økt mangfold og inkludering<sup>43</sup>

### 5.5.3 Barrierer for deltakelse i egenorganiserte idretter og aktiviteter 44

Som nevnt over, er det ikke funnet rapporter eller studier som har kartlagt barrierer for deltakelse i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet i Norge eller nordiske land.

---

<sup>43</sup> <https://www.idrettsforbundet.no/tema/mangfoldoginkludering/hvordan-inkludere/>

<sup>44</sup> Kunnskapsgrunnlaget fra Tverga



Rapporten til Bakken & Strandbu fra 2023 har derimot diskutert hva som kan være mulige årsaker til at det også finnes sosiale ulikheter i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet. At sosioøkonomisk bakgrunn spiller en så stor rolle også for disse selvorganiserte aktivitetene kan virke overraskende, gitt at barrierene for å drive med slike aktiviteter som regel vil være langt mindre enn i den organiserte idretten, ikke minst med tanke på økonomi. En mulig tilnærming til å forstå denne sammenhengen kan være at deltakelsen i organisert idrett gjør terskelsen lavere for også å drive med selvorganiserte idrettsaktiviteter. Det kan også være at bakenforliggende faktorer og ulikheter i sosialisering hjemme spiller inn, ved at de som vokser opp i familier med en fysisk aktiv livsstil er mer motivert eller har større interesse for idrett uavhengig av hvordan aktivitetene er organisert.

Den vanlige debatten om alle unges rett til å delta i idrett fører ofte til konklusjonen om at organisert ungdomsidrett har en tendens til å utelukke gruppen som ikke tiltrekkes av den intensiverte konkurranselogikken<sup>45</sup> (Hedenborg og Glaser 2013;). En løsning på denne utfordringen har vært å introdusere mer uformelle eller uorganiserte idrettsaktiviteter. Generelt sett er det en trend som oppmuntrer voksne til å trekke seg tilbake og la barn og ungdom klare seg selv. Imidlertid gir denne studien av OSP (spontane idretter) grunn til å stille spørsmål ved om uorganiserte aktiviteter virkelig er en riktig vei mot en mer inkluderende ungdomsidrett, spesielt med tanke på kjønnsproblematikk. Nøkkelen for politikere og idrettsledere kan være å skape idrettsaktiviteter som kombinerer deltakerens frihet til å velge intensitet og engasjement med strukturen som voksenledelse tilbyr. Når alternativer skal utformes, blir det sjelden foreslått at unge mennesker selv kan organisere aktiviteter, aktivt støttet av voksne.

Denne studien har vist at OSP (spontane idretter) oppleves som mindre seriøs enn organisert idrett, delvis på grunn av lederens lavere krav til deltakerne og også på grunn av økte sjanser til å delta i beslutninger om aktivitetens form. Imidlertid har det også vist seg at når unge mennesker organiserer idrettsaktiviteter helt på egen hånd, fører samspeillet til en skjevfordeling av makt, noe som tenderer til å utelukke visse grupper, spesielt jenter. Dette skyldes det faktum at OSP utilsiktet retter seg mot gutter som en følge av at gutters idrett er normen, noe som dermed legger grunnlaget for en reproduksjon av gutters hegemoniske posisjon. For å motvirke denne prosessen, anbefales ledelse som arbeider for å omfordele maktposisjoner basert på kjønn og fysisk ferdighet. Å etablere mindre tradisjonelle idrettsaktiviteter og i stedet fremme flere aktiviteter som fokuserer på sosiale verdier, lek og likhet i beslutningstaking er den fremtidige løsningen for å oppnå en mer fruktbar løsning for ungdom som deltar i OSP. En slik tilnærming gjør det enklere for OSP-deltakere å svare på spørsmålet om å spille eller ikke å spille (Högman & Augustsson, 2021).

---

<sup>45</sup> Hedenborg og Glaser 2013

## 5.6 Idrettsdeltagelse, trening og aktivitet

### 5.6.1 Barn og unge

I 2022 presenterte Vista Analyse, på oppdrag fra Norges idrettsforbund, en rapport om nytten av idrettsanlegg og betydningen for fysisk aktivitet<sup>46</sup>. Dette er en samfunnsøkonomisk analyse av virkninger på folkehelse og produktivitet.

Her kommer det frem at fysisk aktivitet og deltakelse i organisert idrett gir samfunnsøkonomiske gevinster fra tidlig alder. Ungdom opplever mestring, personlig utvikling, fellesskap, og idrettsglede, og forskning viser at trening bidrar til bedre fysisk og psykisk helse. Kortsiktige fordeler inkluderer bedre konsentrasjon på skolen, forbedret selvbilde, og økt livskvalitet. Introduksjon til gode treningsvaner som ung gir også langsiktige gevinster, med økt sannsynlighet for aktivitet som voksen. Dette har betydelige samfunnsøkonomiske virkninger ved å redusere helse- og trygdeutgifter, øke arbeidstilknytning, og minske sykefravær.

Fysisk aktive barn utvikler sterkere skjelett og muskler, og positive treningsvaner som unge gir langsiktige samfunnsøkonomiske nyttevirkninger, spesielt knyttet til benbygning. Dersom ungdom øker hard trening med én time per uke anslår rapporten en sammenheng med 19 flere minutter arbeid årlig i senere voksenliv.

I kunnskapsgrunnlaget fra Tverga<sup>47</sup> viser de til data fra ulike kilder, blant annet Bakken & Strandbu, Seippel og Ungdata. Tallene viser at en betydelig majoritet av befolkningen har deltatt i organisert idrett siden barndommen, med opptil 92 prosent som har vært involvert. Imidlertid er det en bekymringsfull tendens med økende frafall fra organisert idrett, spesielt blant yngre aldersgrupper, hvor barn begynner å falle fra i stadig tidligere alder. Ved fylte 18 år er kun 1 av 3 fortsatt medlem av et idrettslag, selv om den organiserte idretten forblir populær blant norsk ungdom generelt, med 74 prosent som har deltatt i et idrettslag etter ungdomsskolen.

Selv om mange ungdommer slutter i organisert idrett, betyr ikke dette nødvendigvis at de blir fysisk inaktive. Data indikerer at kun 20 prosent av de som slutter i ungdomsidretten, slutter helt å trene. En stor del av norske ungdommer engasjerer seg i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet, med rundt halvparten som deltar i slike aktiviteter.

Blant de egenorganiserte aktivitetene er tradisjonelle idretter som fotball og ski fortsatt populære, men det er også en økende interesse for ikke-tradisjonelle aktiviteter som brettaktiviteter, sykling, street/breakdance, tricking og parkour.

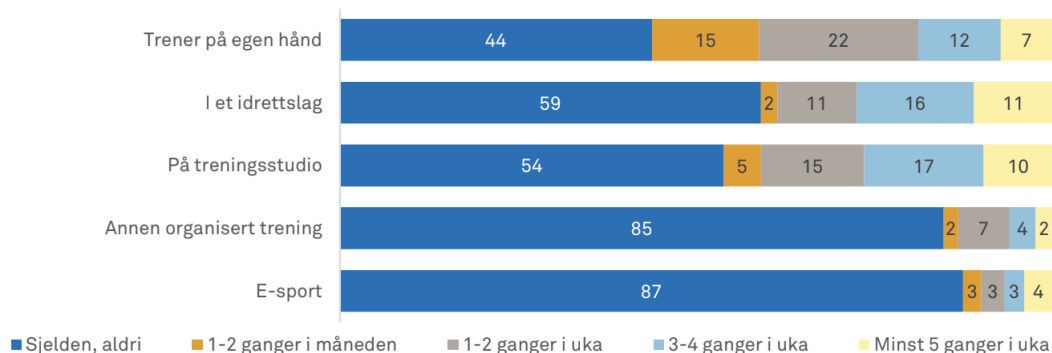
---

<sup>46</sup> Nyttten av idrettsanlegg og betydning for fysisk aktivitet:

<https://www.idrettsforbundet.no/contentassets/1b115ea54b464213ab98f060cf644205/sammendrag-va-rapport-2022-20-nyttten-av-idrettsanalegg.pdf>

<sup>47</sup> Kunnskapsgrunnlaget fra Tverga

#### Hvor ofte ungdom trener på ulike måter



Illustrasjon hentet fra rapporten Ungdata 2022

### 5.6.2 Voksne

Når det gjelder voksne viser Tverga<sup>48</sup> til Levekårsundersøkelsen og Breivik & Rafoss, Samlet sett viser data fra Levekårsundersøkelsen (SSB, 2021) at 79,4 % av den aktive befolkningen over 16 år engasjerer seg i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet, mens kun 8,9 % deltar i idrett organisert gjennom idrettslag.

Deltakelsen i egenorganisert fysisk aktivitet og trening økt betydelig blant den voksne befolkningen i Norge de siste to tiårene<sup>49</sup> Endringer i aktivitetsprofilen viser en særlig økning i populære aktiviteter som styrketrening, langrenn, og fotturer i naturen, samt en økning i mer spesifikke aktiviteter som klatring, kiting, rafting, dykking, snowboarding, roing og padling. Samtidig ser vi en nedgang i deltakelse i organiserte konkurranseidretter.

### 5.7 Behov for mer kunnskap

Et kunnskapsgrunnlag skal kartlegge, innenfor tilgjengelig tid og ressurser, hva man vet og hva som finnes. Det bør også avdekke hvor man trenger mer kunnskap. Ved å identifisere dette kan det gi grunnlag for mål og tiltak i planen. Det er særlig tre tema som utpeker seg:

- 1) Når det gjelder fysisk aktivitet, så er «nobelpris-spørsmålet» Hva motiverer de aller minst aktive til å bli mer aktive? Hvilke tiltak kan være effektive? Dette må undersøkes nærmere.
- 2) Skiller Agder seg ut vesentlig fra Norge som helhet på noen områder? Det er behov for å undersøke mer om det er regionale forhold eller variasjoner når det for eksempel gjelder barrierer for deltakelse, hvilke aktiviteter egder driver med og lignende.

<sup>48</sup> Kunnskapsgrunnlaget fra Tverga

<sup>49</sup> Breivik og Rafoss (2017)



- 3) Utviklingstrekk inn i framtiden: Hvordan vil for eksempel den teknologiske og digitale utviklingen påvirke folks valg, vaner og aktivitet? Dette blir det viktig å følge med på og følge opp med framtidige tiltak.



## 6 Aktører - Hvem gjør hva for vår fysiske aktivitet?

Den følgende redegjørelsen er ikke uttømmende, men et forsøkt på å identifisere sentrale aktører i Agder som påvirker rammeforholdene for innbyggernes fysiske aktivitet.

Mange av forholdene som påvirker vesentlig, men som ikke kan omfattes av en regional plan, formes av større aktører, nasjonale og globale forhold, og utviklingstendenser i samfunnet. For eksempel påvirker digitalisering og skjermbruk våre valg, vaner og aktivitet. Denne gjennomgangen begrenser seg til å se på aktører og tiltak lokalt i Agder, og hvordan de kan påvirke (og «dulte») våre valg, vaner og aktivitet i en gunstigere retning.

### 6.1 Kommunen

Kommunen har flere sentrale roller som lokal samfunnsutvikler, myndighetsutøver, og tjenesteprodusent, med spesifikt ansvar innenfor temaene samfunns- og arealplanlegging, folkehelse, friluftsliv, idrett, gå- og sykkelstrategier, grunnskolen, og medvirkning/samarbeid med innbyggere og lokale organisasjoner.

I forbindelse med fysisk aktivitet, idrett, og friluftsliv har kommunen ansvar for helhetlig samfunns- og arealplanlegging, inkludert delplaner for disse områdene. Videre skal kommunen bidra til aktivitetsfremmende tiltak, kartlegge og analysere friluftsområder, tilrettelegge områder og ferdselsårer, samt sikre og tilrettelegge statlig sikrede områder.

Innen idretten skal kommunen gjennomføre behovsanalyser, veilede, prioritere, og kontrollere spillemiddelsøknader, samt delta i anleggsutvikling. Gå- og sykkelstrategier, grunnskolen, samt medvirkning og samarbeid med innbyggere og lokale organisasjoner utgjør også viktige deler av kommunens ansvarsområder.

#### 6.1.1 BUA, Frisklivssentraler og andre lokale tilbud

I tillegg til kommunens ansvarsområder nevnt over, er nevnt vi spesielt tre tilbud i kommunene som er av relevans som virkemidler for økt fysisk aktivitet, for inkludering og for reduksjon av barrierer:

- *BUA: Barn – Unge – Aktivitet* er Norges største nettverk av ordninger for utlån av aktivitetsutstyr til sport og friluftsliv, slik at barn og unge skal få mulighet til å prøve flere og mer varierte aktiviteter.
- *Frisklivssentralene* er en helsefremmende og forebyggende kommunal helsetjeneste, som skal hjelpe enkeltpersoner å bli mer fysisk aktive, å få et sunnere kosthold, å bli sterkere psykisk og røykeslutt. Driften finansieres av kommunene, som kan søke støtte til etablering og utvikling fra fylkeskommunen.
- *Aktiv på dagtid* i regi av Agder Idrettskrets er et tilbud som retter seg mot arbeidssøkende, sykemeldte og uføretrygdede, med mål om treningsglede for alle.

Oversikt over tilbudene i kommunene i Agder (Noen kommuner kan ha tilsvarende tilbud uten at det framkommer her):

	<b>Frisklivssentraler (2020)</b>	<b>BUA (2024)</b>	<b>Aktiv på dagtid (2024)</b>
Arendal		Skattkammeret	x
Birkenes	X	BUA Birkenes	x
Bygland		BUA Bygland	
Bykle			
Evje og Hornnes			
Farsund	X	BUA Farsund	
Flekkefjord	X	BUA Flekkefjord BUA Sira BUA Gyland	
Froland	X		x
Gjerstad			x
Grimstad	X	BUA Grimstad	x
Hægebostad	X	BUA Hægebostad	
Iveland	X	BUA Iveland	
Kristiansand	X	BUA Kristiansand	
Kvinesdal	X	BUA Kvinesdal	
Lillesand	X	BUA Lillesand	x
Lindesnes	X	BUA Marnardal BUA Mandal BUA Speilen	
Lyngdal	X	BUA Lyngdal BUA Audnedal	
Risør	X		x
Sirdal	X	BUA Sirdal	
Tvedestrand	X	Har kommunal utlånsordning	
Valle			
Vegårshei			
Vennesla	X		
Åmli	X		
Åseral	X		

## 6.2 Fylkeskommunen

Fylkeskommunen innehar roller som regional utviklingsaktør, forvaltningsorgan, myndighetsutøver, og tjenesteleverandør. Spesielt relevant for denne planen er fylkeskommunens ansvarsområder, som inkluderer regional planlegging, folkehelse, kultur, idrett, og friluftsliv.

Fylkeskommunen har sentrale oppgaver i behandlingen og detaljfordelingen av spillemidler til anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Den bistår og veileder i sikring av friluftsområder, forvaltning og tilrettelegging i statlig sikrede friluftsområder, ivaretar

friluftsinnteresser og allemannsretten i fylkes- og kommuneplanlegging, i tillegg ansvar for videregående opplæring og samferdsel.

### 6.3 Statsforvalteren

Statsforvalteren fungerer som statens representant i fylket og har flere ansvarsområder. Dette inkluderer planlegging og forvaltning av arealer i fylket, hvor koordinering og implementering av nasjonal politikk spiller inn. Videre har statsforvalteren ansvar for å håndtere saker knyttet til klima og miljø, og bidrar dermed til å sikre at nasjonale miljømål og retningslinjer blir fulgt i fylket.

En vesentlig funksjon for statsforvalteren er å være en pådriver for kunnskapsbasert folkehelsearbeid og følge opp saker knyttet til statens grunneierskap og rettigheter. Dette omfatter også forvaltningen av områder som er sikret av staten.

Andre statlige aktører har også en rolle i egenskap av å være kilder til finansiering og tilskudd, samt som premissleverandører når det gjelder lovverk, planlegging og regulering.

### 6.4 Idretten

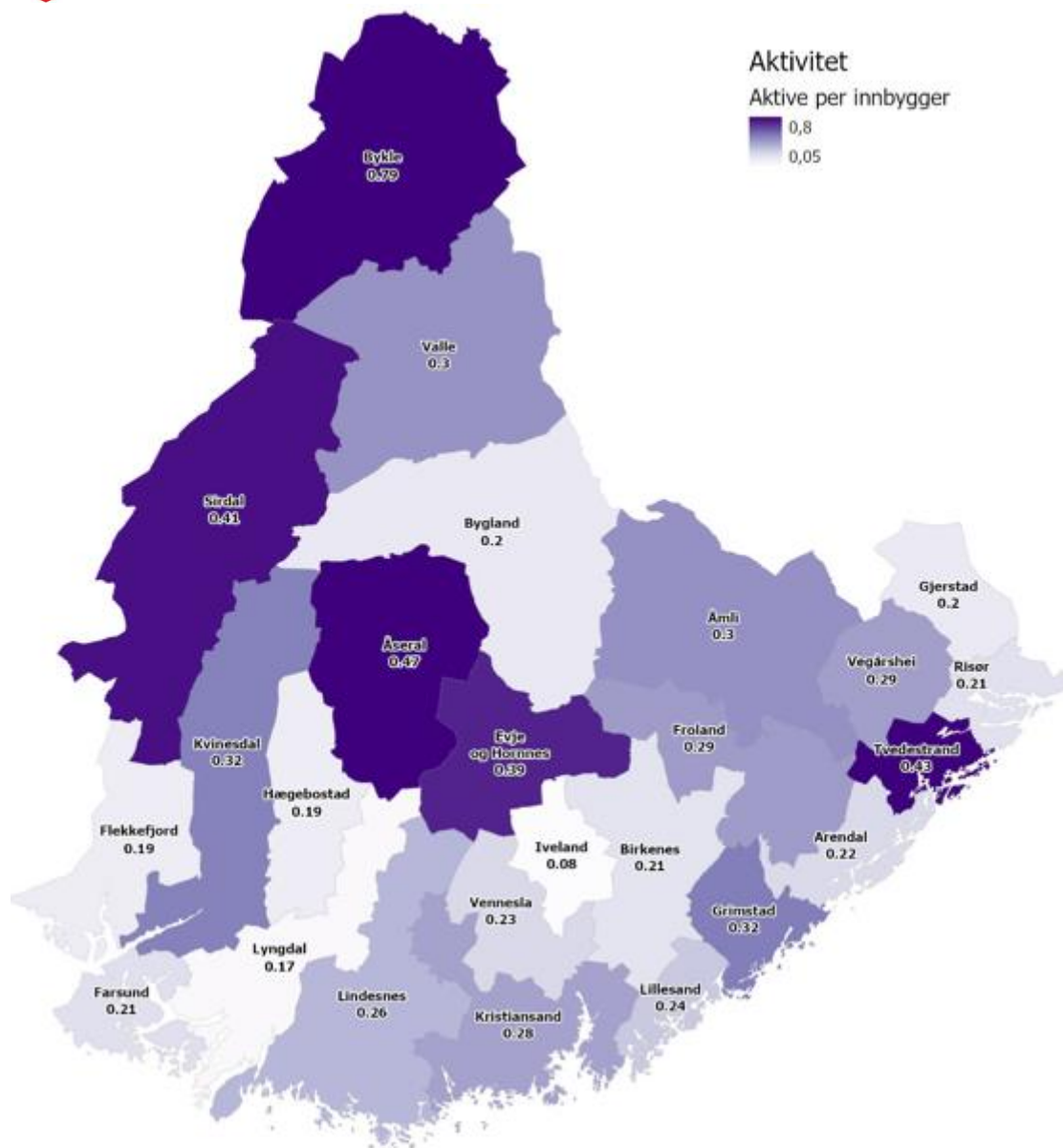
Idretten er en arena der befolkningen kan drive trening og konkurranser som sikrer gode opplevelser og god helse. I mange sammenhenger er idretten en viktig bidragsyter i det norske samfunnet. Den aktiviteten som hver eneste dag gjøres gjennom idrettslag er det største og viktigste bidraget fra idretten til samfunnet. Det er også verdt å nevne den tilleggsverdien idretten gir gjennom sosialt fellesskap, dugnadsånd og frivillig arbeid.

Norsk idrett bygger på frivillighet som er helt avgjørende for at befolkningen skal få et godt og variert tilbud. Det offentlige legger forholdene til rette for frivillig engasjement og innsats.

Kartoversikten under viser aktivitetsandelen i Agders kommuner<sup>50</sup>. Aktivitetsandelen er antall aktive i idrett delt på innbyggertallet i samme aldersgruppe. Siden en person kan være aktiv i flere idretter, kan aktivitetsandelen være høyere enn 1. Landsgjennomsnittet er 0,28, hvor Agder samlet sett har en aktivitetsandel på 0,26. I Agder er det kommunene Bykle, Åseral, Tvedestrand, Sirdal og Evje og Hornnes som har høyest deltakelse i idretten. På den andre siden er det Iveland, Lyngdal, Hægebostad og Flekkefjord som har lavest deltakelse i idretten.

---

<sup>50</sup> <https://www.idrettsindeks.no/>

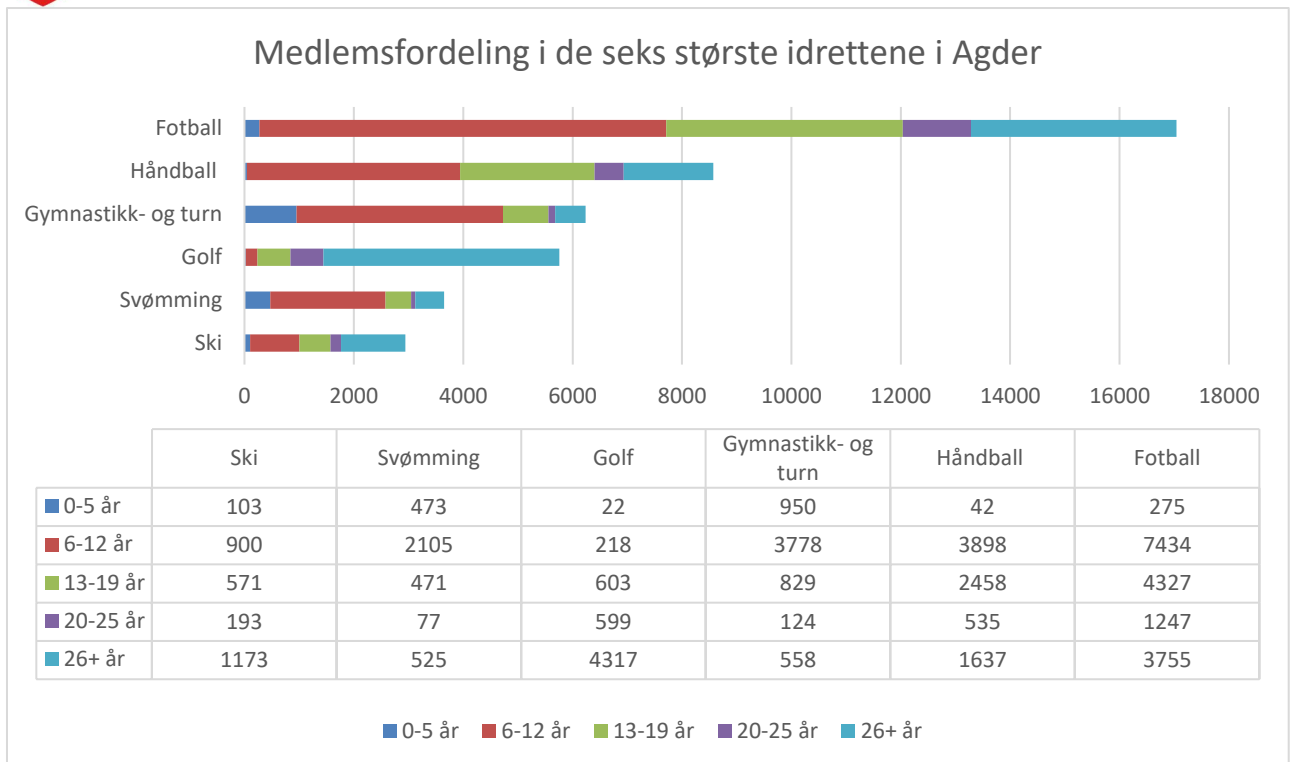


### 6.4.1 Idrettskretsen

Idrettsaktiviteten i Agder er stor, og medlemstallene har holdt seg jevnt på overkant av 90 000 de siste årene etter pandemiens utbrudd. Tall fra Agder idrettskrets for 2022 viser 93 016 medlemskap og 79 868 aktive medlemmer, fordelt 59,2 % menn/gutter og 40,8 % kvinner/jenter. I Agder er det 450 aktive idrettslag, fordelt på 55,9 % sær-idrettslag og 44,1 % fleridrettslag.

De seks største idrettene i Agder, basert på aktive medlemmer i særkretsen, er fotball, håndball, gymnastikk- og turn, golf, svømming og ski. Aktivitetstallene de siste årene har vært relativt jevne innen alle disse idrettene, og ved årsskifte 2022 – 2023 ser aktivitetstallene slik ut<sup>51</sup> .:

<sup>51</sup> Tall fra Agder Idrettskrets, de fem største forbundene



### 6.4.2 Idrettsråd

Idrettsrådet er kommunens samarbeidspartner for utvikling av idretten lokalt og for å sørge for gode rammebetingelser. Behovsanalyser utarbeidet i samarbeid med idrettslagene gir idrettsrådet en tydelig retning og klare prioriteringer som skal arbeides for i kommunen.

Idrettsrådet gir innspill til kommunedelplaner, kommunebudsjetter, lokale spillemiddeprioriteringer og hvilke anlegg idretten ønsker realisert. Det er av den grunn helt sentralt at det er gjennomført gode prosesser som gjør at innspillene idrettsrådet gir kommunen er godt forankret i idrettslagene.

Alle idrettslag skal ifølge Idrettsforbundets (NIF) lovverk være medlem av et idrettsråd. Idrettslag med medlemskap i NIF blir automatisk medlem i idrettsrådet i kommunen, og det er mulig med samarbeid mellom flere kommuner for å danne et "interkommunalt" idrettsråd. Idrettsrådet skal arbeide for best mulige forhold for idretten i kommune, og det skal være en arena for samarbeid mellom lagene, og de kommunale myndigheter og mellom lagene og idrettskretsen

Det er idrettsrådene som fastsetter tildelingskriterier og fordeler lokale aktivitetsmidler (LAM) til idrettslagene i sin kommune, basert på retningslinjer fra KUD, krav og anbefalinger fra NIF og lokale forhold. Kulturdepartementet (KUD) fastsetter beløpene som er til fordeling basert på innbyggertallet for barn og ungdom i hver kommune.

Idrettsrådene bruker medlemstall og/eller aktivitetstall for barn, ungdom, parautøvere (6-19 år) og allidrettsmedlemmer (6-19 år) fra samordna rapportering som

basisgrunnlag for fordelingen. Fra 2023 til 2025 er det innført en prøveordning hvor inntil fem prosent av midlene kan nyttes til drift og felles tiltak for idretten i regi av idrettsrådene. For 2023 ble det avsatt 446,5 mill. kroner til lokale lag og foreningers arbeid for barn (6–12 år) og ungdom (13–19 år), som betyr 493,5 kroner pr medlem 6-19 år.

## 6.5 Friluftsliv

### 6.5.1 Interkommunale friluftsråd (kommunalt oppgavefelleskap)

I Agder er det tre interkommunale friluftsråd som dekker alle de 25 kommunene i fylket. Friluftsrådernes hovedoppgave er å legge til rette for friluftsliv for alle innbyggere i sitt område– både gjennom informasjon, sikring og tilrettelegging av friluftslivsområder samt gjennom ulike friluftslivsaktiviteter. Av større satsinger kan Naturlos, friluftsskoler og aktivitetstiltak for barn, unge og minoritetsgrupper samt tilrettelegging for kyststier trekkes frem som eksempler. Friluftsrådene tilbyr også overnattingsmuligheter i gapahukleirer, kystledhytter og enkelte andre typer bygg.

Midt-Agder er det største friluftsrådet med sine 11 kommuner (Kristiansand, Lindesnes, Vennesla, Iveland, Lillesand, Evje- og Hornnes, Bygland, Valle, Bykle, Åseral og Birkenes), mens det minste friluftsrådet er Lister friluftsråd med sine 6 kommuner (Farsund, Flekkefjord, Lyngdal, Hægebostad, Sirdal og Kvinesdal). Friluftsrådet Sør dekker resterende 8 kommuner i Østre Agder, samt Nissedal kommune i Telemark. Friluftsrådene finansieres gjennom årlige driftstilskudd fra kommunene, fylkeskommunen og Friluftsrådernes landsforbund. I tillegg er prosjektfinansiering fra offentlige og private tilskuddsordninger og viktig for virksomheten friluftsrådene driver. I 2023 bidro kommunene og Agder fylkeskommune med følgende tilskudd (pr. innbygger):

Friluftsråd	Kommunalt driftstilskudd pr. innbygger	Fylkeskommunalt driftstilskudd pr. innbygger (og i sum).
Midt-Agder friluftsråd	21 kr	6 kr (1 066 524 kr)
Lister friluftsråd	15 kr	6 kr (231 282 kr)
Friluftsrådet Sør	11 kr	6 kr (558 998 kr)

Fylkeskommunes driftstilskudd pr. innbygger har vært på 6 kr siden 2020.

### 6.5.2 Den norske turistforening (DNT)

DNT arbeider for å fremme et enkelt, aktivt, allsidig og miljøvennlig friluftsliv og for å bevare natur og kulturverdier. I tillegg til drift av turistforeningshytter, merking av stier og gjennomføring av turer og friluftsansatte, har de prosjekter og turer for å inkludere nye grupper turgåere. Med støtte fra Agder fylkeskommunen har DNT de siste årene hatt en satsing på inkluderende friluftsliv for mennesker med nedsatt funksjonsevne, flyktninger og innvandrere. I Agder er det tre turistforeninger med

underliggende lokallag. DNT SØR er den største foreningen som i hovedsak har sine medlemmer og hytter Kristiansandregionen og Setesdal. I østre Agder finner vi Aust-Agder turistforening som dekker de 8 kommunene øst i fylket, samt Nissedal og Fyresdal i Telemark. I vestre Agder ligger Flekkefjord og Opland turistforening som dekker kommunene Lyngdal, Farsund, Kvinesdal, Flekkefjord, Sirdal og Lund (i Rogaland).

Turistforening	Antall medlemmer i 2023	Antall hytter i 2023
DNT Sør	7 591 <sup>52</sup>	12 hytter
Aust-Agder turistforening	4188 <sup>53</sup>	18 hytter
FOT	1020 <sup>54</sup>	1 hytte

De tre turistforeningene har en samarbeidsavtale med Agder fylkeskommune som i 2024 bidrar med driftstilskudd på 700 000 kr.

Gjennom frivillige innsats står turistforeningene for en stor mengde aktivitetstiltak for både barn og unge, unge voksne og eldre i hele fylket

### 6.5.3 Norges jeger- og fiskerforbund (NJFF)

NJFF er en interesseorganisasjon som jobber for å sikre både allmennheten og sine medlemmer tilgang til jakt- og fiskemuligheter i fremtiden. NJFF tilbyr jakt- og fiskemuligheter, jakt- og fiskeaktiviteter, opplæring, skytebanetrening, hundetrening osv. NJFF har to regionlag med underliggende lokallag i Agder. NJFF-Aust-Agder har 14 lokallag med til sammen 3287 medlemmer<sup>55</sup> (2023), mens NJFF- Vest-Agder har 10 lokallag og ca. 2870 medlemmer.

### 6.5.4 Forum for natur og friluftsliv i Agder (FNF Agder).

Forum for natur og friluftsliv (FNF) Agder er et samarbeidsnettverk for natur- og friluftslivorganisasjonene i regionen. Deres mål er å ivareta natur- og friluftslivinteressene i Agder ved å styrke og fremme organisasjonenes arbeid, være en møteplass for samarbeid og en arena for kompetansebygging for natur- og friluftslivorganisasjonene med sitt virke i regionen. Tilsluttede organisasjoner i 2023 har vært 4H Agder, Agder botaniske forening, Aust-Agder Turistforening, Birdlife Norge avd. Vest-Agder, DNT Sør, Lister Friluftsråd, Naturvernforbundet i Agder, Norges jeger- og fiskerforbund Aust-Agder, Norges jeger- og fiskerforbund Vest-Agder, Norsk zoologisk forening Sørlandsavdelingen, Skogselskapet i Agder, Sørlandets krets av Norges speiderforbund. Samlet representerer organisasjonene i nettverket ca. 23 000 medlemmer.

---

<sup>52</sup> DNT Sør sin [årsmelding](#) for 2022.

<sup>53</sup> Pers. med Erling Steen, DNT Aust-Agder turistforening, 4.1.2024

<sup>54</sup> Pers. med. Lilly Marie Kongevold, Daglig leder i FOT, 2.1.2024.

<sup>55</sup> Pers. med. Olav Schrøder, regionsekretær NJFF-Aust-Agder, 2.1.2024.

FNF Agder har en samarbeidsavtale med Agder fylkeskommune som de siste årene har bidratt med 200 000 kr i årlig tilskudd.

## 6.6 Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon og Samarbeidsforumet av Funksjonshemmedes Organisasjoner

Når det gjelder å forstå barrierer og tilrettelegge for fysisk aktivitet for personer med funksjonsnedsettelse, forvalter FFO Agder og SAFO Agder mye kunnskap og erfaring som deres representanter blant annet bidrar med inn i ulike medvirkningsråd regionalt og lokalt.

Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon i Agder representerer 88 interesseorganisasjoner med omkring 22 000 medlemmer. Deres overordnede mål er samfunnsmessig likestilling og deltakelse for funksjonshemmede og kronisk syke.

Samarbeidsforumet av Funksjonshemmedes Organisasjoner, SAFO, er en paraplyorganisasjon for Norges Handikapforbunds Ungdom (NHFU), Norges Handikapforbund (NHF), Norsk Forbund for Utviklingshemmede (NFU) og Foreningen Norges Døvblinde (FNDB). Det er samarbeid på tvers av organisasjoner for å oppnå likeverd, likestilling og samfunnsdeltakelse for mennesker med nedsatt funksjonsevne.

## 6.7 Andre frivillige organisasjoner

I tillegg til idrettslagene og de dedikerte friluftslivsorganisasjonene, driver mange frivillige organisasjoner i Agder med aktiviteter som bidrar til økt fysisk aktivitet. Det trenes, lekes, danses og går tur i mange organisasjoner som driver likemannsarbeid, som lager inkluderende møteplasser, i barneaktiviteter, pensjonistgrupper, speidergrupper, ungdomslag og lignende.

Nasjonalforeningen for Folkehelsen sitt nettverk av et tyvetall helselag og demensforeninger i Agder bør særlig nevnes som mulige lokale samarbeidspartnere, det samme gjelder ulike bruker- og interesseorganisasjoner som arbeider for bedre fysisk og psykisk helse for sine medlemmer og deltakere.

## 7 Økonomi og tilskuddsordninger

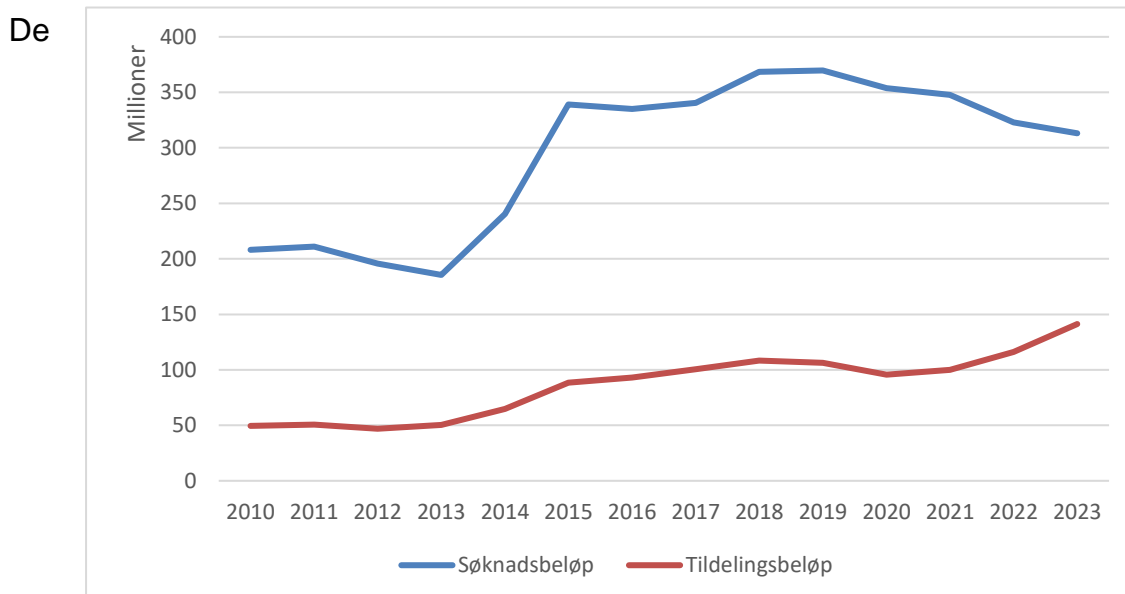
### 7.1 Spillemiddelordningen

I henhold til Kulturdepartementets bestemmelser for tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet er de viktigste målgruppene for bruk av spillemidler til idrettsformål barn (6-12 år) og ungdom (13-19 år). I tillegg vil staten legge til rette for at personer med nedsatt funksjonsevne skal kunne delta i idrett og fysisk aktivitet ut fra sine ønsker og forutsetninger.

Spillemiddelordningen til bygging og rehabilitering av anlegg for idrett og fysisk aktivitet;

- skal bidra til infrastruktur som gir befolkningen mulighet til å drive fysisk aktivitet, både i regi av den frivillige, medlemsbaserte idretten og gjennom muligheten for egenorganisert, fysisk aktivitet.
- skal bidra til at anlegg i lokalmiljøet som stimulerer og tilfredsstillende barns behov for fysisk aktivitet i organiserte eller egenorganiserte former prioriteres særskilt.
- har som mål å utvikle anlegg som tilfredsstillende ungdommens behov for utfordringer og variasjon. Ungdom må gis mulighet til å medvirke i utformingen av anlegg.
- skal bidra til at anleggene fungerer som gode sosiale møteplasser i lokalsamfunnene.

I Agder er det store forskjeller fra kommune til kommune når det gjelder å jobbe strategisk med anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Det er flere kommuner som har fulltidsansatte som jobber med anleggsutvikling, mens det også er mange kommuner hvor anleggsutvikling er en svært liten del av en ansatts årsverk.



siste årene har søknadsbeløpet både nasjonalt og i Agder avtatt, med 2018 og 2019 som årene med de høyeste søknadsbeløpene i Agder med henholdsvis 368,5 mill.

kroner og 369,7 mill. kroner. Det skjedde en stor økning i søknadsbeløpene mellom 2014 og 2015, hvor flere store og kostnadskrevenende svømmeanlegg ble omsøkt. Når det gjelder utviklingen i tildelingsbeløp så er den gradvis blitt større og større, som gjør at ventetiden på å få tildelt midler en rekordlav.

I tabellen under er det oversikt over antall nye søknader pr kommune de siste fire årene, og her er både idrettsanlegg og nærmiljøanlegg inkludert:

Kommune	2020	2021	2022	2023	Totalt
Arendal	7	6	11	1	25
Birkenes	7	7	6	10	30
Bygland	1	2	1	1	5
Bykle	4	0	2	2	8
Evje og Hornnes	5	2	7	1	15
Farsund	0	0	2	2	4
Flekkefjord	12	2	7	5	26
Froland	2	6	2	3	13
Gjerstad	1	1	12	1	15
Grimstad	3	4	5	6	18
Hægebostad	2	1	2	0	5
Iveland	1	1	1	1	4
Kristiansand	30	24	23	60	137
Kvinesdal	0	4	4	1	9
Lillesand	1	6	3	6	16
Lindesnes	7	8	7	3	25
Lyngdal	23	3	2	3	31
Risør	3	3	1	2	9
Sirdal	0	2	8	4	14
Tvedestrand	3	2	0	19	24
Valle	1	2	0	1	4
Vegårshei	4	2	2	5	13
Vennesla	5	6	3	2	16
Åmli	0	2	2	4	8
Åseral	0	6	3	2	11
<b>Totalt</b>	<b>122</b>	<b>102</b>	<b>116</b>	<b>145</b>	<b>485</b>

## 7.2 Økonomiske tilskuddordninger for friluftslivstiltak

På regionalt nivå finnes følgende tilskuddsordninger som retter seg mot friluftslivstiltak i regi av kommuner, friluftsråd og frivillige lag og foreninger:

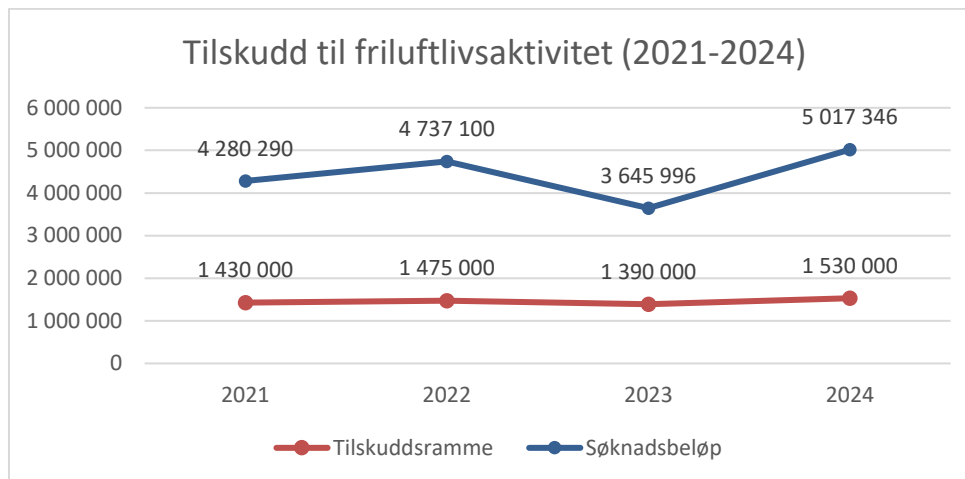
### 7.2.1.1 Tilskudd til friluftslivsaktiviteter

Statlig tilskuddsordning som fylkeskommunen forvalter på vegne av Miljødirektoratet. Tilskuddsordningen skal forvaltes innenfor rammene i forskrift fastsatt av Klima- og miljødepartementet og retningslinjer fastsatt av Fylkestinget. Målet med ordningen er å medvirke til økt deltakelse i helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlig friluftsliv for alle grupper i befolkningen. Det er friluftsråd og frivillige

medlemsorganisasjoner som er registrert i Enhetsregisteret som kan søke. Prioriterte målgrupper er:

- Barn, unge og barnefamilier
- Personer med nedsatt funksjonsevne
- Personer som er lite aktive

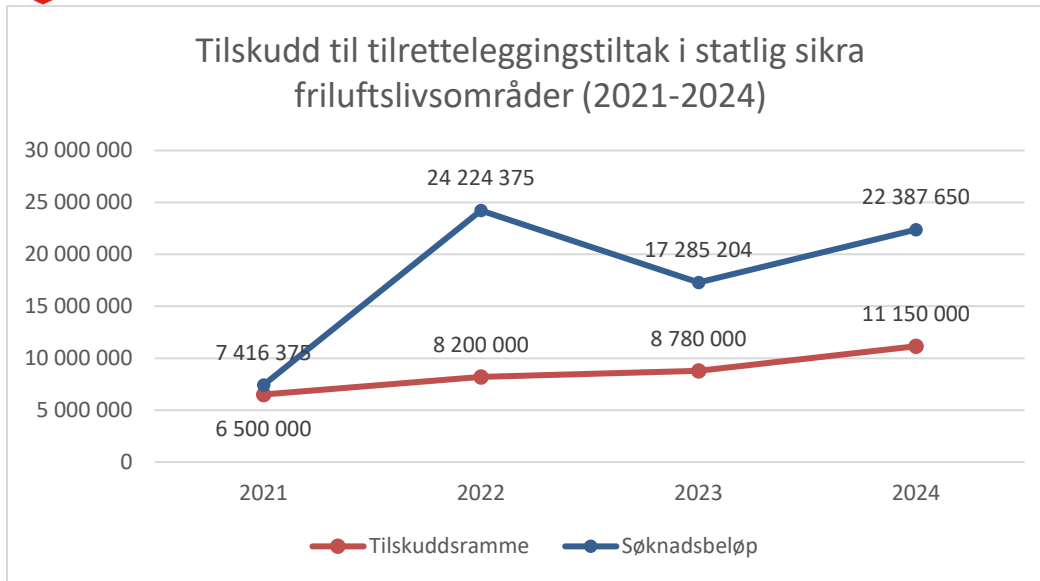
Den fylkesvise rammen fastsettes av Miljødirektoratet med utgangspunkt i antall innbyggere i fylket, antall kommuner og søknadsvolum.



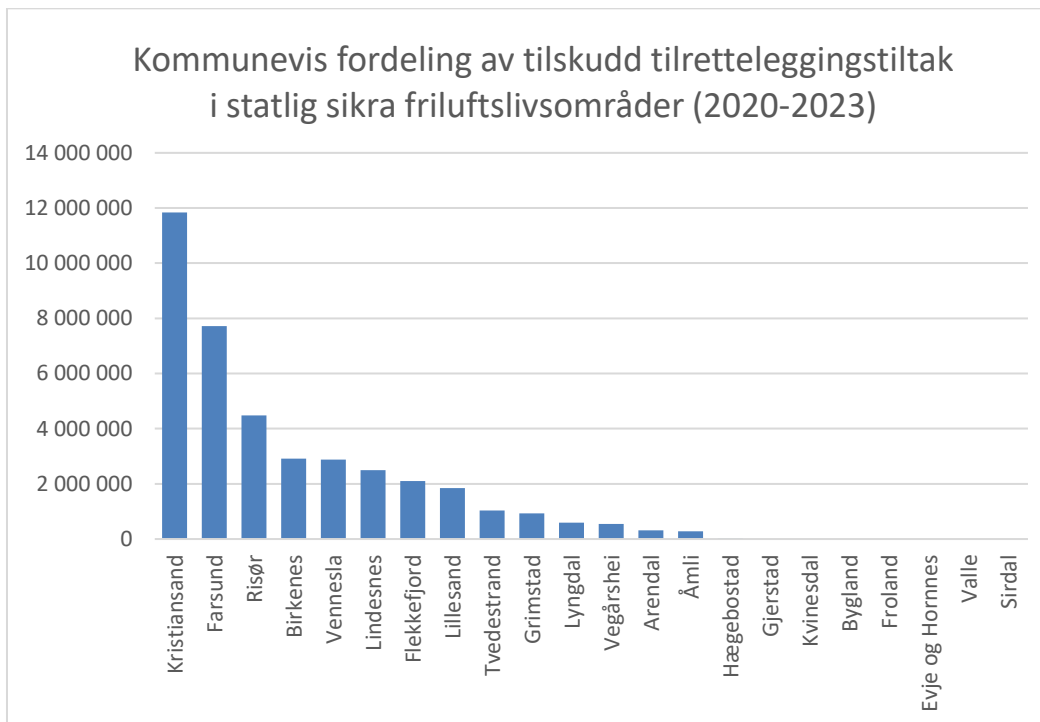
*Oversikt over tilskuddsramme og søknadsbeløp over den statlige tilskuddsordningen Tilskudd til friluftslivsaktivitet i perioden 2021-2024.*

### 7.2.1.2 Tilskudd til tiltak i statlig sikra friluftslivsområder

Statlig tilskuddsordning som fylkeskommunen forvalter på vegne av Miljødirektoratet. Tilskuddsordningen skal forvaltes innenfor rammene i forskrift fastsatt av Klima- og miljødepartementet og retningslinjer fastsatt av Fylkestinget. Målet for ordninga er å medvirke til å fremme friluftslivsaktivitet i statlig sikra friluftslivsområder. Gjennom naturvennlig tilrettelegging og skjøtsel skal områdene gjøres lett tilgjengelige og attraktive for allmenhetens friluftsliv. Det kan gis tilskudd til fysisk tilrettelegging og skjøtsel, men ikke til arrangementer, drift osv. Det er bare kommuner og friluftsråd som kan søke tilskudd, og ordningen gjelder kun tiltak innenfor statlig sikra friluftslivsområder. Den fylkesvise rammen fastsettes av Miljødirektoratet med utgangspunkt i antall statlig sikra friluftslivsområder, antall områder med forvaltningsplan og søknadsvolum. Som vi kan se i figurene under, så er søknadsbeløpet vesentlig høyere enn tilskuddsrammen. Vi ser også at enkelte kommuner har fått en stor andel av tilskuddsrammen, og at en liten overvekt av tilskuddsmidlene brukes andre steder enn i nærfriluftsområder (dvs. friluftsområder innenfor 1 km fra SSBs avgrensning av tettsted). Noe av årsaken til dette er at mange av de statlige sikra friluftslivsområdene ligger på øyer og holmer.



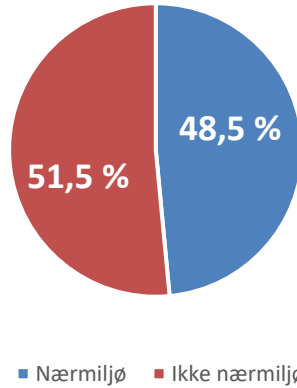
Oversikt over tilskuddsramme og søknadsbeløp over den statlige tilskuddsordningen Tilskudd til tilretteleggingstiltak i statlig sikra friluftslivsområder i perioden 2021-2024.



Kommunevis fordeling til tilskudd til tilretteleggingstiltak i statlig sikra friluftslivsområder i perioden 2020-2023.



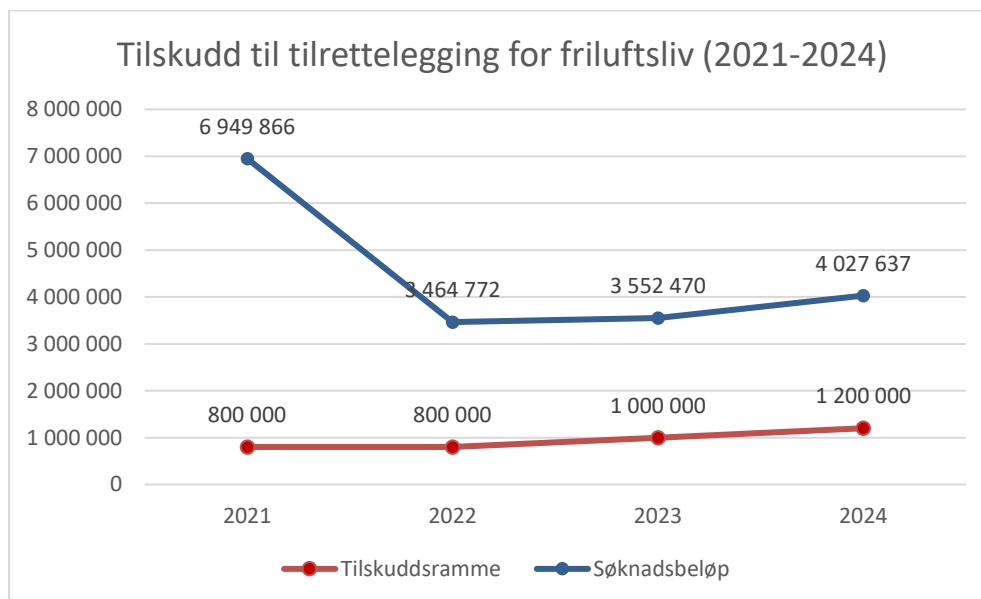
### Fordeling av hvor tilskudd til tilretteleggingstiltak i statlig sikra friluftslivsområder ble brukt i perioden 2020-2023



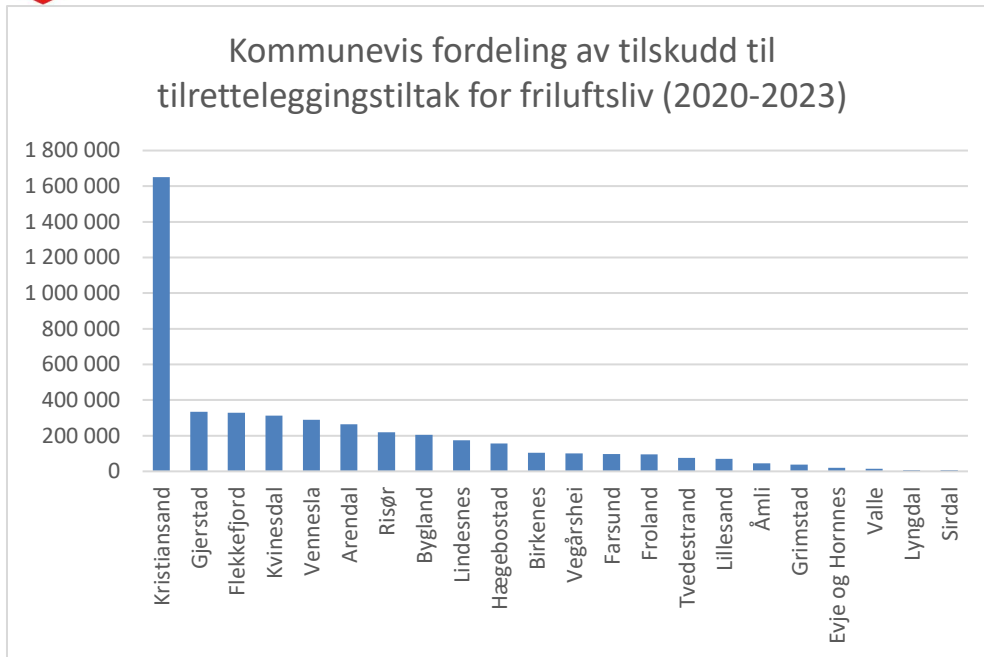
Fordeling av hvor tilskudd til tilretteleggingstiltak i statlig sikra friluftslivsområder ble benyttet i perioden 2020-2023. Nærmiljø defineres som SSB sin tettstedsdefinisjon pluss 1 km buffer.

#### 7.2.1.3 Tilskudd til tilrettelegging for friluftsliv

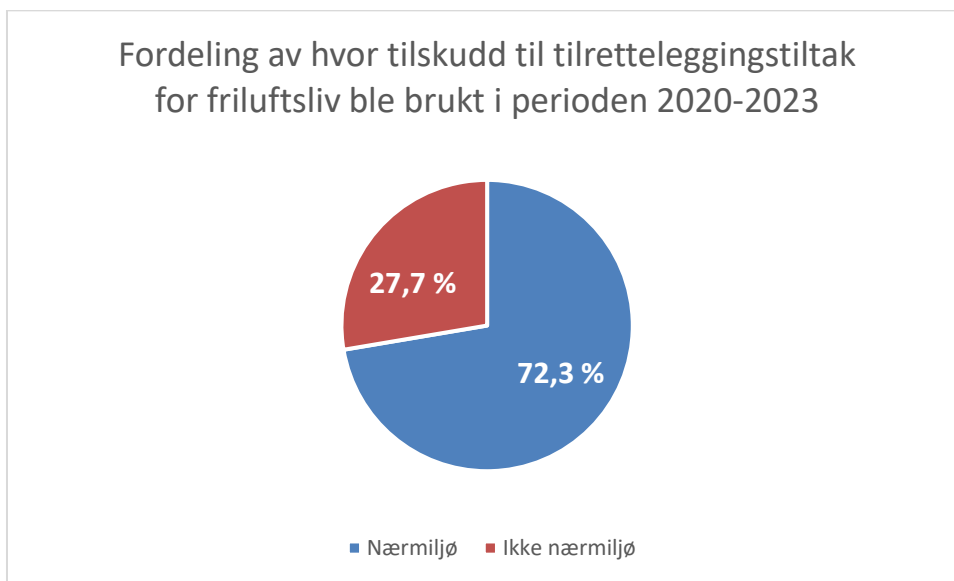
Fylkeskommunal tilskuddordning hvor kommuner, friluftsråd og frivillige organisasjoner kan søke tilskudd til fysiske tilretteleggingstiltak i områder som ikke har status som statlig sikra friluftslivsområder. Som vi kan se i figurene under, så er søknadsbeløpet vesentlig høyere enn tilskuddsrammen. Vi ser også at Kristiansand kommune har fått en stor andel av tilskuddsrammen, og at nesten  $\frac{3}{4}$  av tilskuddsmidlene brukes i nærfriluftsområder (dvs. friluftsområder innenfor 1 km fra SSBs avgrensning av tettsted).



Oversikt over tilskuddsramme og søknadsbeløp over den fylkeskommunale tilskuddsordningen Tilskudd til tilrettelegging for friluftsliv i perioden 2021-2024.



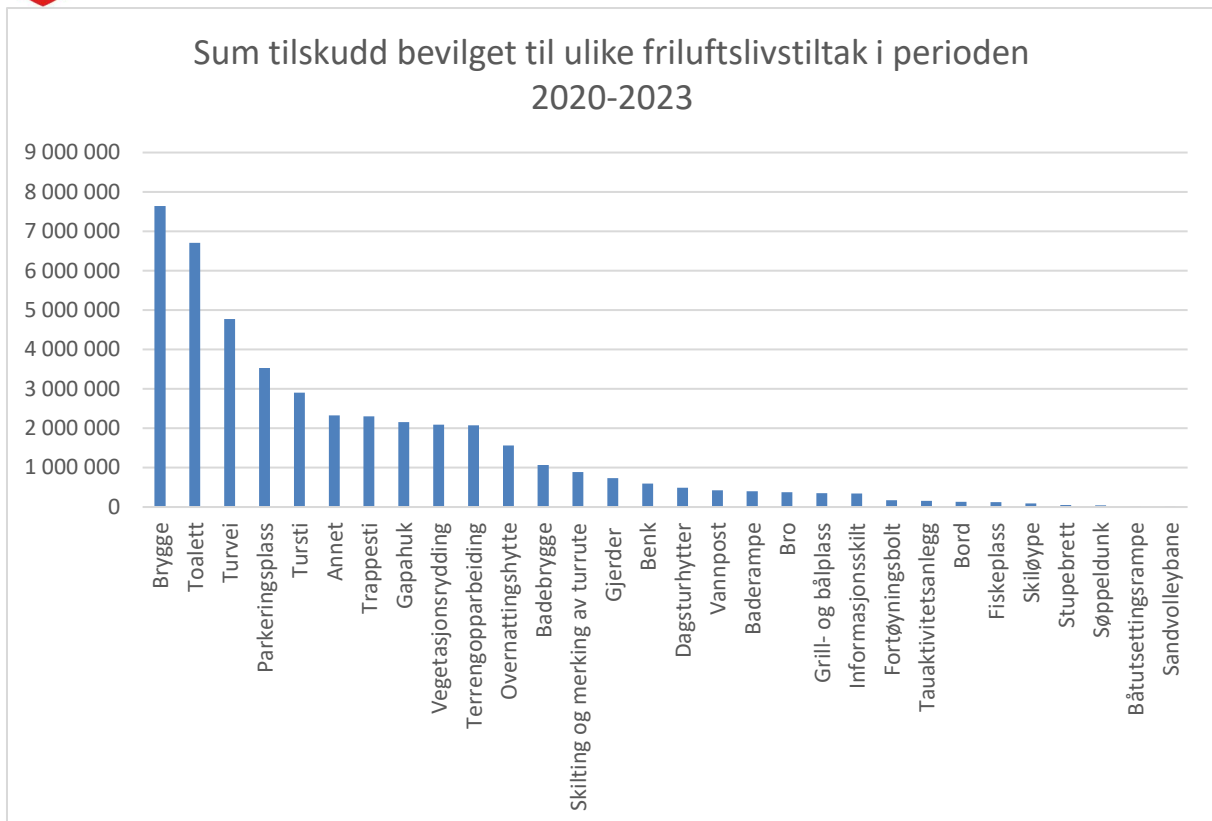
Kommunevis fordeling av tilskudd fra tilskuddsordningen tilskudd til tilrettelegging for friluftsliv i perioden 2020-2023.



Fordeling av hvor tilskudd til tilrettelegging for friluftsliv ble benyttet i perioden 2020-2023. Nærmiljø defineres som SSB sin tettstedsdefinisjon pluss 1 km buffer.

#### 7.2.1.4 Hvordan blir tilretteleggingsmidler for friluftsliv fordelt på ulike tiltakstyper?

Dersom vi ser den statlige og fylkeskommunale tilskuddsordningen samlet, så har det i perioden 2020-2023 blitt bevilget mest tilskuddsmidler til brygger og toaletter. Deretter følger turvei, tursti og parkeringsplass. Dersom målet er å øke aktivitetsnivået i befolkningen, bør man i årene som kommer prioritere turveier, turstier og tilrettelegging av landfaste nærfriluftsområder fremfor brygger og parkeringsplasser.



Oversikt over hvordan tilskuddsmidler fra statlig og fylkeskommunal tilskuddsordning for tilrettelegging for friluftslivstiltak har blitt fordelt i perioden 2020-2023.

### 7.2.1.5 Tilskudd til arbeid med kyststi

Fylkeskommunal tilskuddsordning hvor kommuner og friluftsråd kan søke tilskudd til drifts- og personellressurser for etableringa av kyststi på Agder. Ressursbruk til ulike former for planleggingsarbeid som arbeid med grunneieravtaler, utredninger, mulighetsstudier og lignende kan støttes. Det gis ikke støtte til fysisk tilrettelegging av kyststi (f.eks skilting, opparbeiding som kan søkes over andre tilskuddsordninger) eller drift av eksisterende kyststi. Tilskuddsrammen har vært 0,5 mill. kroner årlig i perioden 2022-2024.

### 7.2.1.6 Sparebanken Sør turstimidler 2024 -2026

Privat tilskuddsordning der frivillige og foreninger kan søke tilskudd til å anlegge nye turstier eller oppgradere eksisterende. Eksempler på oppgradering kan være bedre skilting, bedre adkomstmuligheter, eller på annen måte tilrettelegging langs eller på turstier. Ordningen forvaltes av friluftsrådene fra Bryne til Sandefjord, i samarbeid med Sparebanken Sør. Nåværende ordning varer til og med 2026. Tilskuddsrammen siste 3 år har vært på 1 mill. kr. i 2022, 1 mill. kr i 2023, og 2 mill. kr i 2024.

## 7.3 Tilskudd til kommunale frisklivs-, læring- og mestringstiltak

På vegne av Helsedirektoratet forvalter Fylkeskommunen en tilskuddsordning som skal stimulere kommunene til etablering og videre utvikling av kommunale frisklivs-, lærings- og mestringstilbud. Disse bidrar til å fremme helse og livskvalitet, forebygge sykdom, tidlig intervensjon, og til at brukerne lærer å mestre livet med sykdom.



**AGDER**  
fylkeskommune

Målgruppen er personer som har økt risiko for eller har utviklet sammensatte helseplager og kronisk sykdom.

## 8 Arealer og planlegging

### - Tilgang til rekreasjons- og friluftslivsområder

#### 8.1.1 Arealbruk og arealplanlegging

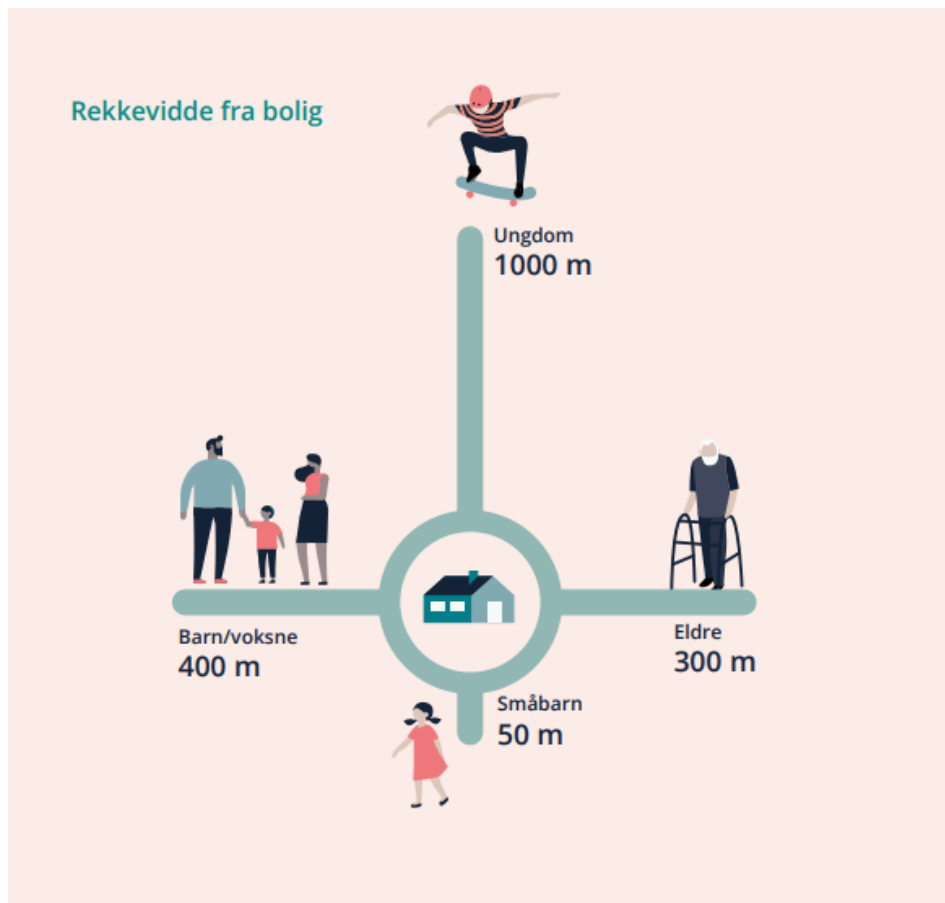
Planlegging er viktig fordi det settes mål for samfunnsutviklingen i kommunen, og at de nødvendige arealene blir satt av. Målene for samfunnsutviklingen settes i kommuneplanens samfunnsdel med satsingsområder og prioriteringer for ønsket utvikling i kommunen. Kommunen må legge nasjonale og regionale føringer og interesser til grunn for arbeidet. Kommuneplanens samfunnsdel legger grunnlaget for arbeidet med kommuneplanens arealdel, hvor man avsetter nødvendige arealer for ønsket utvikling i kommunen. Planlegging er på bakgrunn av dette et viktig virkemiddel for å få til et aktivitetsvennlig samfunn med nærmiljøer som bidrar til mer fysisk aktivitet.

90 prosent av Agders befolkning bor i dag i byer og tettsteder – og tallet øker. Gode aktivitets- og friluftslivsområder i og ved byer og tettsteder kan derfor gi svært mange mennesker mulighet til å være fysisk aktiv i dagliglivet<sup>56</sup>. Det blir viktig hvor vi plasserer boligområder, idrettsanlegg, skoler og barnehager i forhold til friluftsområder og turveier for å få til et aktivitetsvennlig samfunn. Korte avstander gir grunnlag for mer sykkel og gange i hverdagen. For å legge til rette for aktivitetsvennlige nærmiljø er det viktig å ha kunnskap om hvor langt de ulike aldersgruppene beveger seg fra der de bor eller oppholder seg i hverdagen illustrasjonen under. De riktige arealene for de ulike funksjonene bør da avsettes og sikres kommuneplanens arealdel. Tilsvarende er det viktig å ha oversikt over hvordan befolkningen opplever tilgangen på ulike typer rekreasjons og friluftslivsområder.

Illustrasjonen under viser hvor langt ulike aldersgrupper beveger seg i en radius fra sin bolig, og dermed hva som må hensyntas for å skape gå- og aktivitetsvennlige nærmiljøer. For små barn er radiusen 50 meter, barn/voksne 400 meter, ungdom 1000 meter og eldre 300 meter (hentet fra nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet).

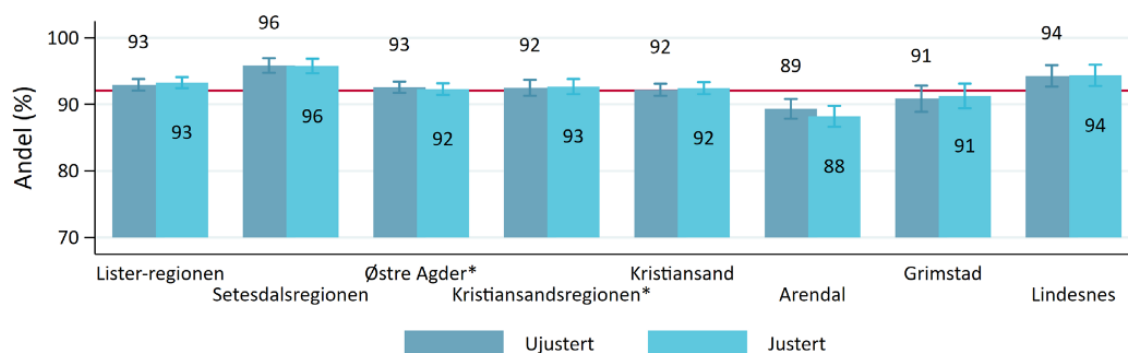
---

<sup>56</sup> <https://agdertall.no/bolig-og-husholdninger/>



### 8.1.2 Befolkningens opplevde tilgang til natur- og friluftslivsområder

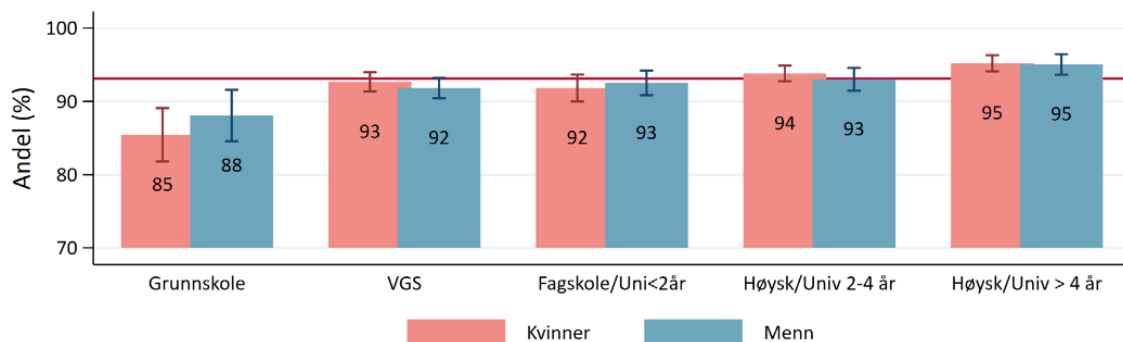
Ifølge Fylkehelseundersøkelsen i 2023<sup>57</sup> oppgir 92,1 % av befolkningen at de har god eller svært god tilgang på natur- og friluftslivsområder. Dette er en nedgang på 2,9 % fra 2019. Det er noe, men relativt små forskjeller mellom regionene. I Arendalsregionen er opplevelsen av tilgang til natur- og friluftslivsområder lavest.



*Andel som opplever god eller svært god tilgjengelighet til natur- og friluftslivsområder – fordelt på regioner i Agder. Justerte tall er justert for demografiske forskjeller mellom regionene.*

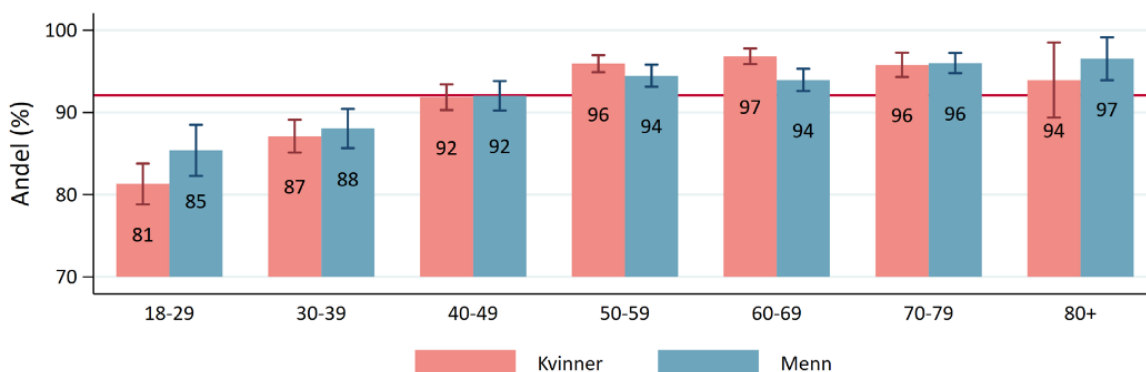
<sup>57</sup> [Fylkehelseundersøkelsen i Agder 2023](#)

Undersøkelsen viser videre at andelen som oppgir god eller svært god tilgang til natur- og friluftsområder ikke varierer i vesentlig grad mellom kjønn og utdanningsnivå, men unntak av dem med kun grunnskoleutdanning som ligger noe lavere. Når det gjelder alder så er andelen som opplever god eller svært god tilgang på natur- og friluftslivsområder noe lavere blant de mellom 18-39 år enn for øvrige aldersgrupper.



*Andel som opplever god eller svært god tilgjengelighet til natur- og friluftsområder – fordelt på kjønn og utdanningsnivå.*

Når det gjelder alder så er andelen som opplever god eller svært god tilgang på natur- og friluftslivsområder noe lavere blant de mellom 18-39 år enn for øvrige aldersgrupper.

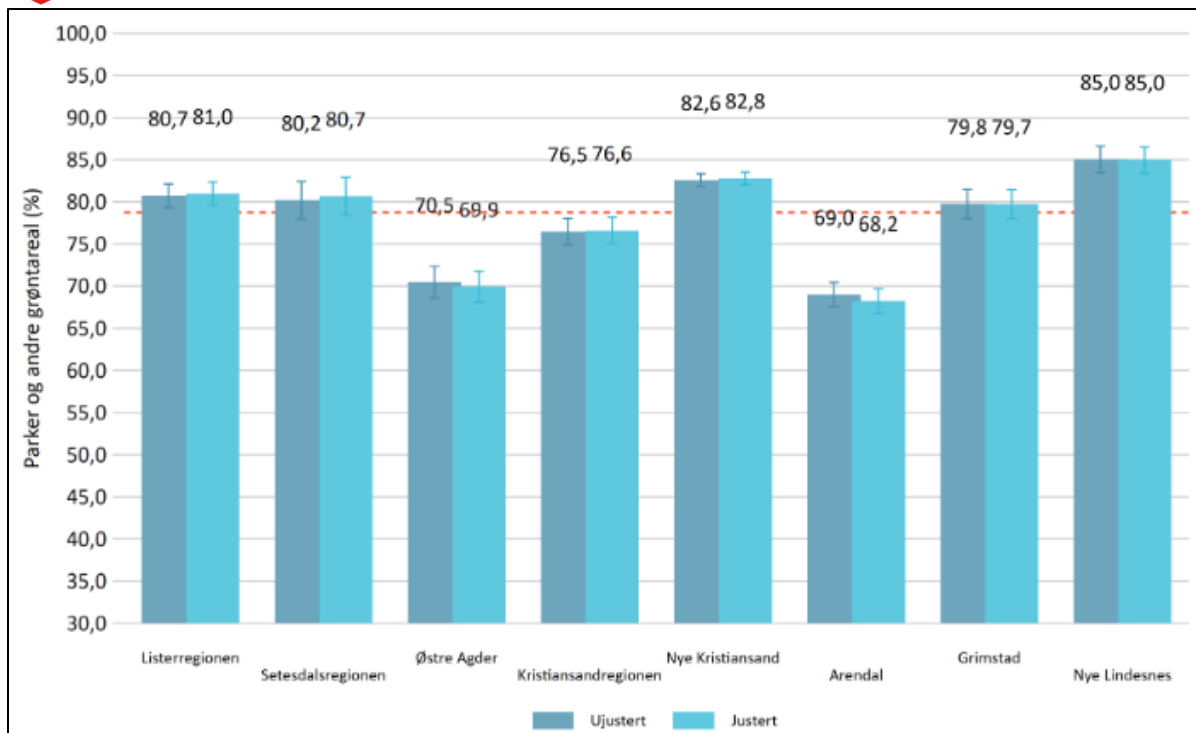


*Andel som opplever god eller svært god tilgjengelighet til natur- og friluftsområder – fordelt på kjønn og alder.*

### 8.1.3 Befolkningens opplevde tilgang på parker og andre grøntarealer

Ifølge Fylkeshelseundersøkelsen i 2019<sup>58</sup> oppgir 78,8 % av befolkningen at de har god eller svært god tilgang på parker og andre grøntareal. Østre Agder og Arendal skiller seg ut med vesentlig lavere andel (henholdsvis 69,9 % og 68,2%) som opplever god eller svært god tilgang til denne typen områder.

<sup>58</sup> [Fylkehelseundersøkelsen i Agder 2019](#)



*Andel som opplevde god eller svært god tilgjengelighet til parker og andre grøntareal – fordelt på tvers av regioner av fylket.*

Undersøkelsen viser videre at andelen som oppgir god eller svært god tilgang til rekreasjons og andre grøntarealer ligger 3-6 %-poeng høyere blant kvinner enn blant menn. Når det gjelder alder så øker andelen som opplever god eller svært god tilgang på parker og andre grøntarealer fra de mellom 18-29 år (67,8 %) til de mellom 50-59 (86 %). Deretter flater andelen ut for de eldste aldersgruppene.

#### 8.1.4 Befolkningens tilgang til registrert merket fotrute og eller registrert fotrute i Strava.

Mange av de merkede fotrutene i Agder ligger i den nasjonale turrute-databasen. Samtidig er det mange andre umerkede stier som brukes til friluftsliv og turgåing. For å identifisere de meste brukte av disse, har vi benyttet brukerdata fra treningsappen Strava. Analyser viser at 90,4 % av Agders befolkning bor nærmere enn 500 meter fra nærmeste merka fotrute eller registrert strava-fotrute (som er brukt mer enn 50 ganger i løpet av 2022). Når det gjelder kommunevis fordeling, så ser man at befolkningen i de store bykommunene har best tilgang på merkede fotruter og strava-fotruter, mens befolkningen i distriktskommuner bor lenger unna merkede fotruter og strava-ruter.

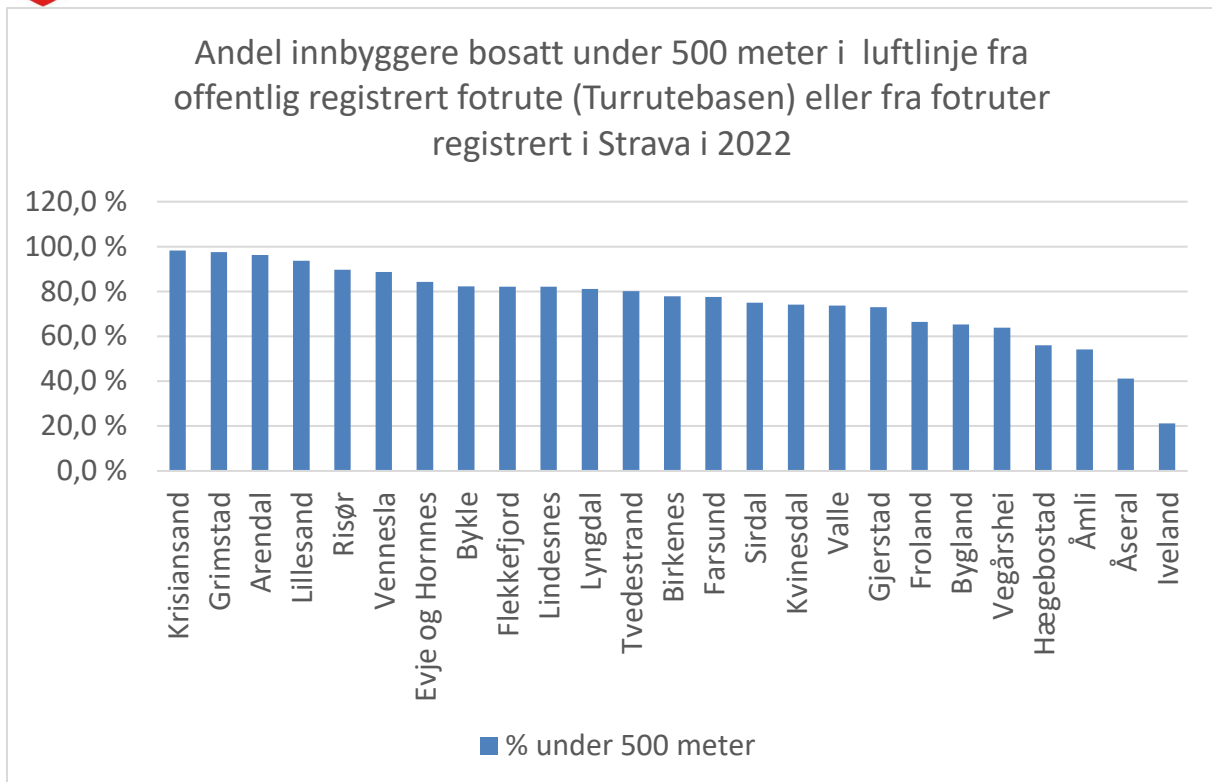


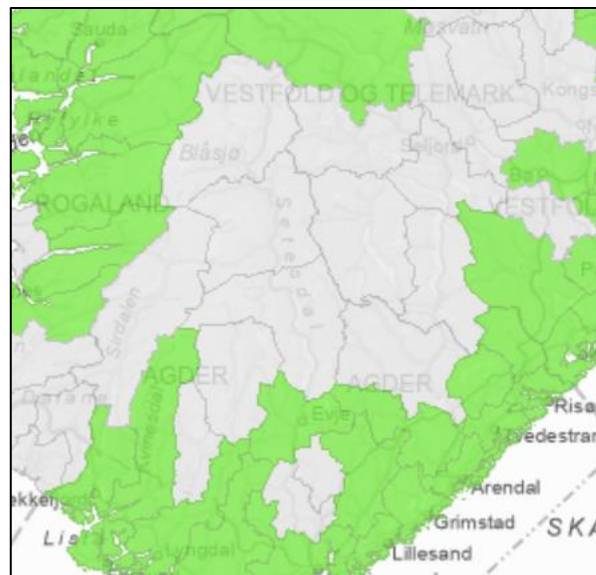
Diagram som viser andel innbyggere i hver kommune som bor nærmere enn 500 meter i luftlinje fra offentlig registrert merket fotrute, eller fra fotruter registrert i trenings appen strave (benyttes mer enn 50 ganger i 2022) i 2022.

## 8.1.5 Friluftslivsområder, turmuligheter og planer for tilrettelegging

### 8.1.5.1 Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder

I Agder har 15 av 25 kommuner gjennomført kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder i tråd med Miljødirektoratet sin veileder M98-2013 Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder. Formålet med datasettet er å gi en oversikt over hvilke områder som er viktige for allmennhetens friluftsliv, og at det samtidig skal være lett å redegjøre for hvilke vurderinger og kriterier som er lagt til grunn for arbeidet.

Kartet til høyre viser at de fleste av kystkommunene har blitt vurdert. Unntaket er Kristiansand kommune hvor gamle Songdalen kommune har blitt kartlagt, mens Søgne og gamle Kristiansand ikke har gjennomført kartlegging av sine friluftslivsområder.



Dekningskart over hvilke kommuner som har kartlagt og verdsatt sine friluftslivsområder etter Miljødirektoratet sin veileder M98-2013. Kommuner i grønn farge har gjennomført kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder. For Kristiansand er det kun gamle Søgne og Songdalen kommuner som er vurdert.



Utover dette er det mange av innlandskommunene som ikke tilbyr offentlig kartgrunnlag om friluftslivsverdiene i kommunene. Årsakene er flere. Enkelte kommuner (dvs. Evje og Hornnes, Bygland, Åmli, Iveland, Valle, Bykle, Åseral) ønsker ikke denne typen kunnskapsgrunnlag, mens Hægebostad, Vennesla, Kristiansand og Sirdal ikke har gjennomført arbeidet.

På grunn av forskjeller mellom kommunene når det gjelder om og til dels hvordan kartleggingen og verdsettingen har blitt gjennomført, har et datasett over regionale friluftslivsområder blitt etterlyst – blant annet av Miljødirektoratet i forbindelse med utarbeidelse av kunnskapsgrunnlag for Nasjonal ramme for vindkraft. For gamle Vest-Agder gjennomførte fylkeskommunen i 2014 en kartlegging av regionale friluftslivsområder på tvers av alle Vest-Agder-kommunene etter en lignende metodikk som på kommunalt nivå. Det har ikke blitt gjort tilsvarende i gamle Aust-Agder.

Pr. i dag mangler det en helhetlig og fullstendig kartlegging og verdsetting av friluftslivsområde for hele fylket.

#### *8.1.5.2 Statlig sikra friluftslivsområder*

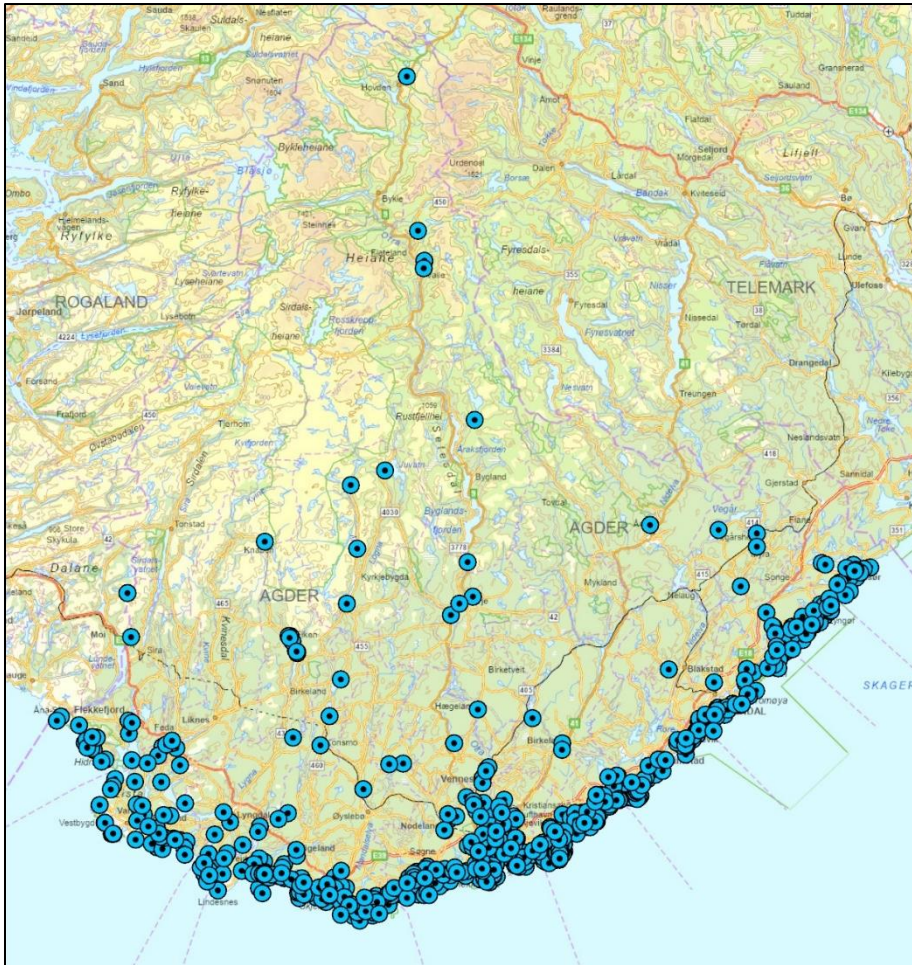
Statlig sikra friluftslivsområder er områder som det offentlige har skaffet seg råderett over gjennom kjøp eller avtale om bruksrett som sikrer at områdene ivaretas for dagens og fremtidige generasjoner. Når områdene får godkjent status som statlig sikret friluftslivsområde gjelder egne regler for forvaltningen av disse. Det er kommunene og friluftsrådene som har det daglige drift- og tilsynsansvaret i områdene, mens Agder fylkeskommune ivaretar det meste av statens oppgaver som grunneier og rettighetshaver<sup>59</sup>. De fleste av områdene er tilrettelagt for allmennhetens friluftsliv – for eksempel i form av turveier, turstier, parkeringsplasser, toaletter, benker, bord, bålplasser, brygger, baderamper, plenarealer osv. Kommuner og friluftsråd kan søke statlig tilskudd til kjøp eller inngåelse av bruksrettavtaler for nye statlig sikra friluftslivsområder.

Pr. 18.3.2024 er det 621 statlig sikra friluftslivsområder i fylket<sup>60</sup>. Dette utgjør 27 % av alle de sikra områdene i landet (2290). Noe av bakgrunnen for at det er så mange sikra områder i Agder er etableringen av skjærgårdsparkene på 1990- og 2000-tallet, bruksendring av tidligere forsvarseiendommer, behov for sikring av arealer i områder med stort utbyggingspress, samt at kommuner, fylkeskommunen og Statsforvalter har vært pådrivere for sikring av nye områder.

---

<sup>59</sup> [Forskrift om fylkeskommunenes oppgaver innenfor friluftslivsområdet](#)

<sup>60</sup> Miljødirektoratet sin [www.naturbase.no](http://www.naturbase.no) – sist besøkt: 18.03.2024.



*Kart som viser plassering av alle statlig sikra friluftslivsområder i Agder pr. 18.3.2024.*

En analyse av områdenes plassering viser at 50 % av områdene ligger på fastland eller på øyer med fastlandsforbindelse i form av tunnel eller bro. Av disse ligger halvparten av områdene i eller ved tettsteder (innenfor 500 meter fra SSB sin avgrensning av tettsted). Det betyr at kun 25 % av alle sikra området i Agder ligger i nærmiljøet. For å få sikret og tilrettelagt flere områder der folk bor, bør sikring av nærfriluftsområder prioriteres tydeligere fremover.

Agder er det fylket med klart flest statlig sikra friluftslivsområder, og Agder har mer enn dobbelt så mange friluftslivsområder som fylket med nest flest områder. Det høye antallet bidrar både til et høyt antall saker som gjelder forvaltning av områdene og at Agder fylke får en stor andel av statlige tilskuddsmidler til tilrettelegging av områdene.

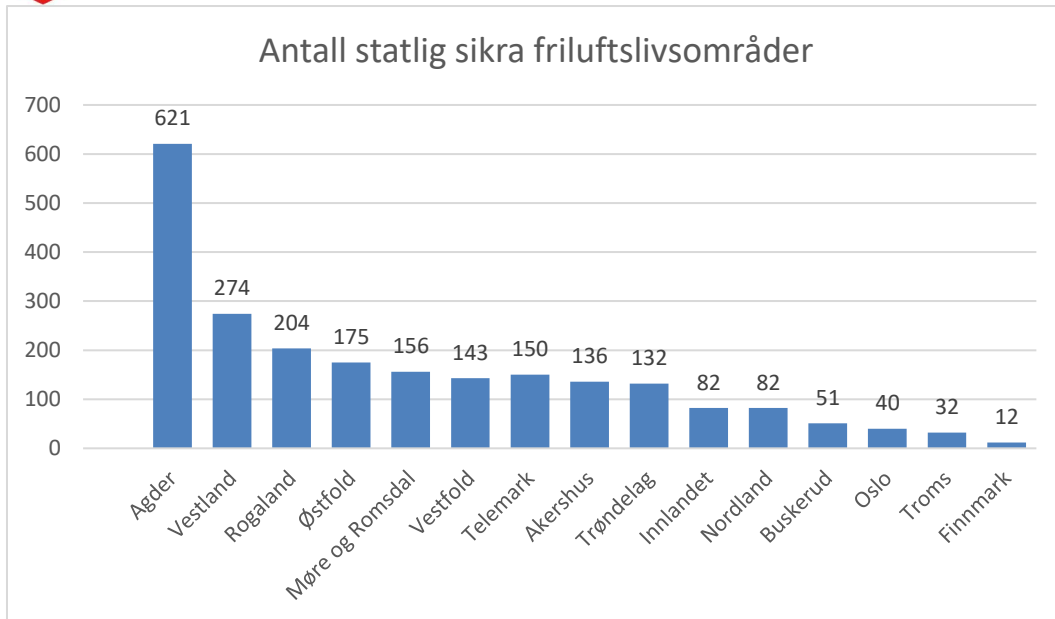


Diagram som viser fylkesvis fordeling av statlig sikra friluftslivsområder i Norge i 18.03.2024.

Det er stor variasjon i antall statlig sikra friluftslivsområder i hver enkelt kommune i Agder. Kort oppsummert kan vi si at sjønære kommuner med mye folk har flest sikra områder. Figuren under viser fordeling av statlig sikra friluftslivsområder fordelt på kommunene i Agder.

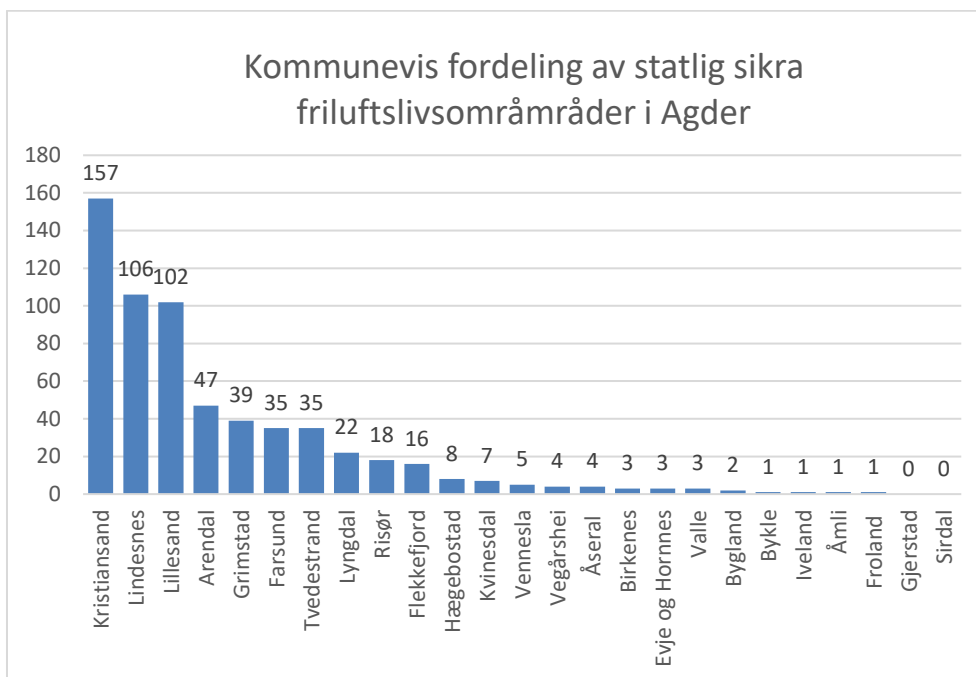


Diagram som viser kommunevis fordeling av statlig sikra friluftslivsområder i Agder pr. 29.12.2023.

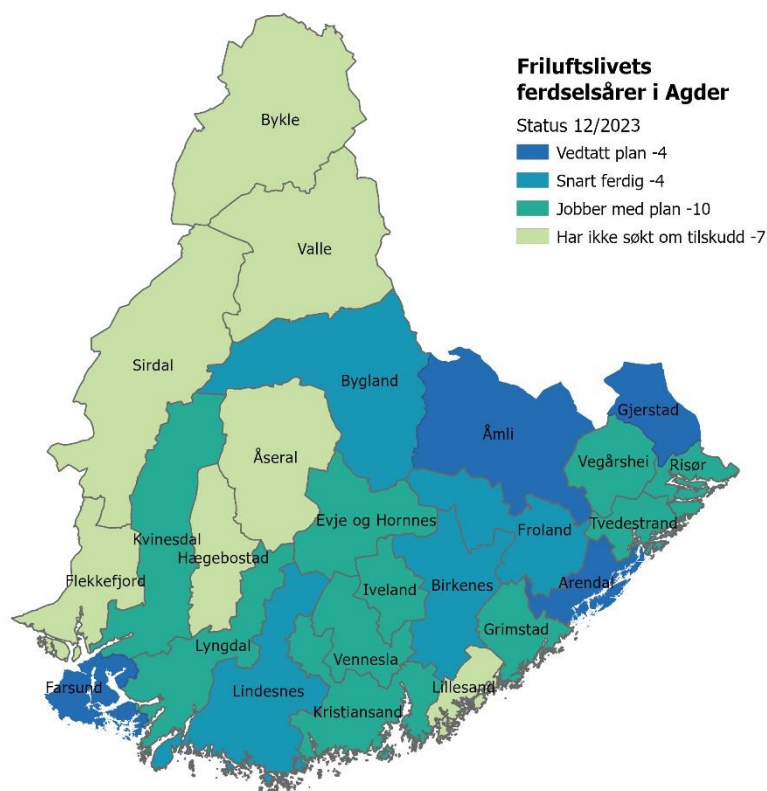
Forvaltning av statlig sikra friluftslivsområder bør skje med utgangspunkt i godkjente forvaltningsplaner. For at kommuner og friluftsråd skal kunne statlig tilskudd til tiltak i statlig sikra friluftslivsområder, er det et krav at tiltakene er i tråd med godkjente forvaltningsplaner. Andel godkjente forvaltningsplaner inngår også i

fordelingsnøkkelen for fordeling av statlige tilskuddsmidler mellom fylkene. Pr. 23.12.2023 foreligger det godkjente forvaltningsplaner for 171 av 621 statlig sikra friluftslivsområder i Agder. Dette utgjør 28 % av områdene.

### 8.1.5.3 Planer for friluftslivets ferdselsårer

Kommunale planer for stier, løyper og turveier er viktig for at vi skal bli mer aktive i hverdagen. Friluftslivets ferdselsårer er en samlebetegnelse for både stier, løyper, sykkelstier, turveier, ro- og padleleder med mer, og betegner en flerårig nasjonal satsing på å utvikle gode planer for friluftslivets ferdselsårer i kommunene.

Det er kommunene som har den viktige rollen med å planlegge og bidra med god tilrettelegging for friluftsliv i sin kommune. Prosjektet bidrar også til å utføre lovpålagte oppgaver gjennom å ivareta og holde offentlige kartlag oppdatert. Fylkeskommunen leder satsningen regionalt og fordeler midler avsatt i statsbudsjettet til satsningen etter søknad til Miljødirektoratet. I Agder er 4 kommuner helt ferdige med vedtatt plan, 4 kommuner er nesten ferdige. 10 kommuner har fått støtte og er i gang med arbeidet. 7 kommuner har ikke søkt om støtte til plan.



1 Kart over status for utarbeidelse av planer for friluftslivets ferdselsårer i kommunene. Status pr. desember 2023.

### 8.1.5.4 Tilgjengelighet og universell utforming av friluftslivsområder

Pr. i dag finnes det ingen god oversikt over hvilke friluftslivsområder som er universelt utformet og tilgjengelig for alle. Enkelte kommuner har deltatt i Kartverket sitt prosjektet for Kartlegging av tilgjengelighet i tettsteder og friluftslivsområder. I perioden 2016-2021 ble det gjennomført kartlegging av tilgjengelighet i utvalgte

friluftslivsområder i Arendal, Lindesnes, Evje- og Hornnes, Birkenes, Lillesand, Åseral og deler av Kristiansand (gamle Songdalen) kommuner<sup>61</sup>. I perioden 2010-2013 kartla Kartverket selv tilgjengelighet i utvalgte friluftslivsområder i Åmli, Vegårshei, Risør og Grimstad. Mye av kartleggingsdataene begynner å bli gamle, og de har i liten grad blitt oppdatert etter hvert som det har blitt gjort tiltak. Det er også noe uklart i hvilken grad datasettet benyttes som grunnlag for videreutvikling av friluftslivsområder.

## 9 Anlegg for idrett og fysisk aktivitet

### 9.1 Bruk av anlegg<sup>62</sup>

#### 9.1.1 Barn og unge

Barn og ungdom er målgruppene som bruker idrettsanleggene mest. Omtrent 75% av ungdommer er- eller har vært medlem av et idrettslag, og har brukt idrettsanlegg aktivt til dette formålet<sup>63</sup>

En studie fra 2010, som har undersøkt 662 barn og unges bruk av 19 ulike idrettsanlegg, viste at idrettsanlegg generelt ble mindre brukt av jenter, ungdom (14–16 år) og de minst aktive (fysisk aktive  $\leq 1$  ganger/uke utenfor skolen) enn av gutter, barn (6–13 år) og de mest aktive (fysisk aktiv  $\geq 4$  ganger/uke utenfor skolen). Multifunksjonelle anlegg brukt i større grad enn spesialiserte anlegg, spesielt av de minst aktive. Avstand til anlegget var viktig for bruk av fellesanlegg (Limstrand og Rehner, 2008).

#### 9.1.2 Ungdom

I en norsk studie som har kartlagt Oslo-ungdommers deltakelse i organisert og selvorganisert bevegelsesaktivitet på fritiden, viser at ungdom både driver organisert idrett og selvorganisert aktivitet. De er relativt enige om at eksisterende anlegg og tilbud i deres nærområder først og fremst er utviklet for de som liker tradisjonelle idretter<sup>64</sup>.

Ifølge en nordisk rapport fra 2019 ønsker ungdom en oppbygging av sosiale møteplasser spesifikt for eldre ungdommer. De ønsker i tillegg at det tilrettelegges for idrettsaktiviteter som ikke er fokusert på konkurranse, at det etableres flere kjønnsnøytrale idrettsaktiviteter og at det utvikles bedre lavterskeltilbud til ungdommer.<sup>65</sup>

---

<sup>61</sup> Kartverket sin rapport for Midler til arbeid med universell utforming 2022 – (Lenke [Sluttrapport UU 2022 \(kartverket.no\)](#))

<sup>62</sup> Tverga sitt kunnskapsgrunnlag

<sup>63</sup> Bakken, 2019

<sup>64</sup> Säfvenbom & Jordalen, 2017

<sup>65</sup> Nabo- unges opplevelse av sosial inkludering i Norge, Nordisk ministerråd, 2019



### 9.1.3 Voksne

I perioden 1999–2015 økte bruken av anleggstyper som turstier, private treningssentre, lysløyper og vekt- og styrkerom. Dette er anleggstyper som er åpne og lett tilgjengelige for individuell bruk, og som tilrettelegger for aktivitet utenfor idrettslagene. I perioden 1999–2015 er det blitt en mindre andel av befolkningen som bruker tradisjonelle idrettsanlegg<sup>66</sup>.

Samme rapport, basert på tall fra Norsk Monitor fra 2015, viser at det kun er 10 prosent av den voksne befolkningen (16 +) som driver idrett og fysisk aktivitet på et fotballanlegg og 19 prosent i en idrettshall.

Imidlertid mangler det forskning og rapporter på den faktiske bruken av idrettsanlegg i Norge, det vil si objektive data på bruk av idrettsanlegg i Norge (så vidt Tverga kjenner til). Rapporten til Breivik og Rafoss bygger på data innhentet fra spørreskjemaer.

#### **Kjønnforskjeller**

I Norge er det tydelig at svømmehaller og treningssentre er populære arenaer for kvinner, mens menn i større grad benytter seg av fotballbaner, opplyste skiløyper og friidrettsarenaer.

Idrettsanlegg for idrett og fysisk aktivitet er også mer brukt og appellerer mer til gutter enn til jenter. Jenter foretrekker andre typer anlegg enn tradisjonelle idrettsanlegg og er mer opptatt av de sosiale aspektene ved en aktivitet enn selve aktiviteten<sup>67</sup>.

#### **Sosial klasse**

Når det gjelder sosial klasse, fremstår turstier, større utmarksarealer, parker og grøntområder som utjevner arenaer for fysisk aktivitet. Forskjellen i bruk av andre anleggstyper avspeiler større klasseforskjeller. De største klasseforskjellene finner vi ved bruk av private treningssentre og lysløyper. Svømmebasseng og skyteanlegg skiller seg ut ved at vi finner den største andelen brukere i den laveste klassen<sup>68</sup>.

## 9.2 Nytt av idrettsanlegg<sup>69</sup>

Faktorer som påvirker rekruttering til idrett blant unge inkluderer organisasjonskultur, ildsjelers innsats, inkluderende miljø, og støtte fra foreldre. Strukturelle faktorer som bosetningsmønster og sosiokulturell bakgrunn påvirker også. Idrettsanlegg spiller en avgjørende rolle, og mangelen på slike anlegg er den største begrensningen for deltakelse blant barn og ungdom, ifølge Norges idrettsforbund.

---

<sup>66</sup> Breivik og Rafoss, 2017

<sup>67</sup> Tverga sitt kunnskapsgrunnlag

<sup>68</sup> Breivik og Rafoss 2017

<sup>69</sup> Rapport fra 2022. «Nytten av idrettsanlegg og betydning for fysisk aktivitet» En samfunnsøkonomisk analyse av virkninger på folkehelse og produktivitet

Rapporten bruker økonometriske analyser og kobler Ungdataundersøkelsene med registre over anleggsinvesteringer for å undersøke sammenhengen mellom investeringer i anlegg og fysisk aktivitet. Resultatene viser at økte investeringer fører til flere treningstimer. En økning på 1000 kroner i spillemidler per innbygger gir i gjennomsnitt 3 minutter ekstra trening per uke per individ. Effekten sees både blant de som allerede er engasjert i organisert- og egenorganisert trening, og gjennom rekruttering av nye utøvere. Et annet funn viser at større variasjon i typer anlegg samsvarer med økt fysisk aktivitet blant ungdom, men det understrekes at investeringene må være tilstrekkelig store og tilpasset behovene for å sikre anlegg med kapasitet for mange brukere.

Rapporten belyser den samfunnsøkonomiske nytten av investeringer i idrettsanlegg gjennom et regneeksempel på en hypotetisk investering på 1 milliard kroner over hele landet. Nytteeffektene inkluderer arbeidsgevinster og helsegevinster for anleggenes brukere. Arbeidsgevinstene, knyttet til økt arbeidsinnsats gjennom livet som følge av økt trening som ung, utgjør de største virkningene. Dette understreker betydningen av å styrke humankapitalen, som er landets mest verdifulle kapital. Helsegevinstene måles i kvalitetsjusterte leveår og er også betydelige, med en antatt levetid på 40 år for investerte anlegg. Dette gir flere generasjoner av ungdom og voksne muligheten til å dra nytte av anleggene. Den samlede samfunnsøkonomiske gevinsten av anleggsinvesteringene anslås til over 3 milliarder kroner etter å ha

Tabell S.1 Nåverdi av kostnads- og nyttevirksomheter av en investeringsimpuls på 1 mrd. kr. i idrettsanlegg i hele landet (beløp oppgitt i mill. kroner i 2022).

Virkninger	Mill. kroner
Investeringskostnader	- 1 000
Driftskostnader	- 356
<b>Sum kostnadsvirkninger</b>	<b>- 1 356</b>
Arbeidsgevinster	3 753
Helsegevinster	630
<b>Sum nyttevirksomheter</b>	<b>4 383</b>
<b>Netto nåverdi</b>	<b>3 027</b>

Kilde: Vista Analyse

trukket fra drifts- og investeringskostnader, som illustrert i tabellen under.

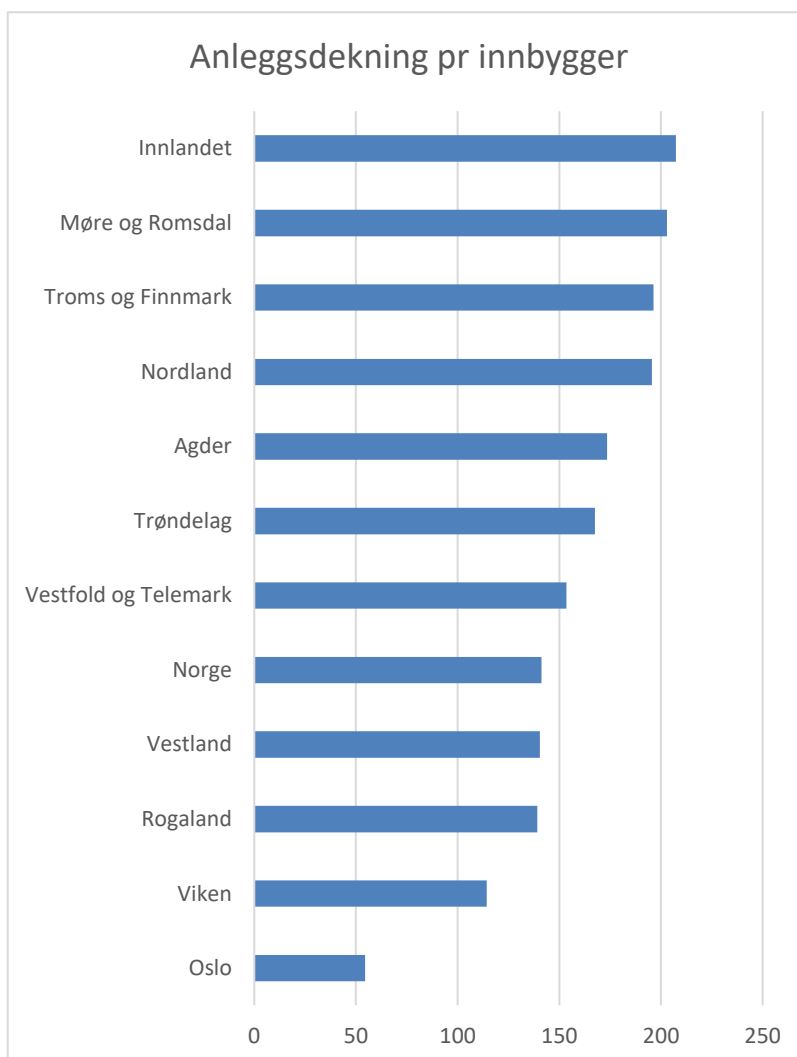
### 9.3 Anleggsdekning

Deltakelse i idrett og fysisk aktivitet er avhengig av tilrettelagte areal og anlegg. For at flest mulig skal kunne delta må det være variasjon i anleggstyper, samtidig som anleggene ligger lett tilgjengelig i nærmiljøet. Det skal bygges anlegg for idrettens

behov for konkurranseanlegg samtidig som det er viktig å ivareta og legge til rette for lavterskelaktivitet og egenorganiserte aktiviteter.

Anleggsregisteret inneholder en oversikt over store og små anlegg i hele landet. For å kunne sammenligne små og store anlegg, har vi gitt alle anleggstyper ulike anleggspoeng. Summen av disse poengene benyttes til å vurdere anleggssituasjonen i kommunene.

Tabellen og kartoversikten under viser hvordan anleggspoengene<sup>70</sup> fordeler seg på nasjonalt og kommunalt nivå. Gjennomsnittlig anleggspoeng per 1000 innbygger for



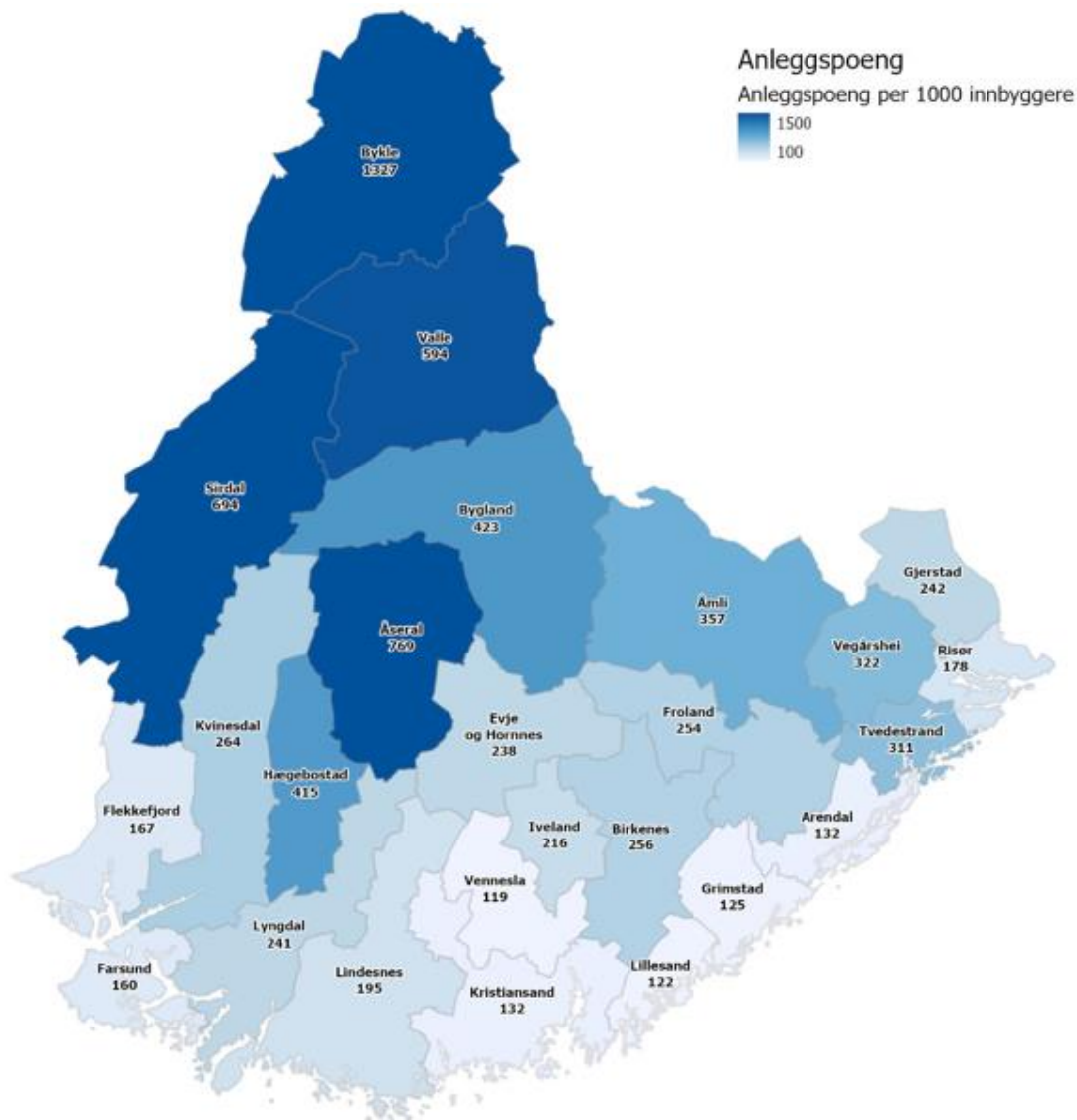
hele landet var 141,2 per 1.11.2023. I Agder er gjennomsnittet på 173,6 anleggspoeng per 1000 innbyggere. Det er over landsgjennomsnittet og femte høyest av fylkene.

---

<sup>70</sup> Anleggspoeng er et begrep i spillemiddelordningen, og tallmaterialet er hentet fra [www.idrettsindeks.no](http://www.idrettsindeks.no)

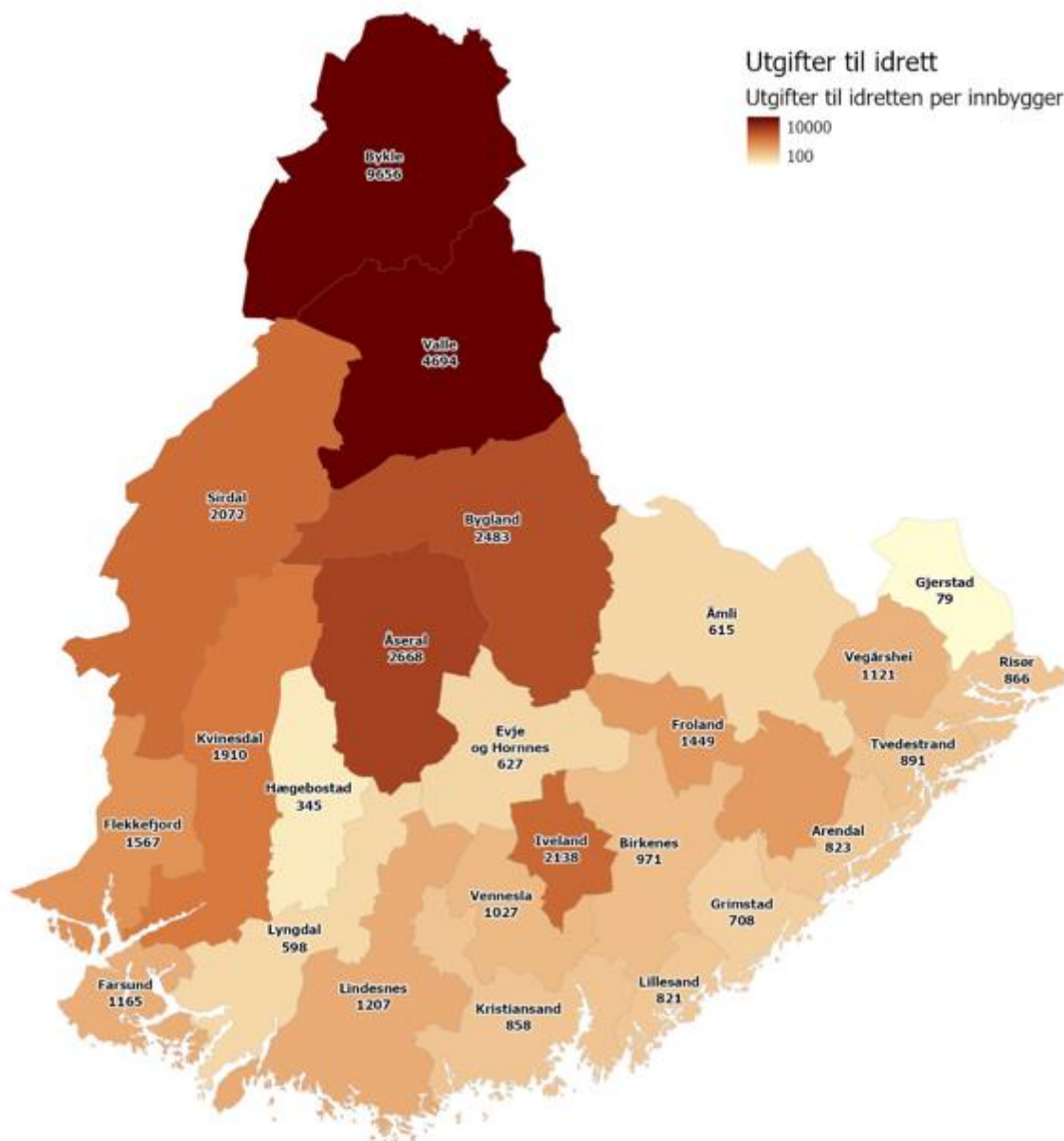


Kartet under viser anleggssituasjonen i Agder i form av anleggspoeng per innbygger. Små kommuner trenger gjerne flere anlegg per innbygger en store kommuner for å etablere gode anleggstilbud, og dette preger også anleggskartet. I tillegg finner vi ofte kraftkommuner på topp-listene over anleggspoeng relativ til innbyggertall. Bykle, Åseral, Sirdal og Valle er kommunen med høyest anleggsdekning, hvor Bykle også er kommunen med best dekning på landsbasis. Blant kommunene med lavest anleggsdekning finner vi Vennesla, Lillesand og Grimstad.



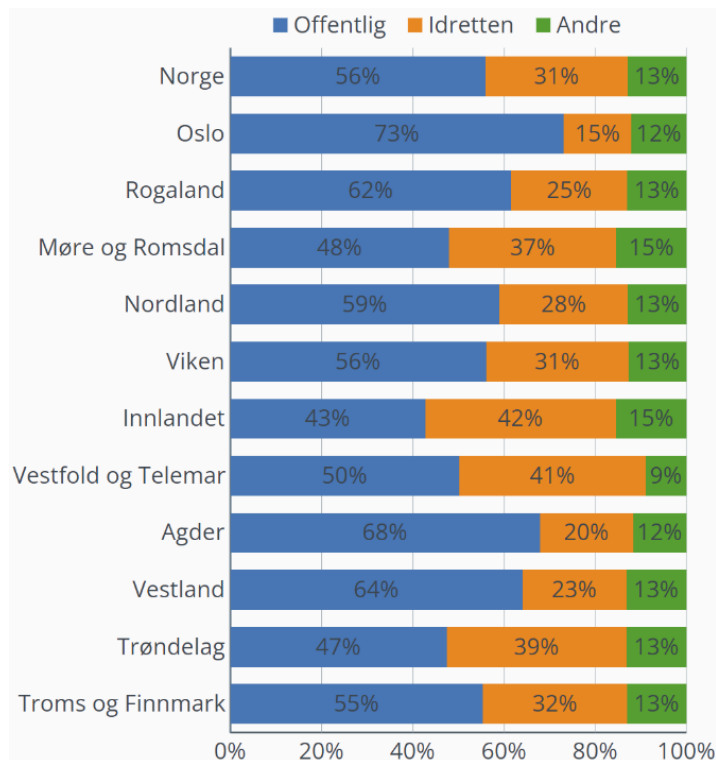
## 9.4 Kommuners investering i idrett

Oversikt over kommuners investering i idrett er det mulig å hente ut fra KOSTRA-tallene<sup>71</sup> (forkortelse for kommune-stat-rapportering) Gjennom KOSTRA sender alle norske kommuner og fylkeskommuner inn tall fra sine tjenesteområder til Statistisk sentralbyrå. Og for investering i idrett tar en i bruk funksjonene 380 og 381, som samlet sett viser oversikt over nettoutgiftene knyttet til idrettsaktiviteter i kommunal regi inkluderer støtte til idrettsorganisasjoner/-arrangement og drift og vedlikehold av kommunale idrettsbygg. Samlede utgifter til idretten pr innbygger ser slik ut fordelt på kommunene i Agder viser at det er Bykle, Valle, Bygland og Åseral med mest utgifter. Mens det er Gjerstad, Hægebostad, Evje og Hornnes og Åmli som er kommunene med minst utgifter til idrett i 2023.



<sup>71</sup> Statistisk sentralbyrå: <https://www.ssb.no/statbank/table/13135>

Når det gjelder eierskap<sup>72</sup> til anlegg eier det offentlige i gjennomsnitt 56 % av anleggene på landsbasis. I Agder er 68 % av anleggene eid av det offentlige, kun slått av Oslo som eier 73 %. Når det gjelder idrettlagseide anlegg så gjennomsnittet på landsbasis 31 %, mens i Agder er 20 % eid av idretten. Det er kun idretten i Oslo som eier mindre andel enn agderidretten med 15 %. Innad i Agder er det også store forskjeller mellom kommunene.



## 9.5 Utvalgte anleggstyper

### 9.5.1 Kunstgressbaner og plastholdig løst ifyll

Under en ny EU-restriksjon<sup>73</sup> startet en overgangsperiode fra 15. oktober 2023, som sier at det fra 17. oktober 2031 bli forbudt å omsette plastholdig løst fyllmateriale som oppfyller kriteriene til mikroplast. Dette vil i praksis bety et forbud mot kjøp og salg av disse fyllmaterialene til bruk på kunstgressbaner, mens selve bruken er lovlig. Alt fyllmateriale som helt eller delvis består av plast er å regne som plastholdig løst fyllmateriale.

I dag reguleres utforming og drift av kunstgressbaner hvor det brukes gummigranulat eller annet plastholdig fyllmateriale. Disse reguleringene finner en i forurensningsforskriften kapittel 23A<sup>74</sup>. Kravene til idrettsbaner som har plastholdig løst fyllmateriale avhenger av om idrettsbanen allerede er etablert, om idrettsbanen skal rehabiliteres eller om en ny idrettsbane skal etableres. Kravene trådte i kraft 1. juli 2021, og er ulike for innendørs- og utendørsbaner.

<sup>72</sup> Idrettsindeksen

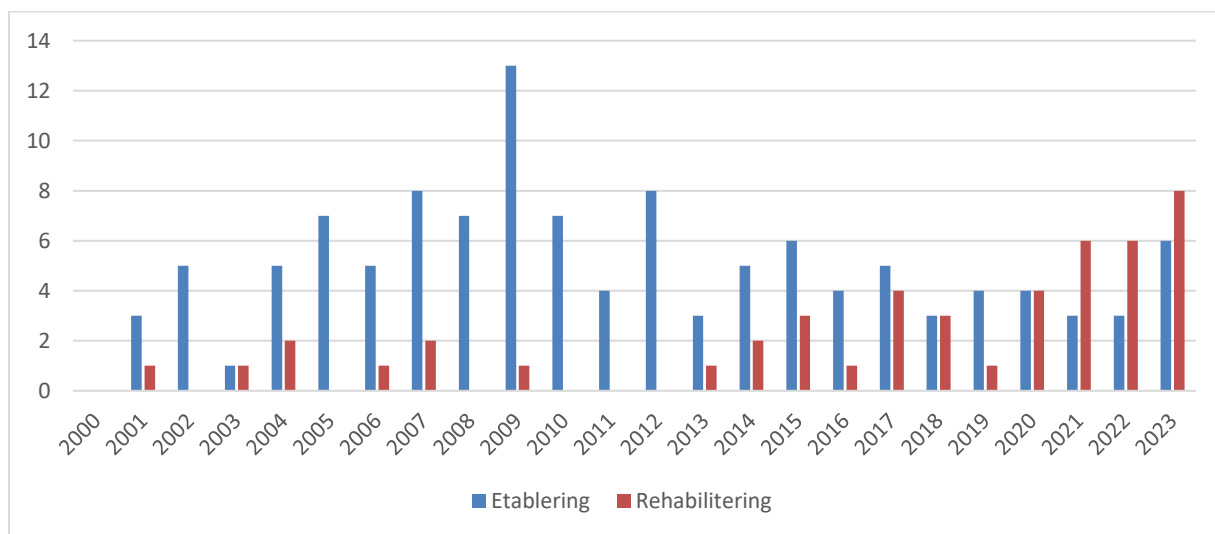
<sup>73</sup> Mer om forbudet på Miljødirektoratets nettsider:

<https://www.miljodirektoratet.no/ansvarsomrader/avfall/avfallstyper/gummigranulat-fra-kunstgressbaner/>

<sup>74</sup> [https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2004-06-01-931/KAPITTEL\\_7-6#KAPITTEL\\_7-6](https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2004-06-01-931/KAPITTEL_7-6#KAPITTEL_7-6)

Pr 1. januar 2024 er det 135 kunstgressbaner i Agder<sup>75</sup>, hvorav 20 baner er uten plastholdig løst ifyll. Det vil si at 115 kunstgressbaner nå er i en overgangsfase hvor det ikke er mulig å få tak i nytt gummimateriale å fylle i banene etter 17.oktober 2031. Fotballforbundet har i den forbindelse mottatt midler fra Kulturdepartementet for å kartlegge alle landets baner, for å starte den grønne omstillingsprosessen.

Grafen under viser når banene på Agder ble etablert og når de rehabiliteres. Trenden er at det ble bygget flere og flere baner frem mot toppåret i 2009, hvor det ble etablert 13 nye baner i Agder. Etter 2009 er trenden gått nedover og antall etablering er overgått av antall rehabiliteringer.

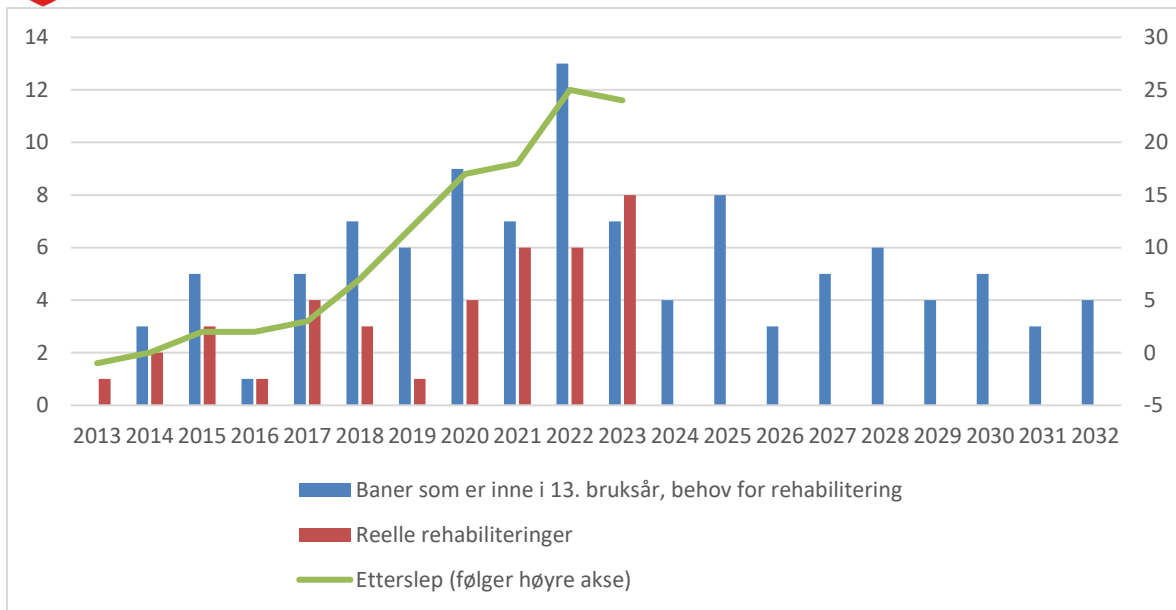


I gjennomsnitt har kunstgressbanene i Agder en levetid på 13 år før kunstgresset rehabiliteres. Det vil si at banene som ble etablert i toppåret 2009 skulle vært rehabilitert i 2022, men da ble det kun rehabilitert 6 baner. Om dette skyldes godt vedlikehold slik at banene ikke har behov for rehabilitering eller om det skyldes manglende budsjett er uvisst.

I grafen under har hvert årstall to søyler som beskriver antall baner som, i et 13års perspektiv, skulle vært rehabilitert og hvor mange reelle rehabiliteringer som fant sted. Det er også lagt på en graf som summerer opp manglende rehabiliteringer, og den viser at etterslepet på baner som skulle vært rehabilitert øker for hvert år. 2023 var det første året hvor etterslepet gikk ned, og da var etterslepet på hele 25 kunstgressbaner i Agder.

---

<sup>75</sup> Anleggsregisteret



### 9.5.2 Interkommunale anlegg

Agder har et sammenvevd bo- og arbeidsmarked som kan gi grunnlag for å se etablering av større spesialanlegg i idrett i sammenheng. KUD gir muligheter for at det kan søkes om ekstra tilskudd av spillemidler på inntil 30 % av ordinær tilskuddssats til større interkommunale idrettsanlegg. Forutsetningen er blant annet at anlegget er et større kostnadskrevende anlegg, og at det inngås bindende skriftlig avtale mellom to eller flere kommuner som gjelder investering og drift.

I Agder pr 2024 er det tre etablerte interkommunale anlegg:

- Sparebanken Sør Amfi Grimstad, friidrettshall
- Sandriphæia Fritidspark, ski- og hoppanlegg i Vennesla
- Froland skiskytteranlegg



Bakken, 2019. NOVA-rapport nr 2/19. *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i Ungdomsidretten.* [NOVA Rapport 2-2019 Idrettens posisjon i ungdomstida \(idrettsforbundet.no\)](#)

Bakken & Strandbu, 2023. Nova-rapport 4, *Idrettsdeltakelse blant ungdom – før, under og etter koronapandemien.* [ODA Open Digital Archive: Idrettsdeltakelse blant ungdom – før, under og etter koronapandemien \(oslomet.no\)](#)

Berntsen m.fl. (2015), *Fysisk aktiv uten å trene?* Tidsskrift for den norske legeforening, lastet ned fra [www.tidsskriftet.no](http://www.tidsskriftet.no) 20.07.2015

Breivik, G. & Rafoss, K. (2017). Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet. [www.helsedirektoratet.no](http://www.helsedirektoratet.no), [www.nih.no](http://www.nih.no), [www.uit.no](http://www.uit.no) [Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon \(custompublish.com\)](#)

Ekelund U, Nystad W. Fysisk aktivitet i Norge. I: Folkehelse rapporten - Helsetilstanden i Norge. Oslo: Folkehelseinstituttet. ([lenke](#))

Hedenborg, S & Glaser, J, Unga i och om framtidens idrottsorganisering, Stockholm: Riksidrottsförbundet, FOU-rapport 2013:2.  
[https://www.researchgate.net/publication/265166518\\_Hedenborg\\_S\\_Glaser\\_J\\_Unga\\_i\\_och\\_om\\_framtidens\\_idrottsorganisering\\_Stockholm\\_Riksidrottsforbundet\\_FOU-rapport\\_20132](https://www.researchgate.net/publication/265166518_Hedenborg_S_Glaser_J_Unga_i_och_om_framtidens_idrottsorganisering_Stockholm_Riksidrottsforbundet_FOU-rapport_20132)

Limstrand og Rehner, (2008). Scandinavian Journal of Public Health 2008 Jul;36(5):452-9: *Young people's use of sports facilities: a Norwegian study on physical activity.* [Young people's use of sports facilities: a Norwegian study on physical activity - PubMed \(nih.gov\)](#)

Nordisk ministerråd (2019). Nabo- unges opplevelse av sosial inkludering i Norge, <https://www.norden.org/no/publication/nabo-unges-opplevelse-av-sosial-inkludering-i-norge>

Säfvenbom, R., & Jordalen, G. (2017). *Ung og aktiv i Oslo: En studie av Osloungdommers deltakelse i organisert og selvorganisert bevegelsesaktivitet på fritiden, deres tanker om hvordan kommunen bør prioritere samt deres personlige ønsker om anlegg og aktivitetstilbud.* Oslo: Norges idrettshøgskole.

Seippel et al.(2005). Institutt for Samfunnsforskning rapport 2005:3. *Orker ikke, gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett.* [ISF-rapport 2005:3 - Orker ikke gidder ikke, passer ikke? Om frafallet i norsk idrett \(seippel.no\)](#)

Seland m. fl 2021: Mangler referanse.

Universitetet i Agder, Studentenes Helse- og trivselsundersøkelse 2022



**AGDER**  
fylkeskommune

**Agder fylkeskommune**  
Postboks 788, Stoa  
NO-4809 Arendal

**Org.nr.: 921 707 134**  
**Bank: 3207.28.74993**

***Besøksadresse Kristiansand:***  
**Tordenskjolds gate 65**

***Besøksadresse Arendal:***  
**Ragnvald Blakstads vei 1**

**[www.agderfk.no](http://www.agderfk.no)**

## 11 Vedlegg:

### 11.1 Vedlegg: Høringsinnspill til planprogrammet

Avsender (alfabetisk)	Sammendrag av høringsuttalelsen	Vurderinger av høringsinnspill (forslag til endringer i planprogrammet uthevet og markert i gult)
Agder idrettskrets	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mener planprogrammet er realistisk dersom det prioriteres og settes av ressurser. Delmål vil gjøre gjennomføringen lettere.</li> <li>• Foreslår at det utarbeides en nyttig og lett forståelig plattform for lag/org for ledig hallkapasitet og aktivitetsmuligheter i lokalmiljøet.</li> <li>• Ved å forsterke samarbeidet mellom offentlige og frivillige aktører, vil planen kunne bli et godt verktøy for at befolkningen blir mer aktiv.</li> <li>• Foreslår å legge til skole, da dette har mange kontaktpunkter til andre prioriterte områder. Skole bør prioriteres med tanke på dropouts og 1 time daglig fysisk aktivitet i skolen. I skolen når vi alle, derfor en viktig folkehelsearena.</li> <li>• Oppfordrer til å ikke glemme de som står helt eller delvis utenfor arbeidslivet. De har ofte helsemessige utfordringer. Husk også paraidrett ved tilrettelegging og medvirkning til bygging og rehabilitering av anlegg.</li> <li>• Ønske om at fylkeskommunen tar et større ansvar når det kommer til bygging av interkommunale anlegg i tett dialog med idrettskretsen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prioritering og ressurser, i tillegg til å sette delmål, vil bli en viktig del av planarbeidet.</li> <li>• Plattform og app kan vurderes som tiltak i handlingsprogrammet.</li> <li>• Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i dette innspillet: skole) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.</li> <li>• Tilrettelegging for paraidrett i forbindelse med bygging og rehabilitering av anlegg, samt interkommunale anlegg vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.4 Bedre inkludering og fjerning av barrierer for å være fysisk aktiv og 4.6 Aktivitetsfremmende arealplanlegging og anleggsutvikling.</li> </ul>

Bygland ungdomsråd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mener at offentlige støtteordninger til lag og foreninger må styrkes, slik at kostnad for deltakelse reduseres.</li> <li>• Ønsker mer fokus på fysisk aktivitet i skolen.</li> <li>• Ønsker økt samarbeidet mellom lag og foreninger, for å kunne tilby en større variasjon i aktivitetsformer. Det gjelder også å styrke samarbeidet mellom offentlig og frivillig sektor, f.eks. besøksvenn for eldre hvor ungdom er frivillige.</li> <li>• Prioritere midler til anlegg for egenorganisert aktivitet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Innspillene vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.1 Fornuftig bruk av tilskudd og økonomiske virkemidler, 4.2 Bedre samarbeid om økt fysisk aktivitet og 4.6 Aktivitetsfremmende arealplanlegging og anleggsutvikling.</li> <li>• Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i dette innspillet: skole) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.</li> </ul>
Flekkefjord frivilligsentral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mener planprogrammet er realistisk og gjennomførbart.</li> <li>• Mener planprogrammet ikke mangler noe innenfor behovet for kunnskap og innsikt.</li> <li>• Skriver at det er valgt riktige satsingsområder i nasjonal handlingsplan og temaer i planen.</li> <li>• Planen må være kortfattet, konkret og tilgjengelig (både digitalt og på papir) for innbyggere og lag og foreninger</li> <li>• Savner frivilligsentraler i dialogen, viser til punkt 6.2 Medvirking.</li> <li>• Påpeker at økonomi og demografi kan være mulige målkonflikter. F.eks. Areal til skate/lydforurensing og naturvern/løyper.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Innspill tas til orientering.</li> <li>• <b>Frivilligheten inkluderes i listen over høringsinstanser det er planlagt å holde dialog med, se punkt 6.2 Medvirking</b></li> </ul>
Flekkefjord kommune	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ønsker et tydeligere fokus på frivillighet og frivillighetens rolle i arbeidet for fysisk aktive liv.</li> <li>• Ønsker en begrunnelse for hvorfor "Mer aktivitet på hverdagsarenaene", særlig barnehager og skoler er prioritert bort.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frivillighetens rolle i arbeidet for fysisk aktivitet vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.2 Bedre samarbeid om økt fysisk aktivitet. Frivillighetsstrategi for Agder 2022-2030 er viktig i dette arbeidet.</li> <li>• Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ønsker at det vurderes å undersøke hva grupper som er mindre aktive trenger for å øke sitt aktivitetsnivå.</li> </ul>	<p>dette innspillet: begrunnelse for hvorfor hverdagsarenaene var prioritert bort) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunnskap om grupper som er mindre aktive vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.3 Styrking av kunnskapsgrunnlag og 5 Behov for kunnskap og innsikt.</li> </ul>
<p>Forum for natur og friluftsliv Agder</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ønsker at også det organiserte friluftslivet løftes inn som en viktig fellesskapsarena på lik linje med idretten, og har lagt ved forslag til ekstra avsnitt under kap.2.2 Inkludering og deltakelse.</li> <li>• Skal planen bli et godt verktøy kan den inneholde planretningslinjer for kommunene som beskriver hvordan de skal sikre mulighet for fysiske aktive liv, for eksempel retningslinjer for anleggsutvikling, arealbruk og lokalisering. Et handlingsprogram med tiltak som øker samarbeidet mellom det offentlige og det frivillige, og mellom de frivillige, bidrar til en tryggere og mer forutsigbar drift av det organiserte friluftslivet og bidrar til lik satsing på ulike typer fysisk aktivitet. Tydelige mål for perioden, og forankring for planen hos alle som skal bidra til at målene nås.</li> <li>• Ønsker en oversikt over dagens tilbud av tilrettelagte leirplasser, merkede turstier, fiskevann, jaktterreng, klatreløyper, padleled, sykkelruter og andre tilrettelegginger for friluftslivsaktiviteter</li> <li>• Ønsker at fylkeskommunen utarbeider et temakart for viktige og svært viktige regionale friluftslivsområder i denne planen, slik det var i forrige plan for Vest-Agder.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Det organiserte friluftslivet tas inn på lik linje som idretten i punkt 2.2 Inkludering og deltakelse. <b>Å delta i fellesskapet er viktig for god livskvalitet. Både idretten og friluftslivet er viktige fellesskapsarena i Norge, med tilbud til mennesker i alle aldre og fra alle sosiale lag. Gjennom aktiviteter og muligheten til å kunne bidra som frivillig, bidrar dette til god livskvalitet for både medlemmer og andre som deltar på de enkelte aktivitetene.</b></li> <li>• Forslagene til planens innhold er opprinnelig foreslått som en del av planarbeidet.</li> <li>• En oversikt over dagens tilbud innen friluftsliv og temakart for friluftsområder kan vurderes som tiltak i handlingsprogrammet.</li> <li>• Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i dette innspillet: skole) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.</li> <li>• Det er et ønske om å benytte FNF Agder som møte- og dialogarena, og å arrangere en forumsamling sammen med FNF Agder.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fylkeskommunen har ansvar for videregående opplæring, og derfor bør planen også prioritere satsingsområdet skole, kanskje særlig med tanke på at mange faller fra organiserte tilbud om fysisk aktivitet nettopp i ungdomstiden.</li> <li>• Er positive til de foreslåtte temaene planen skal behandle og svare på, og mener at friluftslivets betydning for fysisk aktivitet for det brede lag av befolkningen kan bli godt belyst gjennom dem.</li> <li>• Støtter at det opprettes en referansegruppe, og flere av FNF Agders tilsluttede organisasjoner er naturlige å invitere med i denne gruppen.</li> <li>• Støtter forslaget om å arrangere en innspillskonferanse høsten 2023 i tillegg til høringsperiodene. Støtter at framdriftsplanen ikke legger opp til høring i sommerferien.</li> <li>• FNF Agder er en allerede eksisterende møte- og dialogarena som fylkeskommunen kan benytte seg av i planarbeidet. Foreslår å sammen arrangere en forumsamling som omhandler ny plan.</li> <li>• Konkret innspill: FNF Agder har i dag en samarbeidsavtale med fylkeskommunen, og denne ønsker vi videreført som et tiltak i handlingsplanen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bruk av samarbeidsavtaler vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.2 Bedre samarbeid om økt fysisk aktivitet.</li> </ul>
Human-etisk forbund avd Sør	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Synes planen ser spennende ut, men det er ikke så mye som berører tros og livssynssamfunn direkte i planen, avstår fra videre kommentarer.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tas til orientering.</li> </ul>
Lister friluftsråd	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mener fylkeskommunen bør gjøre mer enn å «Se på» betydningen idretts- og nærmiljøanlegg har for fysisk aktivitet. Betydningen idretts- og nærmiljøanlegg har for fysisk aktivitet bør undersøkes grundig.</li> <li>• Vurdere støtteordningene, gjennomgå eksisterende støtteordninger for å undersøke om de kan styrkes og</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kulepunktet knyttet til betydningen idretts- og nærmiljøanlegg omskrives og endres fra egen kartlegging til å innhente eksisterende kunnskap på området. <b>I hvilken grad har idretts- og</b></li> </ul>

	<p>forenkles. Vurdere hvordan man kan prioritere støtte i størst mulig grad til aktiviteter med flest mulig brukere.</p> <p>Undersøke tiltak for å stimulere kommunenes planarbeid.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planen bør være mest mulig konkret og realistisk</li> <li>• Hva er mulighetene for å øke barn og unges fysiske aktivitet innenfor rammen av skole og SFO?</li> <li>• Fysisk aktivitet innenfor rammen av skole og SFO bør vurderes om skal satses på. Gjerne i forbindelse med aktivitetsbasert læring.</li> <li>• Er det tilstrekkelig midler til tilskudd til tiltak? Hvor store er behovene i forhold til tilskuddsrammene?</li> <li>• Forum for Natur og friluftsliv eller andre samlende fora for friluftslivsorganisasjoner bør benyttes for dialog og medvirkning.</li> <li>• Hvordan er fordelingen av tilskuddsmidler til ulike typer aktivitet i forhold til aktiviteten de genererer?</li> <li>• Konkrete innspill til tiltak: Ungdom som slutter i organisert idrett – årsak og mottiltak til inaktiv ungdomstid og påfølgende inaktiv voksen alder. Øke kunnskap om arenaer for egenorganisert aktivitet og vurdere å styrke arbeidet med slike arenaer i hele Agder.</li> </ul>	<p><b>nærmiljøanlegg betydning for befolkningens aktivitetsnivå?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Støtteordninger og prioriteringer av tilskudd vil vurderes inn i arbeidet med punkt 4.1 fornuftig bruk av tilskudd og økonomiske virkemidler. Formålet med planarbeidet er å stimulere kommunenes planlegging for fysisk aktivitet.</li> <li>• Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i dette innspillet: skole og SFO) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.</li> <li>• Å få mest mulig ut av tilgjengelige midler vil vurderes inn i arbeidet med punkt 4.1 Fornuftig bruk av tilskudd og økonomiske virkemidler.</li> <li>• Bruk av eksisterende faglige nettverk er en del forslaget til medvirkningsprosess, og FNF Agder er blant nettverkene som det er ønske om å benytte.</li> <li>• Fordeling av tilskuddsmidler er allerede foreslått i punkt 5. Behov, kulepunkt Kartlegge nåværende økonomiske støtteordninger og analysere effekt og måloppnåelse.</li> <li>• Konkret innspill til tiltak vurderes i arbeidet med handlingsprogrammet, og forslag til prioritert målgruppa tas med i videre planarbeid.</li> </ul>
Lyngdal kommune	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ønsker tydeligere fokus på frivillighet. I planprogrammet som er foreslått er det nevnt ord som samarbeide og samordne i sammenheng med frivilligheten. Lyngdal ønsker styrket fokus på frivilligheten som aktør i dette arbeidet, da mye arbeid gjøres av frivilligheten; vi tror vi som samfunn bør</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frivillighetens rolle i arbeidet for fysisk aktivitet vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.2 Bedre samarbeid om økt fysisk aktivitet. Frivillighetsstrategi for Agder 2022-2030 er viktig i dette arbeidet.</li> </ul>

	<p>tenke nytt for frivilligheten. Etterspør derfor at planen tar for seg egne støtteordninger (intensiver) for frivilligheten som kan bidra mot fysisk aktive liv.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ønsker at fylkeskommunen tar initiativ til å kartlegge ressursbruk i de ulike kommunene på områdene idrett og friluftsliv. Dette er ikke lovpålagte tjenester, og det vil sannsynligvis være store variasjoner i ressursbruken i den enkelte kommune. Dette vil kunne øke kunnskapsgrunnlaget for å vurdere om det er sammenheng mellom offentlig ressursbruk og resultater. I den sammenheng foreslås det å føre til nytt kulepunkt om kartlegging av kommunal ressursbruk på områdene idrett og friluftsliv.</li> <li>• Til punkt 6.2 om medvirkning. Tipser om Lister friluftsråd som en aktuell samarbeidspartner for regionen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Støtteordninger vil bli vurdert i arbeidet med punkt 4.1 Fornuftig bruk av tilskudd og økonomiske virkemidler.</li> <li>• En kartlegging av kommunal ressursbruk er interessant, men allerede foreslåtte utredninger og kartlegginger vurderes som mer nyttig i planarbeidet. Ut ifra kapasitetshensyn får vi ikke mulighet til å gjennomføre en slik kartlegging.</li> <li>• Friluftsråd er inkludert ved at representanter fra friluftslivet inviteres til å bli den del av referansegruppen, se punkt 6.1 Organisering.</li> </ul>
Statsforvalter i Agder	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stiller seg spørrende til om medvirkningen vil få reell innflytelse på planarbeidet ettersom innspills- og medvirkningsarenaer foregår samtidig. anbefaler at det settes av tid til bearbeiding av innspillene fra medvirkningsprosessene før utkastet utarbeides.</li> <li>• Mener at dersom fylkeskommunen gjennom arbeidet med planen kan tydeliggjøre for kommunene hvilke tiltak som anses å være effektive og som anbefales for å øke den fysiske aktiviteten i befolkningen, vil det kunne gjøre det enklere for kommunene å prioritere hva de skal satse på.</li> <li>• Oppfordrer fylkeskommunen til å sette tydelige og konkret mål og delmål for planperioden. Dette kan tydeliggjøre for kommunene hva man ønsker å oppnå.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fremdriftsplan er justert i tråd med innspill.</b></li> <li>• Anbefalte tiltak for økt fysisk aktivitet er allerede foreslått under punkt 4.6 Aktivitetsfremmende arealplanlegging og anleggsutvikling.</li> <li>• Tydelige og konkrete mål, og eventuelle delmål, vil bli en viktig del av planarbeidet.</li> <li>• Fylkeskommunedirektøren er enig i at listen over behov for mer kunnskap og innsikt er ambisiøs. Derfor er listen gjennomgått, og enkelte kulepunkter er fjernet. Ressurssituasjonen og nytteverdien vil avgjøre hvor omfattende hvert punkt i listen blir beskrevet, og nærmere prioritering vil skje i løpet av planarbeidet.</li> <li>• Innhenting av kunnskap og innsikt i forbindelse med kunnskapsgrunnlaget vil i stor grad gjennomføres ved å sammenstille eksisterende kunnskap og regionale</li> </ul>



- I utkastet til planprogrammet er det listet opp en rekke punkter der det er behov for mer kunnskap og innsikt knyttet til fysisk aktivitet. Listen er omfattende og inneholder mange og viktige temaer. Ber derfor fylkeskommunen vurdere i hvilken grad det er realistisk å gjennomføre alle punktene i den gitte tidsperioden, og å se på behovet for å lage en prioritert liste.
- Minner om at fylkeskommunen peker på fokus på blant annet sosial ulikhet og demografiutfordringer som viktige områder å adressere for å øke aktivitetsnivået. Dette kan med fordel gjenspeiles i en prioriteringsliste. Mer kunnskap og innsikt om disse temaene vil kunne understøtte kommunenes arbeid med både sosial utjevning og hvordan aktivisere eldre for å forebygge fremtidig behov for helse- og omsorgstjenester.
- Mener det er uklart hvordan fylkeskommunen skal fremskaffe kunnskapen og innsikten, og om det skal produseres ny kunnskap, gjøres oppsummeringer av forskning eller benyttes andre metoder.
- Hverdagsarenaene representerer en stor mulighet for å nå mange med tiltak for å øke den fysiske aktiviteten. I barnehage og skole nås de aller fleste barn uavhengig av sosial, økonomisk og kulturell bakgrunn. Statsforvalteren ber fylkeskommunen vurdere hva de mener vil gi størst økning i fysiske aktivitet, av de ulike satsningsområdene.
- Det er noe uklart hva som menes med at bedre utemiljø i barnehage og skole er prioritert som uteområde i nærmiljøet. Dersom det betyr at uteområder i nærmiljøet er prioritert til fordel for

kartlegginger. Det legges ikke opp til forskningsprosjekter som en del av planarbeidet.

- Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i dette innspillet; fordelt på flere kulepunkter: barnehage, skole og arbeidslivet) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.
- Innspill knyttet til tiltak som er sosialt utjevning tas med i videre planarbeid. I punkt 2.3 Sosial ulikhet er det lagt til: **Hovedstrategier i arbeidet med å redusere sosial ulikhet i aktivitetsnivå er aktivitetsvennlig nærmiljøutvikling, utforming av uteområder i skole og barnehage, samt tiltak for økt fysisk aktivitet i barnehage- og skolehverdagen.**
- Innledende tekst over listen over ulike former for medvirkning i punkt 6.2 Medvirkning, endres til: **Det er flere ulike former for medvirkning som skal gjennomføres, og samarbeid med videregående skole** er lagt til som kulepunkt.
- Innspill om oppsøkende medvirkning og samarbeid med videregående skole tas med videre i arbeidet med bred og aktiv medvirkning.
- Beskrivelse av gjennomført medvirkning vil følge den endelige planen.
- **Folkehelsemelding «Nasjonal strategi for utjevning av sosiale helseforskjeller» tas inn som en del av rammer og føringer for planen.**



uteområdet i barnehage og skole, mener Statsforvalteren igjen at det bør vurderes hvilke tiltak som totalt vil gi mest økning av den fysiske aktiviteten.

- Dersom det er ønske om å prioritere fritid og uteområder i nærmiljøer, anbefaler statsforvalter at det vektlegges å sette inn tiltak i områder hvor det er en høyere representasjon av innbyggere med lav sosioøkonomisk status. Dette kan bidra til sosial utjevning.
- Anbefaler fylkeskommunen å være tydeligere på hvilke strategier som vil være sosialt utjevne, og planprogrammet bør si noe om hvordan dette skal håndteres i planen.
- Ønsker at det legges opp til en bred og aktiv medvirkning. Det bør legges opp til oppsøkende medvirkning, særlig overfor barn og unge, og grupper som det erfaringsmessig er vanskelig å nå med tiltak for fysisk aktivitet. Det gjelder spesielt personer med lav sosioøkonomisk status og innvandrere. Språk kan være en barriere for medvirkning som det bør tas hensyn til. Fylkeskommunen viser til en rekke former for medvirkning som skal vurderes, men det er ikke avklart hva som faktisk skal gjennomføres.
- Medvirkning er svært viktig både for at innspill kan bidra til en god plan, men også for å forankre problemforståelse og aksept for endring i befolkningen. Dette er imidlertid også krevende arbeid, hvor det er viktig å vurdere nye digitale verktøy, og mulig samarbeid f.eks. med videregående skole mm. Det er viktig at et mer konkret opplegg for medvirkning blir utarbeidet og gjennomført. Det er et



	<p>viktig prinsipp at det er barna og de unge selv som skal uttale seg, ikke voksne eller «ombud» på deres vegne.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Den gjennomførte medvirkningen bør beskrives i de endelige dokumentene, som gjør at resultatene av medvirkningen i den endelige plan identifiseres.</li><li>• Anbefaler at ny folkehelsemelding «Nasjonal strategi for utjevning av sosiale helseforskjeller» også tas inn som en del av rammer og føringer for planen.</li></ul>	
Vennesla frivilligsentral	<ul style="list-style-type: none"><li>• Viser til satsingsområdet i nasjonal handlingsplan «Vår aktive fritid» -Treningssenter. Unge mennesker vil antakelig fortsette med fysisk aktivitet, hvis de fikk mulighet for å trene på et treningssenter – og det er i disse årene en ser et stort frafall. Håper dette vil blir prioritert som satsningsområde, da det vil kunne knekke kurven med tanke på frafall i fysisk aktivitet.</li><li>• Viser til satsingsområdet i nasjonal handlingsplan «Helse og omsorgstjenester» - Fysisk aktivitet i praksis er ikke prioritert, mens økt kompetanse om fysisk aktivitet er prioritert. Her bør fylkeskommunen prioritere begge, eller ikke prioritere noen av dem. Økt kompetanse uten en plan for implementering av ny viten i en travel hverdag, gir oftest ingen effekt. Fysisk aktivitet i helse – og omsorgstjenester er enormt viktig, og det er viktig at satsningen gir reelle effekter for sluttbrukeren.</li><li>• Det er ikke helt tydelig hvordan referansegruppen skal få lov til å prege planen.</li><li>• Viktig å tenke inn elementer fra teori om adferdsdesign</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Fylkeskommunedirektøren ønsker en plan som flest mulig vil benytte seg av. På bakgrunn av innspillene (i dette innspillet: treningssenter og helse og omsorgstjenester) foreslår fylkeskommunedirektøren å legge innsatsområdene i nasjonal handlingsplan til grunn for planarbeidet, snarere enn å prioritere mellom dem.</li><li>• Mer informasjon om referansegruppas rolle inkluderes i punkt 6. Medvirkning. <b>Referansegruppa vil bli aktivt involvert i arbeidet ved å gi innspill på utvalgte tematiske områder. Medlemmer i referansegruppa vil bidra med faglige vurderinger, anbefalinger og prioriteringer i planarbeidet. En bredt sammensatt referansegruppe vil også ha til hensikt å sikre bred forankring av planprosessen.</b></li><li>• Innspill om teori om adferdsdesign tas til orientering.</li></ul>

## **Innspill til høring av regional plan for fysisk aktive liv i Agder, med handlingsprogram**

### **Sammendrag og vurderinger**

Høringsperioden 15. mai til 13. september 2024

15. mai ble forslag til plan og handlingsprogram sendt ut på høring, med høringsfrist 13. september. I høringsbrevet ble det bedt om innspill til alle deler av planforslaget og til handlingsprogrammet, og spesielt til hvordan inaktive kan inkluderes og nås i planarbeidet. Kommunene ble bedt om å ta stilling til hva som omhandler kommunale tiltak i handlingsprogrammet.

I løpet av høringsperioden kom det inn 20 innspill, hvorav seks kommuner, tre kommunale medvirkningsråd, statsforvalter og ti organisasjoner. Hovedinntrykket av innspillene er at dette er en plan det er behov for, og flere støtter prioriteringene i planen. På den andre siden har flere også spilt inn at funksjonsnedsattes behov og tilrettelegging er for lite omtalt og behandlet i planen. Det samme gjelder eldre.

I høringsprosessen har planens eksterne referansegruppe blitt involvert, hvorav flere av dem har vurdert det til at arbeidet inn i denne gruppen anses som deres høringsinnspill. Vurderingene og forslagene til endring som kommer frem i dette oversiktsdokumentet er forankret i referansegruppa.

## Agder bedriftsidrettskrets

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
Informerer at bedriftsidrettskretsen sitter både på eksisterende kompetanse og allerede etablerte aktiviteter som passer inn i planen, og ønsker derfor å være en samarbeidspartner i handlingsprogrammet	Tatt til orientering.	
Viser til handlingsprogrammets tiltak nr. 4 «Friluftsråd og frivillige organisasjoner gis gode og forutsigbare rammebetingelser». Ser seg som naturlig samarbeidspartner her, og viser til allerede eksisterende lavterskeltilbud	Enige at bedriftsidrettskretsen er en naturlig samarbeidspartner, og er tiltenkt som samarbeidspartner under frivillige organisasjoner.	
Viser til handlingsprogrammets tiltak nr. 17 «Fylkeskommunen tar initiativ til å etablere en ordning for aktivitetsvennlige bedrifter». Ønsker å være med på denne prosessen.	Bedriftsidretten er nevnt som samarbeidspartner i tiltaket, og i den anledning er det vurdert slik at tiltaket rettes mot en form for sertifiseringsordning av aktivitetsvennlige bedrifter.	Foreslått endring av tiltak nr. 17: «Fylkeskommunen tar initiativ til å etablere en stimuleringsordning for «Aktivitetsvennlige bedrifter» i løpet av 2027»
Viser til handlingsprogrammets tiltak nr. 30 «Det offentlige og frivilligheten samarbeider om felles digitale plattformer». Driver allerede med opplysningskampanjer om fordelene ved å være fysisk aktiv, rettet mot voksne	Tatt til orientering, og bedriftsidretten er tenkt inn under frivillige organisasjoner innenfor tiltaket.	

## Agder idrettskrets

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Er positive til å inngå og videreutvikle samarbeidsavtale med Agder fylkeskommune som foreslått i handlingsprogrammet, og ber om at det prioriteres.</p>	<p>Tatt til orientering.</p>	
<p>Under tema tilskudd ønsker idrettskretsen at fylkeskommunen skal ta en aktiv rolle ved utvikling og realisering av regionale idrettsanlegg.</p>	<p>Viser til tiltak nr. 1: «Fylkeskommunen etablere et regionalt fagråd for anlegg og fysisk aktivitet. Formålet med rådet er å koordinere, samordne og forbedre satsingen på økt fysisk aktivitet på regionalt nivå, herunder planlegge større satsinger/anlegg, identifisere kunnskapsbehov og bidra til oppfølging av handlingsprogram.».</p> <p>Dette er arbeid som knyttes til opprettelse av fagråd for fysisk aktivitet og anlegg, samt ved revidering av spillemiddelordningen</p>	
<p>Under tema tilskudd ønsker idrettskretsen ved fordeling av spillemidler at organisasjonseide idrettsanlegg prioriteres.</p>	<p>Vurderinger basert på lokale behov og samfunnsnytte anses som prioritet fremfor hvem som bygger anlegget. Organisasjoner som bygger anlegg er viktig for å avlaste kommunale budsjetter og bidra til bred folkehelse og samfunnsengasjement, men flere kommuner praktiserer allerede enten forskuttering av spillemidler eller at organisasjonseide anlegg prioriteres over</p>	

	kommunale anlegg. Dette gjør at organisasjonseide anlegg allerede prioriteres i stor grad, og derfor tas ikke innspillet til følge.	
--	---	--

## Arendal kommune

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
Under tema tilskudd ønsker Arendal kommune mulighetsrom for å løfte enkeltsatsingen innenfor friluftsliv og snarveier, f.eks. med en øremerket tilskuddspott på mellom kr 50 000 og kr 100 000.	Ansett ivaretatt i tiltak nr. 41: «Rammen for fylkeskommunale tilskuddordninger knyttet til friluftsliv økes i anledning Friluftslivets år 2025.»	

## Farsund kommune

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
Farsund kommune er bekymret for kommunens ressursbruk og finansiering knyttet til de mange tiltakene som følger i foreslått handlingsprogram	Tiltakene som har en mulig økonomisk konsekvens vurderes inn i budsjettarbeidene i fylkeskommunen.	

## Forum for natur og friluftsliv Agder (FNF Agder)

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
---------------------------------	---------------------------	---------------------

<p>Anbefaler at det organiserte friluftslivet, som en lavterskelarena for mennesker i alle aldre og fra alle sosiale lag, fremheves i plandokumentet på lik linje med idretten.</p>	<p>Ønsker ekstra avsnitt i kapittel 2.2 inkludering og deltakelse som understreker friluftslivets bidrag. Men kapitelet de viser til er i planprogrammet, men det vurderes innarbeidet i dokumentet</p>	<p>Det organiserte friluftslivet fremheves i plandokumentets utfordringsbilde.</p>
<p>Foreslår at det utarbeides tydeligere retningslinjer for hvordan kommunene skal sikre muligheten for fysisk aktive liv gjennom anleggsutvikling, samt at friluftslivsorganisasjoner involveres tidlig i prosesser med arealplaner.</p>	<p>Det følger av plan og bygningsloven § 8-2 at regional plan skal legges til grunn for regionale organers virksomhet og for kommunal og statlig planlegging og virksomhet i regionen. Plan og bygningsloven inneholder føring for hvordan medvirkning skal skje. Det vurderes at oppfølging av tiltakene og medvirkning vil skje gjennom den enkelte planprosess, og at dette derfor ikke trengs å spesifiseres nærmere. Innspillet tas ikke til følge.</p>	
<p>Ønsker å se en tydeligere prioritering av oppgradering av eksisterende anlegg fremfor nybygg, for å begrense belastningen på natur</p>	<p>Rehabilitering av anlegg er viktig for å sikre mer bærekraftig anleggsutvikling. I kapittel om utvikling av anlegg og områder for fysisk aktivitet sies det at «For å bidra til en mer bærekraftig anleggsutvikling må det i større grad satses på rehabilitering- og gjenbruk av eksisterende anlegg og bygg, samt at omdisponering av viktige natur-, friluftslivs- og landbruksområder må unngås.» Det vurderes at planen gir en tydelig føring om dette. Innspillet er ikke tatt til følge.</p>	
<p>Anbefaler at planen inkluderer et dynamisk temakart over viktige friluftsområder, som oppdateres jevnlig i samarbeid med friluftsrådene og frivillige organisasjoner</p>	<p>Mange av kommunene i Agder har over flere år gjennomført kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder er standardisert metodikk. I planen er det foreslått at kommunene skal oppdatere datasettet innen 2027, og at fylkeskommunen setter i gang en kartlegging</p>	

	av regionale friluftslivsområder innen 2027. Kartene vil være dynamisk, og friluftsråd og frivillige organisasjoner vil bli invitert med i arbeidet. Innspillet ansees som ivaretatt.	
Støtter strategi 2 under tema anlegg; «Styrke arbeidet med statlig sikring av attraktive nærfriluftsområder, med mål om sikring av 80 nye områder innen 2034».	Tatt til orientering.	
Er positive til at planen fremhever viktigheten av bærekraftig utvikling, inkludert vektlegging av gjenbruk, sirkulærøkonomi og energieffektivitet ved rehabilitering og nybygging av anlegg.	Tatt til orientering.	
Anbefaler at fylkeskommunen i større grad samarbeider med friluftslivsorganisasjoner om å utvikle aktiviteter for videregående skoler, slik at man skaper en bredde i tilbudet om fysisk aktivitet.	Planforslaget legger opp til at samarbeidsavtaler mellom friluftslivsorganisasjoner og fylkeskommunen skal videreføres. Innspillet vil bli vurdert nærmere ved revisjonen av disse avtalene i 2028.  Viser til tiltak nr. 6: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole.», gjennom dette tiltaket vil det kunne være aktuelt å se på aktiviteter for videregående skole (gjelder også skolefritidsordning, fra andre innspill).	Det foreslås å dele tiltak nr. 6 i to, slik at det blir to ulike pilotprosjekt, og at frivillige organisasjoner tas inn som samarbeidspart i tiltak nr. 7: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt rettet mot fysisk aktivitet i skolefritidsordningen.»  Tiltak nr. 6 justeres slik at uteområder vektlegges: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole, spesielt med tanke på uteområdene»
Setter stor pris på at fylkeskommunen i planforslaget har videreført forpliktelsen	Tatt til orientering.	

til samarbeid med blant annet FNF Agder gjennom en langsiktig samarbeidsavtale		
Positive til tiltak nr. 41 som foreslår en økning i tilskuddsmidler til friluftsliv i 2025, og håper at økningen vil kunne gi handlingsrom til å starte nye initiativer som kan bidra til å enda større oppslutning for å ta vare på natur- og friluftslivsinteresser, og redusere barrierer for deltakelse blant utsatte grupper.	Tatt til orientering.	
Er positive til at FNF er nevnt som viktig aktør når det kommer til å bidra til at formidling og informasjon er relevant, oppdatert og tilgjengelig – og oppfordrer til å videreutvikle dette samarbeidet.	Frivillige organisasjoner er omtalt som samarbeidspart i tiltak nr. 32: «Tilby god og oppdatert informasjon om friluftslivs-områder som er tilgjengelige for alle.» Innspillet anses som ivaretatt.	

## Friluftsrådet Sør

<b>Sammendrag av høringsuttalelsen</b>	<b>Fylkeskommunens vurdering</b>	<b>Forslag til endring</b>
Mener at kyststi mangler i planen, og at det bør være et mål å ha en sammenhengende kyststi i Agder.	Eksisterende tilskuddsordning for planlegging av kyststi er foreslått videreført i planen. Planen har ikke noe konkret mål om sammenhengende kyststi langs <u>hele</u> Agderkysten, og det vurderes heller ikke som den beste måten å bruke begrensede ressurser dersom man skal prioritere tilrettelegging for aktivitet i nærmiljøet.	Foreslått endring av tiltak 45: «I kommuneplaner og reguleringsplaner som omfatter sentrums- og tettstedsområder skal det fastsettes langsiktige «markagrenser» og grønnstruktur som ivaretar viktige nærturområder og allmennhetens ferdselsmulighet langs sjø og vassdrag.»

## Funksjonshemmedes fellesorganisasjon Agder (FFO)

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Et hovedinntrykk ved innspillet er at funksjonsnedsattes behov og tilrettelegging er for lite omtalt og behandlet i planen, tiltakene, og i kunnskapsgrunnlaget.</p>	<p>Sammenfaller med enkelte andre innspill, er forsøkt forbedret i plandokument, handlingsprogrammet og kunnskapsgrunnlaget.</p>	<p>Det legges til et avsnitt om tilgjengelighet for alle i planen, under aktivitetsfremmende arealplanlegging</p> <p>Rettigheter for mennesker med nedsatt funksjonsevne legges til som kapittel i kunnskapsgrunnlaget – under «nasjonale føringer»</p>
<p>Mener planen er god, men for voluminøs, rotete, ustrukturert og full av gjentakelser.</p> <p>Foreslår derfor å endre, ta bort, slå sammen og legge til for å skape et verktøy som stimulerer til et aktivt liv.</p> <p>Foreslår å dele inn i tre deler:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Grunnlaget for et fysisk aktivt liv</li> <li>2. Nærhet og inkludering for et fysisk aktivt liv</li> <li>3. Forutsetninger for et fysisk aktivt liv</li> </ol> <p>Delmålene fire, fem, seks og syv er tatt bort og målsatt i de andre tre delene – hovedsakelig del tre.</p>	<p>Innspillet foreslår en annen struktur på planen, en god struktur som kunne vært valgt i utgangspunktet. Planprogrammet og planen har vært på høring, slik at det vil kreve nye medvirkningsprosesser ved fullstendig endring av strukturen.</p> <p>Innspillene om strukturendringer tas derfor ikke til følge</p>	
<p>Viser til tema samarbeid, og foreslår å fjerne strategi 1 «Samarbeidsarenaene mellom offentlig, privat og frivillig sektor bidrar til målrettet og kunnskapsbasert</p>	<p>Innspillet foreslår en annen struktur på planen, en god struktur som kunne vært valgt i utgangspunktet. Men det vurderes slik at nåværende struktur beholdes.</p>	<p>Idrettsforbundets hefte «Hvordan inkludere» inkluderes i kunnskapsgrunnlaget</p>

<p>arbeid for økt fysisk aktivitet i Agder.» og strategi 3 «Det offentlige, forskningsmiljøer og frivilligheten prioriterer større felles regionale satsinger for økt fysisk aktivitet, og samarbeider om planlegging, gjennomføring og evaluering».</p> <p>Strategi 2 «Friluftsråd og frivillige organisasjoner gis gode og forutsigbare rammebetingelser...» foreslås flyttet til tema for inkludering.</p> <p>Som ny og eneste strategi under samarbeid er det ønske å få inn noe konkret som skal være grunnmuren i ethvert samarbeid, forslag hentet fra Idrettsforbundets hefte «Hvordan inkludere»</p>	<p>Innspillet om hvordan inkludere, fra Idrettsforbundets heftet, er tatt til følge og inkluderes i kunnskapsgrunnlaget.</p>	
<p>Støtter strategi 1 under tema inkludering; «Styrking av ordningen for utlånssentraler i Agder, spesielt på steder med store levekårsutfordringer.»</p>	<p>Tatt til orientering</p>	
<p>Foreslår å slå sammen strategi 2 og 3 under tema inkludering; strategi 2 «Bedre mulighetene for barn og unge i lavinntektsfamilier til å delta i fritidstilbud.» og strategi 3 «Styrking av gratisprinsippet for bruk av offentlige anlegg til aktiviteter for barn, unge, studenter og eldre, samt til inkluderende lavterskelaktiviteter for alle».</p>	<p>Innspill om å slå sammen strategiene er ikke tatt til følge.</p>	



<p>For å sikre strategi 2 får alle under 15 år kjøre gratis med buss mellom kl 17:00 og 21:00.</p>	<p>Forslag om tiltak for alle under 15 år, gratis buss på ettermiddagen, er ansett ivaretatt i mobilitetsplanen.</p>	
<p>Foreslår ny strategi 3 under tema inkludering «Alle kommuner har ordninger, friluftsråd og frivillige organisasjoner som bistår mennesker med behov for ekstra støtte eller tilrettelegging for å komme i gang med fysisk aktivitet.», og i den forbindelse skal alle kommunene få ei verktøykasse for å kunne legge til rette for at alle kan være fysisk aktive.</p>	<p>Innspill om ny strategi er ikke tatt til følge, men innspill om at kommunene får ei form for verktøykasse for å kunne legge til rette for at alle kan være fysisk aktiv er interessant. En slik verktøykasse er vurdert å allerede være en del av planen innen de ulike tiltakene som allerede er foreslått, og samlet sett kunne anses som en verktøykasse:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tilskuddsordninger</li><li>- Utlånssentral</li><li>- Samarbeidsarenaer</li><li>- Kompetanseløft/nettverk</li><li>- Økt tilrettelegging</li></ul>	
<p>Forslag til ny del/område tre; «forutsetninger for et fysisk aktivt liv» med fire strategier:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Registrering, oppdatering og formidling av kunnskap om anleggsdekning, anleggsbehov og deltakelse i fysisk aktivitet. Dette skal være et interkommunalt samarbeid.</li><li>2. Undersøke aktivitetsnivå og relaterte faktorer i alle aldersgrupper for å etablere en grunnmur av kunnskap om hvor vi er, og gjennom ulike måleparametere få en oversikt</li></ol>	<p>De fire strategiene er vurdert som allerede inkludert i planen, og at innspillet går på omstrukturering.</p>	



<p>over hvor Agder gjør det godt og hvilke områder det må settes inn tiltak.</p> <p>3. Barn og unge informeres og læres opp i gode levevaner. Det bør opprettes samarbeid mellom en rekke grupper og organisasjoner som kan påvirke de ulike brukergruppene.</p> <p>4. I Agder fins et vell av muligheter for fysisk aktivitet, og det er viktig å øke bruken av tilbud som fins. For å bidra til ei bærekraftig anleggsutvikling, må det satses på rehabilitering- og gjenbruk av eksisterende anlegg og bygg, samt å etablere nye anlegg og områder som legger til rette for flerbruk, lavterskel- og egenorganisert aktivitet i nærmiljøet.</p>		
<p>Foreslår at Wilds Minnes uteareal kan være utgangspunkt for utarbeidelsen av en universelt utforma skolegårdsmodell, når det gjelder uteområder på barnehage og grunnskole</p>	<p>Tatt til orientering</p>	

## Fylkeseldrerådet i Agder fylkeskommune

<b>Sammendrag av høringsuttalelsen</b>	<b>Fylkeskommunens vurdering</b>	<b>Forslag til endring</b>
<p>Ønsker at det fremheves tydeligere viktigheten av fysisk aktivitet og at</p>	<p>Kompetanseheving og tydelighet om viktigheten av fysisk aktivitet kan være et</p>	

<p>kommunene må sørge for at det blir så enkelt som mulig for eldre å være fysisk aktiv.</p>	<p>tema på nettverkssamlinger tiltenkt i tiltak nr. 2.</p>	
<p>Mener den viktigste barrieren for eldre å være fysisk aktiv er mangel på benker, sittemulighet og tilgang til offentlige toaletter.</p>	<p>Tilrettelegging av turveier og turstier, samt tiltak som sikrer tilgjengelighet for alle (f.eks. benker), er allerede foreslått prioritert i fylkeskommunens tilskuddsordninger for friluftsliv.</p> <p>Referansegruppa har diskutert punktet med ladestasjoner ved parkeringsplasser og mener at det er større behov for lavterskeltiltak som øker tilgjengeligheten, som f.eks. korte rundløyper, benker, lys og tilgang til toaletter.</p> <p>Tiltaket er knyttet til påstartet prosjekt om kartlegging av tilgjengelige turområder.</p>	<p>Foreslått endring i tiltak nr. 60; «Agder har utvalgte turområder, som har universelt utformede turstier og andre lavterskeltiltak som øker tilgjengeligheten. F.eks. korte rundløyper, benker, lys, tilgang til toaletter og lademuligheter for elektrisk rullestol»</p>
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 13: «Idrettslag legger til rette for lavterskel egenorganisert aktivitet som en del av sitt aktivitetstilbud, også for unge voksne og voksne <b>og eldre</b>»</p>	<p>Tiltak nr. 13 er vurdert endret, slik at tiltaket inkluderer livslang idrettsglede som er et av de overordnede målene i idretten. Livslang idrettsglede kjennetegnes av en god og variert barne- og ungdomsidrett, der alle barn og unge gis mulighet til idrettsdeltagelse, og som forlenges til en idrett for voksne med ulike ambisjoner eller fysiske forutsetninger.</p>	<p>Foreslått endring i tiltak nr. 13: «Idrettslag legger til rette for lavterskel egenorganisert aktivitet og livslang idrettsglede».</p>
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 16: «Legge til rette for at eldre motiveres til å være fysisk aktive, også de som er på institusjonsbolig» -samarbeidspartnere: «kommuner <b>og eldrerådene</b>»</p>	<p>Godt innspill, tatt til følge.</p>	<p>Eldreråd inkluderes som samarbeidspartner i tiltak nr. 16.</p>

<p>Forslag til endring i tiltak nr. 25: «Det etableres et langsiktig overvåkningsprogram i 2026 som måler befolkningens aktivitetsnivå og aktivitetstyper, <b>også seniorer</b>»</p>	<p>Tiltaket gjelder befolkningen som helhet, og ikke tiltenkt noe spesifikk aldersgruppe. Innspillet er ikke tatt til følge.</p>	
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 26: «Kartlegge barrierer for fysisk aktivitet blant barn og unge, personer med funksjonsnedsettelse, <b>eldre</b> og minoritetsgrupper i Agder.»</p>	<p>Kartleggingen er tiltenkt på gruppene barn og unge, personer med funksjonsnedsettelse og minoritetsgrupper – og innen de to siste gruppene vil indirekte også innebære eldre. Innspillet er ikke tatt til følge, men frivillige organisasjoner er lagt til som samarbeidspartnere i tiltaket.</p>	<p>Frivillige organisasjoner legges til som samarbeidsparter i tiltak nr. 26.</p>
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 28: «Gjennomføre kartlegging av uteområder i barnehager, skolegårder, <b>aldersboliger/institusjoner</b> og i nærmiljøet rundt i perioden 2026-2028»</p>	<p>Viser til delmål 2 under tema kunnskap om idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet: «I Agder er det god oversikt over hvordan uteområder i barnehager, skolegårder og i nærmiljøet rundt er tilrettelagt og utformet for lek og fysisk aktivitet», derfor er det kartlegging av uteområder i barnehager, skoler og i nærheten av dem som vektlegges i strategi og tiltak innen dette delmålet. Innspillet er ikke tatt til følge.</p>	
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 29: «Gjennomføre informasjons- og holdningskampanjer med sikte på å øke befolkningens kunnskap om viktigheten av fysisk aktivitet og de positive effektene for fysisk og psykisk helse samt læringsresultater.»</p>	<p>Tiltaket gjelder hele befolkningen, eldre inkludert. Innspillet er ikke tatt til følge, men fylkeskommunale råd inkluderes som samarbeidspartner.</p>	<p>Fylkeskommunale råd legges til som samarbeidsparter i tiltak nr. 29.</p>

<p>Ønsker å få med en setning om spesielt eldre, og inkludere fylkeseldrerådet som samarbeidspartner.</p>		
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 30: «Det offentlige og frivilligheten samarbeider om felles digitale plattformer for informasjon om aktivitetstilbud, anlegg og områder for fysisk aktivitet».</p> <p>Mener informasjon må i tillegg utarbeides og distribueres på papir og sikres at alle husstander mottar informasjon.</p>	<p>Tiltaket har en digital plattform som utgangspunkt, men hvordan informasjonen spres trenger ikke være utelukkende digital.</p>	
<p>Forslag til endring i tiltak nr. 32: «Tilby god og oppdatert informasjon om friluftslivsområder som er tilgjengelige for alle».</p> <p>Og spesielt informasjon om det finnes benker og tilgang til toaletter.</p>	<p>Godt innspill, tatt til orientering.</p>	
<p>Forslag til endring i tiltak nr.42: «Tilskudd til tiltak for målgrupper med størst behov for økt deltakelse og aktivitetsnivå prioriteres».</p> <p>Spesielt eldre må prioriteres</p>	<p>Planforslaget legger opp til at målgrupper med størst behov prioriteres, og det gjelder de som er minst fysisk aktive, uavhengig av alder. Innspillet er ikke tatt til følge.</p>	
<p>Forslag til endring i tiltak nr.51: «Nye skoler, barnehager, <b>sykehjem og omsorgsboliger</b> lokaliseres på steder med gode muligheter for attraktive uteområder for fysisk aktivitet»</p>	<p>Både tiltaket og strategien den tilhører er rettet mot skoler og barnehager, og innspillet passer derfor ikke inn under strategien: «Skoler og barnehager skal ha god tilgang på attraktive uteområder for lek, bevegelsesglede og fysisk aktivitet i skoletiden og på fritiden.</p>	

	Utearealene skal tilpasses ulike aldersgrupper og årstider.». Innspillet er ikke tatt til følge.	
--	--	--

## Gjerstad kommune råd for personer med nedsatt funksjonsevne

<b>Sammendrag av høringsuttalelsen</b>	<b>Fylkeskommunens vurdering</b>	<b>Forslag til endring</b>
Påpeker at det er mye rettet mot barn og unge og eldre i planen, mens det er få tiltak og muligheter for personer med funksjonsnedsettelse. Dermed opprettholdes hverken FNs bærekraftsmål eller nasjonale mål.	Innspill tatt til følge.	Informasjon om FN konvensjonen om rettigheter for personer med funksjonsnedsettelse inkluderes i kunnskapsgrunnlaget.
Det finnes ingen samlet oversikt over hvilke friluftsområder på Agder som er universelt utformet eller kunnskap om egenorganisert fysisk aktivitet for personer med funksjonsnedsettelse.	Det er riktig at det mangler oversikt og kunnskap, viser derfor til tiltak nr. 8: «Fylkeskommunen igangsetter et flerårig regionalt prosjekt med mål om å kartlegge og redusere barrierer for å øke tilgjengeligheten for alle i nærfriluftsområder i Agder.»	
Ber om at mulighetene for gode friluft- og naturopplevelser for personer med funksjonsnedsettelse vektlegges	Viser til delmålet under tema arealplanlegging: «Befolkningen i Agder har god tilgang på anlegg, friluftslivsområder og nærmiljøer som stimulerer til økt fysisk aktivitet hele året.» og strategi 3: «Alle innbyggere i Agder bor nærmere enn 500 meter fra tursti, turvei eller allment tilgjengelige grønnstruktur.». Innspillet anses som ivaretatt.	
Ber om at tilskudd for tilrettelegging av friluft- og naturopplevelser for mennesker med funksjonsnedsettelse	Tilskudd for tilrettelegging anses ivaretatt i tema for tilskudd; strategi 2: «Tildeling av midler prioriterer i større grad tiltak	Foreslått endring i tiltak nr. 60; «Agder har utvalgte turområder, som har universelt utformede turstier og andre

<p>får større prioritet ved tildeling av fylkeskommunale midler; som for eksempel opparbeiding av tilgjengelighet til dagsturhyttene, oppgradering av turstier/-veier og kartlegging av tilgjengelighet til friluftsområder.</p>	<p>som har som mål å få i aktivitet de som er i lite eller ingen aktivitet» og tiltak nr. 60; «Agder har utvalgte turområder, som har universelt utformede turstier, hvor man har etablert ladestasjoner for rullestoler ved parkeringsområdene.»</p> <p>Tilrettelegging av turveier og turstier, samt tiltak som sikrer tilgjengelighet for alle (f.eks. benker), er allerede foreslått prioritert i fylkeskommunens tilskuddsordninger for friluftsliv.</p>	<p>lavterskeltiltak som øker tilgjengeligheten. F.eks. korte rundløyper, benker, lys, tilgang til toaletter og lademuligheter for elektrisk rullestol».</p>
<p>Ber om at alle idrettsanlegg er tilgjengelige.</p>	<p>Prinsippet om universell utforming følger i spillemiddelordningen og plan- og bygningsloven, og det finnes eget tilskudd til universell utforming av eksisterende anlegg i spillemiddelordningen.</p>	<p>Universell utforming inkluderes sammen med tilgjengelighet for alle i temaene arealplanlegging og anlegg</p> <p>Foreslått endring av strategi 3 under tema anlegg: «Ved bygging, rehabilitering og bruk av anlegg og aktivitetsområder vektlegges tilgjengelighet for alle, natur-, klima- og miljøhensyn, gjenbruk, sirkulærøkonomi og energieffektivitet.».</p> <p>Foreslått endring i tiltak nr. 67: «Fylkeskommunen innfører krav om behovs- og bærekraftsvurdering i søknader om spillemidler, som også innbefatter en vurdering av tilgjengelighet for alle.»</p>

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Fremhever viktigheten av økte ressurser fra fylkeskommunen for å sikre at tiltakene kan gjennomføres.</p>	<p>Tiltakene som har en mulig økonomisk konsekvens vurderes inn i budsjettarbeidene i fylkeskommunen.</p>	
<p>Mener at tilrettelegging for jenters deltakelse i idrett og fysisk aktivitet – f.eks. innen anleggsutforming – bør tillegges større vekt i planforslaget.</p> <p>Påpeker viktigheten med målrettet medvirkning fra begge kjønn i planleggingsprosessen av anlegg.</p>	<p>Anses som ivaretatt i tiltak nr. 57: «Prioritere inkluderende anlegg som nærmiljøanlegg, svømmeanlegg, isflater, turstier og lyssatte turveier» og tiltak nr. 59: «Fylkeskommunen igangsetter prosjekt for etablering av attraktive og innovative nærmiljøanlegg for egenorganisert fysisk aktivitet i nærheten av skole i alle kommuner.».</p>	
<p>Viser til tiltak nr. 16: «Legge til rette for at eldre motiveres til å være fysisk aktive, også de som er på institusjonsbolig», som eneste tiltaket direkte rettet mot eldre.</p> <p>For å nå målene i planen kan ikke kommunen stå som ansvarlig aktør alene på dette tiltaket. Ønsker større grad av fokus på det å fjerne barrierer for å være fysisk aktiv for de eldre. Viser til konkrete eksempler på tiltak som det interkommunale samarbeidet i Telemark for å legge til rette for økt fysisk aktivitet blant eldre, ved prosjekt om universelt utformede turveier, og prosjektet gjennomført i Grimstad «utarbeidelse av demensvennlige turløyper».</p>	<p>Tilrettelegging av turveier og turstier, samt tiltak som sikrer tilgjengelighet for alle (f.eks. benker), er allerede foreslått prioritert i fylkeskommunens tilskuddsordninger for friluftsliv.</p> <p>Benk og andre lavterskeltiltak knyttet til turveier er tilskuddsberettiget i spillemiddelordningen.</p> <p>Kompetanseheving og tydelighet om viktigheten av fysisk aktivitet kan være et tema på nettverkssamlingene tiltenkt i tiltak nr. 2.</p>	<p>Foreslått endring i tiltak nr. 60: «Agder har utvalgte turområder, som har universelt utformede turstier og andre lavterskeltiltak som øker tilgjengeligheten. F.eks. korte rundløyper, benker, lys, tilgang til toaletter og lademuligheter for elektrisk rullestol»</p>



Ønsker en felles digital løsning for å vise tilbudet i Agder. En slik løsning bør også inneholde forskningsbasert informasjon om viktigheten av fysisk aktivitet.	Anses ivaretatt i tiltak nr. 30: «Det offentlige og frivilligheten samarbeider om felles digitale plattformer for informasjon om aktivitetstilbud, anlegg og områder for fysisk aktivitet.»	
Mener det bør være et eget mål i planen om å få ned sykefraværet.	Målet for planen kan indirekte føre til lavere sykefravær, og vis til tiltak som frisklivssentral/Aktiv på dagtid og strategi om arbeidsgivere. Innspillet er ikke tatt til følge.	
Påpeker at stengsler som hindrer allmenn ferdsel, spesielt i strandsonen, kan påvirke mulighetene for befolkningen til å være fysisk aktiv i nærmiljøet.	Tatt til orientering	
Mener sykkel, gang- og sykkelveier og trafikksikkerhet bør vies mer oppmerksomhet i planen, fordi dette er viktige faktorer for å fremme fysisk aktivitet og trygg ferdsel blant innbyggerne.	Innspillet støttes, men anses som ivaretatt i regional plan for mobilitet. Hverdagsaktivitet i form av sykkel og gange til og fra skole, jobb, fritidsaktiviteter og daglige gjøremål er sentralt for å øke fysisk aktivitetsnivå i alle aldersgrupper. For at flere skal velge å sykle eller gå i hverdagen, er utbygging av trafikksikre gang og sykkeløsninger viktig. Anlegg og infrastruktur for gående og syklende ivaretas i Regional plan for mobilitet. Planen har som hovedmål å gjøre reisen enkel, trygg og grønn og har et særlig fokus på barn og unge	Legger inn avklarende tekst med avgrensingen til mobilitetsplan i plandokumentets kapittel om bakgrunn, formal og virkning.
Ønsker at fylkeskommunen oppdaterer kommunestyret årlig hvordan tiltak i	Viser til tiltak nr. 2: «Fylkeskommunen gjennomfører årlige nettverkssamlinger om fysisk aktivitet for kommuner,	

<p>planen realiseres og hvordan tiltakene treffer etter intensjonen.</p>	<p>friluftsråd, idretten, private og frivillige organisasjoner hvor formålet er erfaringsutveksling, kompetanseheving og å koordinere tilrettelegging av anlegg, områder og aktiviteter av regional betydning.» , hvor status for planen kan være tema på de foreslåtte årlige nettverksmøtene.</p>	
--	---	--

## Kristiansand kommune

<b>Sammendrag av høringsuttalelsen</b>	<b>Fylkeskommunens vurdering</b>	<b>Forslag til endring</b>
<p>Mener organisert idrett har mange kvaliteter i tillegg til den fysiske aktiviteten, som samhold og tilhørighet – men dette er litt fraværende i planen.</p>	<p>Hovedmålet med planen er at flere er mer fysisk aktive, og idretten er en viktig arena for å nå dette målet. Det er imidlertid mange måter å være fysisk aktiv, og organisert idrett vil dra god nytte av mange av tiltakene i planen.</p>	
<p>Ønsker at toppidretten fikk noe plass i planen.</p>	<p>Toppidrett kan være viktig for å stimulere til breddeaktivitet, men er ikke tiltenkt som hovedprioritet i planen.</p> <p>I planarbeidet er det hverdagsaktivitet, nærmiljø, og de som er minst fysisk aktive som er vektlagt. Det vurderes en toppidrettsstrategi for Agder, men dette er ikke som del av denne planen – og først ved rullering av neste planstrategi.</p>	
<p>Viser til at den planlagte idrettssatsingen på Gimle kan nevnes som eksempel når</p>	<p>Vi vurderer det slik at utvikling av anlegg på Gimle kan ses i sammenheng med tema utvikling av anlegg.</p>	

det gjelder utvikling av anlegg og områder for fysisk aktivitet		
Viser til at kommunen har igangsatt initiativer for samarbeid mellom idrettslag og skolefritidsordninger.	Samarbeid idrettslag og skolefritidsordning kan ses i sammenheng med tiltak nr. 7: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole.»	
Ønsker en tydeliggjøring om skolefritidsordningen omhandles under skole-begrepet.	Det er tenkt at skole omhandler skolefritidsordning og andre lignende ordninger.	
<p>Viser til tema inkludering, og forslag om en strategi for å beholde ungdom lengre i idretten, i tillegg til et tiltak knyttet til dette i handlingsprogrammet.</p> <p>Alternativt kunne tiltak nr. 13 vært: «Idrettslag legger til rette for lavterskel egenorganisert aktivitet som en del av sitt aktivitetstilbud, også for unge voksne og voksne»</p>	<p>Godt innspill og god presisering. Her vil det foreslås endring på ordlyd knyttet til tiltak nr. 13 og tiltaket flyttes inn under ny strategi 4 som omhandler prestasjonsfokus, rekruttering og frafall i idretten.</p> <p>På den måten vil strategiene under tema inkludering omhandle: 1-3: Økonomi som barriere 4: Dreie fokus fra prestasjon til bevegelsesglede 5: Ekstra tilrettelegging for å redusere barrierer 6: Arbeidshverdagen</p>	<p>Foreslått ny strategi 4 under tema inkludering, som handler om rekruttering- og frafallsutfordringen og å dreie fokus fra prestasjon til bevegelsesglede: «Det legges til rette for organiserte og egenorganiserte lavterskeltilbud som ikke er rettet mot prestasjon og konkurranse, men mot trivsel og bevegelsesglede.»</p> <p>Foreslått endring i tiltak nr. 13: «Idrettslag legger til rette for lavterskel egenorganisert aktivitet og livslang idrettsglede»</p> <p>Det inkluderes et avsnitt om rekruttering og frafall i idretten, under tema inkludering.</p> <p>Foreslått endring i tiltak nr. 12:</p>

		«Det offentlige legger til rette for lavterskel egenorganisert aktivitet og praktiserer gratisprinsippet når det kommer til treningstid for barn, unge og studenter i offentlige anlegg.».
<p>Viser til tiltak nr. 15: «Idrettskretsens tilbud «Aktiv på dagtid» etableres i fem nye kommuner i Agder innen 2028».</p> <p>Synes at dette er et godt tilbud, men er usikre på om det er riktig å fremheve én aktør ettersom enkelte kommuner kan ha andre liknende tilbud.</p>	Denne formuleringen endres, for å åpne for flere ulike typer tiltak med samme formål.	Foreslått endring i tiltak nr. 15: «Idrettskretsens «Aktiv på dagtid» eller lignende konsepter etableres i fem nye kommuner i Agder innen 2028».

## Lindesnes kommune eldreråd

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Forslag til nytt tiltak under tema inkludering: Transport til nærmiljøanlegg/ svømmehaller er viktig for at alle skal kunne delta. Et virkemiddel er AKT Svipp. Strategi: AKT Svipp innføres i alle kommuner.</p>	<p>Ivaretatt i regional plan for mobilitet. Regional plan for mobilitet har som hovedmål å gjøre reisen enkel, trygg og grønn. Et bedre kollektivtilbud, spesielt for barn og unge er prioritert. AKT Svipp er trukket fram som et viktig tiltak som kan gjøre kollektivtilbudet mer tilgjengelig for flere.</p>	
<p>Ber om at det differensieres mellom ulike grupper eldre, og at det fokuseres på tiltak både for yngre eldre og de aller eldste.</p>	Tatt til orientering.	

	Eldre omfattes indirekte i prioritering av nærmiljøet, nærfriluftslivet og kriterier i tilskuddsordninger	
--	---	--

## Lindesnes kommune råd for personer med funksjonsnedsettelse

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
Savner konkretisering av samarbeid med frivillige organisasjoner	<p>Viser til ett av fem delmål i Agder fylkeskommunes frivillighetsstrategi: «Innen 2025 har alle kommunene på Agder vedtatt egen frivillighetspolitikk» - nettopp for å legge til rette for økt samarbeid mellom det offentlige og frivillige.</p> <p>Visjonen for frivillighetsstrategien for Agder er økt deltakelse for bedre levekår. Denne visjonen forutsetter en sterk, selvstendig og mangfoldig frivillighet på Agder – og dette blir også hovedmålet for strategien.</p>	
Savner fokus på universell utforming, og mener det bør presiseres at forutsetning for deltakelse er universelt utformede anlegg og at medvirkningsråd er viktige samarbeidspartnere.	Prinsippet om universell utforming følger i spillemiddelordningen og plan- og bygningsloven, og tiltak som sikrer tilgjengelighet for alle er prioritert i tilskuddsordningene for friluftsliv og i tiltak nr. 20: «Alle anleggseiere kartlegger om deres idrettsanlegg er tilgjengelige for alle, og etablerer en tiltaksplan for anlegg som ikke tilfredsstillt kravene til tilgjengelighet for alle.»	Universell utforming og tilgjengelighet for alle inkluderes under temaene arealplanlegging og anlegg

	Det finnes eget tilskudd til universell utforming av eksisterende anlegg i spillemiddelordningen.	
Opplever det uheldig at personer med funksjonsnedsettelse ikke regnes som en gruppe som trenger særlig kartlegging og er heller ikke nevnt som en viktig gruppe å samarbeide med.	Viser til tiltak nr. 26: «Kartlegge barrierer for fysisk aktivitet blant barn og unge, personer med funksjonsnedsettelser og minoritetsgrupper i Agder.», hvor personer med funksjonsnedsettelse er nevnt som gruppe som skal kartlegges.	Frivillige organisasjoner legges til som samarbeidspartner i tiltak nr. 26.
Minner om FN konvensjonen om rettigheter for personer med funksjonsnedsettelser.	Innspill tatt til følge.	Informasjon om FN konvensjonen om rettigheter for personer med funksjonsnedsettelser inkluderes i kunnskapsgrunnlaget.
Påpeker at kortere turløyper, benker, toaletter og god skilting er viktig for å øke tilgjengeligheten	Tilrettelegging av turveier og turstier, samt tiltak som sikrer tilgjengelighet for alle (f.eks. benker), er allerede foreslått prioritert i fylkeskommunens tilskuddsordninger for friluftsliv.  Benk og andre lavterskeltiltak knyttet til turveier er tilskudsberettiget i spillemiddelordningen.	Foreslått endring i tiltak nr. 60; «Agder har utvalgte turområder, som har universelt utformede turstier og andre lavterskeltiltak som øker tilgjengeligheten. F.eks. korte rundløyper, benker, lys, tilgang til toaletter og lademuligheter for elektrisk rullestol»

## Norges blindforbund Aust-Agder

<b>Sammendrag av høringsuttalelsen</b>	<b>Fylkeskommunens vurdering</b>	<b>Forslag til endring</b>
Viser til at pårørende er en gruppe som spiller en viktig rolle når det gjelder å	Tatt til orientering.	

<p>motivere personer med funksjonsnedsettelse til fysisk aktivitet.</p>		
<p>Påpeker at det er satt lite vekt på at organisasjoner for personer med funksjonsnedsettelse er viktige samarbeidspartnere.</p>	<p>Organisasjoner for personer med funksjonsnedsettelser er tiltenkt som en del av frivillige organisasjoner, som er foreslått inkludert som samarbeidspartner i flere tiltak, blant annet tiltak nr. 7, 8, 16 og 26.</p>	
<p>Viser til at det eksisterer lavterskeltilbud innen fysisk aktivitet som gjennomføres hos blant annet blindeforbundet, hvor også lokalene er tilpasset.</p>	<p>Tatt til orientering.</p>	
<p>Påpeker at personer med funksjonsnedsettelser nevnes som en målgruppe, men at det er få eller ingen tiltak som retter denne gruppen. Mener det ikke er behovet for en kartlegging av barrierene for fysisk aktivitet som er mest pressende, men konkrete tiltak for å inkludere denne gruppa. Og i den sammenheng bruke organisasjonene som samarbeidspartnere.</p>	<p>Viser til tiltak nr. 26: «Kartlegge barrierer for fysisk aktivitet blant barn og unge, personer med nedsatt funksjonsevne og minoritetsgrupper i Agder.», som er et resultat av dialog med fylkeskommunalt råd, og ønske om en statuskartlegging.</p>	<p>Frivillige organisasjonene inkluderes som samarbeidspartnere i tiltak nr. 8: «Fylkeskommunen igangsetter et flerårig regionalt prosjekt med mål om å kartlegge og redusere barrierer for å øke tilgjengeligheten for alle i nærfriluftsområder i Agder.»</p>
<p>Mener det bør etableres en tilskuddsordning for funksjonshemmedes organisasjoner, der det gis tilskudd til aktiviteter i organisasjonenes regi.</p>	<p>Fylkeskommunen har en frivilligstrategi, med en tilhørende tilskuddsordning der reduksjon av barriere for deltakelse og gruppe med levekårsutfordringer prioriteres. Det er presisert at det kan søkes om tilskudd til tilretteleggingskostnader.</p>	
<p>Viser til viktigheten med strukturelle forhold som transport blir tatt hensyn til når det gjelder fysisk aktivitet, og nevner</p>	<p>Delvis ivaretatt i mobilitetsplan. Regional plan for mobilitet har som mål å gjøre reisen enkel, trygg og grønn.</p>	

<p>blant annet en transportordning med dør-til-dør-prinsipp og brukerstyrt personlig assistanse.</p>	<p>Planen har målsettinger om et bedre kollektivtilbud. Bestillingstransport og videreutvikling av AKT Svipp er en viktig satsing. Individuelt tilpassede transportordninger ved definerte helsemessige behov (f.eks. for blinde og svaksynte) ivaretas gjennom fylkeskommunens tilbud om TT transport (tilrettelagt transport).</p>	
<p>Mener at universell utforming burde vært med vektlagt, og at planen burde ha referert til FN-konvensjonen, som sikrer menneskerettighetene for personer med funksjonsnedsettelse.</p>	<p>Innspill tatt til følge.</p>	<p>Informasjon om FN konvensjonen om rettigheter for personer med funksjonsnedsettelse inkluderes i kunnskapsgrunnlaget.</p> <p>Foreslått endring i tiltak nr. 67: Fylkeskommunen innfører krav om behovs- og bærekraftsvurdering i søknader om spillemidler, som også innbefatter en vurdering av tilgjengelighet for alle.»</p>
<p>Støtter sterkt delmålet innen tema inkludering, og kommer med forslag til tiltak for bilde og svaksynte:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tilgjengelige og tilrettelagte turstier og aktivitetsområder, hvor tiltak knyttet til universell utforming og tilgjengelighet er vektlagt.</li> <li>2. Tilrettelegging på idrettsanlegg, for eksempel punktskrift på skilt, akustiske veiledere og ledelinjer.</li> <li>3. Sosiale møteplasser som er tilgjengelige for alle med tanke på</li> </ol>	<p>Forslag til gode tiltak under tema inkludering, men anses å allerede være delvis ivaretatt.</p> <p>Punkt 1 og 2 er tiltak som kan inkluderes i en spillemiddelsøknad ved etablering og rehabilitering av anlegg.</p> <p>Punkt 3 er dekket i planens hovedmål «Agder er et aktivitetsvennlig samfunn med nærmiljøer, <u>sosiale møteplasser</u> og</p>	<p>Foreslått endring i tiltak nr. 67: Fylkeskommunen innfører krav om behovs- og bærekraftsvurdering i søknader om spillemidler, som også innbefatter en vurdering av tilgjengelighet for alle.»</p>



adkomst, navigasjon og tilrettelegging.	friluftslivsområder som bidrar til at flere er mer fysisk aktive.»	
Viser til tema informasjon og formidling, og at informasjon om aktiviteter og tilbud må være tilgjengelig for blinde og svaksynte. Dette innebærer digitale plattformer, trykt informasjon og lydformat, samt opplæring av personale som jobber med fysisk aktivitet, i kommunikasjon og tilrettelegging for blinde og svaksynte.	Universell utforming av nettsider og dokumenter er forankret i likestillings- og diskrimineringsloven, som stiller krav om at digitale løsninger skal være tilgjengelige for alle, uavhengig av funksjonsevne.	
Anbefaler at samarbeid på tvers av sektorer inkludert helsevesenet, frivillige organisasjoner, idrettslag og funksjonshemmedes organisasjoner intensiveres for å sikre at tilretteleggingen faktisk dekker behovene til blinde, svaksynte og andre med funksjonsnedsettelse	Viser til tiltak nr. 2 «Fylkeskommunen gjennomfører årlige nettverkssamlinger om fysisk aktivitet for kommuner, friluftsråd, idretten, private og frivillige organisasjoner hvor formålet er erfaringsutveksling, kompetanseheving og å koordinere tilrettelegging av anlegg, områder og aktiviteter av regional betydning.». FFO og andre organisasjoner for personer med funksjonsnedsettelse inviteres til årlige nettverkssamlinger om fysisk aktivitet.	
Oppfordrer til at tilskudd og økonomiske virkemidler også øremerkes til prosjekter som fokuserer på tilrettelegging for funksjonshemmede, spesielt prosjekter som fremmer universell utforming av eksisterende og nye anlegg.	Viser til temaet for tilskudd og strategi nr. 2: «Tildeling av midler prioriterer i større grad tiltak som har som mål å få i aktivitet de som er i lite eller ingen aktivitet». Det finnes også eget tilskudd til universell utforming av eksisterende anlegg i spillemiddelordningen.	Sammen med andre innspill foreslås det endringer på strategi 2 under tema tilskudd - for å inkludere områder med særlige levekårsutfordringer: «Tildeling av midler prioriterer i større grad områder med særlige levekårsutfordringer og tiltak som har som mål å få i aktivitet de som er i lite eller ingen aktivitet»

<p>I tema for arealplanlegging må arealplanlegging og utvikling av anlegg alltid ta hensyn til universell utforming som en standard, og forutsetning at alle nye utviklingsprosjekt inkluderer tilrettelegging for personer med funksjonsnedsettelse.</p>	<p>Prinsippene for universell utforming er krav i planleggingen etter plan og bygningsloven</p>	<p>Universell utforming inkluderes sammen med tilgjengelighet for alle i temaene arealplanlegging og anlegg</p>
---	---	---

## Risør kommune

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Ingen spesifikke innspill til endringer, men mener det er positivt at nærmiljøanlegg, sosiale arenaer og aktivitet i hverdagslivet er mer vektlagt enn tidligere.</p>	<p>Tatt til orientering.</p>	
<p>Planen anses som et godt verktøy for kommunen, og ser frem til samarbeid med fylkeskommunen innen de ulike satsingsområdene.</p>	<p>Viser til tiltak nr. 2: «Fylkeskommunen gjennomfører årlige nettverkssamlinger om fysisk aktivitet for kommuner, friluftsråd, idretten, private og frivillige organisasjoner hvor formålet er erfaringsutveksling, kompetanseheving og å koordinere tilrettelegging av anlegg, områder og aktiviteter av regional betydning.», hvor status for planen kan være tema på de foreslåtte årlige nettverksmøtene.</p>	

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Viser til tema for samarbeid, strategi 1: «Samarbeidsarenaene mellom offentlig, privat og frivillig sektor bidrar til målrettet og kunnskapsbasert arbeid for økt fysisk aktivitet i Agder».</p> <p>Savner en konkretisering av hvordan disse samarbeidsarenaene skal fungere og eventuelt hvem som skal være ansvarlige for å opprette dem.</p>	<p>Viser til tiltak nr. 1: «Fylkeskommunen etablere et regionalt fagråd for anlegg og fysisk aktivitet. Formålet med rådet er å koordinere, samordne og forbedre satsingen på økt fysisk aktivitet på regionalt nivå, herunder planlegge større satsinger/anlegg, identifisere kunnskapsbehov og bidra til oppfølging av handlingsprogram.»</p> <p>Det er tiltenkt at deres mandat er å identifisere egnede samarbeidsarenaer. Dette kan gjelde både allerede eksisterende og nye arenaer.</p>	
<p>Viser til satsingen på helsefremmende barnehager og skoler i tiltak nr. 5 «Det offentlige jobber for helsefremmende barnehager og skoler ved å styrke satsingen på fysisk aktivitet i opplæringen».</p> <p>Mener fylkeskommunen bør vurdere den potensielle synergieffekten et tydeligere fokus på uteområder i barnehager og skoler i denne planen kan ha.</p>	<p>Viser til delmål 2 under tema kunnskap: «I Agder er det god oversikt over hvordan uteområder i barnehager, skolegårder og i nærmiljøet rundt er tilrettelagt og utformet for lek og fysisk aktivitet.» og underliggende strategi og tiltak nr. 27 og 28 som skal bidra til at nevnte uteområder skal kartlegges. Som igjen vil være grunnlaget for tiltak nr. 6: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole, spesielt med tanke på uteområdene».</p> <p>Kan også ses i sammenheng med tiltak nr. 3: «Fylkeskommunen etablere</p>	<p>Det foreslås å dele tiltak nr. 6 i to, slik at det blir to ulike pilotprosjekt, og at frivillige organisasjoner tas inn som samarbeidspart i tiltak nr. 7: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt rettet mot fysisk aktivitet i skolefritidsordningen.»</p> <p>Tiltak nr. 6 justeres slik at uteområder vektlegges: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole, spesielt med tanke på uteområdene»</p>

	samarbeid med Tverga (Ressurssenteret for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet i Norge) med hensikt å styrke satsingen på attraktive og inkluderende møteplasser for egenorganisert aktivitet i alle kommunene.»	Et avsnitt om uteområder i barnehager og skole inkluderes planforslaget.
<p>Viser til tema for inkludering, og delmålet «Alle kommunene i Agder har gratisprinsipp i offentlige anlegg, gode universelle gratisordninger for lån av utstyr og aktivitetsfremmende lavterskeltilbud».</p> <p>Foreslår at det legges inn i delmålet at alle kommunene i Agder har aktivitetsfremmende lavterskeltilbud for alle grupper i befolkningen.</p>	Godt innspill, men det vurderes slik at alle grupper i befolkningen allerede er en del av delmålet. Innspillet er ikke tatt til følge.	
<p>Viser til tiltak nr. 28: «Gjennomføre kartlegging av uteområder i barnehager, skolegårder og i nærmiljøet rundt».</p> <p>Statsforvalter viser til NMBU, som på oppdrag fra Helsedirektoratet, laget rapporten «Uteområder i barnehager og skoler – Hvordan sikre kvalitet i utformingen (2019)». Her er det konkrete anbefalinger for areal pr barn og listet opp punkter med hva uteområdene bør inneholde.</p> <p>Anbefaler fylkeskommunen å se til denne rapporten når kvaliteten på uteområdene</p>	Tatt til orientering, og rapporten blir en del av kartleggingsmaterialet.	

<p>i barnehage, skole og nærmiljøet skal kartlegges.</p>		
<p>Viser til tema om formidling og informasjon, strategi 1: «Styrke formidlingen av kunnskap om fordelene av fysisk aktivitet».</p> <p>Mener dette er viktig, men er lite konkret og at det er sannsynlig at kommunen kommer til å ha behov for veiledning eller presisering av dette punktet.</p>	<p>Viser til tiltak nr. 2 «Fylkeskommunen gjennomfører årlige nettverkssamlinger om fysisk aktivitet for kommuner, friluftsråd, idretten, private og frivillige organisasjoner hvor formålet er erfaringsutveksling, kompetanseheving og å koordinere tilrettelegging av anlegg, områder og aktiviteter av regional betydning.», hvor dette med veiledning og presisering vil være aktuelle tema</p>	
<p>For å lykkes med å skape et mer aktivitetsvennlig samfunn vil det være naturlig å starte med uteområdene i barnehager og skoler, fordi de er noen av de viktigste møteplassene vi har. Statsforvalteren kan derimot ikke se at dette har en tydelig prioritet i planen.</p> <p>Ifølge planen skal tilskuddsordninger innrettes slik at aktiviteter og aktivitetsfremmende anlegg i nærmiljøet får en tydelig prioritering. Dette tolker de som uklart og ber fylkeskommunen tydeliggjøre hva som skal ha prioritet.</p>	<p>Viser til delmål 2 under tema kunnskap: «I Agder er det god oversikt over hvordan uteområder i barnehager, skolegårder og i nærmiljøet rundt er tilrettelagt og utformet for lek og fysisk aktivitet.» og underliggende strategi og tiltak nr. 27 og 28 som skal bidra til at nevnte uteområder skal kartlegges. Som igjen vil være grunnlaget for tiltak nr. 6: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole, spesielt med tanke på uteområdene».</p> <p>Kan også ses i sammenheng med tiltak nr. 3: «Fylkeskommunen etablerer samarbeid med Tverga (Ressursenteret for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet i Norge) med hensikt å styrke satsingen</p>	<p>Det foreslås å dele tiltak nr. 6 i to, slik at det blir to ulike pilotprosjekt, og at frivillige organisasjoner tas inn som samarbeidspart i tiltak nr. 7: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt rettet mot fysisk aktivitet i skolefritidsordningen.»</p> <p>Tiltak nr. 6 justeres slik at uteområder vektlegges: «Fylkeskommunen og utvalgte kommuner etablerer et pilotprosjekt med mål om å øke fysisk aktivitet i barnehage og skole, spesielt med tanke på uteområdene»</p> <p>Et avsnitt om uteområder i barnehager og skole inkluderes planforslaget.</p>

	på attraktive og inkluderende møteplasser for egenorganisert aktivitet i alle kommunene.»	
<p>Viser til tema for tilskudd, strategi 2 «Tildeling av midler prioriterer i større grad tiltak som har som mål å få i aktivitet de som er i lite eller ingen aktivitet».</p> <p>Mener det kan være hensiktsmessig å være enda tydeligere på at også områder hvor det er en høyere representasjon av innbyggere med lav sosioøkonomisk status skal prioriteres.</p>	Innspill tatt til følge.	Sammen med andre innspill foreslås det endringer på strategi 2 under tema tilskudd - for å inkludere områder med særlige levekårsutfordringer: «Tildeling av midler prioriterer i større grad områder med særlige levekårsutfordringer og tiltak som har som mål å få i aktivitet de som er i lite eller ingen aktivitet»
<p>Viser til tema for arealplanlegging og delmålet «Arealplanleggingen bidrar til at befolkningen i Agder <b>har god tilgang på anlegg</b>, friluftslivsområder og nærmiljøer som stimulerer til økt fysisk aktivitet hele året.».</p> <p>Ber fylkeskommunen vurdere behovet for en konkretisering av hva som menes med begrepet «god tilgang», da tolkningen av dette kan være sprikende.</p>	<p>«God tilgang til anlegg» er blant annet hentet fra folkehelseundersøkelsens spørsmål knyttet til opplevd tilgang.</p> <p>I målene i regional plan vil delmålet være litt overordnet, mens i kunnskapsgrunnlaget og strategiene forsøkes det å konkretisere «god tilgang» gjennom befolkningens bevegelsesradius, nærmiljøprioriteringen og at alle i Agder skal bo nærmere enn 500m til tursti eller allment tilgjengelig grønnstruktur.</p> <p>I revideringen av spillemiddelordningen kan nytt krav om større vektleggelse av behov og kartlegging gi indikasjoner på «god tilgang».</p>	

	Kartleggingene som er foreslått i handlingsplanen vil kunne bidra til å konkretisere «god tilgang» ved revisjon av planen.	
Er positive til strategi 3 i tema arealplanlegging, som har et tydelig og konkret mål om at alle i Agder skal bo nærmere enn 500 meter tursti, turvei eller allment tilgjengelige grønnstruktur.	Tatt til orientering	
Viser til tema om arealplanlegging, og mener gang- og sykkelsti også burde vært inkludert som en del av strategiene.	Ivaretatt i Regional plan for mobilitet. Hverdagsaktivitet i form av sykkel og gange til og fra skole, jobb, fritidsaktiviteter og daglige gjøremål er viktige faktorer for å øke fysisk aktivitetsnivå i alle aldersgrupper. For at flere skal velge å sykle eller gå i hverdagen er utbygging av trafiksikre gang og sykkelløsninger viktig. Anlegg og infrastruktur for gående og syklende ivaretas i mobilitetsplanen.	
Viser til tema om arealplanlegging, og foreslår at den regionale planen kan inkludere et mål om skolevei, jmfør Nasjonal transportplans (Meld. St. 14) mål om at åtte av ti barn med skolevei opp til fire kilometer skal gå eller sykle til skolen.	Delvis ivaretatt i regional plan for mobilitet. Mobilitetsplanen har mål om at flere skal gå og sykle til skolen. Planen prioriterer gang og sykkelanlegg rundt skoler. Mobilitetsplanen har mål om økning i andel ungdom som sykler/går til skolen på til 60% i 2033 (indikator Ungdata 34,5 2019, her er også videregående med) og reduksjon i andel elever i grunnskolen som har rett på gratis skoleskyss pga farlig skolevei fra 11% i 2019 til 7% i 2033.	

	Det er fornuftig å følge opp målet fra NTP om at 80% av elever i grunnskolen skal sykle eller gå til skolen. Dette målet er imidlertid vanskeligere å måle da vi ikke har gjentakende reisevaneundersøkelser på barne- og ungdomsskoler.	
Viser til tema for arealplanlegging. For å sikre at flere går og sykler og unngår at det bygges parkering fremfor tilstrekkelig store og gode uteområder anbefaler Statsforvalter at «den omvendte trafikkpyramide» legges til grunn.	Dette er et viktig poeng som også følges delvis opp i regional plan for mobilitet.	«Den omvendte trafikkpyramide» inkluderes i kunnskapsgrunnlagets kapittel om mobilitetsplanen.
Viser til tema for anlegg. Mener generelt det er positivt at planen også har fokus på de sosiale og miljømessige gevinstene ved å tilrettelegge for fysisk aktivitet	Tatt til orientering	

## Studentorganisasjonen i Agder

<b>Sammendrag av høringsuttalelsen</b>	<b>Fylkeskommunens vurdering</b>	<b>Forslag til endring</b>
Som en generell tilbakemelding er STA tydelig på at informasjon om endringene som foretas må komme studentene i hende for at de alltid skal være klar over hva som er gjeldende standpunkt eller regelverk.	Tatt til orientering	
Viser til tema for inkludering, strategi 1 «Styrking av ordningen for utlåssentraler i Agder, spesielt på steder med store levekårsutfordringer».	Anses ivaretatt i tema inkludering.	

<p>Mener studenter bør inkluderes under dette punktet som en satsingsgruppe for styrking av utlånsentraler.</p>		
<p>Viser til tema for inkludering, strategi 3 «Styrking av gratisprinsippet for bruk av offentlige anlegg til aktiviteter for barn, unge, og studenter, samt til inkluderende lavterskelaktiviteter for alle.».</p> <p>Er glade for at gratisprinsippet ligger til grunn i planen og at også studenter nevnes helt konkret i planen.</p>	<p>Tatt til orientering</p>	
<p>Viser til tema for arealplanlegging, strategi 1 «Boligområder, skoler og sentrumsområder skal ha god tilgang på anlegg, grøntområder med turstier og turveier og inkluderende møteplasser for egenorganisert fysisk aktivitet.».</p> <p>Peker på kapasitetsproblematikk i eksisterende anlegg, og at kapasiteten må gjenspeile antall innbyggere og behov. Mener kapasiteten må økes slik at flere får muligheten til å bruke anleggene.</p>	<p>Anses som dekket i tiltak nr. 20: «Kartlegge bruken av anlegg for idrett og fysisk aktivitet for å se på muligheter for å effektivisere og øke bruksgraden.» og i tiltak nr. 22: «Alle anleggseiere kartlegger om deres idrettsanlegg er tilgjengelige for alle, og etablerer en tiltaksplan for anlegg som ikke tilfredsstillt kravene til tilgjengelighet for alle.»</p>	
<p>Viser til tema for anlegg, strategi 1 «Utvikling av inkluderende og attraktive anlegg og møteplasser som legger til rette for flerbruk, lavterskel- og egenorganisert aktivitet i nærmiljøet.».</p>	<p>Universitetscampusene anses som et nærmiljøområde for studenter, og et viktig sted for folk oppholder seg.</p> <p>Studentsamskipnad er søknadsberettiget aktør i spillemiddelordningen. Viser til</p>	

Peker på at universitetscampusene er viktige sosiale møteplasser hvor folk oppholder seg og kan være fysisk aktive.	innspill om å inkludere studiesteder fra innspillet til Velferdstinget	
Viser til tema for anlegg, strategi 3 «Ved bygging, rehabilitering og bruk av anlegg og aktivitetsområder vektlegges natur-, klima- og miljøhensyn, gjenbruk, sirkulærøkonomi og energieffektivitet.».  Ber om at brukeropplevelse inkluderes som perspektiv for å sikre at det som bygges er godt tilpasset de ulike brukergruppene bygget er tiltenkt.	Kan dekkes inn i krav om tilgjengelighetssjekk i forbindelse med spillemiddelsøknader, tiltak nr. 67.	Foreslått endring i tiltak nr. 67: «Fylkeskommunen innfører krav om behovs- og bærekraftsvurdering i søknader om spillemidler, som også innbefatter en vurdering av tilgjengelighet for alle.»

### Tverga (nasjonalt ressurscenter for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet)

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
Det er veldig positivt at planen legger vekt på flerbruk, gjenbruk og sambruk, som er avgjørende for å sikre en mer bærekraftig, naturvennlig og arealeffektiv anleggsutvikling	Tatt til orientering	
Gledelig at Tverga er nevnt som samarbeidspartner i handlingsprogrammet	Tatt til orientering	
Positive til at kvaliteten på skolegårder skal kartlegges, og at det er tenkt tett samarbeid med forskningsmiljøene for å innhente kunnskap om bruk av idrettsanlegg og barrierer for befolkningens aktivitetsnivå.	Tatt til orientering	



<p>Har valgt å trekke ut tre hovedområder som kunne ha vært styrket for å i større grad styrke målet om at «Agder er et aktivitetsvennlig samfunn med nærmiljøer, sosiale møteplasser og friluftslivsområder som bidrar til at flere er mer fysisk aktive.»</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Innendørs flerbruksanlegg, spesielt tilrettelagt for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet</li><li>2. Økt kompetanse på prosess, hvor det kan kompetanseutvikling hos kommuneansatte og tverrsektorielt samarbeid kan vektlegges mer</li><li>3. Innovative idrettsanlegg, spesielt møteplasser for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Innendørs flerbruksanlegg vurderes inn i tema anlegg og strategi 1: «Utvikling av inkluderende og attraktive anlegg og møteplasser som legger til rette for flerbruk, lavterskel- og egenorganisert aktivitet i nærmiljøet.»</li></ol> <p>Kan komme som vurdering på tiltaksnivå når ny spillemiddelordning er på plass, hvor en egen pott til denne type anlegg er foreslått inn fra blant annet Tverga sin side.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>2. Økt kompetanse: Anses dekket under tiltak nr. 1 som omhandler regionalt fagråd for anlegg og fysisk aktivitet, og tiltak nr. 2 som handler om årlige nettverkssamlinger og fysisk aktivitet.</li><li>3. Innovative idrettsanlegg svares ut i tema anlegg og strategi 1: «Utvikling av inkluderende og attraktive anlegg og møteplasser som legger til rette for flerbruk, lavterskel- og egenorganisert aktivitet i nærmiljøet.»</li></ol>	
--	---	--

	<p>Kan komme som vurdering på tiltaksnivå når ny spillemiddelordning er på plass, hvor en egen pott til denne type anlegg er foreslått inn fra blant annet Tverga sin side.</p>	
--	---	--

## Velferdstinget i Agder (studentdemokratiet)

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
<p>Påpeker at felles digitale plattformer som et verktøy kan bidra til å tilgjengeliggjøre fysisk aktivitet for mange studenter som for øyeblikket ikke er fysisk aktive</p>	<p>Anses som ivaretatt i tiltak nr. 30: «Det offentlige og frivilligheten samarbeider om felles digitale plattformer for informasjon om aktivitetstilbud, anlegg og områder for fysisk aktivitet.»</p>	
<p>Ønsker ny strategi under tema for inkludering: «Sikre hensiktsmessig fordeling av hall- og banetid, der barn og unge prioriteres først, deretter studentidretten, og bedriftsidretten til sist.»</p>	<p>Anses som ivaretatt i tiltak nr. 12: «Det offentlige praktiserer gratisprinsippet når det kommer til inkluderende lavterskelaktiviteter og treningstid for barn, unge og studenter i offentlige anlegg» og i tiltak nr. 20: «Kartlegge bruken av anlegg for idrett og fysisk aktivitet for å se på muligheter for å effektivisere og øke bruksgraden».</p>	
<p>Viser til tema for informasjon og formidling, strategi 2 «Fylkeskommune, kommuner og frivilligheten sørger for god og tilgjengelig informasjon om muligheter for å være fysisk aktiv i Agder».</p>	<p>Ikke tatt til følge</p>	

Ønsker å legge til en formulering; «... <b>på relevante plattformer.</b> »		
<p>Viser til tema for anlegg, strategi 3: «Ved bygging, rehabilitering og bruk av anlegg og aktivitetsområder vektlegges natur-, klima- og miljøhensyn, gjenbruk, sirkulærøkonomi og energieffektivitet.».</p> <p>Vil påpeke at biologisk ifyll i kunstgressbaner gir problemer med brukstid om vinteren, og ønsker at denne type problematikk tas i utformingen av strategien.</p>	Tatt til orientering	
Viser til tiltak nr. 2 «Fylkeskommunen gjennomfører årlige nettverkssamlinger om fysisk aktivitet», og ber om at studentidretten inkluderes i den årlige nettverkssamlingen.	Fylkeskommunen inviterer studentidretten til nettverkssamlinger i forbindelse med tiltak nr. 2.	
Viser til tiltak nr. 59 og ønsker følgende endringsforslag: «Fylkeskommunen igangsetter prosjekt for etablering av attraktive og innovative nærmiljøanlegg for egenorganisert fysisk aktivitet i nærheten av skole <b>og studiesteder</b> i alle kommuner.»	Innspill tatt til følge.	Foreslått endring i tiltak nr. 59: «Fylkeskommunen igangsetter prosjekt for etablering av attraktive og innovative nærmiljøanlegg for egenorganisert fysisk aktivitet i nærheten av studiesteder og skole i alle kommuner.»

## Vennesla kommune

Sammendrag av høringsuttalelsen	Fylkeskommunens vurdering	Forslag til endring
Ønsker et forsterket fokus på fysisk aktivitet for mennesker med	Gjennom vurderingen av konkrete innspill og forslag til endringer, vurderes det slik	



<p>funksjonsnedsettelse og eldre, både hjemmeboende, samt beboere på institusjon.</p>	<p>at tiltakene knyttet til fysisk aktivitet for mennesker med funksjonsnedsettelse og eldre er styrket.</p> <p>Viser også til at organisasjoner for personer med funksjonsnedsettelse er tiltenkt som en del av frivillige organisasjoner, som er foreslått inkludert som samarbeidspartner i flere tiltak, blant annet tiltak nr. 7, 8, 16 og 26.</p>	
---	---	--

## 11.3 Vedlegg: Rapport fra innspillskonferanse

### Innspillskonferanse 26. oktober 2023

Agder fylkeskommune arrangerte innspillskonferanse torsdag 26. oktober 2023 på Dyreparken hotell, Kl. 09:30 – 14:30. Gratis deltakelse. Det var påmeldt i overkant av 60 personer.

Agder fylkeskommune har startet opp arbeidet med regional plan for fysisk aktive liv i Agder som skal gi mål, virkemidler, føringer og prioriteringer for regionen framover. I den forbindelse ble kommuner, organisasjoner, lag og foreninger, fagmiljøer og personer med kunnskap og interesse knyttet til fysisk aktivitet invitert til innspillskonferanse.

Formålet var å lære mer, få råd og innspill og diskutere ideer og tiltak slik at arbeidet og innholdet i planen blir best mulig.

Professor og instituttleder på Universitetet i Agder Sveinung Berntsen Stølevik innledet det faglige programmet sammen med professor Bjørge Herman Hansen og førsteamanuensis Hilde Lohne Seiler (begge på skjerm): «Hvilke tiltak og arenaer vet vi ut ifra forskning kan være av betydning for å fremme fysisk aktivitet i befolkningen». Videre avsluttet rådgiver i Tverga (nasjonalt ressurscenter for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet) Jartrud Åsvold, med anbefalinger om hvordan befolkningen i Agder kan bli mer fysisk aktive gjennom tilrettelegging for egenorganisert aktivitet.

Etter lunsj omorganiserte vi møterommet og etablerte rundbord for kafedialog. Formålet med det var å få innspill på tiltak, prosjekter og satsinger som kan bidra til å øke den fysiske aktiviteten i befolkningen.

Kafedialogen var lagt opp som en IGP (Individuelt, Gruppe, Plenum), på følgende måte:

1. Idemyldring: Hvilke tiltak, prosjekter og satsinger trenger vi for å øke den fysiske aktiviteten? (Individuelt)
2. Sortere ideene under følgende temaer: (Gruppe)
  - **Økonomi**: Fornuftig bruk av tilskudd og økonomiske virkemidler
  - **Samarbeid**: Bedre samarbeid om økt fysisk aktivitet
  - **Inkludering**: Bedre inkludering og fjerning av barrierer for å være fysisk aktiv
  - **Informasjon**: Bedre informasjon og formidling om mulighetene for å være fysisk aktiv
  - **Anlegg og arealbruk**: Aktivitetsfremmende arealplanlegging og anleggsutvikling
3. Velg ut/prioriter de to beste ideene og presenter (Plenum)

Under oppsummerer vi alle innspill vi mottok denne dagen.

## **Sammenstilling av innspill på innspillskonferanse – 26.10.2023**

Tall i parentes indikerer antall like innspill

### ***Økonomi - fornuftig bruk av tilskudd og økonomiske virkemidler***

- Koble på andre tilskuddsordninger (Coop, SR-bank, Gjensidige-stiftelsen)
- Fjerne moms på EL-sykkel
- Tilskudd kun til de som samarbeider (eksempel frivillige org.)
- Øke tilskudd til frivillighet og friluftsliv
- Midler til investering og drift
- Helsefremmende tiltak i skolen
- Lavterskeltilbud
- Støtte til arrangementer
- Se på aktiviteten det søkes om, og ikke den “fine” søknaden
- Enkle og gode støtteordninger for frivillige initiativ/aktiviteter
- Kriterier for økonomi og praktisk støtte til prosjekter
- Prioritere nærmiljøtiltak med høyere prosentandel ved tildeling av tilskudd
- Fylkeskommunen må sette klarere føringer
- Øremerkede midler til aktiviteter/anlegg som det er behov for og medfører økt FA
- Forenkle søknadsordninger
- Ikke lage noe hvis det ikke vedlikeholdes
- Tilskuddsmidler til aktivitet, så en kan prøve nye tiltak i idrett og kommune
- Mer fleksible ordninger
- Utvide begrepet for støtte. Lek er også fysisk aktivitet
- Tilskudd til sårbare barn og unge
- Tilskudd til transportsykkel
- Økonomisk støtte til idrettslag/grupper som vil starte allidrett/breddegrupper for ungdom
- Identifisere og peke ut deler av kommuner med levekårsutfordringer med sikte på prioriteringer av tiltak

**Inkludering – bedre inkludering og fjerning av barrierer for å være fysisk aktiv.**



## AGDER fylkeskommune

- Tidlig innsats i skoler/barnehager
- Hvis fritidskortet (som for mange er stigmatiserende) opprettes, bør Leo's lekeland og lignende aktivitetstilbud også inkluderes. Dit kommer ikke barn av lavinntektsfamilier
- Koste mindre for familier å gjøre aktiviteter (f.eks. Aquarama, Leo's)
- Lavere kontingenter
- Konkurranser for å få folk til å bevege seg – bruk av app, registrering og premie etter endt periode
- Prioritere allidretten
- Inkludere fysisk aktivitet i arbeidstiden
- Begrense kostnad for å delta/gjennomføre aktivitet
- Gratistilbud, redusere priser på ulike aktiviteter
- Tilgang må være lett og rimelig
- Flere muligheter etter forskjellige behov
- Flere lavterskeltilbud (4)
- Enklere tilgang på haller/lokaler ved enkle bookingsystemer også for uorganisert aktivitet
- Større fokus på universell utforming og tilgjengelighet for alle
- Mer pålagt økt fysisk aktivitet i skolen
- Begynne med allsidig aktivitet allerede på barnehagenivå, med tolk med tanke på språk
- Hverdagsaktiviteten
- Bedre kunnskap med tanke på teknologi for voksne, trenger forbilder
- Forby el-sparesykkel eller ståsykkel (2)
- Krav om at elever i ungdomsskolen må være ute/fysisk aktiv i friminuttene
- 16-årsgrense på sosiale medier
- Bedre informasjon
- Kombinere SFO og idrettslags treninger
- Aktivitets-SFO
- Restriksjoner på skjermtid
- Møteplasser for samhandling og erfaringsutveksling
- Utlånsordning for sykler, samt leasingordning for el-sykkel.
- Tilgjengelig og tilrettelagt for pårørende og ledsagere
- Alternative lavterskelaktivitet
- Turselskap/-grupper med fokus på lavterskel og inkludering
- Livsløpstenking for barn og unges aktivitet, henviser til at unge slutter med idrett. For tidlig spissing?
- Tilrettelegge for gaming i offentlige tilbud, for eksempel fritidsklubber, og samlokalisere med fysisk aktivitetselementer
- Tildeling av prosjektmidler spisset mot grupper som er utenfor/ «stille stemmer»
- Tilrettelegge for dialog med de som faller utenfor/ «stille stemmer»
- Tidlig involvering av de ulike aldersgruppene/ målgruppene som en planlegger tiltak for
- Seniorer: rock'n roll på eldreheim/-boliger. Flower Power-generasjonen



- Tilgang på kommunale lokaler etter kl.16.
- Tilgang til alle som trenger et anlegg, ikke bare skole og idretten
- 1 time fysisk aktivitet i arbeidstida, og bedre dusj og garderobefasiliteter på arbeidsplassen
- Bruk av apper for å fjerne barrierer for å være fysisk aktiv: Ti på topp, Pokemon og osv.
- Fritidskasse: arbeide for å gi barn og unge fra lavinntektsfamilier mulighet til å delta i organisert aktivitet.
- Gratis utlån av idretts- og friluftsutstyr
- Åpne friluftstilbud, for eksempel fast dag i uka/ måneden hvor det bare er å møte opp
- Lavterskeltilbud, universelle tilbud for å få med ALLE
- Satse på barn og unge
- Aktivitetstilbud på skolene etter skoletid + fredagsaktivitet fra ungdom
- Gratis aktivitet på barneidrett
- Økt bredde i idretten
- Legge til rette for flere fleridrettslag med fokus på allsidighet og lek, fremfor prestasjon.
- Tilrettelegge for egenorganisert idrett
- Tilbud til alle aldersgrupper
- Tilgjengelighet og universell utforming innendørs
- De som ikke driver med idrett, må ikke defineres innen "utenforskap"
- Øke deltakelse blant innvandrere og utsatte grupper
- Redusere frafall blant barn og unge
- For tidlig spesialisering innen idretten
- Kartlegge dagsenter og sykehjem. Hvordan få mest mulig aktivitet, tilpassede spinningssyklere og bevegelse til musikk
- Tilrettelegge aktivitetshjelpemidler for å komme ut i naturen
- Agder-dansen
- Legge til rette for aktivitet som minoriteter ønsker
- Mer lek i skolene

***Informasjon – bedre informasjon og formidling om mulighetene for å være fysisk aktiv.***

- Kompetanseheving/kunnskap om fysisk aktivitet og helse i skoler og barnehager – ansatte (5)
- Mer kompetanse inn i lærerutdanning
- Øke kompetansen/kunnskapen til foreldre, ved for eksempel temasamlinger
- Språkbruk ved informasjon om fysisk aktivitet – viktig, ord kan ekskludere eller inkludere
- Holdningsendring: folk må tenke at de faktisk kan ta beina/ sykkelen til jobb istedenfor å kjøre bare av gammel vane
- Lage løyper med info - måte å spre kunnskap på (samleposter)



- Informasjon på flere språk
- "Nudging" - kommunikasjonsmåte for dytte folk i riktig retning (endring av vaner)
- Rette informasjon mot utsatte grupper
- Formidling av tilbud i lokale aviser

### ***Anlegg og arealbruk – aktivitetsfremmende arealplanlegging og anleggsutvikling.***

#### Skoleområder som arena for aktivitet:

- Utvikle naturskoleområder (med gapahuker, klatreløype og så videre) ved alle nærskoler.
- Stor satsing for at alle skolegårder skal få attraktive lekeplasser, ballbinger, sykkelanlegg og aktivitetsområder som kan brukes hver dag hele året (8).
- Utvikle naturlige lekeplasser istedenfor plastjungel (for eksempel i barnehage og skolegårder).

#### Aktivitet i nærmiljøet

- Utvikle digitale lekeplasser (med bruk av GPS-teknologi).
- Legge til rette for turområder i nærmiljøet
- Stille rekkefølgekrav om opparbeidelse av turveier/turstier ved etablering av nye boligfelt- og sentrumsområder.
- Utvikle flere felles aktivitetsfremmende møteplasser med ulike aktivitetstilbud på samme plass (2)
- Bygge flere kyststier (2)
- Utvikle sammenhengende kyststi fra Risør til Flekkefjord.
- Lage en ny ferdselsåre som heter «Agder rundt»
- Utvikle padleled langs Agderkysten.
- Sørg for bedre tilgang til friluftslivsområder.
- Kommunen tilrettelegger for møteplasser med "frilek".
- Utvikle møteplasser som oppfordrer til sosialt samvær og aktivitet.
- Lage attraktive og spennende utearealer for aktivitet.
- Bygge aktivitetsanlegg i nærmiljøet.
- Bygge flere turstier og aktivitetsanlegg i nærmiljøet (2).
- Sikre variasjon av apparater på lekeplasser.
- Flere grøntområder og sosiale soner i nærområdet.
- Nærmiljø som er tilpasset flere breddeidretter.
- Utvikle anlegg for frilek/lavterskel.
- Utvikle turområder i kort avstand til der folk bor.
- Utvikle arenaer for fysisk aktivitet i nærheten av der folk bor (2)



## AGDER fylkeskommune

- Skilte og merke flere turstier og snarveier i bymiljø (3).
- Realisere kommunale sti- og løypeplaner med fokus på nærmiljø.
- Bygge tretoppløype i alle kommuner (prosjekt initiert av fylkeskommunen).
- Legge til rette for hengekøyer og husker i friområder.
- Ta vare på bynaturen som aktivitetsarena.
- Utvikle bærekraftig utendørsanlegg for vannaktiviteter (satsing på det «blå rommet».)
- Satse på bruk av naturen og friluftsliv som et gratis og kostnadseffektivt aktivitetsanlegg (2).
- Utvikle innovative møteplasser for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.

### Aktiv transport:

- Bygge ut godt nettverk av trygge sykkelparkeringer (2).
- Innføre forbud mot å kjøre unger til skolen.
- Utvikle infrastruktur som gjør det lettere for folk å komme seg til gang- og sykkelvei og busstilbud.
- Utvikle infrastruktur som gjør det lettere å sykle og gå i hverdagen (3)
- Utvikle flere sykkelveier.

### Anleggsutvikling:

- Begrense muligheten for tilskudd til store kostnadskrevende anlegg for de store idrettene som håndball og fotball.
- Mer flerbruk av lokaler eid av kommunen, lag og foreninger.
- Utvikle anlegg som kan brukes av personer i alle aldre.
- Gjøre det rimelig og enkelt å booke idrettsanlegg og møterom.
- Lage belyste aktivitetsområder med tak med ly for vær og vind.
- Prioritere turveier i nærmiljøet ved tildeling av tilskudd (75 – 100 % tilskudd).
- Lage en tydelig plan på vedlikehold ved drift av idrettsanlegg (for å sikre gode bygg/ anlegg i mange anlegg)
- Ikke kun ha fokus på ballidretter når det skal gis tilskudd – det må prioriteres å gi tilskudd til andre idretter også (2).
- Legge til rette for anlegg som skaper egenorganisert aktivitet.
- Lage Tufteparker og instrumentparker, med mulighet for å sitte og lage mat
- Bedre tilgang på anlegg/ områder som har utstyr for alle.
- Bygging av fleksible anlegg.
- Lage flere flerbrukshaller
- Etablere ordninger for lettere og gratis tilgang til utstyr for lån (3).
- Utvikle innendørs flerbruksanlegg for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.
- Egne områder for å øve, for eksempel skøyter og hockey.
- Etablere anlegg for egenorganisert i nærheten av ordinære idrettsanlegg.
- Utvikle nye anlegg for stisykling.
- Lage anlegg som retter seg spesielt for jenter (dans, sosiale møteplasser).



### **Samarbeid – bedre samarbeid om økt fysisk aktivitet**

- Felleskap: felles opplevelser gir økt aktivitet
- Tilrettelegging for familier: flere typer aktivitet i samme "park"
- Bedre behovsutredning
- Samarbeid på tvers / tverrfaglig samarbeid (2)
- Relasjonshelse
- Kommunikasjon
- Årlig aktivitetsseminar med tverrfaglig deltakelse
- Bedre samarbeid med skole/ barnehage og idrett, lag og foreninger
- Snakke med de som uteblir: hvorfor uteblir de?
- Bedre medvirkning (5)
- Samarbeid mellom barnehage/ skole og pensjonister om temabaserte aktiviteter i skoletida. Koble pensjonister med barn og unge
- Kompetanse
- Lærer som trener
- Fysisk aktivitet på sosialt vis i skoler: konkurranser/ utfordringer
- Pålagt fysisk aktivitet i skolen
- Bedre informasjon/skilting - turområder
- Samarbeid mellom idrettslag: arrangementer på tvers, slå sammen lag
- Prosjekt for reduksjon av skjermtid
- Innenfor den organiserte idretten er det slik at topp skaper bredde og bredde skaper topp. Det må derfor legges til rette for både toppidrett og bredde i idrett.
- I større grad implementere FNs bærekraftsmål og Naturavtalen, og legge til rette for tverrfaglig samarbeid
- Hjelp skolen med fysisk aktivitet
- Fengslene: Mandal, Froland, Evje, Solholmen: 350 plasser - pålegge aktivitetsmuligheter
- Samarbeid med frivilligheten. Frivilligheten har noe midler til aktiviteter og har flere gratis tilbud
- Gode behovsanalyser for å finne anlegg for "stille" grupper (alder, kjønn, funksjonsevne og minoriteter)
- Økt fysisk aktivitet i arbeidslivet
- Bevisstgjøring/ info til politikere om viktigheten av fysisk aktivitet
- Kobling av idrett/skoler
- Mer samarbeid mellom kommune og frivillige
- Engasjer velforeninger for å etablere attraktive boligområder med tanke på hverdagsaktivitet/ lavterskeltilbud
- Mer fysisk aktivitet i skolen, på SFO må det samarbeidet med frivilligheten
- Fylkeskommunen deler kunnskap/forskning innenfor fysisk aktivitet.
- Statistikk og forskning på aktivitet/anlegg fra UiA



## **AGDER** fylkeskommune

- Satse på aktivitet i arbeidshverdagen (oppfordre kommuner, statlige arbeidsplasser osv.)
- Etablere sertifiseringsordning for «Aktivitetsvennlige bedrifter» for å stimulere til mer aktivitet blant arbeidstakere i Agder (treningsrom, sykkelparkering, trening i arbeidstid osv.).

### **Prioriterte tiltak:**

- **Hverdagsarenaer for alle (flerbruk)**
  - Innendørs
  - Utendørs: naturtilgang
  - Kan være skolegård
  - I nærmiljøet
  - Og lærere på skolen trenger hjelp til aktivitet og friluftsliv for elevene (kompetanse, kurs, utdanning)
- **Årlig aktivitetskonferanse**
  - Formål
    - Blir kjent
    - Kompetanseheving
    - Medvirkning
    - Erfaringsdeling
    - Gjerne få liste med deltakere på forhånd
  - Arrangør: fylkeskommunen
  - Aktører:
    - Kommuner
    - Fylkeskommunen
    - Lag og foreninger
    - Innbyggere
    - Alle som er interessert
    - Minoritetsgrupper
- **Agderdansen**
  - Hvem: alle skal være med (barn, eldre, arbeidsplasser)
  - Hva: enkle bevegelser som alle kan klare. Ulik dans for ulike aldre
  - Hvor: arenaer for barn og eldre (skoler, institusjoner og så videre)
  - Hvorfor:
    - God start på dagen, man våkner litt
    - Mindfulness, fokus på pust og sansene
    - Fysisk trening
    - Pause fra å sitte mye
  - Kanaler
    - Influencere
    - Demenskor
    - Video på kommuner og fylkeskommunens nettsider
    - Sosiale medier
    - Seminarer



- **Prioritet 1: Egenorganisert aktivitet uten organisasjoner i rygger**
- **Prioritet 2: Skoler/skolegårder utvikles som aktivitetsarena for hele dagen og kvelden**
- **Tillegg:**
  - o Fylkeskommunen må ta ansvar for å dele kunnskap på en "salgbar måte". Få frem kunnskap om at dette er viktig for å klare demografiendringene.
  - o Regionale satsinger gir drahjelp til kommunene
- **Anlegg og arealbruk**
  - o Nærmiljøer tilpasset flere aktiviteter som passer for alle
  - o Samarbeid ungdomsråd, eldreråd, personer med nedsatt funksjonsevne
  - o Mer medvirkning mellom kommune og frivillighet
  - o Bedre medvirkning fra barn og unge i kommunal planlegging
- **Prioritet 1: Skolegårder**
  - o Forbedre og oppgradere skolegårdene, med Tufte-parker og instrumenter. Vedlikehold er en forutsetning. Elevene kan bruke det i skoletiden og øvrige bruke det kveld og helg.
  - o Skolene har ofte infrastruktur/sykelsti og lignende på plass
- **Prioritet 2: Sambruk**
  - o Tilrettelegge for sambruk av arealer til flere ulike aktivitetsnivåer/aktiviteter uten at det sjenerer hverandre
- **Åpen hall dagtid og helg for alle aldre**
  - o Kan bli startet av frivillighetssentralen, frisklivssentral, kultur og fritidslag/foreninger
- **Informasjon/veiledning på flere språk og tolketjenester + barn med funksjonsnedsettelse**
- **Utvide begrepet for støtte (Lek=aktivitet)**
- **Fylkesprosjekt: Tverga-anlegg i alle kommuner på Agder**
- **"Grønne busser i Agder": ta med folk ut på tur. Prosjekt i alle kommuner. Hver kommune henter pensjonister og drar på tur sammen**

# Kunnskapsgrunnlag til regional plan for Agder fylkeskommune

## Innhold

Status, trender, muligheter og utfordringer innen idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet .....	141
Utfordringsbildet i Norge .....	141
Fysisk aktivitetsnivå blant barn og unge .....	141
Fysisk aktivitet; omfang og bruk av idrettsanlegg i Norge.....	141
Hvor fysisk aktive er vi? .....	141
Hva slags aktiviteter driver vi med? .....	142
Hva slags anlegg bruker vi?.....	145
Hva slags anlegg bygger vi? .....	146
Hva motiverer de som deltar i livsstilsidretter? .....	147
Identifisere barrierer for å være fysisk aktiv? Hvem faller utenfor? .....	149
Hvilke barrierer for deltakelse i fysisk aktivitet og idrett finnes i de ulike samfunnsgruppene? .....	152

## Status, trender, muligheter og utfordringer innen idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet

### Utfordringsbildet i Norge

#### Fysisk aktivitetsnivå blant barn og unge

Ca. ni av ti av 6-åringene tilfredsstillende anbefalingene for fysisk aktivitet i Norge. Jo eldre barna blir, jo mindre fysisk aktive blir de. Halvparten av 15-åringene er ikke aktive nok i henhold til nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet. Flere gutter i alle aldersgrupper tilfredsstillende anbefalingene sammenlignet med jentene.

Aktivitetsnivået blant barn og unge har stort sett vært stabilt i perioden fra 2005 til 2018, og aktivitetsnivået blant ungdom er fremdeles lavt.

### Fysisk aktivitet; omfang og bruk av idrettsanlegg i Norge

#### Hvor fysisk aktive er vi?

Den økende fysiske inaktiviteten vi ser både nasjonalt og globalt er en del av en trend som stadig beveger seg i feil retning. Endringer i samfunnet, både strukturelle og individuelle, skaper samfunn med stadig økende fysisk inaktivitet. Vi sitter for mye i ro, og folk flest er for lite aktive.

Undersøkelse fra 2018 (UngKan3) viser at ca. ni av ti av 6-åringene tilfredsstillende anbefalingene for fysisk aktivitet i Norge. Jo eldre barna blir, jo mindre fysisk aktive blir de. Halvparten av 15-åringene er ikke aktive nok i henhold til nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet. Flere gutter i alle aldersgrupper tilfredsstillende anbefalingene sammenlignet med jentene

Selv om aktivitetsnivået blant barn og unge har stort sett vært stabilt i perioden fra 2005 til 2018, og dette også gjelder for voksne (Kan3), konkluderer likevel

forskere med at det fysiske aktivitetsnivået er på vei i feil retning. Vi er mindre og mindre aktive i jobb, og man ser at aktivitetsnivået på fritiden ikke er tilstrekkelig.

Det er klare forskjeller knyttet til sosial klasse. Både egen utdanning, foreldres utdanning, egen bruttoinntekt og husstandens samlede inntekt slår tydelig ut når det gjelder å tilfredsstille helsekravet til fysisk aktivitet (Breivik og Rafoss, 2017). Barn og unge fra familier med høy sosial klasse deltar mer enn barn og unge fra familier med lavere sosial klasse. Vi ser ulikheter mellom kjønn og etnisitet, der både gutter og etnisk norske deltar i noe større grad enn jenter og mennesker med flerkulturell bakgrunn.

**Oppsummert: Hvor aktive er vi?**

50 % av unge i 15-årsalderen oppfyller nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet  
Ca. 30 % av voksne oppfyller nasjonale anbefalinger for fysisk aktivitet  
Jenter og personer med flerkulturell bakgrunn og/eller fra lavinntektsfamilier er mindre fysisk aktive enn gutter og etniske norske.

## Hva slags aktiviteter driver vi med?

### Innledning

I løpet av de siste 50 årene har den vestlige verden vært vitne til en endring i samfunnets bevegelseskultur. Tradisjonelle og organiserte konkurranseidretter dominerer fortsatt, men egenorganisert aktivitet har fått økt oppmerksomhet og bevegelseskulturen har blitt langt mer mangfoldig (Säfvenbom et al. 2023). Flere internasjonale vitenskapelige studier viser til at egenorganiserte former for fysisk aktivitet har økt i popularitet de siste 30 årene, særlig blant ungdommer og unge voksne (Bakken, 2019; Breivik & Rafoss, 2017; Brymer & Schweitzer, 2013; Gilchrist & Wheaton, 2017; Säfvenbom et al., 2018; Wheaton, 2010).

### Barn og unge

Hele 92 prosent har noen gang deltatt i organisert idrett siden de var barn (Bakken & Strandbu 2023). I 2022 deltok 7 av 10 barn i alderen 10–12 år i et idrettslag (Bakken & Strandbu 2023). Samtidig er det stort frafall fra organisert idrett (Seippel et al. 2005, Bakken, 2019), og frafallet har økt de siste årene i Norge (Ungdata, 2022). Barna faller fra i tidligere og tidligere alder (Ungdata, 2022). Når barna fyller 18 år er det kun 1 av 3 medlemmer av NIF. Den organiserte idretten står likevel fortsatt sterkt blant norsk ungdom. Samlet sett har 74 prosent vært med i et idrettslag etter at de begynte på ungdomsskolen (Bakken & Strandbu 2023).

At ungdommer slutter i organisert idrett betyr ikke at de blir fysisk inaktive. Mange av disse begynner å trene på egen hånd. Kun 20 prosent av de som slutter i ungdomsidretten, slutter helt å trene (Bakken et al., 2019).

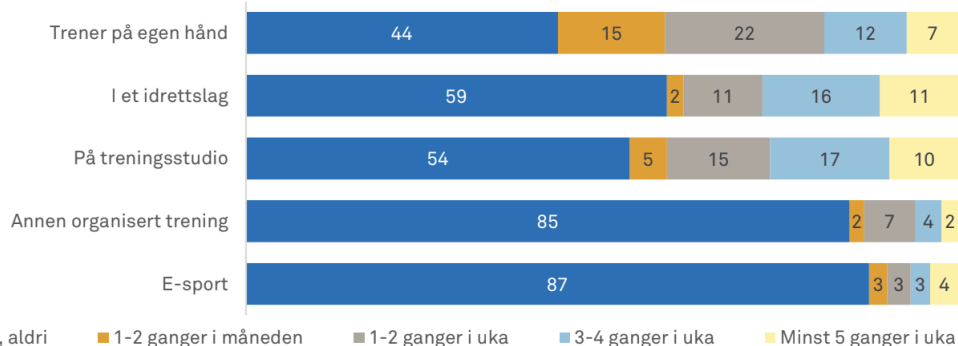
Omtrent halvparten av norske ungdommer driver med egenorganisert idrett og fysisk aktivitet (Bakken & Strandbu 2023). Blant aktivitetene er det tradisjonelle idretter som fotball, ski osv. som er mest utbredt blant ungdommer. Likevel er det en betydelig andel på rundt 20 prosent som deltar i det vi omtaler som ikke-tradisjonelle egenorganiserte aktiviteter (Bakken & Strandbu 2023), eksempelvis brettaktiviteter, nyere sykkelaktiviteter, street/breakdance, tricking og parkour.

**Tabell 6-2 Oversikt over hvor mange som driver med selvorganiserte idrettsaktiviteter – tradisjonelle og alternative. Aldersgruppe 13–18 år. Ungdata 2020–2022. N=210 099.**

		TRADISJONELLE Spiller fotball, basket, står på ski eller driver med andre «vanlige» idrettsaktiviteter (minst 1-2 ganger i måneden)	
		Ja	Nei
<b>ALTERNATIVE</b> Kjører skate-, snow- eller longboard, streetdanser, klatrer, driver med parkour eller andre liknende aktiviteter (minst 1–2 ganger i måneden)	Ja	12 %	5 %
	Nei	36 %	47 %

Ungdata 2022 viser at aktivitetsmønsteret blant ungdommer har endret seg noe: Færre deltar i organiserte fritidsaktiviteter, trening på egenhånd og andelen som bruker fritidsklubber har holdt seg stabilt, mens flere trener på treningsstudio, særlig blant gutter. Undersøkelsen viser også at omtrent like mange ungdommer trener på egenhånd som i idrettslag, og at de oftere enn før velger andre aktiviteter enn den organiserte idretten. Se illustrasjon under for mer info hvor ofte ungdom trener på ulike måter.

Hvor ofte ungdom trener på ulike måter



Illustrasjon hentet fra rapporten Ungdata 2022

Les mer om funnene fra Ungdata 22 [her.](#)

## Voksne

Når vi ser på aktivitetsprofilen driver 79,4 % av den aktive befolkningen over 16 år med egenorganisert idrett og fysisk aktivitet (Levekårsundersøkelsen, SSB, 2021). Til sammenligning er det 8,9 % av den aktive befolkningen over 16 år som driver fysisk aktivitet og idrett i et idrettslag.

At flere driver med egenorganisert fysisk aktivitet, støttes av Breivik og Rafoss (2017). De skriver at deltakelse i alle former for egenorganisert fysisk aktivitet og trening i Norge blant den voksne befolkningen (16 +) har økt de siste to tiåra. Endringer i aktivitetsoppslutning for perioden 1995–2015 viser at den største økningen finner vi i de store folkeaktivitetene som styrketrening (+ 24,9 %), langrenn (+ 14,4 %), fotturer på fjell og vidde (+ 9,5 %) og fotturer i skog og mark (+ 9,1%). Det har også vært en økning i andelen som driver med aktiviteter som klatring, kiting, rafting, dykking, snowboarding, roing og padling, mens vi finner en synkende andel som deltar i organiserte konkurransedretter.

Idrettene som ofte beskrives som 'livsstilsidretter' oppsto i USA i 60-årene (Wheaton, 2013a), men har senere spredt seg og blitt populære i Europa (Bäckström & Nairn, 2018; Langseth, 2015, 2012; Sisjord, 2012; 2005; Arnegård, 2006). Sentrale motiver for utøvere av livsstilsidretter som er ofte selvrealisering, å presse grenser og å utfordre seg selv (Rinehart, 2000, 2005; Wheaton, 2004). Mange ser på aktiviteten som et kreativt, estetisk og kunstnerisk uttrykk (Turner, 2013). Les mer om livsstilsidretter [her.](#)

### **Oppsummert: Hvordan er vi aktive?**

Mer enn 9 av 10 norske barn har en gang i oppveksten deltatt i barneidrett.

I 2022 deltok 7 av 10 barn i alderen 10–12 år i et idrettslag

Den organiserte idretten står likevel fortsatt sterkt blant norsk ungdom. Samlet sett har 74 prosent vært med i et idrettslag etter at de begynte på ungdomsskolen

Færre enn 1 av 10 voksne (over 16 år) er aktive medlemmer i et idrettslag.

Omtrent halvparten av ungdommer driver med egenorganisert idrett og fysisk aktivitet, hvor 20 prosent driver med moderne ikke-tradisjonelle egenorganiserte aktiviteter.

Nesten 8 av 10 voksne (over 16 år) av de som er aktive driver med egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.



Deltakelse i ulike former for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet har økt de siste tre tiårene.

## Hva slags anlegg bruker vi?

### Barn og unge

Barn og ungdom er målgruppene som bruker idrettsanleggene mest. Omtrent 75% av ungdommer er- eller har vært medlem av et idrettslag, og har brukt idrettsanlegg aktivt til dette formålet (Bakken, 2019).

En studie fra 2010, som har undersøkt 662 barn og unges bruk av 19 ulike idrettsanlegg, viste at idrettsanlegg generelt ble mindre brukt av jenter, ungdom (14–16 år) og de minst aktive (fysisk aktive  $\leq 1$  ganger/uke utenfor skolen) enn av gutter, barn (6–13 år) og de mest aktive (fysisk aktiv  $\geq 4$  ganger/uke utenfor skolen). Multifunksjonelle anlegg brukt i større grad enn spesialiserte anlegg, spesielt av de minst aktive. Avstand til anlegget var viktig for bruk av fellesanlegg (Limstrand og Rehrer, 2008).

### Hva vil ungdommer ha?

I en norsk studie som har kartlagt Oslo-ungdommers deltakelse i organisert og selvorganisert bevegelsesaktivitet på fritiden, viser at ungdom både driver organisert idrett og selvorganisert aktivitet. De er relativt enige om at eksisterende anlegg og tilbud i deres nærområder først og fremst er utviklet for de som liker tradisjonelle idretter (Säfvenbom & Jordalen, 2017).

Ifølge en nordisk rapport fra 2019 ønsker ungdom en oppbygging av sosiale møteplasser spesifikt for eldre ungdommer. De ønsker i tillegg at det tilrettelegges for idrettsaktiviteter som ikke er fokusert på konkurranse, at det etableres flere kjønnsnøytrale idrettsaktiviteter og at det utvikles bedre lavterskeltilbud til ungdommer (Nabo- unges opplevelse av sosial inkludering i Norge, Nordisk ministerråd, 2019).

### Voksne

I perioden 1999–2015 økte bruken av anleggstyper som turstier, private treningsentre, lysløyper og vekt- og styrkerom. Dette er anleggstyper som er åpne og lett tilgjengelige for individuell bruk, og som tilrettelegger for aktivitet utenfor idrettslagene. I perioden 1999–2015 er det blitt en mindre andel av befolkningen som bruker tradisjonelle idrettsanlegg (Breivik og Rafoss, 2017).

Samme rapport, basert på tall fra Norsk Monitor fra 2015, viser at det kun er 10 prosent av den voksne befolkningen (16 +) som driver idrett og fysisk aktivitet på et fotballanlegg og 19 prosent i en idrettshall (Breivik og Rafoss, 2017).

Imidlertid mangler det forskning og rapporter på den faktiske bruken av idrettsanlegg i Norge, det vil si objektive data på bruk av idrettsanlegg i Norge (så vidt Tverga kjenner til). Rapporten til Breivik og Rafoss bygger på data innhentet fra spørreskjemaer.

### **Kjønnforskjeller**

I Norge er det tydelig at svømmehaller og treningssentre er populære arenaer for kvinner, mens menn i større grad benytter seg av fotballbaner, opplyste skiløyper og friidrettsarenaer (Rafoss og Troelsen, 2010, Breivik og Rafoss, 2017).

Idrettsanlegg for idrett og fysisk aktivitet er også mer brukt og appellerer mer til gutter enn til jenter (Limstrand og Rehrer, 2008; Blomdahl, 2012, GAME & Lokale og Anlægsfonden, 2020). Jenter foretrekker andre typer anlegg enn tradisjonelle idrettsanlegg (Pawlowski et al., 2019), og er mer opptatt av de sosiale aspektene ved en aktivitet enn selve aktiviteten (Blatchford et al., 2003).

### **Sosial klasse**

Når det gjelder sosial klasse, fremstår turstier, større utmarksarealer, parker og grøntområder som egalitære arenaer for fysisk aktivitet. Forskjellen i bruk av andre anleggstyper avspeiler større klasseforskjeller. De største klasseforskjellene finner vi ved bruk av private treningssentre og lysløyper. Svømmebasseng og skyteanlegg skiller seg ut ved at vi finner den største andelen brukere i den laveste klassen (Breivik og Rafoss, 2017).

#### **Oppsummering- Bruk av idrettsanlegg**

Bruken av treningssentre har økt blant ungdom.

Bruken av turstier, private treningssentre, lysløyper og vekt- og styrkerom har økt blant den voksne befolkningen.

Mindre andel av den voksne befolkningen bruker tradisjonelle idrettsanlegg.

Multifunksjonelle idrettsanlegg er i større grad brukt enn spesialiserte anlegg, spesielt blant de minst aktive barna.

Det er ulik bruk av idrettsanlegg, avhengig av kjønn og sosial klasse.

### **Hva slags anlegg bygger vi?**

#### **Kort oppsummert**



Kommunal anleggspolitikk bør i større grad bygges på et frambrakt kunnskapsgrunnlag om hele befolkningens aktivitetsmønstre og behov – ulike brukergrupper må bli hørt, ikke kun organisert idrett. Og videre, med større grad av formaliserte prosesser vil en kanskje unngå at mektige aktører, enten det er idrettslag, særforbund eller rike onkler, omkalfatrer de idrettspolitiske prioriteringene.

## Hva motiverer de som deltar i livsstilsidretter?

Tidligere trodde man at de som deltok i livsstilsidretter, også kjent som ekstremспорт, ble motivert av risikoen forbundet med aktiviteten. Forskning tegner et annet bilde.

### **Endring i samfunnets bevegelseskultur**

I løpet av de siste 50 årene har den vestlige verden vært vitne til en endring i samfunnets bevegelseskulturer. Tradisjonelle og organiserte konkurranseidretter dominerer fortsatt, men bevegelseskulturen har blitt langt mer mangfoldig. Veksten av aktiviteter som kategoriseres under paraplybegrepet «livsstilsidretter» (for eksempel skateboarding, snowboard, surfing, parkour, triksing, freeride skiing, longboarding, klatring og andre typer uformelle, utforskende og uttrykksfulle bevegelsesaktiviteter) fått økt oppmerksomhet. Mange av idrettene har en tendens til å bygge opp en subkultur hvor idretten preger livsstilen, der av navnet livsstilsidretter. Forskning har vist at antallet unge mennesker som er involvert i disse typer aktiviteter, har økt jevnt i mange land over hele verden.

Livsstilsidretter, også kjent som «action sport», «adventure sport» og ekstremспорт, kategoriseres som egenorganiserte ikke-tradisjonelle idretter og fysisk aktiviteter. Eksempler på slike idretter er skateboarding, parkour og klatring.

Hvorfor er det så stor vekst i livsstilsidretter? Hva er det som motiverer de? Og er det ikke litt farlig?

### **Opprør mot dagens trygge og forutsigbare samfunn?**

Det har blitt diskutert om deltagelse i livsstilsidretter kan være et mulig opprør mot dagens trygge og forutsigbare samfunn. Livsstilsidretter innebærer ofte en viss risiko og kan derfor sees på som en kontrast til det moderne samfunnet.

Det er dokumentert at mennesker har en indre drivkraft til å søke spenning og risiko. Gjennom å delta i aktiviteter som er risikofylte kan utøveren oppleve stimuli



som kan tilfredsstillende optimalt spenningsnivå. På bakgrunn av dette har tidligere forskning hatt et ensidig fokus på risiko som en sentral motivasjonsfaktor for deltakelse i livsstilsidretter. Forskere har tatt utgangspunkt i at det handler om å utfordre seg selv ved å ta risiko og mestre de farer som oppstår. I Norge var det i 12 år forbud mot skateboarding på bakgrunn av risikoen forbundet med idretten. Av denne grunn har deltagelse i slike idretter ofte fått et litt ufortjent dårlig rykte.

Samtidig hevder flere at livsstilsidretter, også kjent som ekstremспорт, egentlig er veldig trygge. Hvor stor risikoen er, varierer fra aktivitet til aktivitet. Mens enkelte ekstremsportaktiviteter som basehopping og klatring uten tau potensielt innebærer stor fysisk risiko, er flertallet av livsstilsidretter praktisert i kontrollerte og trygge settinger.

### **Hva motiverer egentlig utøverne som deltar i livsstilsidretter?**

#### Ulike former for motivasjon

For å forstå dette, må man kjenne til de ulike formene for motivasjon. Det viktigste skillet går mellom autonom motivasjon og kontrollert motivasjon. Autonom motivasjon er motivasjon basert på selvbestemmelse, valgfrihet og lyst til å utføre en oppgave. Kontrollert motivasjon er motivasjon som springer ut av forpliktelser, press og en følelse av å bli kontrollert. Ifølge Deci og Ryans selvbestemmelsesteori er det den autonome, selvbestemte motivasjonen som gir de beste resultatene.








I tillegg skiller man mellom indre og ytre motivasjon. Indre motivasjon viser til en indre drivkraft medfødt i mennesket som får oss til å utforske og engasjere egen kapasitet og forsøke å overvinne optimale utfordringer. Vi gjør det fordi det er gøy. Ytre motivasjon handler om at vi gjør noe fordi vi ønsker å oppnå noe annet. Målet kan være en belønning eller å unngå straff.

#### Så hva motiveres klatrere, skatere og surfere av?

Forskerne argumenterer for at utøverne i disse idrettene nettopp drives av autonom, indre motivasjon- de gjør det fordi de har lyst! Utøverne motiveres av frihet, utskillelse av adrenalin og endorfiner, å mestre nye ferdigheter, sosialt samvær, å være i ett med naturen, utfordre seg selv og selve gleden og tilfredsstillelsen man opplever ved å delta i slike aktiviteter. De gjør det fordi det er gøy og gir et rush. Fordi de er bestemmer alt selv og kan overvinne optimale utfordringer. Og fordi de kan henge med venner, og føle seg i ett med naturen. Se utfyllende forklaring av de ulike motivasjonsfaktorene under.



## Motivasjonsfaktorer

-  **Frihet:** Flukt fra hverdagen og ta ansvar over egen motorisk læring
-  **Utvikle ferdigheter:** Oppnå nye ferdigheter etter mye trening
-  **Sosialt samvær:** Gleden av å dele aktiviteten med andre og få positive tilbakemeldinger
-  **Utfordre seg selv:** Henger sammen med flyt og thrill, mestre frykt og oppleve kontroll over en situasjon
-  **Rush:** Flow og thrill: Utskillelse av adrenalin fordi man opplever spenning og flyt
-  **Natur:** Eksponering for naturlige elementer. I ett med naturen
-  **Tilfredsstillelse og velvære:** Dyp følelse av emosjonell velvære

Flere av motivasjonsfaktorene knyttet til deltakelse i livsstilsidretter har blitt rapportert som manglende faktorer innen organisert idrett. I følge oversiktsartikken fra 2015 er mangel på glede, stort prestasjonsfokus, dårligere trenere og ikke føle seg god nok, som er hovedårsakene til at ungdommer velger å slutte med organisert idrett. Motivasjonen står i fare når de med «ha det gøy»-innstilling til idrettsdeltakelsen møter et idrettsmiljø med utpreget «utviklings»-innstilling hvor alt dreier seg om «å trene mye for å bli god» og vinne. They do not want anyone telling them what to do- they just want to skatebaord.

### Identifisere barrierer for å være fysisk aktiv? Hvem faller utenfor?

#### Omfang

##### **Forskjeller i fysisk aktivitetsnivå i ulike samfunnsgrupper**

Det er klare forskjeller knyttet til sosial bakgrunn og fysisk aktivitetsnivå. Både egen utdannelse, foreldres utdannelse, egen bruttoinntekt og husstandens samlede inntekt slår tydelig ut når det gjelder å tilfredsstille helsekravet til fysisk aktivitet (Breivik og Rafoss, 2017). Barn og unge fra familier med høy sosial klasse deltar mer enn barn og unge fra familier med lavere sosial klasse. Vi ser ulikheter mellom

kjønn og etnisitet, der både gutter og etnisk norske deltar i noe større grad enn jenter og mennesker med flerkulturell bakgrunn.

Det er også forskjeller i fysisk aktivitetsnivå mellom personer med nedsatt funksjon og den øvrige befolkningen. Rapport viser at kun xx oppfyller anbefalingene for fysisk aktivitet.

### **Sosioøkonomisk status og deltakelse i organisert idrett**

Den organiserte idretten står fortsatt sterkt blant norsk ungdom. Samlet sett har 74 prosent vært med i et idrettslag etter at de begynte på ungdomsskolen, og 92 prosent har noen gang deltatt i organisert idrett siden de var barn (Bakken & Strandbu 2023).

Den sosiale rekrutteringen til idrettslagene er fortsatt svært skjev. Ungdom fra høyere sosiale lag er langt oftere med i idrettslag enn ungdom fra lavere sosiale lag. Unge med innvandrerbakgrunn fortsatt underrepresentert i ungdomsidretten (Bakken & Strandbu 2023).

Når inntreer disse forskjellene? Blant gutter kan hele forskjellen forklares med at færre gutter med innvandrerbakgrunn rekrutteres inn i idretten. Dette betyr altså at det ikke er noen forskjeller mellom disse to gruppene i sannsynligheten for å slutte når de først har begynt med organisert idrett. Underrepresentasjon blant jenter med innvandrerbakgrunn handler både om at færre rekrutteres inn i idretten 12 og at flere slutter. Både i barneidretten og i ungdomsidretten slutter relativt sett flere av jentene med innvandrerbakgrunn etter å ha vært med i en periode. Men forskjeller i rekruttering forklarer mesteparten av ulikheten i idrettsdeltakelse.

Noe av forskjellene i idrettsdeltakelse mellom ungdom med og uten innvandrerbakgrunn handler om botid. Blant de som kom til Norge i ungdomsskolealder eller senere, har mer enn en av tre aldri vært med i organisert idrett. Dette kan skyldes at det ikke er så vanlig å drive med barneidrett i opprinnelseslandet, sammenlignet med situasjonen i Norge. Andre årsaker til at færre ungdommer med innvandrerbakgrunn har vært med i organisert idrett, har vi ikke undersøkt i denne rapporten. Annen forskning tyder på at klassebakgrunn og økonomiske forhold har stor betydning, men at også forklaringer knyttet til kultur og tradisjoner har betydning særlig for å forstå jenters underrepresentasjon. Minoritetsbefolkningen er, som majoritetsbefolkningen, en sammensatt gruppe – også når det gjelder idrettsinteresser (Bakken & Strandbu 2023).

### **Sosioøkonomisk status og deltakelse i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet**

Omtrent halvparten av norske ungdommer (Bakken & Strandbu 2023) og 79 prosent av den aktive voksne befolkningen (16 +) driver med egenorganisert idrett og fysisk aktivitet (Levekårsundersøkelsen, SSB, 2021). Blant aktivitetene er det tradisjonelle idretter som fotball, ski osv. som er mest utbredt blant ungdommer. Likevel er det en betydelig andel på rundt 20 prosent som deltar i det vi omtaler som ikke-tradisjonelle egenorganiserte aktiviteter (Bakken & Strandbu 2023).

På samme måte som for den organiserte idretten, er det en tydelig sosioøkonomisk profil i hvem som driver med tradisjonelle selvorganiserte idrettsaktiviteter (Bakken & Strandbu 2023).

Det generelle bildet er jo høyere sosioøkonomisk status, desto større er sjansen for at ungdom driver med denne typen aktiviteter. Forskjellen i aktivitetsnivå mellom høyeste og lavest sosioøkonomiske gruppe, slik dette er definert her, er 20 prosentpoeng. Selv om denne forskjellen er noe lavere enn den forskjellen vi tidligere har dokumentert for deltakelse i organisert idrett, som var 27 prosentpoeng, er forskjellen likevel betydelig. Ikke minst fordi terskelen for å drive med slike aktiviteter er forventet å være langt lavere enn i den organiserte idretten (Bakken & Strandbu 2023).

**Tabell 6-4 Deltakelse i selvorganiserte idrettsaktiviteter blant elever på videregående. Etter kjønn og innvandrerbakgrunn. Aldersgruppe 16–18 år. Ungdata 2020–2022.**

	Ikke aktiv	Aktiv i alternative idretter	Aktiv i tradisjonelle idretter	Aktiv både i alternative og tradisjonelle idretter	Totalt	N=
Gutter med norskfødte foreldre	46	5	38	11	100	33 021
Gutter med utenlandsfødte foreldre	46	3	42	10	100	5 903
Jenter med norskfødte foreldre	61	4	27	8	100	34 153
Jenter med utenlandsfødte foreldre	69	4	21	7	100	6 141

Et interessant funn er at kjønn og sosioøkonomisk status spiller en langt mindre rolle når vi ser på de som kun driver med alternative selvorganiserte idrettsaktiviteter (en gruppe på ca. 5 prosent av ungdommer driver kun med alternativ selvorganisert idrettsaktivitet). Denne gruppen er rekruttert mer eller mindre på tvers av slike skillelinjer (Bakken & Strandbu 2023).

### **Sosioøkonomisk status og trening på treningsstudio**

Andelen som trener på treningsstudio varierer mindre mellom ungdom med ulik

sosioøkonomisk status. I 2022 var forskjellen på seks prosentpoeng, et interessant funn sett i lys av at det å trene på treningsstudio vanligvis forutsetter medlemskap som ofte er forbundet med en del kostnader.

### **Sosioøkonomisk status og deltakelse i andre organisasjoner**

Deltakelse i andre organisasjoner enn idrett varierer noe med ungdommenes sosiale bakgrunn, men forskjellen er mye mindre enn for idrettsdeltakelse. De andre organiserte fritidsaktivitetene rekrutterer bredere når vi ser alle under ett. Mer detaljerte analyser viser at de kulturorienterte fritidsaktivitetene (korps, kor, orkester, kulturskole og musikk-skole) rekrutterer i større grad blant ungdom med høy enn med lav sosioøkonomisk status. Fritidsklubbene og de religiøse foreningene rekrutterer i like stor grad ungdom med lav som med høy sosioøkonomisk status – og siden disse organisasjonene favner om langt flere enn korps, kor, orkester og kulturskole – blir det samlede inntrykket at andre organisasjoner enn idretten rekrutterer bredere. Både gutter og jenter med innvandrerbakgrunn er i større grad enn gutter og jenter med norskfødte foreldre med i andre organiserte fritidsaktiviteter enn idrett. Dette skyldes først og fremst at unge med innvandrerbakgrunn er klart overrepresentert i religiøse fritidsaktiviteter. Men ungdom med innvandrerbakgrunn er også overrepresentert blant de som er med i fritidsklubb (Bakken & Strandbu 2023).

## Hvilke barrierer for deltakelse i fysisk aktivitet og idrett finnes i de ulike samfunnsgruppene?

### **Barrierer i den organiserte idretten**

I 2020 gjennomførte OsloMet, på oppdrag fra Barne- og likestillingsdepartementet, en litteraturgjennomgang som tar for seg studier av barn og unges fritid i et kjønns- og likestillingsperspektiv (Seland et al., 2021).

Et hovedfunn i rapporten er at fritidsfeltet og fritidsaktivitetene fremstår som delt mellom gutter og jenter. Dette mønsteret forsterkes med økende alder (Seland et al., 2021).

Studier som vi har gjennomgått, viser til at ungdomsidretten nasjonalt og internasjonalt er kjønnssegregert i tråd med oppfatninger om biologiske kjønnsforskjeller. Kjønnssegregering er også utbredt i barneidretten. Derfor finnes det forholdsvis mange studier av normer, holdninger og praksis knyttet til kjønn som kommer til uttrykk gjennom idretten, og den betydning dette kan ha for hvordan gutter og jenter finner seg til rette i disse aktivitetene. Disse studiene fastslår at det i idretten eksisterer forholdsvis fastlåste oppfatninger av maskulinitets- og

feminitetsidealer som påvirker atferd, spillestil, oppfatninger av hva som gir status på idrettsbanen og til dels motivasjon for å delta i idrett (Seland et al., 2021).

I 2023 publiserte Rambøll, på bestilling fra Norges idrettsforbund, en omfattende kunnskapssammenstilling om deltakelse, barrierer og tiltak i idretten. Barrierer for deltakelse kan deles inn i individuelle, familiære og strukturelle barrierer (Hva vet vi om mangfold og inkludering i idretten? Rambøll, 2023).

Rapporten har skissert opp fem hovedbarrierer:

- Barrierene for kjønnsbalanse og likestilling
- De sosioøkonomiske barrierene
- De kulturelle barrierene
- Barrierene for personer med funksjonsnedsettelse
- Rasisme, diskriminering og hets som barriere.

Kartleggingen identifiserte også tiltak for å øke mangfold og bedre inkludering. De identifiserte tiltakene kan kategoriseres i tre typer tiltak; bevisstgjøring, rekruttering og kompetanseheving. Kategoriseringen er ikke gjensidig utelukkende og flere av kategoriene overlapper. Samtidig er det viktig å se tiltakene i sammenheng, og at de ofte bygger på hverandre.

Da det ikke finnes tilsvarende kunnskapssamling i den egenorganiserte idretten, og egenorganisert fysisk aktivitet, kan denne rapporten være et viktig supplement/ kunnskapsgrunnlag for å få forståelse for de barrierene barn og unge opplever ved deltakelse i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.

### **Barrierer for deltakelse i egenorganiserte idretter og aktiviteter**

Som nevnt over, er det ikke funnet rapporter eller studier som har kartlagt barrierer for deltakelse i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet i Norge eller nordiske land.

Rapporten til Bakken & Strandu fra 2023 har derimot diskutert hva som kan være mulige årsaker til at det også finnes sosiale ulikheter i egenorganisert idrett og fysisk aktivitet. At sosioøkonomisk bakgrunn spiller en så stor rolle også for disse selvorganiserte aktivitetene kan virke overraskende, gitt at barrierene for å drive med slike aktiviteter som regel vil være langt mindre enn i den organiserte idretten, ikke minst med tanke på økonomi. En mulig tilnærming til å forstå denne sammenhengen kan være at deltakelsen i organisert idrett gjør terskelen lavere for også å drive med selvorganiserte idrettsaktiviteter. Det kan også være at bakenforliggende faktorer og ulikheter i sosialisering hjemme spiller inn, ved at de som vokser opp i familier med en fysisk aktiv livsstil er mer motivert eller har større

interesse for idrett uavhengig av hvordan aktivitetene er organisert (Bakken & Strandbu 2023).

I en studie fra 2021 diskuterer Högman og Augustsson om mer uformelle eller uorganiserte idrettsaktiviteter kan tiltrekke seg fysisk inaktive unge mennesker, spesielt jenter.

Den vanlige debatten om alle unges rett til å delta i idrett fører ofte til konklusjonen om at organisert ungdomsidrett har en tendens til å utelukke gruppen som ikke tiltrekkes av den intensiverte konkurranselogikken (Hedenborg og Glaser 2013; Peterson 2008; Thedin-Jakobsson 2015; Trondman 2005). En løsning på denne utfordringen har vært å introdusere mer uformelle eller uorganiserte idrettsaktiviteter. Generelt sett er det en trend som oppmuntrer voksne til å trekke seg tilbake og la barn og ungdom klare seg selv. Imidlertid gir denne studien av OSP (spontane idretter) grunn til å stille spørsmål ved om uorganiserte aktiviteter virkelig er en riktig vei mot en mer inkluderende ungdomsidrett, spesielt med tanke på kjønnsproblematikk. Nøkkelen for politikere og idrettsledere kan være å skape idrettsaktiviteter som kombinerer deltakerens frihet til å velge intensitet og engasjement med strukturen som voksenledelse tilbyr. Når alternativer skal utformes, blir det sjelden foreslått at unge mennesker selv kan organisere aktiviteter, aktivt støttet av voksne.

Denne studien har vist at OSP (spontane idretter) oppleves som mindre seriøs enn organisert idrett, delvis på grunn av lederens lavere krav til deltakerne og også på grunn av økte sjanser til å delta i beslutninger om aktivitetens form. Imidlertid har det også vist seg at når unge mennesker organiserer idrettsaktiviteter helt på egen hånd, fører samspillet til en skjevfordeling av makt, noe som tenderer til å utelukke visse grupper, spesielt jenter. Dette skyldes det faktum at OSP utilsiktet retter seg mot gutter som en følge av at gutters idrett er normen, noe som dermed legger grunnlaget for en reproduksjon av gutters hegemoniske posisjon. For å motvirke denne prosessen, anbefales ledelse som arbeider for å omfordele maktposisjoner basert på kjønn og fysisk ferdighet. Å etablere mindre tradisjonelle idrettsaktiviteter og i stedet fremme flere aktiviteter som fokuserer på sosiale verdier, lek og likhet i beslutningstaking er den fremtidige løsningen for å oppnå en mer fruktbar løsning for ungdom som deltar i OSP. En slik tilnærming gjør det enklere for OSP-deltakere å svare på spørsmålet om å spille eller ikke å spille (Högman & Augustsson, 2021).



## 11.5 Vedlegg: Oppsummeringsnotat fra Universitet i Agder

### Møte med Referansegruppa hos UiA 19. september 2023.

#### Fysisk aktivitet i et historisk perspektiv (Sveinung)

Fysisk aktivitet var essensielt for å overleve, mens nå har samfunnet utviklet seg slik at vi ikke behøver å bevege oss. Alt er tilrettelagt for inaktivitet. Vi kan gjøre det meste fra sofaen (jobbe, bestille mat, bilkjøring osv). Men vi må likevel være fysisk aktiv av helsemessige årsaker. Samfunnet er bygget opp slik at vi kan sitte oss gjennom hele dagen.

"Fysisk aktivitet er blitt noe vi selv må bestemme oss for å gjøre"

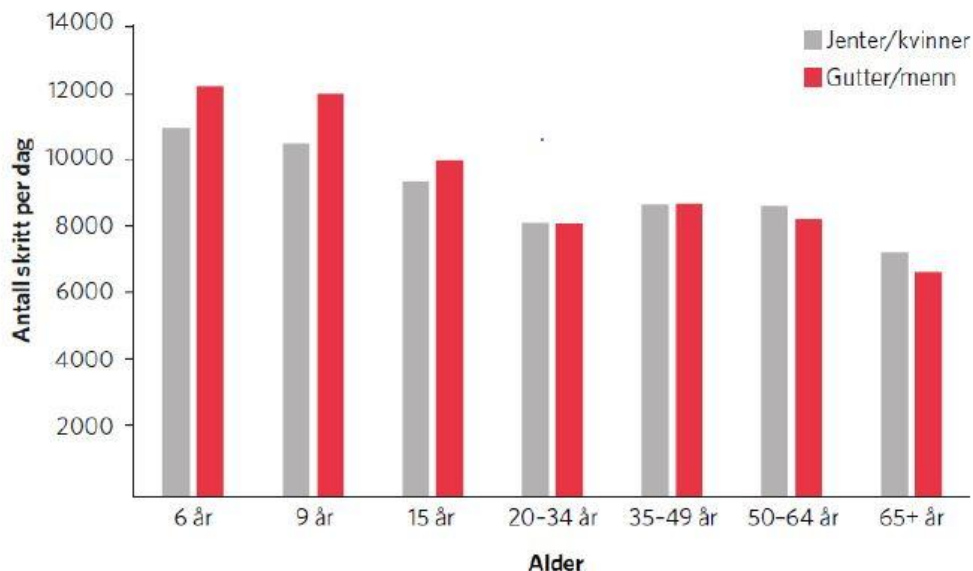
Vi vet mye i dag om hva som virker og ikke virker, og det er brukt mye penger på anlegg, planverk, forskning og tiltak - men har det virket?

#### Status fysisk aktivitetsnivå i befolkningen (Bjørge)

Nobelprisspørsmålet: Hvem er de inaktive og hvordan skal vi nå dem?

Viser til samfunnets endring, og at Amish-gruppene i USA (som lever på «gamlemåten») i gjennomsnitt har 15-20 000 skritt pr. dag som følge av manuell jordbruksvirksomhet. Situasjonen i dagens samfunn er noe helt annet, ser man på antall skritt i løpet av en dag.

#### Antall skritt



#### Aktivitetsnivå:

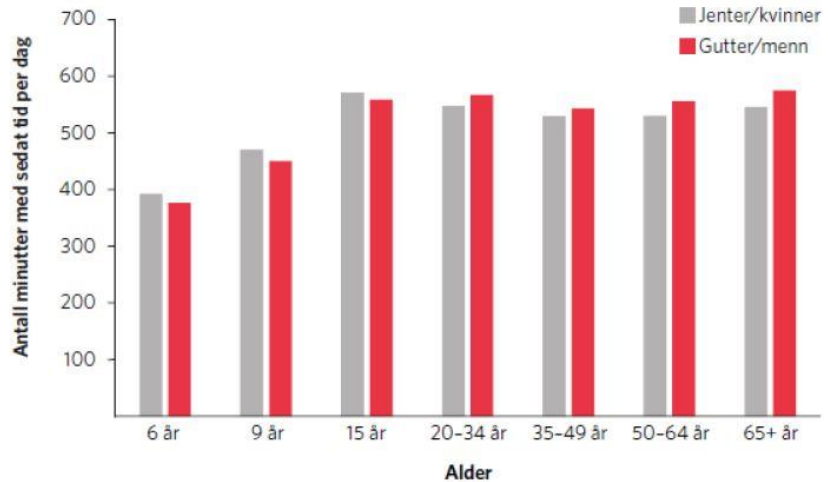
- Gutter er mer aktive enn jenter.
- Kjønnsforskjellene jevner seg ut inn i voksen livet.
- Aktivitetsnivået faller med økende alder.
- Tendenser til at kvinner er noe mer aktive enn menn.



Nasjonale anbefalinger er at man ikke bør sitte mer stille enn 8 timer pr. dag. For de som må sitte stille over lange perioder på grunn av arbeid, blir fysisk aktivitet enda mer viktig for god helse. De som sitter mye stille, bør strebe etter å være mer fysisk aktiv enn anbefalingene for fysisk aktivitet.

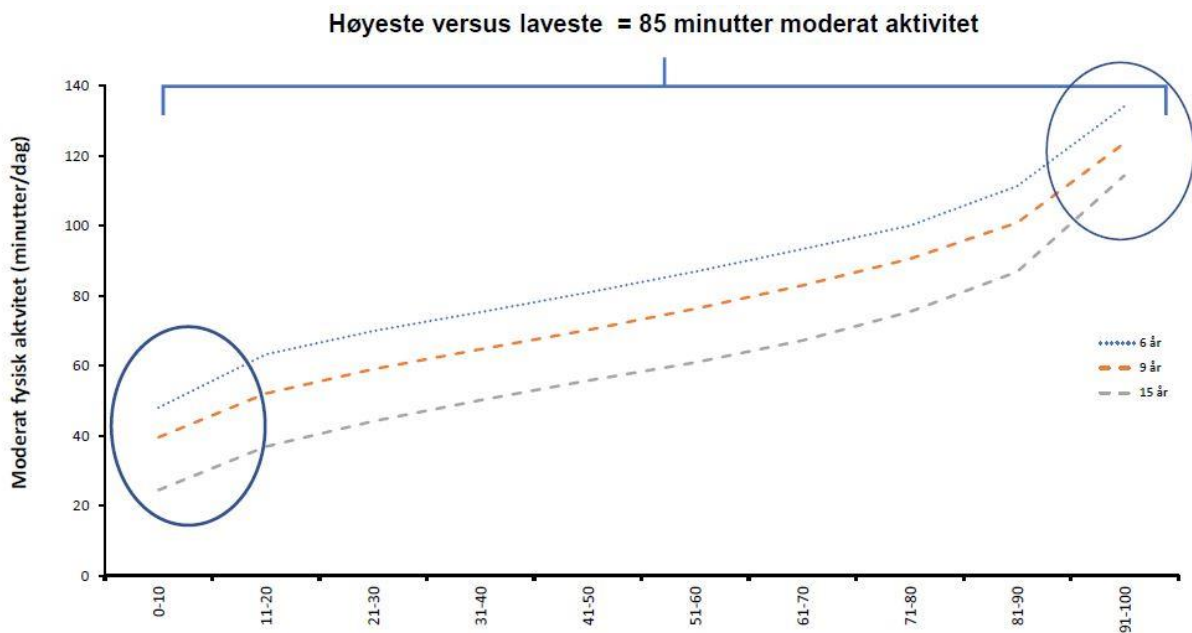
### Tid i ro

- 6 år: 7 timer/dag
- 9 år: 8 timer/dag
- 15 år: 9.5 timer/dag
- 20 år: 9 timer/dag
- 65+ pr: 9 timer/dag



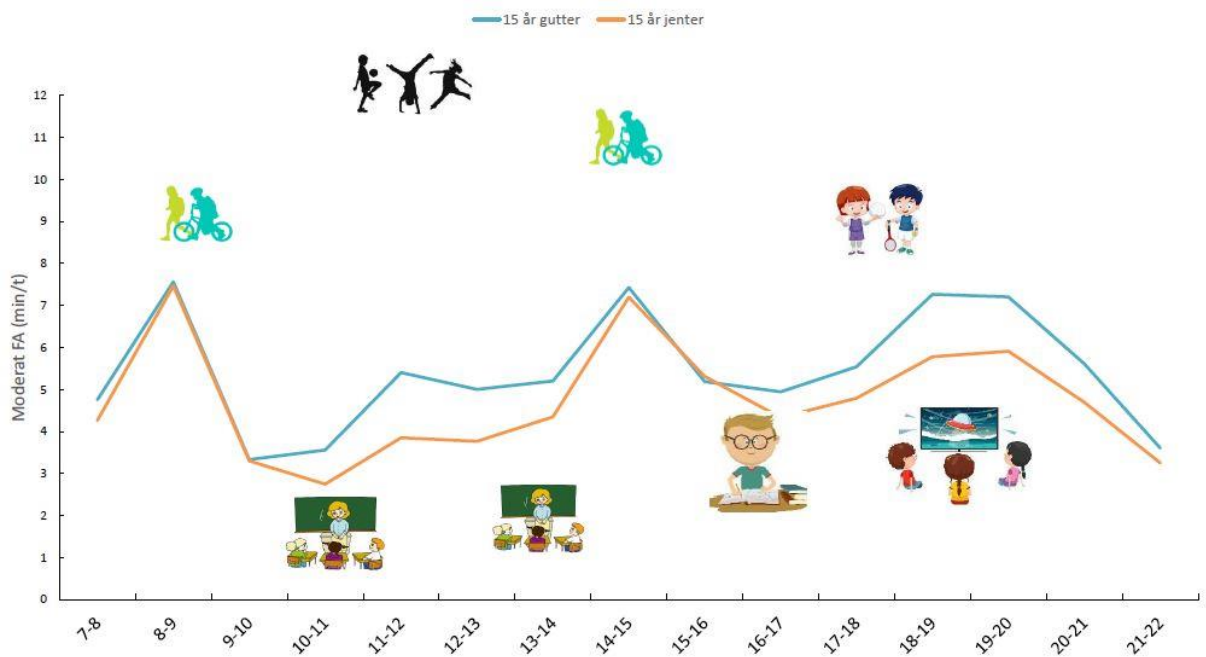
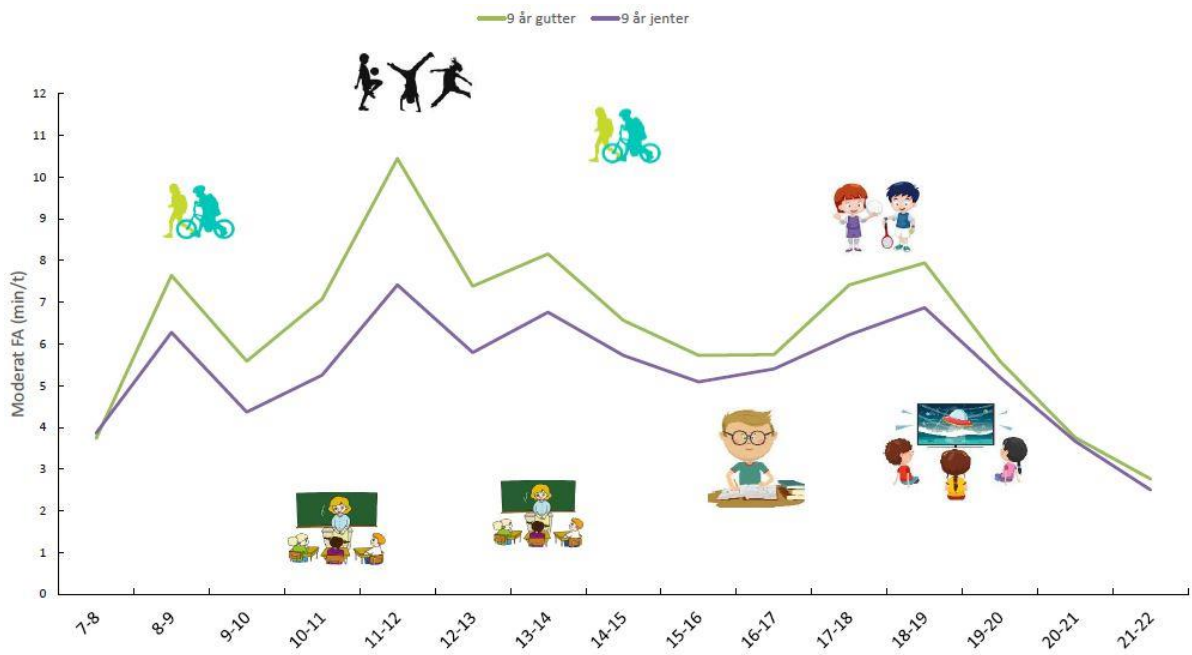
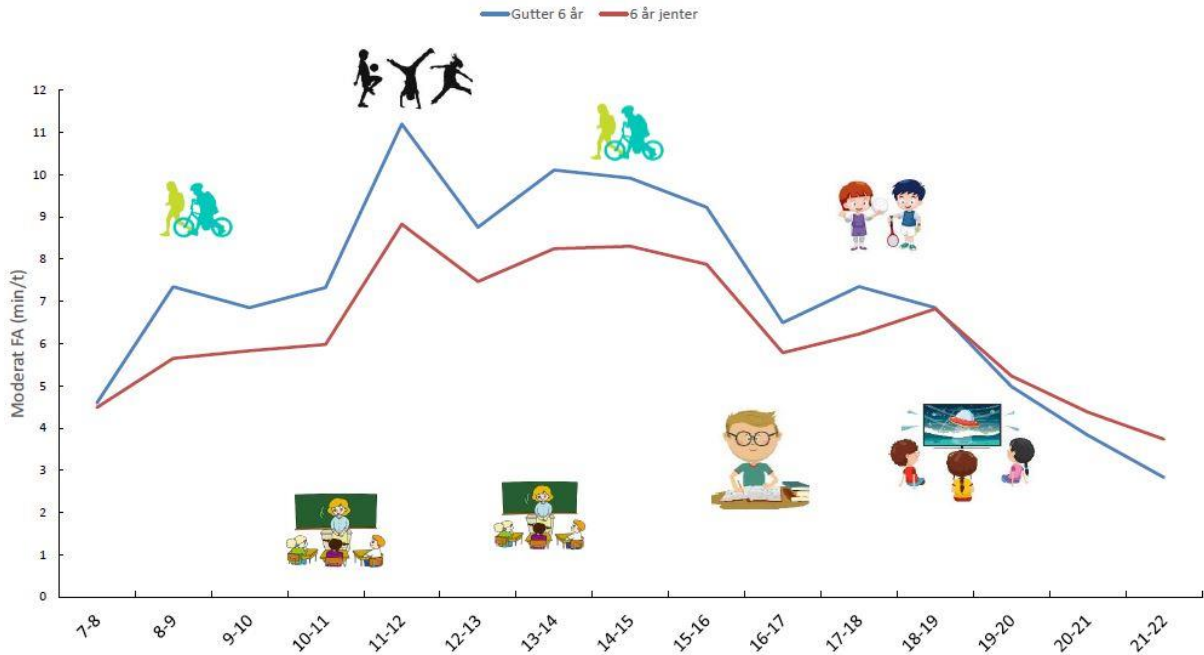
### Barn og unge:

De minst aktive 15-åringene beveger seg mindre enn 30 minutter pr. dag.



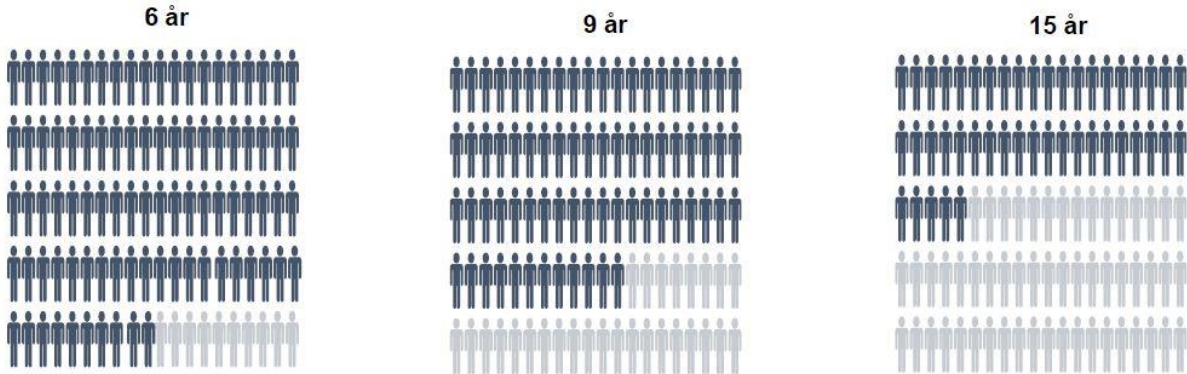
### Kjønnsforskjeller blant barn og unge:

Bør vi ta hensyn til dette? Frafallet er tidligere hos jenter enn hos gutter. Dette kan henge sammen med puberteten. Det kan være en grunn til å sette inn tiltak rettet mot jenter, men samtidig så er det usikkert om dette er best bruk av midler, i og med at kvinner er mer aktive enn menn i voksen alder.



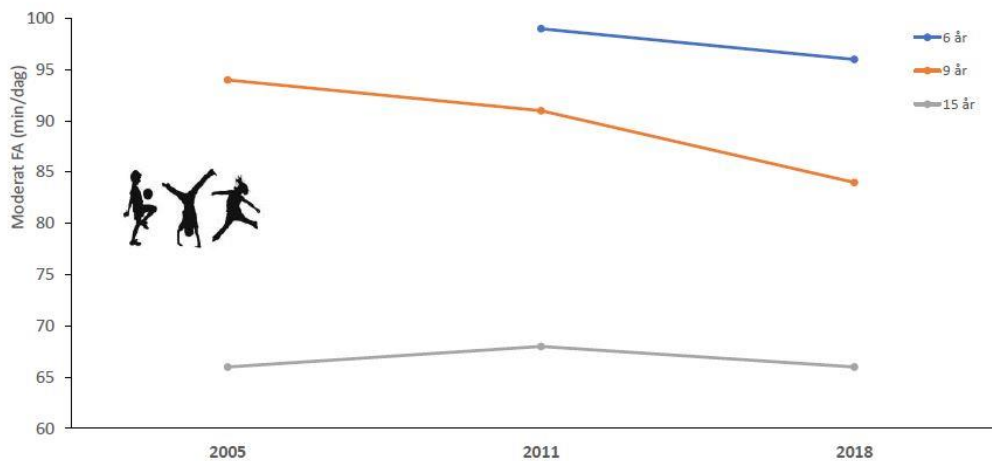


Anbefalinger for barn - og unge: 1 timer fysisk aktivitet pr. dag. Andelen faller med 30 % fra 6 til 9 år, og videre ned 30 % til 15-åringene (hvor rundt halvparten tilfredsstillende anbefalingene).

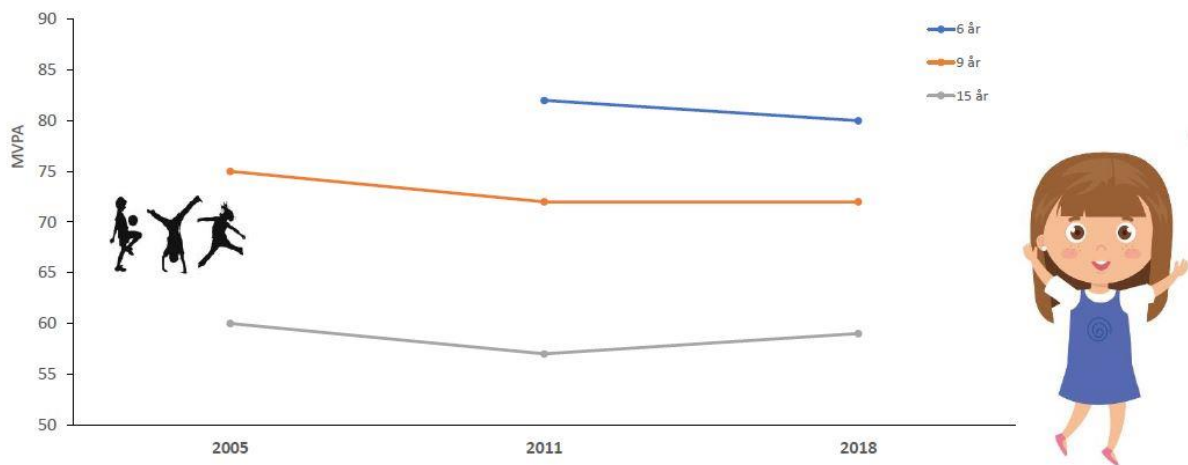


Aktivitetsnivået for barn mellom 6- 15 år, så har aktivitetsnivået vært ganske stabilt siden 2005 og frem til i dag. Litt negative trend blant 9 år gammel gutter.

### Utvikling over tid

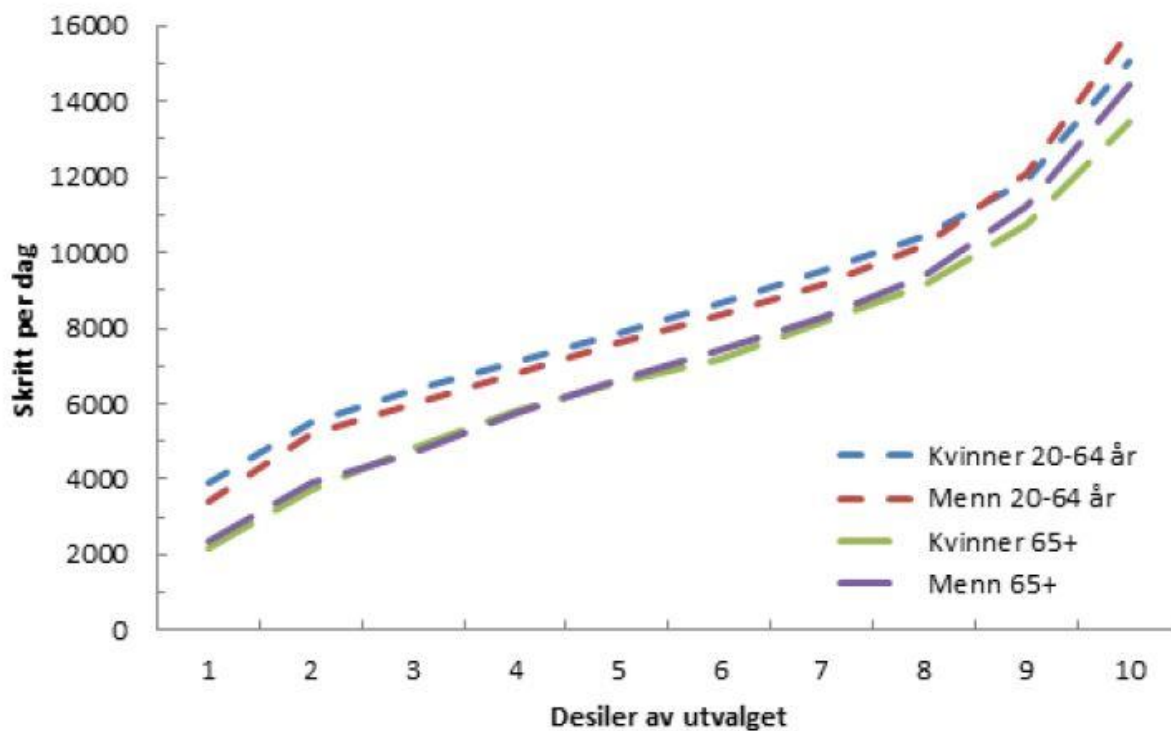


## Utvikling over tid



## Voksne og eldre:

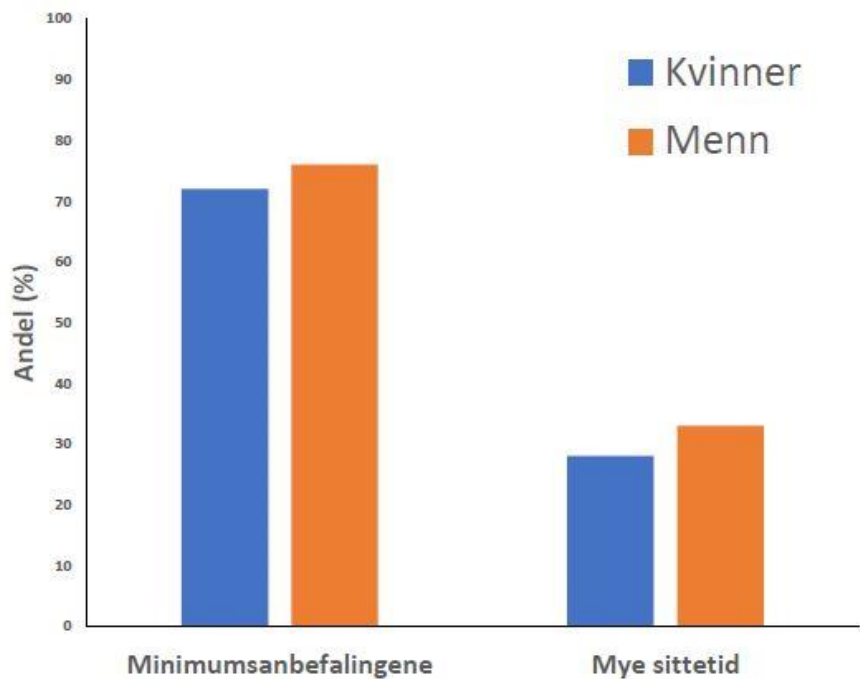
De 10 % minst aktive blant voksne: 4000 skritt pr. dag, og de 10 % minst aktive blant eldre: 2.100 skritt pr. dag. «En økning på 2.000 skritt blant de minst aktive vil føre til en dramatisk forbedring»



3 av 4 voksne møter minimumsanbefalingene, men 80% av disse sitter mer enn 8 timer pr. dag. Som betyr at de må **bevege seg mer** for å kompensere for stillesittingen. 30 % av voksne som sitter mer

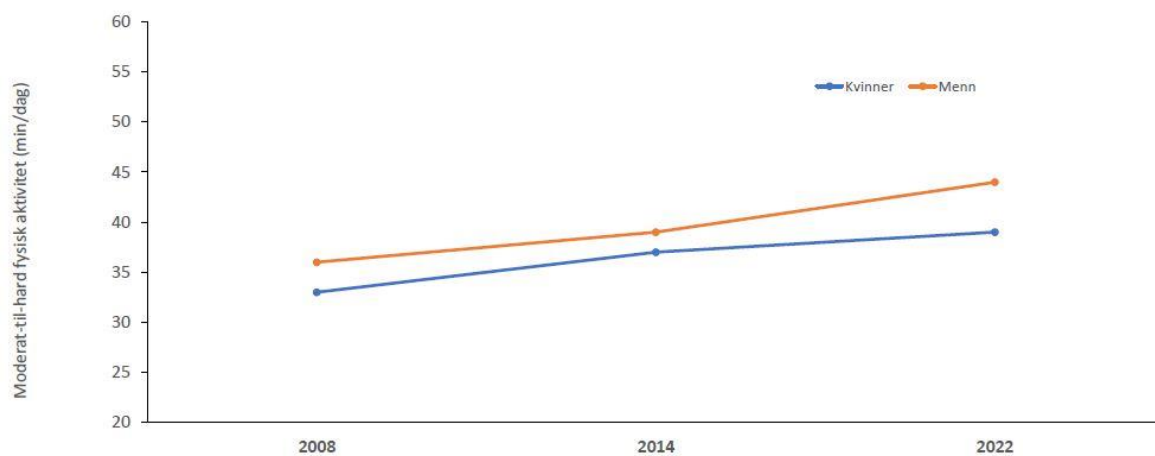


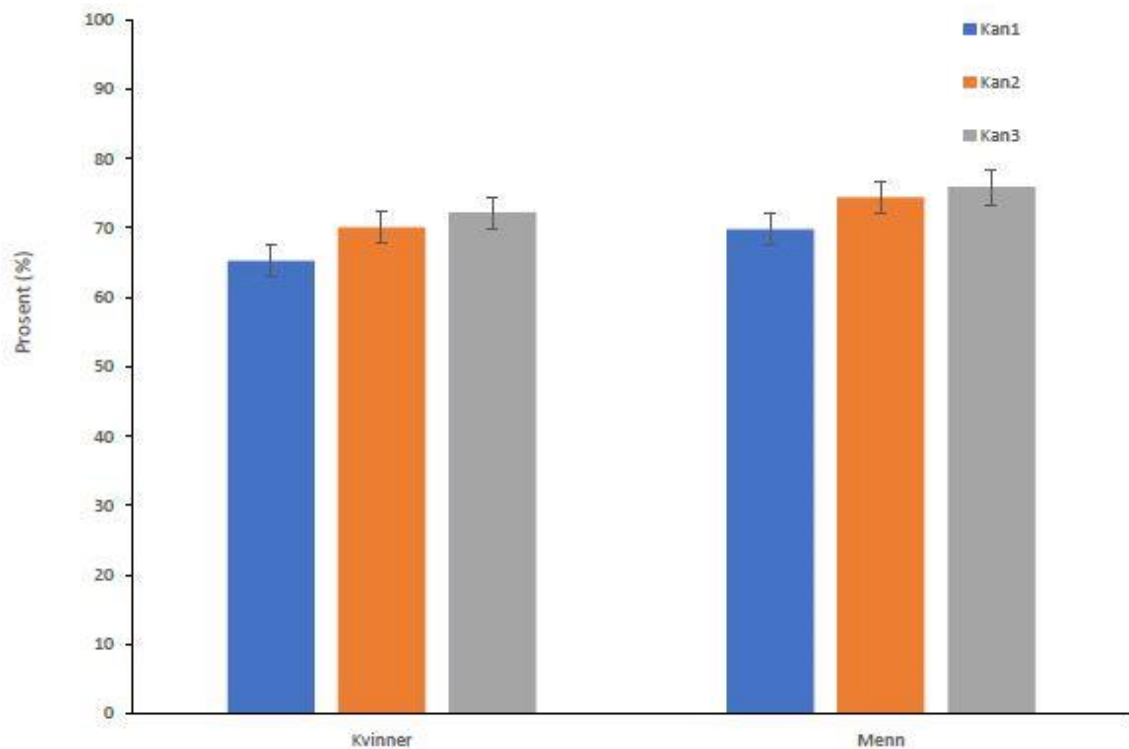
enn 8 timer hver dag møter anbefalinger om aktivitet. Dette varierer på tvers av kjønn, alder og SES.



Blant voksne er det en positiv trend. Aktivitetsnivået blant voksne øker fra 2008 og frem til i dag.

### Utvikling over tid





Stadig flere studier viser at all økt aktivitet er positivt for helsa. Ved å øke antall skritt for voksne og eldre vil en kunne se store helseeffekter. Så mye som 50% reduksjon i helserisiko ved å øke aktivitetsmengden fra lavest nivå til nest lavest nivå. Som igjen øker levealder. All bevegelse teller.

Dersom den inaktive delen av befolkningen økte sitt aktivitetsnivå slik at de oppfyller anbefalingene:

- 8,3 kvalitetsjusterte leveår mer enn en fysisk inaktiv person → 244 milliarder/år

Potensiell velferdsgevinst ved å innføre daglig fysisk aktivitet i skolen:

- 27 ganger tiltakskostnadene

Potensiell velferdsgevinst ved at 10 000 inaktive personer sykler til og fra jobb:

- 294 millioner/år

**Hvordan skal vi klare dette? Tiltak og anbefalinger:**

### **Aktivitetsvennlige nærmiljø**

- Omfattende politiske tilnærminger på flere nivåer (samfunn, by, nabolag, individ) gir størst uttelling (se til planen i KRS)
- Gjør det aktive valget til det åpenbare! Kroppen som transportmiddel
  - Trygge skoleveier



- Ny aktiv infrastruktur gir økning i fysisk aktivitet dersom du bor innenfor 500 meter unna.
- Gratis kollektivtransport

## Skole

- Stort sett alle går på skole, og vaner etableres tidlig
- Utvikle skolegårder som fremmer aktivitet. Brukes både i skoletid og på fritid
- Tiltak i skoletiden øker aktivitetsnivået i skoletiden. Aktivitetsfritidsordning?
- Styrking av kroppsøvingfaget (livslang bevegelsesglede)

## Vår aktive fritid

- Ni av ti har vært medlemmer i idrettslag
- Betydelig frafall i ungdomstiden
  - Idretten treffer ikke alle
  - Årsaker til frafall?
    - Tidlig spesialisering?
    - Særidrettslag vs. Fleridrettslag?
    - Vil et større fokus på barneidrett/generell bevegelse i starten holde på flere?
      - Det er rom for mer kunnskap om frafall i idretten
      - Det finnes ingen kjent forskning på hvilke idrett som gir mest aktivitet pr inv.krone
- Samfunnet må være godt tilrettelagt for egenorganisert fysisk aktivitet
  - Tilgang og trygge omgivelser
  - Utstyr (BUA, utstyrsboder på skolene), hjelp, prøve nye aktivitetsformer
- Prioriter områder som skårer lavt på levekårsundersøkelser ved nyetablering av anlegg  
Se til planen i KRS

**Bør vi satse på de svakeste som er minst aktive? Eller bør vi satse på at de som er litt aktive.**

### Anbefaling:

Ut fra et samfunnsøkonomisk perspektiv er det mest lønnsomt å få de minst aktive, litt aktive. Selv om de ikke når anbefalingene.

Uansett hva som skjer i voksen alder, så er det viktig å legge til rette for aktivitet i skoletiden.

## Hvilke aktivitetstiltak har vi kunnskap om for ulike arbeidsgrupper (Hilde):

«Fysisk aktivitet og helse», Folkehelsemelding 2022-2023 og Nasjonal handlingsplan 2020-2029.



## Hva funker?

Tiltak:

**Skolen:** (definert som ideell for befolkningsbaserte fysisk aktivitetsmiljø. Trygt miljø, designet for læring, når de fleste barn uavhengig av sosioøkonomisk bakgrunn og foreldrenes holdning til fysisk aktivitet, og uten å måtte stigmatisere eller diskriminere grupper).

- Stor dokumentasjon på at skolebaserte intervensjoner (ekstra aktivitetstilbud i skoletiden) kan øke barns aktivitetsnivå. Lite forskning på om dette virker videre etter at skoleintervensjonen er avsluttet / lang sikt.
- Intervensjoner med flere komponenter (kosthold, involvering av familie og lokalsamfunn) gir bedre resultater enn intervensjoner som kun vektlegger økt fysisk aktivitet.
  - Unngå pekefinger, men involver barna – eksempel som «Miljøagentene».
  - Mors aktivitetsnivå har betydning for små barn. Fars aktivitetsnivå for eldre barn.
- Lite kunnskap om effekten av fysisk aktivitet i friminuttene. Fasiliteter i utemiljøet er svært positivt forbundet med fysisk aktivitetsnivå. Viktig å ha mulighet til å velge mellom flere ulike aktiviteter/apparat i skolegården.
- Rektor på den enkelte skole har innflytelse. **VIKTIG**
- Skolebaserte fysisk aktivitetsnivå intervensjoner ser ut til å ikke være effektive, men her trengs det mer kunnskap.
- Ser en nøytral eller positiv sammenheng mellom mer fysisk aktivitet i skolen og bedre akademiske prestasjoner hos elever.
  - School in motion, skolebasert intervensjon om fysisk aktivitet på u-skolen. UIA deltar.

**Voksne:** (KAN-undersøkelser 20 – 60 år)

- Vanligste grunner til å være aktive:
  - Forebygge helseplager
  - Komme i bedre fysisk form
- Vanligste årsak til IKKE å være fysisk aktiv:
  - Mangel på tid

## Anbefaling:

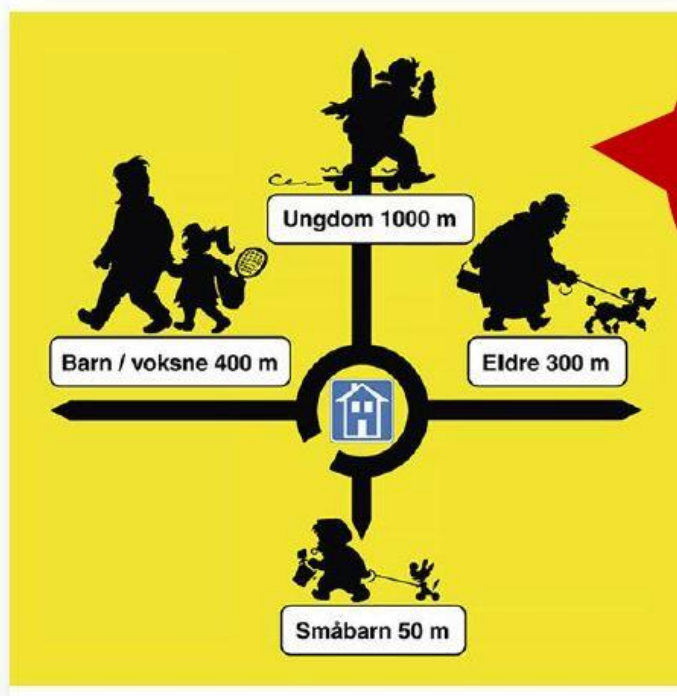
- Viktig å legge til rette for FA på arenaer hvor de voksne ferdes.
  - Arbeidsplass
  - Helsesektoren
  - Nærmiljøet
- Forskning på hva som fungerer, tiltak:
  - **Arbeidsplass:** Helsefremmende intervensjoner varierende resultat. Kombinasjon av veiledning ( gjerne på individnivå) og FA-intervensjoner har bedre effekt enn bare et av tiltakene.



- **Helsesektoren** (uføre, arbeidsledighet, fastlege) Helsefremmende intervensjoner viser varierende effekt. Tiltakene som vist seg å ha effekt var kjennetegnet av å være rettet mot:
  - Kvinner
  - Voksne over 30 år
  - Etniske grupper
  - Personer med risiko for å utvikle sykdom
  - Lang varighet (over 6 mnd).
  - Helsepedagogiske tiltak
    - gruppeundervisning
    - samtaler om mestring av egen sykdom
    - verktøy for livsstilsendring
    - å sette seg mål
  - Viktig med ansvarliggjøring av egen helse og at det er lavterskel/gratis.
    - Idrettskretsens «Aktiv på dagtid» som rekrutterer 16 – 70 åringer utenfor arbeidslivet, UIA-studenter i praksis og følgeforskning fra Norge. Et samarbeid mellom idrettskrets, NAV, kommune, frisklivssentral og noen lokale idrettslag.
    - UIA henviser til Holterman som har forsket på antall skritt yrkesaktive og
  - Grønn resept / aktivitet på resept: Usikkert om dette har noe effekt, siden fastlegene i liten grad implementerer dette.
  - Frisklivssentraler - det mangler studier på om deltakere på frisklivssentraler klarer å øke aktivitetsnivå og endre levevaner, men en studie fra 2022 viser at tiltaket har positiv effekt på fysisk og sosial fungering, mestringstro og livskvalitet.
    - Ikke i alle kommuner, se oversikt på Helsedirektoratets sider
  - De eldre (helse og sosialomsorg):
    - Det blir flere og flere eldre, men også flere og flere skrøpelige/inaktive
    - Fokus Healthy aging (flere år med god helse).
    - Det er behov for flere intervensjoner i form av fysisk aktivitet/trening for hjemmeboende eldre, ansatte og miljøet for å få mer kunnskap på feltet.
    - «Sterk og stødig»-prosjektet, økonomi kan være en barriere – ved å gjøre dette lavterskel og gratis kan dette gi stor effekt.
  - Eldre er en målgruppe som vi bør/skal ha stort fokus på.
    - Redusere skrøpeligheit, uførhet og uavhengighet av andre.
    - Tillegg til opprettholdelse av fysisk- og kognitiv funksjon og mental helse.
- Nærmiljøet. Aldersvennlige samfunn for alle med universelle tiltak og områder for fysisk aktivitet.
  - Den vanligste aktiviteten hos voksne og eldre er å gå tur.
  - Utilgjengelighet er den største barrieren for fysisk aktivitet hos eldre.
  - Aksjonsradiusen på 10 minutter gange varierer med alderen
    - 50m: småbarn
    - 300m: eldre



- 400m: barn/voksne
- 1000m: ungdom



- 50 m -> småbarn
- 400 m -> barn/voksne
- 1000 m -> ungdom
- 300 m -> eldre

**Anbefaling:** Viktig å satse på universelle uteområder i nærmiljøet der de bor. Tilrettelegge for FA i nærmiljøet.

Det virker også som at dette er en omforent tanke i referansegruppa, om at satsing på nærmiljøet er viktig, og bør prioriteres.

Ideer:

- Områdesatsing i steder med levekårsutfordring.
- Kvalifiserte utemiljøkonsulenter som hjelper kommunene.
- Skolegårdsprosjekter

### Samarbeid om fysisk aktivitet:

- Årlig kunnskapsseminar med UiA / forskningsmiljø, og koblingsboks mot studenter.
- Uia er interessert i å få til samarbeid med nye prosjekter som kan drive følgeforskningsstudier.