

Oslo, 20.10.2025

Helse- og omsorgskomiteen

STATSBUDSJETT 2026

Vi lever i en mer uforutsigbar tid, noen saker preger mediebildet, som lederlønninger innen helsesektoren, forsvar, økte kostnader innen trygdeytelser osv. Da er det lett å miste fokus på det som ikke er så synlig. Her er noen saker som bekymrer, men vi har også noen mulige løsninger.

Tre bekymringer:

1. Inaktiviteten øker:

Helsedirektoratet oppgir i sin årsrapport for 2024 at FHI ikke har greid å snu utviklingen innen økningen i fedme og diabetes, samt nedgang i fysisk inaktivitet og saltinntak.

En befolkningsundersøkelse gjennomført av Ipsos i februar 2022 på oppdrag av M-dir og Norsk Friluftsliv avdekker store endringer i barns vaner for utelek: Basert på svar fra foreldre viser undersøkelsen at antall barn som leker ute 5-7 ganger i uka har blitt redusert fra 41 prosent til 18 prosent fra 2015 til 2022.

2. Vi må ha god nok helse til å stå lengre i jobb.

Perspektivmeldingen (2021) er tydelig på bekymringen over at vi ikke har nok hender til å løse kommende arbeidsoppgaver, noe av denne bekymringen har grunnlag i uhelse.

3. Manglende satsing på brede helsefremmende og forebyggende tiltak:

16. september la utvalget om prioritering av folkehelseiltak frem NOU 2025: 8 -Folkehelse – verdier, kunnskap og prioritering. Utvalget fremhever at folkehelsearbeidet først og fremst skal gi folk bedre livskvalitet, ikke å avlaste helsetjenesten.

Utvalget trekker frem at fysisk aktivitet som et tiltak kan både ha en klar helseeffekt som kan gi redusert sykkelighet, og samtidig påvirke andre dimensjoner av livskvalitet, som trivsel, ensomhet, og mestring. Utover dette kan tiltaket ha annen samfunnsnytte, i form av redusert forurensing, økt arbeidsdeltakelse, bedre skoleprestasjoner, mindre kriminalitet med mer.

En av anbefalingene fra utvalget er å erstatte smale tilskuddsordninger med bredere programmer, for eksempel rettet mot barn og unges oppvekstsvilkår.

Samtidig foreslår regjeringen fattige 1,1 million til oppfølging av Handlingsplan for fysisk aktivitet.

Her trengs et løft!

Løsninger:

Friluftsliv er ikke løsningen på alt, ei heller innen folkehelse, men for å stimulere til økt fysisk aktivitet er det en uslåelig medisin. Friluftsliv er det folk ønsker å gjøre mer av, også de inaktive. Det styrker både fysisk og psykisk helse, fremmer sosial inkludering og forebygger sykdom. Det er en kostnadseffektiv og tilgjengelig aktivitet for alle, som kan tilpasses individet og er helt uten prestasjonspress. Dette er noen av grunnene til at dere bør prioritere aktiviteter i nærmiljø og natur som en del av en bred folkehelsesatsing.

De frivillige friluftslivsorganisasjonene har giret opp i friluftslivets år, og ønsker å videreføre de gode aktivitetene. De står klare for å gi flere grupper gode friluftslivsopplevelser, og lære vekk den kulturelle kompetansen som gjør at du føler deg trygg i naturen. En kompetanse du tar med deg resten av livet.

For deg og meg er aktivitet i naturen glede, mestring og økt livskvalitet. For myndighetene er dette et verktøy for å få ned inaktiviteten, og øke livskvaliteten. Bare 15 minutter i naturen reduserer stresshormonene/gir bedre humør/velvære/bedre konsentrasjon og mindre uro. Blir du med som frivillig kan enda flere effekter legges til. Det er et Kinderegg pluss!

I forslaget til budsjett for 2026 er 15 millioner av aktivitetsmidlene over Klima- og miljødepartementet ikke foreslått videreført, til tross for at det er et mål at Friluftslivets år skal ha varig endring i aktivitetsvaner. Uten midler kan vi ikke fortsette å invitere ikke medlemmer ut på tur som vi har gjort i 2025.

Det lønner seg:

Tja, kan det lønne seg å gi 15 millioner til friluftslivsaktivitet? Kalkulatoren til Helsedirektoratet, beregner at hvis 1500 barn og unge i aldersgruppen over 10 år, og like mange over 40 år går fra fysisk inaktiv til delvis aktiv per år, er de sparte helsetjenestekostnader det samme året 80 millioner, og det gir svimlende 22.717 leveår ekstra med god helse. Helsetjenestekostnadene fordeles med 54 % som betales av staten, 32 % av kommunen og 14 % av husholdningene (Helsedirektoratet (2025b)).

<https://www.helsedirektoratet.no/forebygging-diagnose-og-behandling/forebygging-og-levevaner/fysisk-aktivitet/kalkulator-helseeffekter-av-fysisk-aktivitet>

Folkehelse skapes stort sett alle andre steder enn i helse- og omsorgssektoren. Helse- og omsorgskomiteen må derfor være en pådriver til at også andre departementet og instanser øker fokus på temaet.

Merknad:

- 1. Vi ber komiteen påpeke overfor Klima- og miljødepartementet (KLD) deres ansvar til å få flere ut i varig aktivitet, ved å styrke friluftslivsorganisasjonene evne til å rekruttere flere inn i friluftslivet ved å styrke kap.1420 post 78 friluftslivsaktivitet i KLD med 15 millioner. Det vil bidra til varig effekt av Friluftslivets år 2025.**

2. Vi ber komiteen om at Helse- og omsorgsdepartementet kommer tilbake til Stortinget med en bred innsats på fysisk aktivitet for å følge opp Handlingsplan for fysisk aktivitet og NOU 2025: 8 -Folkehelse – verdier, kunnskap og prioritering slik utvalget anbefaler.

Med vennlig hilsen
Norsk Friluftsliv



Bente Lier
Generalsekretær