



## Friluftslivets fellesorganisasjon

Adresse: Nedre Slottsgate 25, 0157 OSLO  
Telefon: 23 31 09 80, Telefaks: 23 31 09 89, E-post: [post@frifo.no](mailto:post@frifo.no), Nettsted: [www.frifo.no](http://www.frifo.no)  
Org. nr.: 971 262 834, Bankgiro: 7154.05.51671

---

Helse- og omsorgsdepartementet

Oslo, 5. desember 2012

### Innspill Folkehelsemelding:

Friluftslivets fellesorganisasjon (FRIFO) viser til samrådsmøte om Folkehelsemeldingen, og takker for muligheten til å gi innspill til meldingsarbeidet.

Vi vil i vårt innspill fokusere på betydningen for fysisk aktivitet i folkehelsearbeidet, og særlig tiltak som kan fremme egenaktivitet. Vi ønsker også å gi innspill på overordnede temaer som vi mener stortingsmeldingen bør diskutere.

IPSOS MMI har akkurat gjennomført en stor undersøkelse på oppdrag av FRIFO.

- Halvparten (52%) av de spurte oppgir at de er mindre fysisk aktive nå enn før.
- 24% av foreldrene oppgir at deres barn er mindre aktive enn de var.
- På spørsmål vedr. hva de kan tenke seg å drive med for å øke sitt aktivitetsnivå, oppgir 61% at deres foretrukne alternativ er å drive aktivitet ute i naturen og i nærmiljøet, 15% foretrekker helsestudio, 6% utendørs idrett og 5% innendørs idrett, se vedlegg.
- Undersøkelsen avdekker at det sosiale aspektet også er en barriere. Det oppleves som viktig å ha noen å gjøre aktiviteten sammen med.

Flere rapporter understreker sammenhengen mellom aktivitet som barn og aktivitet som voksen. Dersom man stimuleres til egenaktivitet som barn, blir man i større grad aktiv også gjennom resten av livet.

Erfaring viser også at helseutvikling påvirkes av mange faktorer, og at samhandling mellom ulike etater er avgjørende for å lykkes i det forebyggende arbeidet.

Med de overnevnte momenter, som i store trekk forsterker og bygger opp under tidligere forskning og erfaring, ønsker FRIFO å fokusere følgende temaer:

En av samfunnets største utfordringer er at helseforskjeller mellom ulike grupper i befolkningen øker, og at store deler av befolkningen lider av problemer tilknyttet svekket helse. En stor andel av disse lidelsene har sin årsak i ikke-smittsomme sykdommer, som skyldes livsstil. Mange av sykdommene kunne vært unngått, og kan med kjente virkemidler forebygges.

Vi trenger et helsevesen som ikke bare er gode på reparasjon, men som i større grad evner å forebygge lidelser. FRIFO mener at Norge i dag ikke har en organisasjon som evner å tenke helhetlig rundt helseutfordringene. Svaret er effektiv samhandling mellom ulike deler av samfunnet, og mellom offentlig forvaltning og frivillighet. På grunn av streng sektortenkning, er selv statsapparatet ikke i stand til å samarbeide om forebyggende helsetiltak. Erfaringer viser at politikere er av media drevet til fokus på kortsiktige prioriteringer innenfor helse-reparasjon. På grunn av valg hvert annet år våger heller ingen politikere å fremme forslag på restriksjoner eller avgifter som skal stimulere befolkningen til å ta de hverdagslige helse-riktige valgene.

Helse- og omsorgsdepartementet ønsker å være i førersetet i det helsefremmende arbeidet. Det er i utgangspunktet en god idé. Men vi vil oppfordre departementet til å vurdere om dagens interne organisering og ressursprioritering tilsier at de er i stand til å ivareta denne oppgaven, og om de daglige kravene fra helsevesenet er så store at man mister evne til fokus på problemenes årsaker. Vi ønsker oss en politisk ledelse som i større grad overlater detaljer til administrativ ledelse, og som fokuserer på de store linjer og utfordringer; Hvordan kan vi organisere et samfunn som fremmer folks helse. Frivilligheten i Norge vil ønske en slik debatt velkommen, og vil gjerne aktivt delta i den.

Dagens krevende situasjon innenfor sykehussektoren tilsier at politisk ledelse må skje i nært samarbeid med, men samtidig med en armlengdes avstand fra det daglige brannslukkingsarbeidet. Vi ber også departementet vurdere om et fast statssekretærutvalg innledningsvis kan bidra til å koordinere behovet for en tverrdepartemental satsing.

FRIFO er av den oppfatning at det i utgangspunktet finnes nok kunnskap til hva som kan forebygge en vesentlig del av de ikke-smittsomme sykdommene, og at det totalt sett også finnes nok ressurser tilgjengelig i samfunnet for å løse disse utfordringene. Men det er reparasjon, og ikke forebygging som blir prioritert. Uten omstilling av vesentlige midler, dvs. investering i forebygging, vil nye planer i det ha liten troverdighet.

Friluftslivets viktigste bidrag i denne sammenheng er å tilby enkle, sunne, attraktive og kostnadseffektive aktiviteter med egenverdi og med dokumentert god effekt for psykisk og fysisk helse. Friluftsliv kan praktiseres gjennom hele året, med ulikt intensitetsnivå og gjennom hele livsløpet. Friluftslivsorganisasjonene ønsker å bidra i debatten både sentralt men også på lokalt nivå om hvordan samarbeid mellom forvaltning og frivillighet best kan praktiseres.

### **Friluftsliv må løftes fram som et satsingsområde i folkehelsearbeidet**

Norge har alle forutsetninger for å bli best på fysisk aktivitet i friluft. Dette har et stort potensial for det helsefremmende arbeidet. Friluftsliv og enkle aktiviteter i natur og nærmiljø er Norges mest foretrukne form for aktivitet, og den aktivitet det er lettest å motivere mennesker til. Tilrettelegging og motivasjonsarbeid koster noe, men egenaktiviteten i seg selv er tilnærmet gratis, og i så måte svært kostnadseffektiv for samfunnet. I revisjonen av rapporten; Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet (2012), tydeliggjøres det at friluftslivsaktiviteter har en unik posisjon, da disse rekrutterer jevnt fra alle grupper både i forhold til egen utdannelse, foreldres utdannelse, egen inntekt og husstandsinnkomst. Vi ber derfor om at friluftsliv løftes fram som et særskilt satsingsfelt i kommende folkehelsearbeid.

Det er en solid forankring i Stortinget for å gjøre friluftsliv til et satsingsområde i folkehelsearbeidet. En samlet Energi- og miljøkomité uttalte bl.a. i fjorårets budsjettinnstilling: "Komiteen vil understreke at ein treng eit løft for folkehelsa med friluftsliv som verkemiddel".

Hovedansvaret for friluftspolitikken ligger til Miljøverndepartementet (MD). Det generelle friluftslivsarbeidet må derfor fremmes gjennom styrking av MDs rammer til friluftsliv. Departementet er i gang med en Nasjonal handlingsplan for friluftsområder og en strategi for aktivt friluftsliv. Det er naturlig at hovedsatsinger og strategier også tas med i Folkehelsemeldingen. FRIFO har gitt fylldige innspill til MDs handlingsplan og strategi, som vi gjerne oversender HOD om ønskelig.

FRIFO mener HOD bør ta et særlig ansvar for tiltak overfor mennesker med særskilte behov, og hvor friluftsliv kan være et egnet virkemiddel. Det finnes mange eksempler på hvor friluftsliv har vært et godt virkemiddel i dette arbeidet, og vi mener derfor at denne innsatsen bør styrkes.

På samme vis som folkehelsearbeidet avhenger av en rekke departementers arbeid, er det mange departementer som har virkemidler av betydning for friluftslivet. Det gjelder for eksempel Kulturdepartementets disponering av spillemidler, Samferdselsdepartementets utbygging av gang- og sykkelveier, Kunnskapsdepartementets tilrettelegging for utelek og læring i friluft i barnehage, skole og SFO, og ikke minst Miljøverndepartementets ansvar for allemannsretten og friluftslivspolitikken. Kunnskap om og bruk av plan- og bygningsloven har også stor betydning for tilretteleggelse av uterom og bomiljøer som fremmer egenaktivitet og helse. Dette arbeidet må koordineres bedre enn i dag.

FRIFO og FL er i slutfasen med å utarbeide en felles handlingsplan for å løfte friluftsliv som satsingsområde i folkehelsearbeidet; Friluftsløft for folkehelse. I vedlegg 1 gjengis mål, og våre ti delmål. Planen vil være ferdig før jul og kan da oversendes om ønskelig.

### **Aktiv transport:**

Det må tilrettelegges bedre dersom folk flest skal gå og sykle mer i hverdagen. Effektive og sammenhengende sykkelveier der folk bor er et viktig tiltak. Nasjonal transportplan er vedtatt med mål om en sykkelandel på 8% innen 2019. Behovet for gang- og sykkelveier er på 1700 km skal bygges innen 20 år (850 km i planperioden). FRIFO mener at styrking av utbygging av gang- og sykkelveier må være et konkret hovedpunkt i Folkehelsemeldingen.

### **Nærmiljøanlegg der folk bor:**

Vi viser til Direktoratet for naturforvaltnings nærmiljøsatsing med en rekke pilotprosjekter. Erfaringene er allerede gode, og viser at helhetlig satsing på enkle tiltak med tilrettelegging, informasjon og aktivitet i nærmiljøet gir resultater mht å øke aktivitetsnivået hos de som trenger det mest. Tiltak kan for eksempel være:

- Stier og turveier, helt fra byen
- Merking og lyssetting
- Kunnskap og informasjon

Som det ble presisert av flere på samrådskonferansen er det viktig at ordningen med spillemidler til nærmiljøanlegg videreføres. I idrettsmeldingen foreslås det en svekking av ordningen knyttet til nærmiljøanlegg og bortfall av ordningen med forenklet nærmiljøanlegg. De små og enkle anleggene som raskt kan realiseres i nærmiljøet, er viktige for hverdagsaktiviteten for mange.

### **En time daglig fysisk aktivitet i barnehage, skole og SFO**

Gjennom barnehage, skole og SFO når vi alle barn og unge. Med den kunnskapen vi nå har om betydningen av fysisk aktivitet for barn og unge satt opp mot registrert aktivitetsnivå, må det i meldingen være et hovedmål at alle barn og unge skal ha minimum 1 time daglig fysisk aktivitet i barnehage og skole/SFO. Økning av antall kroppsøvingstimer i skolen er viktig. Tilrettelegging av utemiljø i barnehager, skole og SFO slik at det stimulerer til fysisk aktivitet i bl.a. frikvarter er også viktig. Aktiviteten må være av en slik art at den fremmer aktivitetsglede og deltakelse, og ikke ekskludering. Ipsos MMI undersøkelsen viser at en relativt stor gruppe har negative erfaringer med skolens gymundervisning.

### **Arbeidslivets betydning for fysisk aktivitet**

Ipsos MMI undersøkelsen viser at arbeidspres i forbindelse med jobb og skole er en viktig årsak til at mange reduserer sitt fysiske aktivitetsnivå. Dette betyr at arbeidsgivere har et ansvar for å tilrettelegge for fysisk aktivitet; enten under eller i forbindelse med arbeidstiden. Praktiske tiltak som

sykkelparkering, dusj/ garderobes og begrenset tilgang til bilparkering er viktig for å motivere til hverdagsaktivitet.

### **Samspillet offentlige myndigheter og frivillige organisasjoner**

I Folkehelsearbeidet har samspillet mellom offentlige myndigheter og frivillige organisasjoner alltid vært viktig. I den styrkede satsningen på folkehelsearbeidet, som vi forutsetter blir et resultat av Folkehelsemeldingen, er det viktig at dette samspillet fortsatt ivaretas og at de frivillige organisasjonenes arbeid styrkes.

Det er det offentliges ansvar å legge til rette for at samarbeid mellom frivillig sektor og det offentlige fungerer. Like viktig er det at samarbeidet mellom de ulike frivillige organisasjonene fremmes. Med erfaring fra prosjektet ”Aktiv i friluft” kan et tiltak være at en koordinator ansatt i kommunen har fokus på nevnte områder.

De frivillige organisasjonene gjør best jobb når de får fokusere på det de har størst kompetanse på, og styrker den kjerneaktivitet som er en naturlig del av organisasjonenes eget arbeid. Det er også viktig at frivilligheten ikke bare blir sett på som et instrumentelt verktøy, men at frivillighetsarbeidet også har en egenverdi.

Gjennom prosjektet “Aktiv i Friluft” i regi av Friluftslivets fellesorganisasjon, samarbeider friluftslivsorganisasjonene og lokal forvaltning om en satsing på friluftsliv som virkemiddel i folkehelsearbeidet. Et erfaringsdokument er klart til oversendelse innen utgangen av 2012. Her er det gjort mange nyttige erfaringer om bl.a. følgende:

- Samarbeid mellom frivillig sektor og lokal forvaltning.  
Fasene i samarbeidet fra oppstart, forankring, utfordringer og muligheter. Suksesskriterier og fallgruver i samarbeidet mellom sektorene og organisasjonene i mellom.
- Samarbeidets betydning i rekrutteringsarbeidet.
- Roller og ansvar i rekrutteringsarbeidet.
- Bærekraftighet i samarbeid og i de skapte aktivitetene.
- Nærmiljøets betydning for å aktivisere inaktive.
- Utvikling av lavterskelaktiviteter i friluftslivet.
- Kunnskap innen samhandling, folkehelsearbeid, friluftsliv i nærmiljøet og lavterskeltilbud.

Vi bidrar gjerne med flere eksempler fra våre medlemsorganisasjoner til bruk i meldingen, eller til konkretisering av våre innspill.

Lykke til med et viktig arbeid!

Med vennlig hilsen  
Friluftslivets Fellesorganisasjon

Dag Kaas (sign)  
styreleder

Lasse Heimdal  
generalsekretær

Vedlegg:  
Utdrag fra strategisk plan; Friluftsløft for folkehelse.  
Rapport; FRIFOs aktivitetkartlegging 2012. (Ipsos MMI)

## VEDLEGG 1

*Utdrag fra strategisk plan; Friluftsløft for folkehelse.*

### **MÅL**

Friluftsliv er anerkjent som et viktig virkemiddel i folkehelsearbeidet, og har fått et betydelig økonomisk løft.

Det innebærer at friluftsliv har en sentral plass i relevante stortingsmeldinger og handlingsplaner, og er fulgt opp med betydelig styrking av økonomiske virkemidler.

### **DELMÅL:**

1. Friluftsliv har en sentral plass i stortingsmeldinga om folkehelse, og Miljøverndepartementet er gitt en ledende og koordinerende rolle i friluftslivssatsinga.
2. Miljøverndepartementets budsjett til friluftsmål er økt med 100 millioner innen 2015.
3. Det gjennomføres et Friluftslivets år i 2015 med fokus på friluftsliv og folkehelse.
4. Arbeid med ei Stortingsmelding om friluftsliv med utgangspunkt i bl.a. folkehelseutfordringene er godt i gang.
5. Årlig brukes en betydelig andel av spillemidlene til anlegging av turveier og tilrettelegging av turstier.
6. Minst 1 % av idrettens andel av spillemidlene brukes til å fremme friluftslivsaktivitet for barn og unge og minst 1 % til å fremme friluftsliv for voksne inaktive.
7. Alle barn og unge har minst 1 time daglig med fysisk aktivitet i skole og barnehage.
8. Nasjonal transportplan er vedtatt med mål om sykkelandel på 8% innen 2019, og at det definerte behovet for gang- og sykkelveger på 1700 km skal bygges innen 20 år (850 km i planperioden). I tillegg er det en betydelig satsing på utbygging av gang- og sykkelveger langs kommunale og fylkeskommunale veger.
9. Folkehelsearbeid og forebyggende tiltak har vesentlig større fokus i Helse- og omsorgsdepartementet.  
Årlig bevilges det ca 50 millioner til friluftsansjonenes og friluftsrådenes arbeid med å gi grupper med særskilte helseutfordringer muligheter til friluftsliv.
10. Friluftsliv er et sentralt arbeidsfelt i alle fylkeskommuner, synliggjort i fylkes(del)planer og ved at fylkeskommunene samordner friluftsarbeidet med sitt folkehelsearbeid og øvrig arbeid for å fremme fysisk aktivitet.