

Oslo. 30. september 2018

Til HOD

Innspill folkehelsemeldingen

Norsk Friluftsliv viser til pågående arbeid med ny Folkehelsemelding og oversender innspill til denne. Vi viser også til felles innspill sendt sammen med Folkehelseforeningen og et større antall andre organisasjoner. Anbefalinger i fellesinnspillet hadde en overordnet karakter. I innspillet som vi nå sender, vil derfor ha mer konkrete forslag med «Regjeringen vil-tiltak» i punkter i tråd med anbefalinger fra innspillkonferansen i Oslo tidligere denne måneden.

Vi vil også innledningsvis si at det foregår utrolig mye flott folkehelsearbeid i Norge, både sentralt og lokalt. Mye av dette går under «radaren» og tas for gitt i et samfunn der vi kan være glade og stolte av å ha bygget opp gode velferdsordninger, gode utdanningsforløp for de fleste, et forholdsvis trygt arbeidsliv, et stort frivillighetsliv og en god offentlig forvaltning. Alt dette har vesentlig betydning for folkehelsa.

Vi må også erkjenne at det er umulig å fullstendig ujevne helseforskjeller helt. I hvert fall uten tiltak som mange vil oppleve som et så stort inngrep i den enkeltes privatliv og valgfrihet at det vil bryte med mange grunnleggende verdier.

Samtidig vet vi at det er mer å hente på bedre tverrsektorielt samarbeid, tidlig innsats, målrettede tiltak, innovasjon i folkehelsearbeidet og bedre sammenheng mellom ansvar og avkastning. Mange aktører med ansvar for tiltak føler at det er mest utgifter og liten eller ingen gevinst ved å iverksette tiltak. Det gir liten stimulans til endring og fornyelse.

Økt fysisk aktivitet og opplevelse av sinnsro i natur er en av flere store nøkler til bedre folkehelse, blant annet fordi vi gjennom friluftsliv så lett og så rimelig når store befolkningsgrupper. Norsk Friluftsliv tror på tiltak som den enkelte selv ser verdien av og har lyst til. Det er lettere å få til adferdsendring ved egenmotivasjon. Friluftsliv er fritidsaktiviteten med størst deltakelse, når flest generasjoner og er en foretrukket aktivitet blant lite aktive. Forskning viser gang på gang at tilretteleggelse for friluftsliv er en særdeles egnet måte å fremme fysisk aktivitet i hele befolkningen. Ikke bare er friluftsliv en kulturbærer og byr på opplevelser som binder oss tettere sammen, men er også en viktig bidragsyter for bedre integrering, folkehelse, sosial utjevning og likestilling.

Vi vil derfor med stor frimodighet anbefale et utvalg av tiltak som direkte og indirekte berører friluftsliv og som vi tror på sikt vil gi store kostnadsreduksjoner for felleskapet og bedre livskvalitet for den enkelte:

SAMHANDLING OG ØKONOMI

«God folkehelse skapes i hovedsak utenfor helsevesenet. De fleste og beste virkemidler besittes av andre departementer enn HOD. Samtidig erkjennes det at manglende samhandling og manglende

sammenhenger mellom ansvar for tiltak og høsting av tiltakenes gevinster preger deler av folkehelsearbeidet.

Regjeringen vil ta ansvar for å styrke samhandling på tvers av sektorer, og videre styrke den politiske koordineringen av folkehelsearbeidet.

Regjeringen mener videre at helsesektoren har en viktig katalysatorrolle for at effektive og kostnadsbesparende tiltak kan iverksettes, at prosjekter dokumenteres med følgeforskning og at gode resultater blir publisert og iverksatt i en større nasjonal sammenheng.

Regjeringen vil derfor avsette et større fond og utlyse tilskuddsmidler til fornyende og kostnadsbesparende folkehelsearbeid både i privat og frivillig sektor, og innenfor offentlig virksomhet.

Tiltak som viser å ha særlig kostnadsreducerende effekt, vil etter forsøksperiode overføres til virksomhet med naturlig ansvar for dette. Kostnader ved videre gjennomføring skal i prinsippet knyttes til virksomhetene som har særlig gevinst av tiltakene.

Regjeringen vil avdekke potensialet for meraktivitet gjennom allerede eksisterende budsjetter og tiltak.

Det er behov for en større målrettet og koordinert folkehelseinnsats i kommunene. I mange kommuner er det en god dialog om aktivitetstiltak og prioritering av ressurser med det lokale idrettsrådet. Men det finnes også ofte en rekke andre ressurser og grupper i kommunen som kan bidra til å fremme lavterskel aktivitet i hverdagen og utvikle ideer til anlegg og tiltak som når et bredere lag av befolkningen enn tradisjonelle idrettsanlegg.

Regjeringen vil i samarbeid med friluftslivet og andre lokale aktører starteforsøk med aktivitetsråd i kommunene. De skal samle lokale ikke-konkurransbaserte aktørers innsats i nærmiljøet, fremme lavterskel aktivitet for hele kommunens befolkning og gi viktige innspill til kommunenes planarbeid.

Regjeringen vil prioritere aktivitetsmidler til lavterskel tiltak, og gjennomføre et friluftslivsløft i tråd med ny handlingsplan for friluftsliv.

AREAL

Naturområder nær byer og tettsteder er svært mye brukte turområder og har stor betydning for muligheten til å drive friluftsliv ofte. Mange byer og tettsteder opplever stor tilflytting og utbyggingspress, og at viktige tettstednære naturområder bygges ned.

Regjeringen vil at alle kommuner kartlegger sine viktige natur- og friluftslivsområder, og gjennom sine arealplaner setter langsiktige grenser for utbygging mot markaområder og viktige fellesarealer for rekreasjon og aktivitet.

Regjeringen vil sikre tilgang til nærturterreng i umiddelbar nærhet av boligområder og ha god tilrettelegging, merking og markedsføring av lokale turmuligheter.

Regjeringen vil at boliger skal ha mindre enn 500 meter til nærmeste tur- eller rekreasjonsområder.

Regjeringen vil øke stimuleringsordningen for kommuner til erverv av viktige friluftsområder.

Hvorfor søker vi til naturen

Økt livskvalitet, eller søken etter det gode liv, er dominerende årsak til at vi oppsøker natur, landskap og kulturmiljøer. 94% bekrefter dette i norske undersøkelser. Motivasjonen er å oppleve naturen, dens stillhet og fred, stresse ned og kople av, komme vekk fra støy og forurensning, være sammen med familie og venner og å få mosjon. Ungdom (5 og 8 klasse) i 36 danske skoler oppgir stillhet og ro som den viktigste grunnen for å oppsøke naturen. (Søren Ankjær, NatureMoves 2016). Dette korrelerer med resultater i «Natur og miljøbarometeret» (Ipsos 2017). Også i Norge oppgir ungdom at de primært oppsøker naturen for stillhet og ro. Dette synliggjør hvor allment viktig det er å tilrettelegge for gode naturopplevelser nær der vi bor.

Regjeringen vil at alle kommuner har reviderte forvaltningsplaner for sine friluftslivsområder, og i særlig grad ivaretar god forvaltning av statlig sikrede friluftsområder.

Sammenhengen mellom naturopplevelser, fysisk aktivitet i naturen og den positive effekten dette har for både psykisk og fysisk helse er godt dokumentert. Naturen gir livsglede, og bidrar til å gjenskape mental balanse.

Regjeringen vil styrke naturens tilstedeværelse i bo- og byområder, og fremme aktivitet i natur som virkemiddel i både det forebyggende og behandlende helsearbeidet.

Regjeringen vil styrke kompetansen hos kommunale planleggere til å tilrettelegge for fysisk aktivitet gjennom det ordinære kommunale planarbeidet, blant annet gjennom kurs i samarbeid med fylkeskommunene.

AKTIVITET OG ANLEGG

Regjeringen vil styrke spillemidler til friluftsliv og egenorganisert aktivitet, der terskelen er lavest.

Regjeringen vil i anleggspolitikken prioritere nærmiljøanlegg, «friluftspor» og lavterskel friluftslivsmuligheter som gjør det lett å drive egenorganisert aktivitet i nærmiljøet.

Regjeringen vil gjøre utlån av aktivitetsutstyr tilgjengelig i alle kommuner og etablere en nasjonal støtteordning til drift og mulighet for støtte til utstyr over spillemidlene.

Hundehold har en positiv effekt på helse.

Regjeringen vil øke antallet «hundejorder» vurdere tiltak som kan gjøre hundehold enklere og mer attraktivt.

FRIVILLIGHET

Frivillige organisasjoner gir viktige bidrag til folkehelse: De skaper aktivitetstilbud, motvirker ensomhet og knytter sosiale opplevelser til aktivitet. Det er i seg selv helsefremmende å være engasjert i en god sak eller aktivitet.

Regjeringen vil fortsette å styrke satsing på frivillighet, og bedre frivillighetens rammevilkår.

Regjeringen vil at alle kommuner skal ha en frivillighetspolitikk.

Regjeringen vil fremme en rekke nye prosjekter hvor frivillighet engasjeres i lokalt folkehelsearbeid.

Regjeringen vil i større skala prøve ut modellen med aktivitetsråd i kommunene, hvor andre organisasjoner enn tradisjonelle idrettsorganisasjoner har et formalisert samarbeid med kommunen om å utvikle lokale aktivitetstilbud, og anleggsprosjekter som i særlig grad fremmer lavterskel aktivitet, bruk av lokale naturområder og ferdselsårer for aktiv transport.

Frivillighetens viktigste «driver» for å skape mer aktivitet er de frivillige, som gjerne gjør en aktiv innsats i nærmiljøene. For

Friluftsliv og samfunnsøkonomi:

Rapporten «Samfunnsøkonomiske virkninger av friluftsliv» fra Vista Analyse konkluderer med at det er et gevinstpotensial for barn og voksne, av en moderat økning i aktivitetsnivået med tiltak som treffer grupper som i dag er inaktive, på inntil **80 milliarder kroner – per år.**

Vista Analyse konkluderer med at investering i arealsikring og tilrettelegging, og tiltak som stimulerer til økt aktivitet i hele befolkningen kan utløse store samfunnsøkonomiske gevinster.

organisasjonene er det ressurskrevende å rekruttere, skolere, motivere og organisere frivillige krefter. Med et økende krav til formelle rutiner, sikkerhetskrav og kompetanse øker behovet for ressurser på dagtid til dette. Mange av dagens tilskuddsordninger for frivilligheten er for aktivitetsrettede prosjekter, men gir ikke rom for arbeidet med å rekruttere og holde på de frivillige ressursene som skal gjennomføre prosjektene.

Regjeringen vil vurdere styrking av frivillighetens tilskuddsmidler til drift, og fokusere på tiltak og prosjekter som fremmer mer frivillighet i seg selv, herunder rekruttering, opplæring og motivasjon av frivillige ressurser i lokalmiljøet.

Alle barn og ungdom skal ha råd og anledning til å delta i frivillige aktivitetstilbud.

Regjeringen vil styrke tilskudd til aktivitetstilbud for grupper med svak økonomi, og gjennom dialog med frivilligheten finne bedre løsninger for at tilskuddene faktisk når de barna som har behov for dette.

Regjeringen vil fjerne avkorting av momskompensasjonen til frivillige organisasjoner, og gjennom dette bidra til flere sosiale møteplasser og felleskap i lokalmiljøet

FLERKULTURELLE

Innvandrere og flerkulturelle er overrepresentert i befolkningsgruppen med helseutfordringer.

Regjeringen vil styrke satsing på integrering og flerkulturelt arbeid, og vil fremme en egen handlingsplan for hvordan vi skal styrke innvandrerbefolkningens helse, og bygge et sterkere felles «vi» på tvers av ulike kulturer og landsdeler.

Regjeringen vil videreføre og styrke satsing på flerkulturelt friluftsliv gjennom de frivillige organisasjonene.

Regjeringen vil innføre friluftsliv som obligatorisk pensum i introduksjonskurs for nyankomne flyktninger. Gjerne som et «ferskingskurs» i regi av Turistforeningen eller lignende.

Regjeringen vil stimulere til økte ansettelser av flerkulturelle aktivitetsledere i organisasjoner som fremmer inkludering.

OPPVEKST OG UTDANNING

Det er et nasjonalt mål at «Naturen i større grad skal brukes som læringsarena og aktivitetsområde for barn og unge». Alle barn og unge bør få erfaring med friluftsliv og lære å ferdes i naturen på en trygg og miljøvennlig måte. Det legger grunnlag for gode naturopplevelser og god helse gjennom hele livet. Skolen er en viktig arena for opplæring i friluftsliv for alle, fordi man der når alle uansett familiebakgrunn. Undervisning ute i naturen og nærmiljøet kan øke læringsutbyttet i skolen.

Regjeringen vil at uteskole og friluftsliv som metode gjøres til en obligatorisk del av grunnskolelærerutdanningen, slik at alle lærere har grunnleggende kompetanse til å undervise i friluftsliv og til å bruke naturen som klasserom og friluftsliv som metode i ulike fag.

Regjeringen vil styrke samarbeid med høyskoler og universiteter om etterutdanning av ansatte i skolen til å ta i bruk fysisk aktivitet.

Potensielt aktive – hvem er de og hva ønsker de?

Tur- og friluftslivskulturen står sterkt, og over 90% av Norges innbyggere oppgir at de er aktive i naturen, det gjør turer i skog og mark til den mest brukte arenaen for fysisk aktivitet.

Utfordringen er at de gjør det for sjeldent, men potensialet er stort. Hele 76% av de som er inaktive oppgir at de ønsker å komme i gang, men tror ikke at de klarer de alene. De sier også at hvis de skal bli aktive, er turer i naturen det de har lyst til å starte med.

Regjeringen vil prioritere etterutdanning av pedagogisk personell i å ta i bruk naturen som læringsarena.

Regjeringen vil styrke friluftsliv i barnehagelærerutdanningen slik at alle barnehagelærerne skal kunne bruke naturen til lek og læring i barnehagehverdagen.

Ordningen med leirskole gir elevene viktig friluftslivskompetanse og unike opplevelser ute i naturen.

Regjeringen vil sikre alle elever et tilbud om minst en uke leirskole i løpet av grunnskolen, og at leirskolen kommer inn i læreplanverket, jf Innst. 155 S (2015–2016).

Regjeringen vil ha aktivitet og kosthold sterkere inn i barnehageutdanningen, og i prioritere kursing av dagens barnehagepersonell.

Regjeringen vil sikre at alle barn i barnehage og skole spiser en sunn frokost og en sunn lunch, vi skal sikre trygge skoleveier, og regulere bilkjøring rundt skoler og barnehager.

Regjeringen vil redusere helseskadelig stillesitting på skolen ved å prioritere aktivitetsbasert læring og tilrettelagte skolegårder som stimulerer til aktivitet for begge kjønn, lite aktive og alle elevgruppers alder.

Regjeringen vil utvide barneskolenes populære tilbud om sommerskole i friluftsliv.

SAMFERDSEL

Regjeringen vil implementere de offensive målene i nasjonal gå- og sykkelstrategi. Gang- og sykkelveier skal prioriteres tidlig i hver LTP periode.

Regjeringen vil støtte digitale turportaler og utvikling av apper som bidrar til å bygge nettverk mellom mennesker og miljøer med behov for aktivitetsfelleskap.

HELSESEKTOR

Konstruktive samtaler mellom pasienter og helsepersonell har ofte stor betydning for endringer i atferd og livsstil.

Regjeringen vil styrke helsepersonells utdanning og kompetanse i forebygging, og øke pasienters egenbevissthet om helse.

Regjeringen vil innføre en frivillig digital helseselvangivelse med egenrapportering av helsetilstand og faktorer som påvirker helseutvikling. Rapporten kan leveres fastlegen og ved behov følges opp med en pasientsamtale.

Mange frisklivssentraler sliter med ressurser, og er i stor grad opptatt med rehabilitering.

Regjeringen vil styrke frisklivssentralenes arbeid til å kunne ha et større fokus på forebyggende og helsefremmende arbeid.

Inaktive vil helst drive med friluftsliv

Inaktivitet gir overvekt, livsstilssykdommer og tap av produktivitet i samfunnet. Rapporten fra Vista peker på at vi nordmenn er blant de minst fysisk aktive i Europa. Selv om mange trener, kompenserer det på langt nær for lavere hverdagsaktivitet.

Samfunnsøkonomiske gevinster fra økt fysisk aktivitet i den norske befolkningen:

- Flere timer arbeid blant de som allerede er i jobb, i aldersgruppen 25-62 år
- Flere i jobb, i aldersgruppen 25-2 år
- Færre sykemeldte og færre uføretrygdete
- Færre som pensjonerer seg tidlig
- Lavere utgifter til pleie og omsorg
- Bedre livskvalitet og flere leveår
- Dagens barn og unge kan få et bedre voksent liv, mindre preget av livsstilssykdommer
- Barn som er fysisk aktive lærer bedre, noe som kan ha langsiktige virkninger for produktiviteten i samfunnet.

ELDRE

Regjeringen vil gjennom helsevesenet og ny velferdsteknologi følge opp alle pensjonisters helse, og pålegge kommunene å prioritere sosiale felleskap, kosthold og fysisk aktivitet for eldre.

Regjeringen vil at tilgang til fysioterapi og trening skal bli en rettighet for eldre.

Regjeringen vil rette en spesiell innsats på aktivitet for eldre i egen bolig og i «Omsorg pluss-boliger»

Regjeringen vil øke satsing på frivillige som aktiviserer eldre. Prosjektet «Aktiv i 100» med turgrupper for eldre er et godt eksempel på tiltak som skal styrkes.

INFORMASJON

Regjeringen vil at alle kommuner skal ha lett tilgjengelig og oppdatert oversikt over aktivitetstilbud og turmuligheter til sine innbyggere.

ARBEIDSLIV

Regjeringen vil initiere nye samarbeidsprosjekter med partene i arbeidslivet om helsefremmende tiltak, blant annet med dialog og samarbeidsmøter.

Regjeringen vil fremme sykling og gåing til jobb og i jobb, og stimulere arbeidsplasser til å ha sykkelparkering og garderober på arbeidsplassen.

Regjeringen vil styrke arbeidstilsynets fokus på stillesitting og arbeidsformer som svekker helse.

Regjeringen vil i samarbeid med arbeidslivet styrke bedriftshelsetjenester som rådgivere til å fremme god helse på arbeidsplassen.

FORSKNING

Regjeringen vil styrke finansiering av friluftsforskning generelt, og følgeforskning av prioriterte prosjekter for å dokumentere resultater og distribuere kunnskap om prosjekter med gode effekter.

Vi ønsker departementet lykke til i arbeidet med å fullføre folkehelsemeldingen.

Med vennlig hilsen

Lasse Heimdal (sign)
gen.sekr. Norsk Friluftsliv