



## Kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i Vestby

### KUNNSKAP- OG GRUNNLAGSDOKUMENT

En oversikt over nødvendig kunnskap og forståelse for å følge opp mål og strategier

# Innhold

<b>INNHOOLD .....</b>	<b>2</b>
<b>1 BAKGRUNN OG INNLEDNING .....</b>	<b>4</b>
1.1 OM KUNNSKAP- OG GRUNNLAGSDOKUMENTET .....	4
1.2 FORMÅL MED PLANEN .....	5
1.3 EVALUERING AV TIDLIGERE PLAN .....	5
1.4 OM VESTBY .....	6
<b>2 PROSESSEN OG VIDERE SAKSGANG .....</b>	<b>10</b>
2.1 PLANAVGRENSNING .....	10
2.2 PROSJEKTDILEMMA VED TILRETTELEGGING FOR FYSISK AKTIVITET, IDRETT OG FRILUFTSLIV .....	10
<b>3 SENTRALE FØRINGER .....</b>	<b>14</b>
3.1 NASJONALE FØRINGER .....	14
3.2 REGIONALE FØRINGER .....	15
3.3 KOMMUNALE FØRINGER OG ANDRE RELEVANTE PLANER .....	16
<b>4 FNS BÆREKRAFTSMÅL .....</b>	<b>17</b>
4.1 GOD HELSE OG LIVSKVALITET .....	17
4.2 LIKESTILLING MELLOM KJØNNENE .....	18
4.3 INDUSTRI INNOVASJON OG INFRASTRUKTUR .....	18
4.4 MINDRE ULIKHET .....	19
4.5 BÆREKRAFTIGE BYER OG LOKALSAMFUNN .....	19
4.6 STOPPE KLIMAENDRINGENE .....	21
4.7 FRED, RETTFERDIGHET OG VELFUNGERENDE INSTITUSJONER .....	21
4.8 SAMARBEID FOR Å NÅ MÅLENE .....	22
<b>5 FYSISK AKTIVITET I ET FOLKEHELSEPERSPEKTIV .....</b>	<b>23</b>
5.1 HELSEGEVINSTEN AV ET AKTIVT LIV .....	23
5.2 GENERELLE ANBEFALINGER OM FYSISK AKTIVITET .....	23
5.3 STATUS FYSISK AKTIVITET OG HELSE .....	24
5.4 GRUNNER FOR Å DRIVE FYSISK AKTIVITET .....	25
5.5 GRUNNER FOR Å IKKE DRIVE FYSISK AKTIVITET .....	26
5.6 FAKTORER SOM PÅVIRKER AKTIVITETSNIVÅ .....	26
5.7 COVID – 19 .....	27
<b>6 FYSISK AKTIVITET, IDRETT OG FRILUFTSLIV I VESTBY .....</b>	<b>28</b>
6.1 UTFORDRINGENE .....	28
6.2 EGENORGANISERT AKTIVITET .....	29
6.3 SPONTAN- OG HVERDAGSAKTIVITET .....	31
6.4 ORGANISERT IDRETT .....	32
6.5 FRILUFTSLIV .....	32
6.6 FRIVILLIGHETENS ROLLE .....	39
6.7 UNIVERSELL UTFORMING .....	39
<b>7 OMRÅDER FOR FYSISK AKTIVITET, IDRETT OG FRILUFTSLIV I VESTBY .....</b>	<b>41</b>
7.1 VESTBY SENTRUM .....	42
7.2 PEPPERSTAD OG HVITSTEN .....	43
7.3 GARDER .....	44
7.4 HØLEN .....	45
7.5 SON .....	46

<b>8</b>	<b>FREMTIDENS BEHOV .....</b>	<b>48</b>
8.1	ANLEGG .....	48
8.2	OMRÅDER .....	50
8.3	ORGANISERING .....	51
8.4	TEKNOLOGI .....	51
<b>9</b>	<b>SAMARBEID .....</b>	<b>53</b>
9.1	IDRETTSRÅD .....	53
9.2	SKOLE .....	53
9.3	LAG OG FORENINGER .....	53
9.4	ANDRE .....	54
9.5	UTFORDRINGER MED SAMARBEID .....	54
	<b>VEDLEGG A – DEFINISJONER OG BEGREPSAVKLARING .....</b>	<b>56</b>
	<b>VEDLEGG B - ANLEGGSOVERSIKT FOR VESTBY KOMMUNE .....</b>	<b>59</b>
	VEDLEGG B - OVERSIKT OVER EKSISTERENDE NÆRMILJØANLEGG I VESTBY – DATA HENTET FRA ANLEGGREGISTERET.NO .....	60
	VEDLEGG B - OVERSIKT OVER EKSISTERENDE ORDINÆRE ANLEGG I VESTBY – DATA HENTET FRA ANLEGGREGISTERET.NO .....	63
	<b>VEDLEGG C - HANDLINGSPROGRAM FOR IDRETT OG FYSISK AKTIVITET 2021-2024 NÆRMILJØANLEGG .....</b>	<b>67</b>
	<b>VEDLEGG D – HANDLINGSPROGRAM FOR IDRETT OG FYSISK AKTIVITET 2021-2024 ORDINÆRE ANLEGG .....</b>	<b>68</b>
	<b>VEDLEGG E - DRIFT OG VEDLIKEHOLD .....</b>	<b>69</b>
	<b>VEDLEGG F – STATISTISK GRUNNLAG FRILUFTSLIV .....</b>	<b>70</b>
	<b>VEDLEGG G – STATISTIKK GRUNNLAG BARN OG UNGE I VESTBY .....</b>	<b>75</b>
	VEDLEGG G –UNGDATA JUNIOR VESTBY KOMMUNE .....	76
	VEDLEGG G – UNGDOMSSKOLEELEVER I VESTBY KOMMUNE .....	85
	VEDLEGG G - VIDEREGÅENDE ELEVER I VESTBY KOMMUNE .....	96
	<b>VEDLEGG H – REFERANSELISTE .....</b>	<b>107</b>

## 1 Bakgrunn og innledning

Formannskapet i Vestby kommune vedtok i møte den 3. juni 2019 med saksnummer 42/19, planprogram for kommunedelplan for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv 2020-2031. Kommunedelplan for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv 2020-2031 er en revidering av eksisterende kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet 2015-2026, samt implementering av kommunedelplan for friluftsliv 2017-2029. Bakgrunnen for å slå sammen disse planene er for at vi ønsker en helhetlig plan for områdene fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

Kommunedelplanen skal gi grunnlaget for en faglig, kompetansebasert og langsiktig planlegging på områdene fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. Planen skal være et overordnet politisk styringsdokument, samt et utgangspunkt for det administrative arbeidet innen områdene fysisk aktivitet, idrett, og friluftsliv. Planen vil også være førende for samarbeidet mellom kommune og frivillige organisasjoner.

Videre er det krav fra Kulturdepartementet om at idrettsanlegg og anlegg for fysisk aktivitet og friluftsliv, som det skal søkes spillemidler til, er implementert i en kommunal plan, som er underlagt politisk styring. Det ble varslet oppstart av arbeid med denne planen 01.03.2019. I forbindelse med varsling av oppstart, ble også planprogram lagt ut til offentlig ettersyn. Frist for innspill var 15.04.2019. Endelig planprogram ble da vedtatt av formannskapet i Vestby kommune den 3. juni 2019.

### 1.1 Om kunnskap- og grunnlagsdokumentet

Siden forrige rullering av kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet og kommunedelplan for friluftsliv, har det tilkommet nye lover, stortingsmeldinger og planer som samlet vil gi sterkere føringer for den kommunale idrett- og friluftslivspolitikken i årene som kommer. I tillegg er FNs bærekraftsmål, som ble vedtatt av medlemslandene høsten 2015, vektlagt som en overordnet føring. Denne planen vil derfor knyttes tettere opp mot FNs bærekraftsmål, og oppdaterte statlige føringer for idrettspolitik, friluftspolitikk og helsepolitikk.

Kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett, og friluftsliv er utarbeidet med bakgrunn i Kulturdepartementets (KUD) plankrav for tildeling av statlige spillemidler Vestby kommunes planstrategi. Kommunedelplanen er allikevel ikke være en ensidig anleggsplan, men ha bredt fokus på sammenhengen mellom helse, fysisk aktivitet, og utvikling av anlegg og arealer.

Kommunedelplanen er delt i en strategidel og en kunnskapsdel. Kunnskapsdelen er et grunnlagsdokument som gir oss nødvendig kunnskap og forståelse for å følge opp de mål og strategier som anbefales i planens strategidel. Kunnskapsdelen gir en oversikt over nasjonale, regionale og kommunale rammebetingelser, føringer og virkemidler for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.



## 1.2 Formål med planen

Planen er i stor grad en videreføring av gjeldende kommunedelplaner, - for idrett og fysisk aktivitet, og kommunedelplan for friluftsliv. Utarbeidelsen av planen følger plan- og bygningslovens bestemmelser. Planen er overordnet og retningsgivende for kommunal planlegging og forvaltning innenfor sin sektor.

Kommunedelplanen er en faglig beskrivelse av temaene fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, og er gir grunnlag for en helhetlige og langsiktig planlegging på områdene. Planen berører også nærliggende temaer som frivillighet og folkehelse. Planen skal bidra til:

- Å være grunnlag og bakgrunnsinformasjon for fremtidig planlegging.
- Adressere fremtidig behov og utfordringer.
- Å understreke viktigheten av, og peke retning på ønsket utvikling innenfor idrett, fysisk aktivitet, friluftsliv, frivillighet og folkehelse.

## 1.3 Evaluering av tidligere plan

Kommunedelplanen for idrett og fysisk aktivitet i Vestby kommune ble sist revidert i 2014 – 2015 og vedtatt av kommunestyret 9. november 2015. Kommunedelplan for friluftsliv ble utarbeidet i 2016 - 2017 og vedtatt av kommunestyret 9. oktober 2017. Hovedrevisjon skal i utgangspunktet skje hvert fjerde år, mens handlingsprogrammet for anlegg rulleres årlig. Handlingsprogrammet fungerer som et styringsverktøy for kommunen, idrettslag og øvrige interessegrupper med tanke på hvem som kan søke spillemidler. Gjeldende handlingsprogram for ordinære- og nærmiljøanlegg, se vedlegg C og D.

Det har i planperioden blitt realisert flere anlegg i Vestby:

Oversikt over etablerte anlegg i Vestby i perioden 2015-2020 - data hentet fra anleggsregisteret.no					
Byggeår	Sted	Anleggstype	Eier	Anleggsklasse	Anleggsnavn
2015	Hølen skole	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Ordinært anlegg	Hølen skole - Amfi
2015	Hølen skole	Ballbinge	VESTBY KOMMUNE	Nærmiljøanlegg	Hølen skole - ballbinge
2017	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Skytebane (inne)	VESTBY KOMMUNE	Ordinært anlegg	Vestby Arena - Skytebane
2018	Brevik skole og grendesenter	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Ordinært anlegg	Brevik Grendesenter
2018	Grevlingen skole og kultursenter	Sandhåndballbane	VESTBY KOMMUNE	Nærmiljøanlegg	Grevlingen sandhåndballbane
2018	Grevlingen skole og kultursenter	Sandvolleyballbane	VESTBY KOMMUNE	Nærmiljøanlegg	Grevlingen sandvolleyballbane
2019	Brevik skole og grendesenter	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Nærmiljøanlegg	Brevik basketballbane
2019	Brevik skole og grendesenter	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Nærmiljøanlegg	Brevik skole turløype
2020	Grevlingen skole og kultursenter	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Ordinært anlegg	Grevlingen flerbrukshall - Øst
2020	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Trimpark	VESTBY IDRETTLAG	Nærmiljøanlegg	Risil treningspark

## Friluftsliv

Kommunedelplanen for friluftsliv 2017- 2029 har listet en rekke enkelttiltak; en liste med kommunale tiltak, og en med foreslåtte tiltak. Overordnet plan for gjennomføring av tiltakene:

Gjennomføring av friluftstiltak i kommunen skal gjennomføres av den enheten og fagpersonen som arbeider med gjeldende fagfelt, og arbeidet skal integreres i eksisterende virksomheters drift. En rekke av tiltakene skal gjennomføres i statlig sikrede friluftsområder. Disse står oppført under egen overskrift. Den andre tiltakslisten viser tiltak som planlegges gjennomført av frivillige. Listen er tatt med for å visualisere hvilket arbeid som pågår på frivillig basis. For noen av tiltakene er det ikke oppført hvem som gjennomfører dem. Dette er tiltak som kommunen har registrert et ønske for gjennom arbeidet med kartlegging og verdsetting av kommunens friluftsområder, men som ligger utenfor de områder kommunen ordinært driver tilrettelegging. Tiltakene er derfor tatt inn for å vise at det er et behov, selv om det ikke er noen konkrete planer for gjennomføring av disse. (*Vestby kommune; KDP for friluftsliv, 2017-2029*)

En rekke av tiltakene er påbegynt, hvorav noen også er ferdigstilt. En del av tiltakene jobbes det fortsatt med, som enkelttiltak, eller som del av et større arbeid.

Tiltak det har vært jobbet med, og som er i prosess eller ferdig:

- Utvidet p- plass på i forbindelse med kommunens strender.
- Hølenviadukten oppgraderes, og åpnes for gående og syklende, i løpet av sommeren 2021.
- Standardiserte prosesser for inngåelse av grunneieravtaler, der kommunen skal være avtalepart, i samarbeid med frivilligheten.
- Kommunen har innført nye, og oppdaterte hjemmesider.

Kartleggingsarbeid, og registrering av områder og punkter som er av vesentlig betydning for utøvelse av friluftsliv er i gang, som del av prosjektet Friluftslivets ferdselsårer. Prosjektet blir jobbet med i første del av denne planperioden, og skal resultere i en helhetlig plan, og handlingsplan for utvikling av ferdselsårene i Vestby kommune.

Arbeidet med forvaltningsplaner for de statlig sikrede friluftsområdene er pågående arbeid. Som del av arbeidet vurderes også behov for ytterligere statlig sikring, eller annen type sikring av areal for friluftsliv.

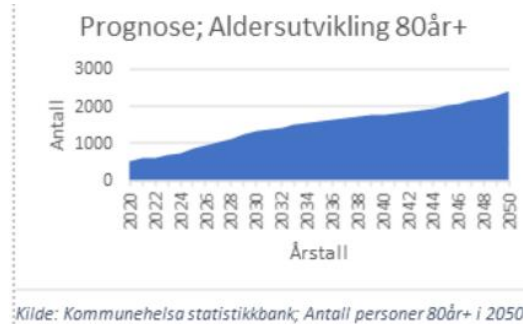
I og med at det har kommet nye nasjonale føringer gjennom lover, stortingsmeldinger og handlingsplaner, ser vi det som fornuftig å dele kommunedelplanen inn i to dokumenter. En strategidel og en kunnskapsdel. Det vil da være enklere å oppdatere kunnskapsdelen basert på ny kunnskap, nye nasjonale, regionale og kommunale rammebetingelser, føringer og virkemidler for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

#### 1.4 Om Vestby

Vestby ligger ved Oslofjorden, og er den sydligste av Follokommunene, med et totalareal på 133 km<sup>2</sup>. 4 % av kommunens totale areal er bebygd, 28 % er dyrka mark, og 65 % er skog. Kommunen har pr. 2020, rundt 18 000 innbyggere. Vestby kommune er en fragmentert kommune med fem tettsteder; Vestby sentrum, Pepperstad og Hvitsten, Garder, Hølen og Son. Områdene mellom de bolig områdene er stort sett kulturlandskap med jorder, skog og industriområder. I tillegg går E-6, og toglinje nord-syd, gjennom hele kommunen.

Kommuneplanens visjon er: *“Vestby skal være en god og inkluderende kommune å bo, jobbe og leve i alle livsfaser, med et attraktivt sentrum, og i nært samspill med natur og kulturopplevelser. Kommunen skal legge til rette for et variert næringsliv basert på bærekraftige prinsipper.”*

Antallet eldre er relativt lavt, men dette tallet vil øke kraftig i årene framover. Særlig gjelder det antall personer over 80 år. Frem mot 2050 forventes antall personer over 80 år å stige fra dagens 535 til 2399. Økningen i antall eldre, vil gi langvarig endring i aldersstruktur og sykdomsbilde. Det vil preges av økt forekomst av diagnoser med sammensatte lidelser, og aldersrelaterte sykdommer som demens.

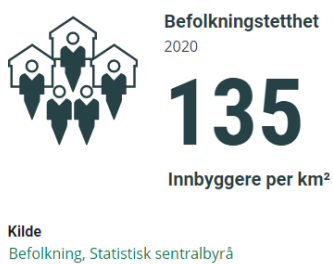
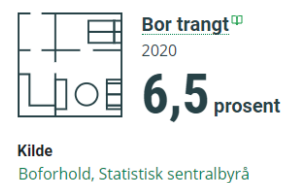


Vestby har en relativt ung befolkning, sammenliknet med snittet av andre kommuner.

## 1.4.1 Annen relevant fakta om Vestby kommune

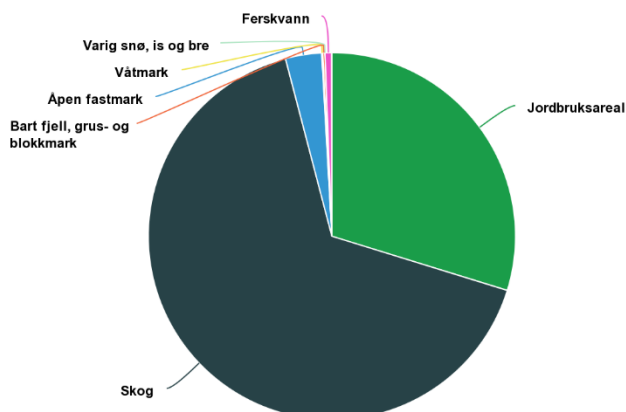
Kilde: Statistisk sentralbyrå

### Forventet utvikling

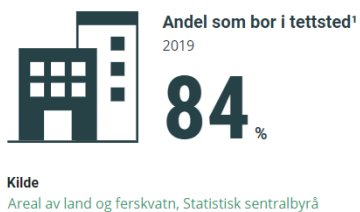
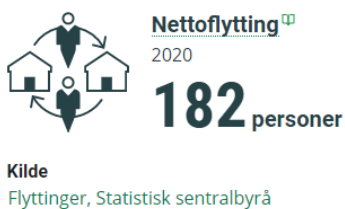


### Ubebyggt areal

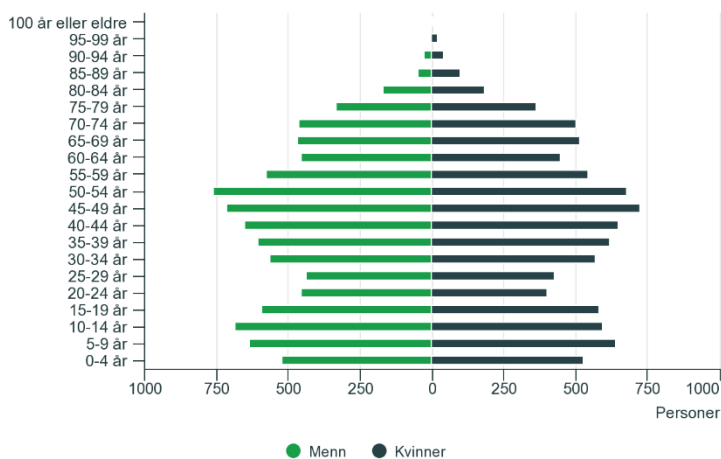
Tall i km<sup>2</sup>



Kilde: Arealbruk og arealressurser, Statistisk sentralbyrå



### Aldersfordeling for innbyggerne i kommunen



### Hva innbyggerne jobber med



Kilde: Sysselsetting, registerbasert, Statistisk sentralbyrå

Personer som pendler inn til jobb i kommunen  
2020



**5 115** personer



Innbyggere som pendler til jobb i annen kommune  
2020

**5 687** personer

Kilde: Sysselsetting, registerbasert, Statistisk sentralbyrå

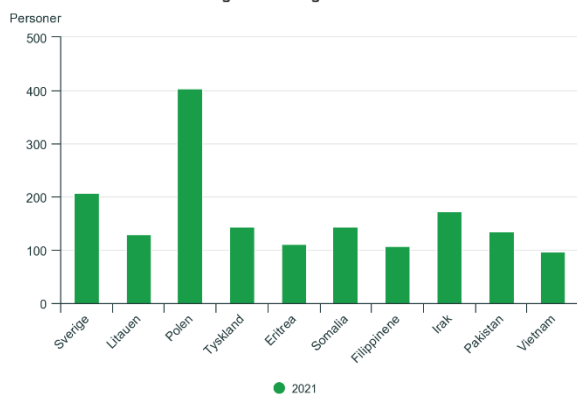


Elever som får skoleskysst  
2020

**16,3** %

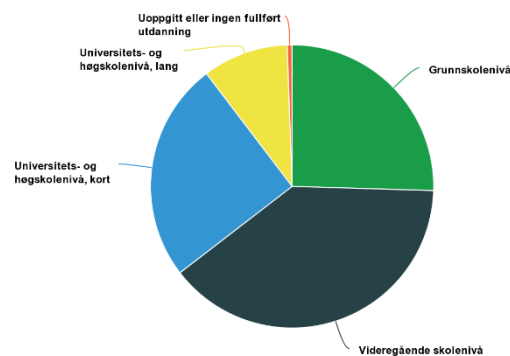
Kilde: Elever i grunnskolen, Statistisk sentralbyrå

### Personer med innvandrerbakgrunn. Utvalgte land.



Kilde: Innvandrere og norskfødte med innvandrereforeldre, Statistisk sentralbyrå

### Høyeste fullførte utdanningsnivå



Kilde: Befolkningens utdanningsnivå, Statistisk sentralbyrå

Med tanke på den ulike sosioøkonomiske bakgrunnen for befolkningen i Vestby, bør kommunens tjenester tilpasses befolkningsutviklingen. En befolkningsutvikling der hvor alle har sin egen unike bakgrunn, kulturer, forutsetninger, interesser og evner.

## 2 Prosessen og videre saksgang

Det ble varslet den 26. februar 2021 på kommunens hjemmesider om oppstart av prosessen med rullering av kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet, samt implementering av kommunedelplan for friluftsliv. Eksisterende kommunedelplaner var deretter ute på høring med høringsfrist 31. mars 2021.

Før første gangs politiske behandling vil det bli gjennomført to innspillsrunder, i tillegg til åpne tematiske møter. Prosessen er følgende:

- Innspill på eksisterende kommunedelplaner (frist 31. mars 2021)
- Åpne tematiske møter (utsatt grunnet covid-19)
- Vedtak om at planen legges ut på offentlig ettersyn og revisjon etter høringsinnspill
  - Planen vil bli sendt til ulike råd og utvalg for innspill

Etter innspillsrunden den 31. mars 2021 har vi fått inn 17 innspill. I tillegg har vi mottatt innspill i andre sammenheng. Mange av innspillene er forslag til konkrete tiltak som har blitt formulert om til strategiske virkemidler under den strategiske utformingen av kommunedelplanen. De konkrete tiltakene vil bli tatt med inn i videreutviklingen av eksisterende handlingsprogram for idrett og fysisk aktivitet, samt virksomhetsplan.

### 2.1 Planavgrensning

Fysisk aktivitet er et sentralt emne under det omfattende begrepet «folkehelse». Med folkehelsearbeid forstås:

«Samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, forebygger psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse, eller som beskytter mot helsetrusler, samt arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen» (Folkehelseloven, 2011).

Fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv inngår derfor som en del av folkehelsearbeidet når disse områdene brukes som virkemidler for å styrke folkehelsen. Det er imidlertid viktig å poengtere at folkehelse i denne sammenhengen forstås som primærforebyggende tiltak gjennom fysisk aktivitet på generelt grunnlag, gjennom egenorganisert fysisk aktivitet, mosjon eller idrett. I tillegg har fysisk aktivitet, idrett, friluftsliv og frivillighet en egenverdi som er viktig for enkeltmennesket og lokalsamfunnet.

Tiltakene i planen vil ikke rettes mot spesielle grupper som har dokumentert økt risiko for sykdommer eller som allerede har sykdom hvor tilstanden ikke må forverres.

Planen omhandler ikke:

- Særskilte folkehelsesatsinger rettet mot spesielle målgrupper som står i risikozonen for å utvikle sykdom tilsvarende sekundærforebyggende tiltak.
- Rehabiliteringsinnsats rettet mot personer som har utviklet livsstilssykdommer.

### 2.2 Prosjektdilemma ved tilrettelegging for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv

Et dilemma kan defineres som en situasjon der en er nødt til å velge mellom to muligheter, hvor ingen av dem er å foretrekke. Vi har valgt å legge en litt løsere definisjon til grunn. Dilemma slik det blir brukt her, forstås som en utfordrende situasjon der det ikke er gitt at det finnes ett riktig svar, og der ulike hensyn må veies opp mot hverandre.

Dilemmaer:

- Planen er ikke juridisk bindende
- Samfunnsutvikling og endring - fremtidsbildene kan endre seg
- Investering - økonomisk handlingsprogram
- Svare på innbyggernes forventninger, ønsker og krav

Planen omhandler ikke juridisk behandling av arealer. Dette arbeidet er forbeholdt kommuneplanens arealdel. Kommunedelplanen belyser utfordringer og behov for arealstrategiske grep for å sikre områder for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

By- og stedsutvikling er i sin natur preget av motstridende interesser. Det er viktig å balansere hensyn, prioritere og ta gode avgjørelser basert på kunnskap. Bærekraftig samfunnsutvikling krever arealeffektivisering. Klarer vi å sørge for et mer bærekraftig utbyggingsmønster?

Hvordan sikre at boområdene har gode nærmiljøområder slik at man har kort vei til attraktive sosiale møteplasser, hvor man kan være aktiv som vil både styrke livskvaliteten og være forebyggende for den fysiske og psykiske folkehelsen?

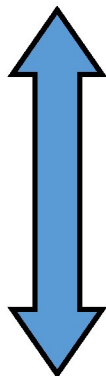
Hvordan kan kommunens økonomi, som også er knyttet til andre resultatområder, styrkes gjennom satsing på å være aktiv hele livet?

### 2.2.1 Tilrettelegging

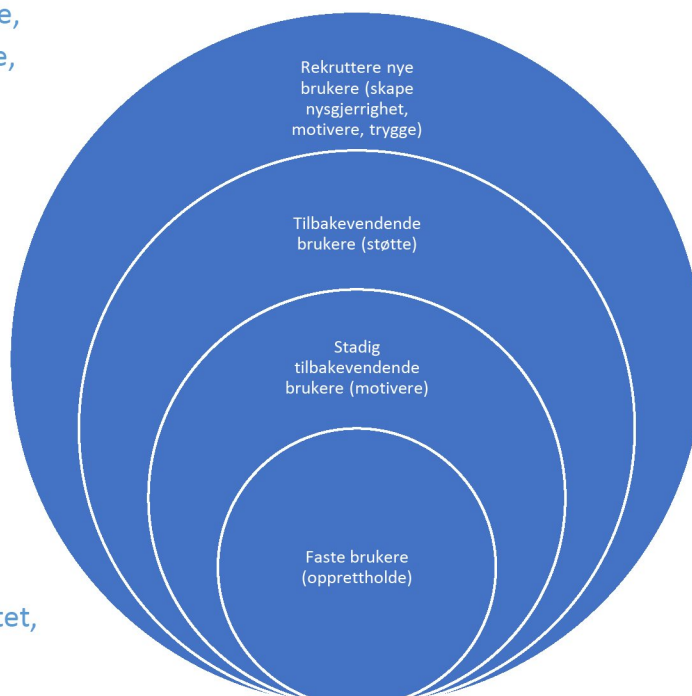
Hvem tilrettelegger vi egentlig for, og hvilke behov skal dekkes?

Modellen under viser motstridende krav og ønsker, som tilretteleggingen skal prøve å tilfredsstillere hos potensielle brukere av området:

Selvforklarende, lett å bruke,  
lett tilgjengelig, innbydende,  
sosialt, multifunksjonelt



Spesialisert, avansert, kvalitet,  
funksjonelt, progresjon



Hva ønsker vi å oppnå med tiltaket?



### **Forbedre eksisterende forhold**

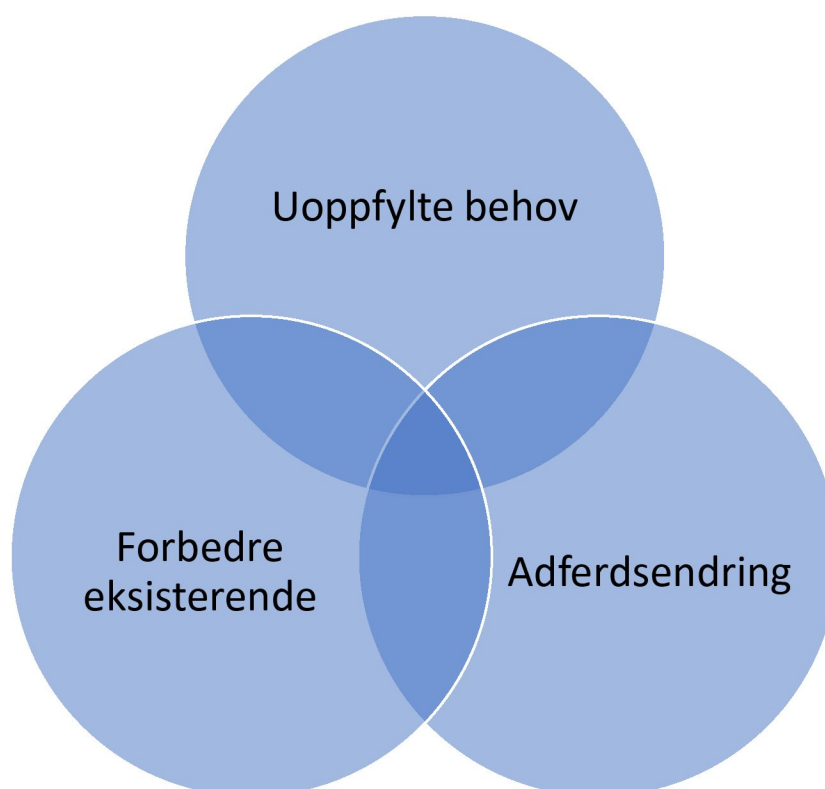
Kommunen har allerede i dag en rekke aktivitets- og nærmiljøområder. Områdene er i bruk av forskjellige målgrupper. For å fortsatt holde områdene attraktive for brukergruppene, og hindre frafall, må områdene holdes vedlike og oppdateres.

### **Oppfylle uoppfylte behov**

En del av kommunens aktivitets- og nærmiljøområder er tilpasset en, eller få brukergrupper. Områdene fyller ikke behov som andre brukergrupper etterspør. Tilbudet i områdene kan oppleves som utrygt, for avansert, mangler sosial arena, ikke tilstrekkelig utfordrende, eller liknende. For å gjøre området mer relevant for mange må det oppfylle flere, og andre behov.

### **Skape adferdsendring**

Enkeltgrupper av kommunens innbyggere bruker ikke sine nærområder, eller aktivitetsanlegg. For dem er områdene å regne som ikke-eksisterende. Det kan være flere årsaker til at de ikke bruker områdene. Skal områdene oppleves som aktuelle må de oppdages av de som ikke bruker dem, og vekke tilstrekkelig interesse. Nye brukere må erfare at områdene tilbyr noe som gjør det verdt å oppsøke.

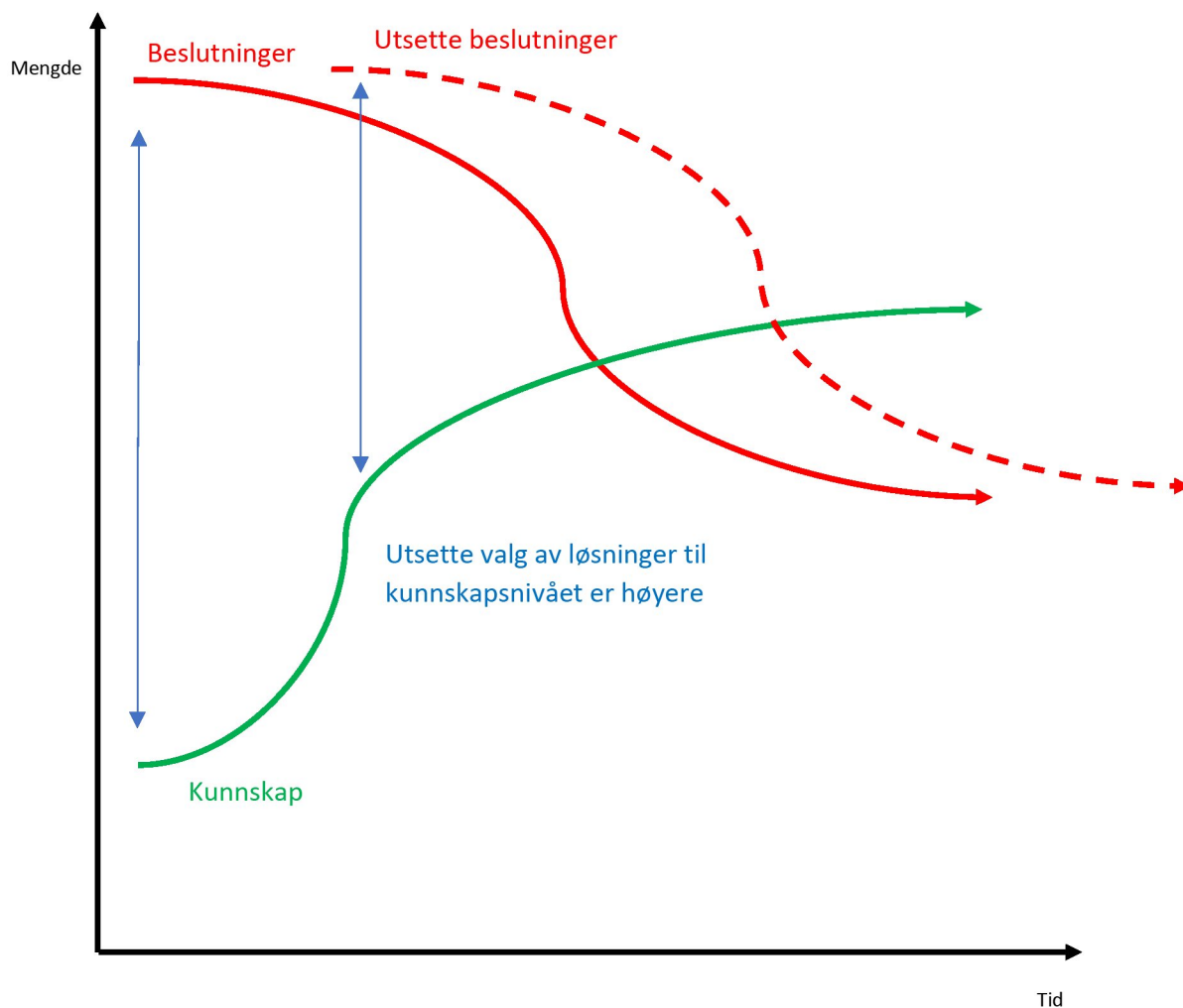


I oppstarten av prosjekter skal det fattes mange beslutninger, som vil være avgjørende for sluttresultatet. Rette valg av løsninger krever erfaringer og nødvendig kunnskap i tidlig prosjektfase, da beslutningsgrunnlaget er på det laveste.



I framdriften av prosjektet blir erfaringene flere, og kunnskapen øker. Mange beslutninger som er styrende for den videre framdriften, er da allerede fattet.

Tiltak for å skape best mulig beslutningsgrunnlag kan både være tidkrevende og omfattende. Behovene som prosjektet skal tilfredstilles skal forstås, prosjektet skal settes i en helhetlig sammenheng, tid til brukermedvirkning, samt muligheter og konsepter skal vurderes, før prosjektet realiseres. I omfattende prosjekter, som angår mange, eller har mange interessenter, kan det derfor hensiktsmessig å forskyve beslutningene noe, i tid, slik at beslutningene utsettes til kunnskapsgrunnlaget er høyere.



### 3 Sentrale føringer

Siden forrige rullering av kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet har det tilkommet nye lover, stortingsmeldinger og planer som samlet vil gi sterkere føringer for den kommunale idrett- og friluftslivspolitikken i årene som kommer. Nedenfor omtales noen av de viktigste føringene planen må forholde seg til.

I det siste tiåret har det kommet 3 folkehelsemeldinger og en handlingsplan for fysisk aktivitet. Dette er i tillegg til FNs bærekraftsmål.

- Folkehelsemeldingen – God helse – felles ansvar (2012-2013)
- Folkehelsemeldingen – Mestring og muligheter (2014-2015)
- Folkehelsemeldingen – God liv i eit trygt samfunn (2018-2019)
- Handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029 “Sammen om aktive liv”

I alle meldingene anerkjennes det i økende grad at den organiserte idretten ikke når alle som ønsker å drive med fysisk aktivitet, det pekes på utfordringer med frafall fra organisert idrett, det pekes på utfordringene med at en stadig større andel av den norske befolkningen er mindre fysisk aktive, og at dette er bekymringsfullt i et folkehelseperspektiv. Fremtidig aktivitetspolitikk i kommunen bør henge sammen med lys av endringene i samfunnet. Kommunens bruk av kommunale bygg og anlegg bør derfor sees i lys av et økende fokus på egenorganisert aktivitet.

I tillegg til de sentrale føringene, ble det i 2018 etablert et nytt ressurscenter for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet etter oppdrag fra kulturdepartementet. Organisasjonen fikk navnet Tverga.

Ressurscenterets oppdrag er å støtte opp om idrett og fysisk aktivitet utenfor den organiserte idretten i Norge. Senteret legger til rette for erfaringsutveksling mellom egenorganiserte miljøer og kommunene. Det skal fremme kunnskap og kompetanse hos kommunale myndigheter, og det skal bistå med råd og praktisk veiledning til dem som driver egenorganisert aktivitet. Målet er at ressurscenteret skal skape økt aktivitet i hele landet.

Ved å tilby kunnskap, nettverk, profesjonell veiledning og verktøy skal Tverga bidra til utviklingen av aktive lokalsamfunn med attraktive møteplasser for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet, og er et viktig fagorgan kommunen må forholde seg til. Organisasjonen er en viktig bidragsyter i forhold til forskning og fagkunnskap.

#### 3.1 Nasjonale føringer

Statens målsetting og rammebetingelser for temaene i planområdet blir formidlet gjennom stortingsmeldinger, retningslinjer, rundskriv, bestemmelser for tilskudd mv.

Statens idrett- og friluftspolitikk er nedfelt i tre departementer:

Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) og Helsedirektoratet utvikler en folkehelsepolitikk på tvers av sektorer og samfunnsområder som skaper muligheter og fremmer mestring. Dette skjer blant annet ved å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel. Den nyeste stortingsmeldingen er: Meld. St. 19 (2018-2019) – *Folkehelsemeldingen: Gode liv i eit trygt samfunn*.

I tillegg har regjeringens utarbeidet en handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029 – Sammen om aktive liv (2020). Handlingsplanen tar viktige grep for å skape et mer aktivitetsvennlig samfunn og er et viktig og sentralt dokument i rulleringen av kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. Handlingsplanen beskriver regjeringens ambisjoner som følgende:

«Det skal være enkelt for alle å være aktive ut fra egne forutsetninger. Det ligger et uforløst potensial i det å gå – vi vil at flere skal gå mer – i dagliglivet og i fritiden. Vi vil ha flere hverdagsturer i nærmiljøet. Vi vil derfor gjøre det mer attraktivt å bevege seg til fots og på sykkel – til og fra fritidsaktiviteter, skole, arbeidsplass og gjøremål, og å velge egentransport framfor bilbruk på korte turer.

Vi vil skape engasjement for økt fysisk aktivitet i hele befolkningen. Vi vil motivere alle som gjør samfunn og nærmiljøer mer aktivitetsvennlige, og alle som bidrar med ny teknologi, kunnskapsutvikling, innovasjon og framtidsrettede løsninger.»

Klima- og miljødepartementet og Miljødirektoratet utvikler friluftslivspolitik. Det gjør de ved å legge til rette for at flest mulig får et aktivt friluftsliv, og der friluftsliv i nærmiljøet er prioritert. Parallelt med dette planarbeidet ble det utarbeidet en ny stortingsmelding om friluftsliv: Meld. St. 18 (2015–2016) Natur som kilde til helse og livskvalitet.

I tillegg har regjeringens utarbeidet en handlingsplan for friluftsliv (2018) - Natur som kilde til helse og livskvalitet.

M – 462 | 2015. Friluftsliv for alltid. Statlig sikring og tilrettelegging av friluftsområder

Kulturdepartementet (KUD) utvikler kultur-, idretts- og frivillighetspolitikk. Gjennom rammebetingelser bidrar de til at befolkningen har et bredt spekter av lokalt forankrede aktivitetstilbud, både i regi av den frivillige medlemsbaserte idretten og gjennom egenorganisert aktivitet. Det innebærer gode idrettsanlegg som gir flest mulig mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet, og som speiler aktivitetsprofilen i befolkningen. De nyeste vedtatte stortingsmeldingene er:

- *Meld. St. 26 (2011–2012) Den norske idrettsmodellen*
- *Meld. St. 10 (2018-2019) Frivilligheita – sterk, sjølvstendig, mangfaldig*
- *Meld. St. 18 (2020-2021) Oppleve, skape, dele – Kunst og kultur for, med og av barn og unge*

Kulturdepartementet har satt i gang arbeidet med en ny melding til Stortinget om den statlige idrettspolitikken. Meldingen skal drøfte viktige veivalg i idrettspolitikken, herunder sentrale mål, målgrupper og statens rolle i idrettspolitikken.

Andre dokumenter som er relevante i arbeidet med fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv er:

- Veilederen, "Kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet" (Kulturdepartementet).
- Aktivitetshåndboken, «Fysisk aktivitet i forebygging og behandling" (Helsedirektoratet).
- "Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet" (Kulturdepartementet).

I tillegg er følgende lover lagt til grunn i planarbeidet:

- Friluftsloven
- Lov om forvaltning av naturens mangfold (naturmangfoldloven)
- Lov om motorferdsel i utmark og vassdrag
- Plan- og bygningsloven
- Lov om folkehelsearbeid

### 3.2 Regionale føringer

Regional planstrategi for Viken legger opp til tre nye regionale planer for fylket. Arbeidet med fysisk aktivitet, friluftsliv og idrett vil forankres der det er relevant i de tre planene. Dagens regionale planer for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i gamle Akershus, Østfold og Buskerud vil gjelde frem til

de blir erstattet med de nye regionale planene. Når det gjelder handlingsprogrammene, er disse erstattet med «[Felles handlingsprogram for økt fysisk aktivitet for alle. Aktiv i Viken 2021-2022](#)». Felles handlingsprogram vil gjelde frem til nye regionale planer er vedtatt, og det vil rulleres ved behov.

### 3.3 Kommunale føringer og andre relevante planer

Kommunens overordnede mål og føringer ligger til grunn for denne planen. I den eksisterende kommuneplanens samfunnsdel trekkes det frem at kommunens friluftsområder skal utvikles og beholdes på bærekraftig måte også for kommende generasjoner og der forholdene legges til rette for økt utnyttelse av marka.

I tillegg til nevnte kommuneplan er handlingsprogram/budsjett, årsmelding, kommunedelplaner, temaplaner og planregister relevante dokumenter, sammen med sentrumsplan og folkehelseoversikten for Vestby.

## 4 FNs bærekraftsmål

FNs bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringene innen 2030 (FN-Sambanet, 2021, "Hva er FNs bærekraftsmål").

Bærekraftig utvikling består av tre dimensjoner: klima og miljø, økonomi og sosiale forhold. FNs bærekraftsmål er basert på disse dimensjonene. Planen består av 17 mål og 169 delmål. Målene er valgt på en demokratisk måte basert på innspill fra alle land i verden og en spørreundersøkelse hvor 7 millioner personer fikk sagt sin mening. Noe av det grunnleggende i disse målene er at ingen skal utelates, og at de mest sårbare skal prioriteres. For eksempel, minoriteter, jenter, flyktninger og personer med nedsatt funksjonsevne (FN-Sambandet, 2021, «Hva er FNs Bærekraftsmål»). Norge, som en del av FN, er pålagt å arbeide for å nå disse målene. Av den grunn er bærekraftsmålene givende for de nasjonale føringene og dermed også det som skjer på kommunalt nivå.

Vestby kommune skal ikke fokusere på alle disse målene, men må likevel ha disse som et bakteppe. Like rettigheter, fravær av fattigdom, like muligheter til god utdanning og god helse, og reduksjon av klimautslipp er noen av bærekraftsmålene. Vestby kommunes virkeområde er lokalt i kommunen, og målene våre må derfor gjenspeile hva som er relevante og oppnåelige mål i Vestby. Visjonen vår skal synliggjøre hva som er det overordnede målet for kommunen og ligger som et bakteppe for de øvrige målsettingene og strategiene i planen.

De målene som er omtalt her, ansees som gjeldende for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv og blir utdypet videre, begrenset til målenes relevans for de nevnte temaer.



### 4.1 God helse og livskvalitet



Sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder.

God helse er en grunnleggende forutsetning for menneskers mulighet til å nå sitt fulle potensial og for å bidra til utvikling i samfunnet. Hvordan helsen vår er, påvirkes av miljø, økonomi og sosiale forhold og mål 3 inkluderer mennesker i alle aldre og ivaretar alle dimensjonene.

De siste tiårene er det gjort historiske fremskritt på dette området. Likevel har verden en lang vei igjen å gå for å nå alle delmålene. Dette krever en stor innsats fra både sivilsamfunn, næringsliv og politikere. Å få i gang gode systemer for å hindre spredning av smittsomme sykdommer, tilgang til legehjelp og å fremme gode levesett er grunnleggende for å nå målene. Videre vil målet om å satse på nasjonale helsetjenester og på et globalt system for universelle helsetjenester bli svært viktig.

Ingen av delmålene berører fysisk aktivitet, idrett eller friluftsliv direkte, men helheten av hovedmålet kan sies å gjøre det. Det å være fysisk aktiv er viktig for helsen. WHO definerer helse som «en tilstand av komplett fysisk, psykisk og sosialt velvære og ikke bare fravær av sykdom eller lyte». Med andre ord er helse noe mer enn å være syk eller frisk, det dekker også ens relasjoner til andre og hvordan man har det. Dermed spiller fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv inn som en viktig bidragsyter for helsen. Ikke bare gjennom fysisk aktivitet, men gjennom de sosiale relasjoner man danner gjennom disse formene, og gjennom den opplevelsen man får og erfaringene man tar ut av det.

## 4.2 Likestilling mellom kjønnene

Oppnå likestilling og styrke jenters og kvinners tilling i samfunnet.

Verden er langt mer likestilt enn for få tiår siden. For eksempel starter nå like mange jenter på skolen som gutter. Innenfor maktposisjoner i politikk og næringsliv er det flere menn enn kvinner på toppen. Videre er fattigdom tett knyttet til diskriminerende lover og sosiale normer som fører til at kvinner får dårligere økonomi og færre muligheter til å bestemme over eget liv. Fortsatt er mange kvinner økonomisk avhengig av partneren sin, noe som fører til en skeiv maktbalanse i hjemmet og i samfunnet.



Likestilling handler om en rettferdig fordeling av makt, innflytelse og ressurser. Å leve et fritt liv uten vold og diskriminering er en grunnleggende menneskerettighet og er avgjørende for utvikling av menneskene og for samfunnet. Det er bevist mange ganger at politisk, økonomisk og sosial likestilling mellom kjønnene bidrar til en positiv utvikling på alle plan. Likestilling og kvinners rettigheter er et gjennomgående tema i bærekraftsmålene, og det er helt essensielt for å kunne nå alle FNs bærekraftsmål innen 2030.

Likestilling mellom menn og kvinner handler om at kjønnene skal ha de samme rettighetene og mulighetene. Jenter skal for eksempel ha muligheten til det samme idrettstilbudet som guttene. Målet setter kvinners rettigheter i fokus, og det er gjennomgående i flere av bærekraftsmålene. I tillegg til helheten av mål fem, kan også tre av delmålene, ansees som relevante med tanke på fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. Dette er:

- Delmål 5.1: omfatter å få slutt på all diskriminering av jenter og kvinner.
- Delmål 5.5: går på å styrke kvinners muligheter til å sitte i ledende stillinger. Tiltak med søkelys på utdanning av kvinner gjennom idrettslag er et aspekt som kan bygge opp under dette målet.
- Delmål 5.c): har fokus på å fremme likestilling i politikken som blir utført.

## 4.3 Industri innovasjon og infrastruktur



Bygge solid infrastruktur og fremme inkluderende og bærekraftig industrialisering og innovasjon. Hvorfor infrastruktur? Investeringer i infrastruktur som transport, vanningsystemer, energi og informasjonsteknologi er avgjørende for å skape en bærekraftig utvikling. Infrastruktur er den underliggende strukturen som må være på plass for at et samfunn skal fungere.

Hvordan nå målet? Vi må finne måter å øke ulike land sine potensiale for utvikling og vekst, og se hvordan de kan utnytte sine ressurser og sin industri mest effektivt. Utdanning og helsetilbud må

forbedres, samtidig som det satses mer på teknologi og vitenskap. Uten denne satsingen vil verden ikke nå dette bærekraftsmålet.

I forhold til kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv er det to delmål som er av interesse, og som forteller noe om innholdet i FNs bærekraftsmål nummer ni som helhet:

- Delmål 9.1: legger vekt på infrastruktur som gir lik tilgang til alle, og som er bærekraftig og innehar en svært god kvalitet.
- Delmål 9.4: retter blikket mot bærekraftighet, med tyngde på å bruke ressurser mer effektivt og bruk av miljøvennlige løsninger i større grad.

Som det fremgår av det niende bærekraftsmålet, er dette målet i sammenheng med kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, svært knyttet til nærmiljøområder og anlegg tilrettelagt for å være aktiv.

#### 4.4 Mindre ulikhet

Redusere ulikhet i og mellom land.

Situasjonen i dag – Ulikhet i og mellom land er en grunn til bekymring, selv om det har vært utvikling. Økonomisk vekst har bidratt til at flere land har blitt rikere, men har ikke automatisk ført til mindre fattigdom. Inntektsforskjellen i verden øker til tross for at 40 prosent av verdens fattigste tjener bedre i dag enn tidligere.



Hva må til? For å redusere ulikhet i og mellom land må det finnes en rettferdig fordeling av et lands ressurser. De fattigste og de marginaliserte gruppene må gis muligheter og tjenester slik at de kan skape seg bedre levekår. Viktige tiltak er lik tilgang til skole, helsehjelp og gode skattesystemer.

Dette målet handler om å redusere ulikhet, og på samme måte som mål nummer fem, så er også dette målet gjennomgående. Følgende delmål er relevante:

- Delmål 10.2: å sikre myndiggjøring og fremme sosial, økonomisk og politisk inkludering av alle, avhengig av alder, kjønn, funksjonsevne, rase, etnisitet, nasjonal opprinnelse, religion eller økonomisk eller annen status
- Delmål 10.3: Sikre like muligheter og redusere forskjeller i levekår.
- Delmål 10.4: vedta politikk, særlig når det gjelder skatter og avgifter, lønn og sosialomsorg, med sikte på å oppnå en gradvis utjevning av forskjeller. Gode rammevilkår og støtteordninger er insentiver som vil være med på å tilrettelegge og tilgjengeliggjøre muligheten for at alle kan drive med aktivitet.
- Delmål 10.7: Legge til rette for migrasjon og mobilitet i ordnede, trygge, regulerte og ansvarlige former, blant annet ved å føre en planmessig og godt forvaltet migrasjonspolitikk.

Alle må gis mulighet til å delta i egenorganisert, organisert, semiorganisert og spontan- eller hverdags aktivitet, uansett bakgrunn, kulturer, forutsetninger, interesser og evner.

#### 4.5 Bærekraftige byer og lokalsamfunn

Gjøre byer og lokalsamfunn inkluderende, trygge, robuste og bærekraftige.

Større og flere byer - Verden urbaniseres i en fart vi aldri har sett maken til. Mer enn halvparten av verdens befolkning bor i dag i byer, og andelen kommer nok til å øke til 60 prosent i 2030. Byene





fungerer som smeltedigler fulle av ideer, handel, kultur, vitenskap og sosial samhandling. Samtidig står byene for 75 prosent av alle klimagassutslipp og store slumområder hindrer gode levekår.

Fremtidens byer - Urbanisering skaper store muligheter og utfordringer. På sitt beste sørger byer for at mennesker kan leve gode liv og utvikle seg både økonomisk og sosialt. På den andre siden vokser mange byer fortere enn tilbudet av arbeidsplasser og boliger. Dette fører til utviklingen av slumområder med dårlige boforhold og manglende tjenester. I fremtiden må vi bygge byene slik at de kan gi tilgang til grunnleggende tjenester som energi, boliger og transport for innbyggerne. Vi må få på plass god nok avfallshåndtering, redusere forurensning og bruke ressursene på en bærekraftig måte.

Gjennom bærekraftsmål 11 er det mange delmål som kan knyttes til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. Noen av delmålene bygger opp under viktigheten av forbindelser mellom ulike områder av en positiv miljømessig og bærekraftig karakter som er tilgjengelig for alle. Dette kan innebære fremkommelighet med sykkel, gode og tilgjengelige turveier eller lignende. Følgende delmål er relevante:

- Delmål 11.2: sørge for at alle har tilgang til trygge, tilgjengelige og bærekraftige transportsystemer til en overkommelig pris og bedre sikkerheten på veiene, særlig ved å legge til rette for kollektivtransport og med særlig vekt på behovene til personer i utsatte situasjoner, kvinner, barn, personer med nedsatt funksjonsevne og eldre.
- Delmål 11.3: styrke inkluderende og bærekraftig urbanisering og muligheten for en deltakende, integrert og bærekraftig samfunnsplanlegging og forvaltning i alle land.
- Delmål 11.4: styrke innsatsen for å verne og sikre verdens kultur- og naturarv.
- Delmål 11.6: redusere byenes og lokalsamfunnenes negative påvirkning på miljøet (målt per innbygger), med særlig vekt på luftkvalitet og avfallshåndtering i offentlig eller privat regi.
- Delmål 11.7: 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.
- Delmål 11.a: Støtte positive økonomiske, sosiale og miljømessige forbindelser mellom byområder, omland og spredtbygde områder ved å styrke nasjonale og regionale planer.
- Delmål 11.b: oppnå en betydelig økning i antall byer og lokalsamfunn som vedtar en integrert politikk og gjennomfører planer med sikte på inkludering, bedre ressursbruk, begrensning av og tilpasning til klimaendringer samt evne til å stå imot og håndtere katastrofer, og dessuten utvikle og iverksette et helhetlig system for risikostyring og katastrofehandtering på alle nivå, i tråd med Sendai-rammeverket for katastrofeberedskap for 2015–2030.

For å kunne tilrettelegge et aktivt liv for innbyggerne i Vestby, er det viktig at planleggingen for hvordan lokalsamfunnet skal se ut er inkluderende og bærekraftig. Det er i tillegg viktig å verne om de grøntområdene og naturen vi har. Alle, med ekstra fokus på kvinner, barn, eldre og personer med nedsatt funksjonsevne, skal ha enkel tilgang til grøntområder. Dette er vesentlige elementer i kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.



## 4.6 Stoppe klimaendringene

Handle umiddelbart for å bekjempe klimaendringene og konsekvensene av dem.



I dag– Mengden klimagasser fortsetter å øke og klimaendringene skjer raskere enn antatt. Effektene av klimaendringene er synlige over hele verden. Den globale gjennomsnittstemperaturen har steget omtrent 1 °C siden den før-industriell tid, i tillegg fortsetter havnivået å stige. De fattigste rammes hardest. Land har levert nasjonale planer for reduksjon, men de er ikke omfattende nok.

Hva må til? Klimaendringer er et globalt spørsmål og kjenner ingen landegrenser. Det er viktig å begrense økningen av gjennomsnittstemperaturen til 1,5 °C dersom verden ønsker å slippe katastrofale konsekvenser i fremtiden. Vi må finne globale løsninger på en rekke områder. I tillegg til å kutte i utslipp og fange og lagre CO<sub>2</sub>, må det satses mer på fornybar energi, nye industrielle systemer og endring i infrastruktur. I tillegg må vi investere i å verne, tilpasse oss og begrense skadeomfanget. Følgende delmål er relevante:

- Delmål 13.1: Styrke evnen til å stå imot og tilpasse seg klimarelaterte farer og naturkatastrofer i alle land.
- Delmål 13.3: Styrke enkeltpersoners og institusjoners evne til å motvirke, tilpasse seg og redusere konsekvensene av klimaendringer og deres evne til tidlig varsling, samt styrke kunnskapen og bevisstgjøringen om dette.

Dette bærekraftsmålet, utspiller seg i de fleste bærekraftsmålene. Den innebærer å finne løsninger på en rekke områder for å stoppe klimaendringene og redusere skadeomfanget. Dette kan være alt fra tiltak individene i lokalsamfunnet gjør, som å velge å sykle til trening istedenfor å kjøre, til ulike sentrale tiltak som regjeringen setter. Klima og miljø må tas hensyn til i infrastrukturen og det er viktig at dette blir tatt hensyn til i planverk. Bevisstgjøring og styrke kunnskapen til enkeltpersoner og frivillige lag og organisasjoner vil være viktig arbeid fra kommunen ståsted.

## 4.7 Fred, rettferdighet og velfungerende institusjoner



Fremme fredelige og inkluderende samfunn for å sikre bærekraftig utvikling, sørge for tilgang til rettsvern for alle, og bygge velfungerende, ansvarlige og inkluderende institusjoner på alle nivåer.

Fred må på plass - Å sikre internasjonal fred og sikkerhet har alltid vært FNs hovedoppgave. Derfor er mål 16 viet til å skape fredelige og inkluderende samfunn. Fred er en forutsetning for å skape bærekraftig utvikling. Dessverre har utviklingen innenfor dette bærekraftsmålet ikke gått i riktig retning. 70 millioner av mennesker levde i 2018 som flyktninger, det er et antall som er det høyeste FN noen gang har dokumentert.

Under konflikter mister mange tilgang til offentlige tjenester. I tillegg er det vanskelig å drive sterke statlige institusjoner under en konflikt. Når for eksempel rettsvesenet i et land fungerer dårlig, går det ut over menneskers rettssikkerhet. Følgende delmål er relevante:

- Delmål 16.1: Betydelig redusere alle former for vold og dødelighet knyttet til vold i hele verden.
- Delmål 16.2: Stanse overgrep, utnyttning, menneskehandel og alle former for vold og tortur mot barn.

- Delmål 16.3: Fremme rettsstaten nasjonalt og internasjonalt, og sikre likhet for loven, rettsikkerhet og rettsvern for alle

Fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv gjennom blant annet frivilligheten, vil være viktig aktør for blant annet å bidra til at man kan være aktiv i trygge rammer. Verdien av den frivillige innsatsen er stor. Frivilligheten er i tillegg en viktig bidragsyter til å skape verdier som helse, trivsel, gode oppvekstvilkår, integrering, sosiale og demokratiske ferdigheter. Frivilligheten har en uvurderlig verdi i samfunnet.

#### 4.8 Samarbeid for å nå målene

Styrke virkemidlene som trengs for å gjennomføre arbeidet, og fornye globale partnerskap for bærekraftig utvikling. For å lykkes med bærekraftsmålene trengs det nye og sterke partnerskap. Myndigheter, næringslivet og sivilsamfunnet må samarbeide for å oppnå bærekraftig utvikling. Bærekraftsmålene skal fungere som en felles, global retning og prioritert innsats de neste 15 årene. Erfaring fra Tusenårsmålene viser at denne typen målrettet innsats virker.



Skal vi nå visjonen *“Alle innbyggerne i Vestby skal gis gode muligheter til å være aktiv gjennom hele livet i sitt nærmiljø”*, så må vi komme dit sammen. Samarbeid og samhandling med ulike aktører i samfunnet er viktig for å få til en helhetlig utvikling. Reell medvirkning er en forutsetning for suksess.



Foto: Oliver Hjerpseth

## 5 Fysisk aktivitet i et folkehelseperspektiv

Det finnes god vitenskapelig dokumentasjon på at det å være regelmessig fysisk aktiv er med på å fremme livskvalitet og bidrar til å redusere risikoen for over 30 ulike diagnoser (Helsedirektoratet, 2017). Det er også dokumentert at fysisk inaktivitet opptrer som selvstendig risikofaktor for dødelighet og redusert funksjonsevne. Dette har blant annet ført til at Helsedirektoratet har utarbeidet anbefalinger for fysisk aktivitet (Helsedirektoratet, 2016).

### 5.1 Helsegevinsten av et aktivt liv

Forskning på fysisk aktivitet og helse gjennom livsløpet antyder at helsen til de fysisk aktive vil være langt bedre enn for dem som er lite aktive. Fysisk aktivitet forebygger sykdom og plager, gir bedre fysisk funksjon, flere friske leveår og forebygger for tidlig død. Ny forskning tyder samtidig på at stillesitting ikke er en risikofaktor i seg selv, forutsatt at vi er tilstrekkelig helsemessig fysisk aktive.



Figur 1: Skjematisk fremstilling av faktorer relatert til helse som kan påvirkes av fysisk aktivitet. FHI

### 5.2 Generelle anbefalinger om fysisk aktivitet

#### Barn og unge

Fysisk aktivitet hos barn og unge kan bidra til å forebygge ikke-smittsomme sykdommer og redusere risikoen for utviklingen av hjerte- og karsykdom senere i livet. Fysisk aktivitet som hopping, løping og styrketrening er viktig for å utvikle muskler og god benmasse. Fysisk aktivitet ser også ut til å påvirke barn og unges kognitive funksjoner positivt.

Helsemyndighetenes anbefalinger:

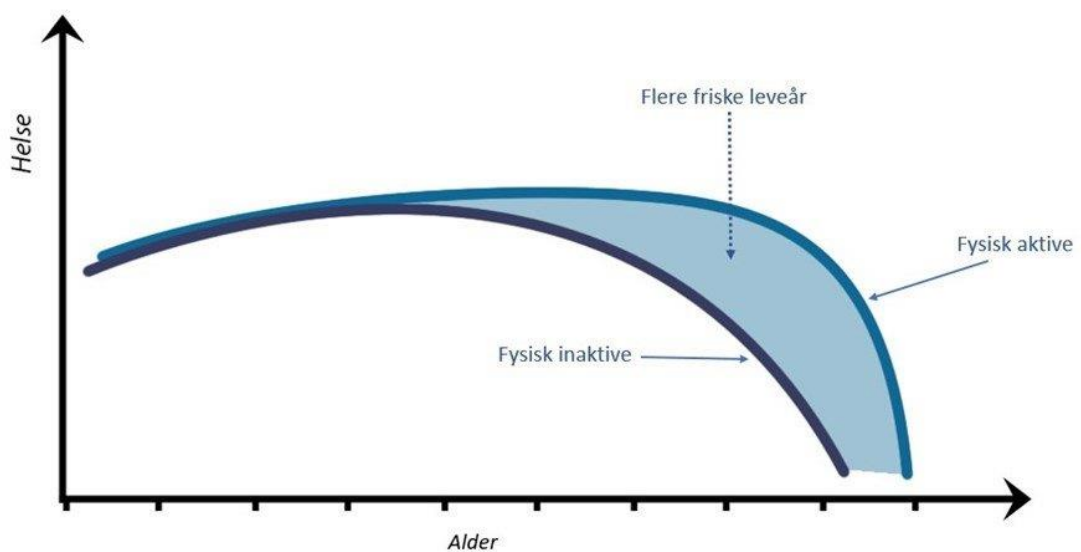
- Minimum 60 minutter fysisk aktivitet hver dag. Aktiviteten bør være variert og intensiteten både moderat og hard.
- Fysisk aktivitet ut over dette gir ytterligere helsegevinster.
- Minst tre ganger i uka bør aktiviteten være med høy intensitet, og inkludere aktiviteter som gir økt muskelstyrke og styrker skjelettet.

#### Voksne og eldre

Helsemyndighetenes anbefalinger:

- Minst 150 minutter med moderat intensitet per uke eller minst 75 minutter med høy intensitet per uke. Anbefalingen kan også oppfylles med kombinasjon av moderat og høy intensitet. Aktiviteten kan deles opp i bolker på minst 10 minutters varighet.
- Økt dose gir større gevinst. For å oppnå ytterligere helsegevinster bør voksne og eldre utøve inntil 300 minutter med moderat fysisk aktivitet i uken, eller inntil 150 minutter med høy intensitet, eller en tilsvarende kombinasjon av moderat og høy intensitet.
- Øvelser som gir økt muskelstyrke til store muskelgrupper bør utføres to eller flere dager i uken.

Eldre med nedsatt mobilitet og personer med dårlig balanse anbefales i tillegg å gjøre balanseøvelser og styrketrening tre eller flere dager i uken for å styrke balansen og redusere risikoen for fall. Personer som ikke klare å oppfylle anbefalingene bør være så aktive som mulig.



Figur 2: En illustrasjon på hvordan fysisk aktivitet kan påvirke aldringsprosessen, gi økt levealder med god fysisk funksjon blant fysisk aktive sammenlignet med fysisk inaktive. FHI

### 5.3 Status fysisk aktivitet og helse

#### Voksne og eldre

På landsbasis er det 34% av kvinner og 29% av menn som oppfyller anbefalingene for fysisk aktivitet. Totalt sett er det 31,5% som tilfredsstillt anbefalingene. I tillegg til dette er det vanlig for en gjennomsnittlig voksen å bruke ni timer om dagen på stillesitting.

Tendensen blant voksne er at det er et mindretall som er normalvektige, samtidig som man ser en jevn økning i andel som har overvekt eller fedme. Dette henger sammen med at det er relativt få som tilfredsstillt anbefalingene og at voksne og eldre er mye i ro i løpet av en dag.

#### Status blant barn og unge

Blant 6-åringer er det 86% av jentene og 94% av guttene som tilfredsstillt anbefalingene for fysisk aktivitet. Blant 9-åringene er det 68% av jentene og 84% av guttene. For 15-åringer er disse tallene 44% for jenter og 55% for gutter.

Undersøkelsen viser også at det er noe forskjeller mellom jenter og gutter. Her er det vanlige at guttene er i litt mer aktivitet. I tillegg er det noen flere av jentene som er klassifisert som overvektige, selv om de aller fleste er normalvektige. Også blant barn og unge er den langsiktige trenden at det er en liten økning i antall overvektige.

Den langsiktige økningen henger sammen med at det er nedgang i aktivitetsnivået mellom de tre aldersgruppene. Det er vist at de som er yngre er i mest aktivitet, samtidig som de eldste har mest inaktiv tid. Dette indikerer at det blir mer stillesitting og mindre fysisk aktivitet i løpet av ungdomsårene. Det kan komme av at man får nye interesser, leker mindre, eller at man faller ut av den organiserte idrett, og at man ikke finner en erstatning for den tidligere fysiske aktiviteten.

Barn og ungdom i ulike alderstrinn har ulike aktivitetsvaner. De ulike vanene viser seg både i hvordan man transporteres (går, sykler, buss) og i hvilke fysiske aktiviteter man driver med på fritiden. De ulike vanene gjenspeiler at alle har forskjellige behov. Spesielt siden det er økende inaktivitet desto eldre man blir, bør man søke å finne aktiviteter som er appellerende til den målgruppen.

- Kroppsøvfaget: Barn og unge har kroppsøving som fag på skolen. Faget blir sett på som sentralt for å øke barn og unges interesse og kunnskap om fysisk aktivitet. Likevel antar man at kroppsøving ikke blir like mye prioritert om de andre fagene. Dette ser man også ved at det er en relativt stor andel av kroppsøvingslærere som ikke har fagkompetanse. På de lavere trinnene er man fornøyd med kroppsøvfaget og lærerne, men på de høyere trinnene er det en liten tendens til at man ikke synes faget er så produktivt når man har lærere som ikke har fordypning i faget. Da synes man at det er kjedelig fordi man ikke lærer noe nytt. Her har man gode muligheter for å utvikle miljøet gjennom tverrfaglig samarbeid i kommunen, slik at kroppsøving blir en arena som spirer mer aktivitet utenfor skolen.
- Status blant barn og unge i Vestby
  - Barneskole: Når det kommer til barneskoleelever i Vestby kommune er det gjennomført en egen undersøkelse om hvordan de har det. Den undersøkelsen viser i korte trekk at de aller fleste stort sett er fornøyd både med livssituasjon og egen helse. Et viktig moment i forhold til fysisk aktivitet og folkehelse er at det er en stor majoritet (81%) som deltar i faste fritidsaktiviteter. Av de ulike aktivitetene er det sport eller idrett som er mest populært, men de driver også med andre kulturaktiviteter som instrument og salg eller teater og dans.
  - Ungdomsskole: På ungdomsskolenivå er det 69% som er litt eller svært fornøyd med lokalmiljøet. Herunder er det snakk om idrettsanlegg, lokaler for å treffe andre unge, kulturtilbud og kollektivtilbudet. I forhold til på landsbasis er man litt mindre fornøyd i Vestby. I tillegg er det en synkende trend fra 8. til 10. trinn.

Når det kommer til oppslutning i organisasjoner, lag eller foreninger er det hele 71% som er med. Dette er flere sammenlignet med landsbasisen. Av de ulike organisasjonene er det størst oppslutning i idrettslag, men det er også en del som er med på fritidsklubber, i religiøse foreninger, på kulturskole eller andre organisasjoner.

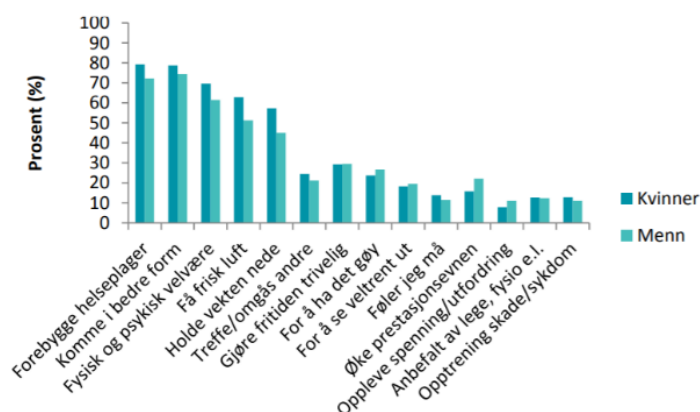
I tillegg til at det er flere som er med i organisasjoner, lag og foreninger er det også flere av ungdomsskoleelevene som oppgir at de trener sammenlignet med landsbasis. Her er det inkludert trening i idrettslag, trening på egenhånd, på treningsstudio eller annen organisert trening.

#### 5.4 Grunner for å drive fysisk aktivitet

For å bedre tilpasse kommunens aktivitetstilbud til befolkningen er det nyttig å vite hvilke faktorer som påvirker om man er i fysisk aktivitet eller ikke.



I rapporten «Fysisk aktivitet og sedat tid blant voksne og eldre i Norge» er det rapportert mange ulike grunner. De mest brukte årsakene er å forebygge fysiske helseplager, komme i bedre form, og å ha fysisk og psykisk velvære.

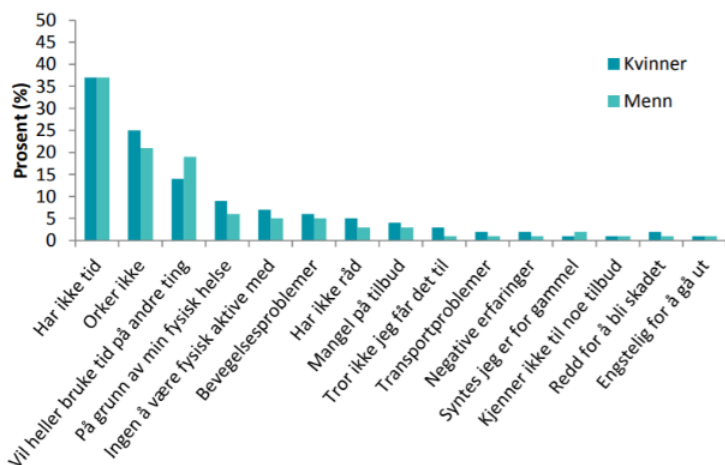


Figur 20. Oppgitte grunner til å drive med fysisk aktivitet etter kjønn. Verdiene oppgis som prosentandel (%) (n=3020).

Figur 1: Grunner for å drive med fysisk aktivitet (Hentet fra: Fysisk aktivitet og sedat tid blant voksne og eldre i Norge)

### 5.5 Grunner for å ikke drive fysisk aktivitet

Samtidig som det er mange grunner for å være fysisk aktiv, er det også mange grunner for å ikke være fysisk aktiv. Av de mest vanlige årsakene for at man ikke er fysisk aktiv er det at man ikke orker, at man ikke har tid eller at man heller ønsker å bruke tiden på andre ting.



Figur 23. Oppgitte grunner for ikke å drive med fysisk aktivitet fordelt på kjønn. Tallene oppgis i prosent (%) (n=3020).

Figur 1: Grunner for å ikke drive med fysisk aktivitet (Hentet fra: Fysisk aktivitet og sedat tid blant voksne og eldre i Norge)

### 5.6 Faktorer som påvirker aktivitetsnivå

Sosiokulturelle og sosio-økonomiske faktorer ligger til grunn for individuelle forskjeller hos befolkningen. Siden det er forskjeller både på individnivå og på gruppenivå er det nærliggende å tenke at det er ulike typer tiltak som stimulerer ulike deler av befolkningen til å være i fysisk aktivitet.

Flere rapporter viser blant annet tendenser til at utdanning, inntekt og sosial status påvirker i hvor stor grad man oppfyller anbefalingene for fysisk aktivitet. Tendensen er at de som har høy utdanning, høy inntekt og/eller har en høyere sosial klasse har større sannsynlighet for å tilfredsstillende anbefalingene for fysisk aktivitet.

## 5.7 Covid – 19

Covid-19 pandemien har dramatisk endret folks hverdagsliv. For mange har det ført til mindre fysisk aktivitet og ugunstige effekter på kostholdet. Noe som på lengre sikt kan ha store negative konsekvenser for folkehelsen.

Covid-19 pandemien har medført at helsemyndighetene i Norge og mange andre land har innført strenge begrensninger på aktiviteten til landets innbyggere. Disse tiltakene har konsekvenser for den generelle helsetilstanden i befolkningen, både når det gjelder restriksjoner i fysisk aktivitet og endringer i kostholdet. Nedsatt fysisk aktivitet har blitt resultatet som følge av nedstengning av breddeidretten, treningssentre og en lang periode med hjemmekarantene. Det er heller ikke usannsynlig at kostholdet er blitt endret og er blitt mer ugunstig, noe som kan ha ført til overspising eller feilernæring.

Før pandemien ble utilstrekkelig fysisk aktivitet beskrevet som et globalt helseproblem, hvor over en fjerdedel av verdens voksne befolkning ikke oppfylte retningslinjene for fysisk aktivitet for en god helse. Det er sterke epidemiologiske bevis for at en livsstil med inaktivitet er uheldig for helsen, og at det er like viktig å redusere tiden vi sitter som å øke periodene med fysisk aktivitet.

Pandemien har påvirket idrett og fysisk aktivitet stort det siste året. Den organiserte idretten er veldig sårbar, og det virker som det er behov for mer fokus på å tilrettelegge uteområder, og nærmiljøer for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

Det er for tidlig å si noe om konsekvensene av Covid-19 da det fortsatt forskes på. Men det er ikke noe tvil om at fysisk aktivitet spiller en avgjørende rolle i forebygging av mange sykdommer, og det er derfor enda viktigere å tilrettelegge for et aktivt liv, og viser at man må være åpen og forberedt på andre utfordringer som kan komme.

Derfor vil i fremtiden være viktig å være forberedt. Alle må gis mulighet til å delta i egenorganisert, organisert, semiorganisert, og spontan- eller hverdags aktivitet. Vi må derfor tilrettelegge for innovative og fleksible nærmiljøområder, slik at innbyggerne gis muligheten til å være aktiv etter egne ønsker og behov. Det må stimuleres til mer aktiv forflytning i hverdagen, ved å gjøre transportårene tryggere, og mer tilgjengelige. Det å kunne velge en aktiv hverdag må oppleves som en reell mulighet for alle. Videre må vi skape gode nærmiljøområder med god tilgang på tur- og naturopplevelser. Sosiale møteplasser som vil komme alle innbyggerne til gode, og som vil skape et attraktivt nærmiljø. I tillegg er det viktig å utvikle et variert nærmiljø tilpasset for mennesker i ulike alder, livsfaser, interesser og forutsetninger.

## 6 Fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i Vestby

### Hvorfor skal kommunen engasjere seg i arbeidet med fysisk aktivitet?

En inaktiv person kan få åtte flere leveår og potensielt bedre livskvalitet ved å øke aktivitetsnivået fra inaktiv til aktiv i et livsløpsperspektiv. Hvis aktivitetsnivået økes ytterligere, kan gevinsten dobles. Samfunnsøkonomisk kan dette gi besparelser pr. leveår på 588 000 kr. Forskning gjennomført av regjeringens strategiutvalg for idrett i 2016, viser at fysisk aktivitet har en potensiell velferdsgevinst på 406 000 gode leveår hvert år på landsbasis.

Kommunen er en viktig premissleverandør for arbeidet med å tilrettelegge for fysisk aktivitet, idrett, og friluftsliv, og det er en målsetting at alle som bor i Vestby skal ha mulighet til å utøve en aktivitet ut fra egne interesser, fysiske og sosiale forutsetninger, livssituasjon og ressurser. Samtidig er det viktig i et samfunnsperspektiv å kunne sammenstille aktivitet, anleggs- og arealpolitikken opp mot andre sentrale målsetninger som folkehelsearbeid, bo og levevilkår.

For å få en bærekraftig samfunnsutvikling må vi i større grad vri samfunnets bruk av tid og ressurser fra kompensierende og reparerende tiltak, over mot forebyggende og helsefremmende. Det er derfor vesentlig å tenke og arbeide med folkehelse i alle sektorer, og å arbeide samordnet, kunnskapsbasert og systematisk.

Å tilrettelegge for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, er i denne sammenheng blant kommunes viktigste bidrag i det forebyggende folkehelsearbeidet.

### 6.1 Utfordringene

Utfordringsbildet for Vestby kommune viser store endringer i demografi, og i sykdomsbilde når det gjelder levekårsutfordringer. De kommende tiårene vil antallet alderspensjonister øke raskere enn antallet i arbeid. De eldre vil kunne utgjøre en ressurs i samfunnsutviklingen, men dette kan også øke den årlige forsørgerbyrden for den arbeidende delen av befolkningen. Samtidig vil det gi finansierings- og prioriteringsutfordringer og påvirke verdiskapingen og velferdsutviklingen

Aktivitetsmønsteret i befolkningen er svært variert, men i et folkehelseperspektiv er inaktivitet en økende utfordring. Samfunnsutviklingen har bidratt til at mange daglige gjøremål ikke innebærer fysisk aktivitet, og tid i ro har økt. Selv om flere trener langt mer enn før, veier ikke treningen opp for periodene i ro uten aktivitet, for flertallet av befolkningen. Folk flest er for lite fysisk aktive. Kun tre av ti voksne og eldre er aktive nok, og bare halvparten av 15-åringene. Ungdom og eldre bruker også en stor del av våken tid i ro. (*Departementene – Sammen om aktive liv, handlingsprogram for fysisk aktivitet 2020-2029*)

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.

I Meld. St. 19 (2018-2019) Folkehelsemeldinga – Gode liv i eit trygt samfunn, framgår det at regjeringen vil løfte fram og støtte utviklingen av aktivitetsvennlige bo- og nærmiljøer og lokalsamfunn i handlingsplan for fysisk aktivitet. Gåvennlighet, og å bevare områder under press, som lekeområder, nærnatur, parker, grøntområder og stier der folk bor, vektlegges.

Å være aktiv bør ses på i et livsløpsperspektiv hvor kommunen er med på å tilrettelegge og stimulere innbyggerne til å være aktiv gjennom hele livet. Interesser varierer med alder, og faser i livet, og de fleste vil ha behov for å være aktiv på ulike måter gjennom de ulike fasene. For at det skal være enkelt å være aktiv i kommunen må det være varierte tilbud innen organiserte, og semiorganisert



aktiviteter, og reelle muligheter til å velge egenorganisert, spontane og hverdagslige aktiviteter som frister.

Bevegelse og fysisk aktivitet bør være et naturlig valg for alle gjennom hele livet.

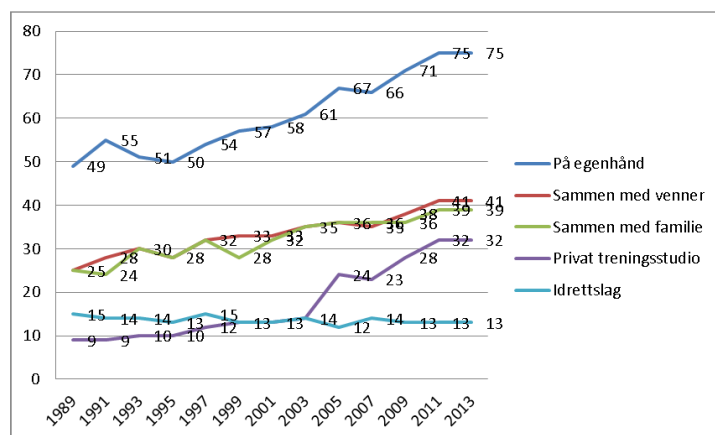
## 6.2 Egenorganisert aktivitet

Nærmiljøanlegg defineres som anlegg eller områder beregnet for egenorganisert fysisk aktivitet. Målgruppen er alle fra seks år og oppover. Anlegg for barn under seks år bør gå som lekeplass. Kommunen ser store fordeler ved å samle og styrke anleggene, fremfor å bygge stykkevis og delt. Hvor anleggene plasseres spiller også en stor rolle for hvor ofte de blir brukt. Tradisjonelt blir ofte nærmiljøanlegg bygd på tomter som ikke kan bebygges av bolig eller næring. Av den grunn varierer kvaliteten på områdene som avsettes til formålet. Det bør derfor utarbeides nye bestemmelser om krav til areal og kvalitet som i større grad bidrar til å sikre gode og funksjonelle nærmiljøanlegg som er tilgjengelige for alle.

Mange driver egenorganisert trening, fysisk aktivitet og friluftsliv. Egenorganisert aktivitet utføres innen trenings- og helsestudio og ute i tilgjengelige løypetraseer, gang- og sykkelveier og turstier. Nærmiljøanlegg og treningsparker for egenorganisert trening er også etablert flere steder i Vestby. En videreutvikling av denne type infrastruktur som ivaretar folkehelseperspektivet, vil komme alle innbyggerne til gode.

Kunnskapsanalyser for hva som skal bygges og begrunnelse for behovet er lite utviklet i mange kommuner. Det er også lite samarbeid på tvers av kommunene på dette området i dag, og det er i stor grad planleggingen som styrer utvikling.

Figuren under viser andel (prosent) over 15 år som har trent på egenhånd, sammen med venner, eller familie, i treningsstudio, eller i idrettslag 1989 – 2013



Bymiljøetaten i Oslo, i samarbeid med NIH, utførte en behovsanalyse for egenorganisert aktivitet basert på en målrettet spørreundersøkelse i 2017. Undersøkelsen gjaldt for ungdom 13-19 år bosatt i Oslo. Tabellen under viser hvor mange ungdom som deltar i organisert aktivitet og egenorganisert aktivitet.

	Totalt (%)	Jenter (%)	Gutter (%)
<b>Kun org. idrett</b>	139 (13,1)	65 (12,0)	72 (14,1)
<b>Kun annen org. akt.</b>	72 (6,8)	54 (10,0)	17 (3,3)
<b>Kun egenorg. akt.</b>	172 (16,2)	94 (17,4)	75 (14,7)

<b>Ikke aktiv i ovennevnte kategorier</b>	142 (13,3)	87 (16,1)	51 (10,0)
<b>Totalt</b>	1065 (100)	540 (100)	510 (100)

I samme studie uttrykte ungdommen at for å oppleve å drive med noe de liker, ønsket de utradisjonell tilrettelegging av utradisjonelle aktiviteter, først og fremst for å sikre at også de som ikke finner seg til rette i den organiserte idretten skal oppleve et tilbud.

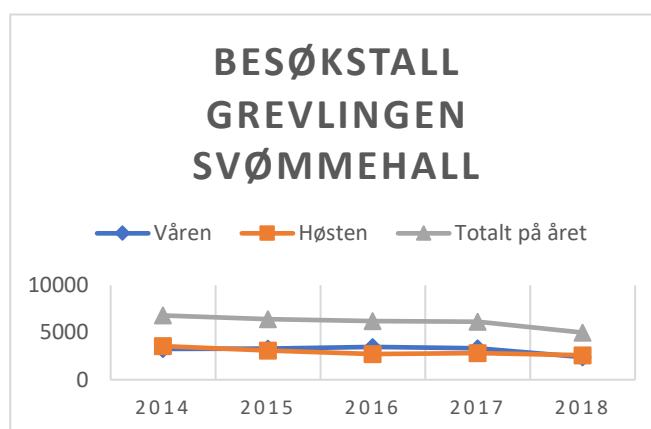
I tillegg viser undersøkelse utført av Ipsos MMI for FRIFO i 2012 at 61 % ønsker å drive fysisk aktivitet. På spørsmål om hvilke faktorer som er viktig for at de skal bli mer fysisk aktive i framtiden svarer 75 % at det er viktig at de ikke trenger å være med hver gang, men heller være med når det passer dem. 62 % mener det er viktig at legen mener de bør være fysisk aktive, mens 42 % mener det er viktig å få bedre veier og stier til marka eller andre friområder. Det sosiale spiller også en vesentlig rolle. 50 % oppgir at det er meget viktig eller ganske viktig at de kan være sammen med andre (*Ipsos MMI, undersøkelse, 2012*).

Sosial bakgrunn, utdanningsnivå og inntekt påvirker i stor grad det fysiske aktivitetsnivået og aktivitetsmønsteret. Generelt er yrkesaktive og høyere utdannede mest aktive.

Det finnes lite oppdatert statistikk på kommunenivå som viser hvor fysisk aktiv hele Vestbys befolkning er. Det som finnes av statistikk på fysisk aktivitet i Vestby, er innbyggerundersøkelsen fra 2010, som viser at omtrent 50 % er godt tilfreds med muligheten til å delta i idrett, som ligger på landsgjennomsnittet. Når det gjelder muligheten for å delta i andre fritidsaktiviteter er det 30 % som er godt tilfreds, som også ligger på landsgjennomsnittet.

Fra Grevlingen svømmehall ble bygd er det foretatt målinger av antall besøkende. Grafen under viser at besøkstallene er synkende. Den høyeste målingen er i 2014 på 6797 antall besøkende. Den laveste målingen er i 2018 med 4988 antall besøkende.

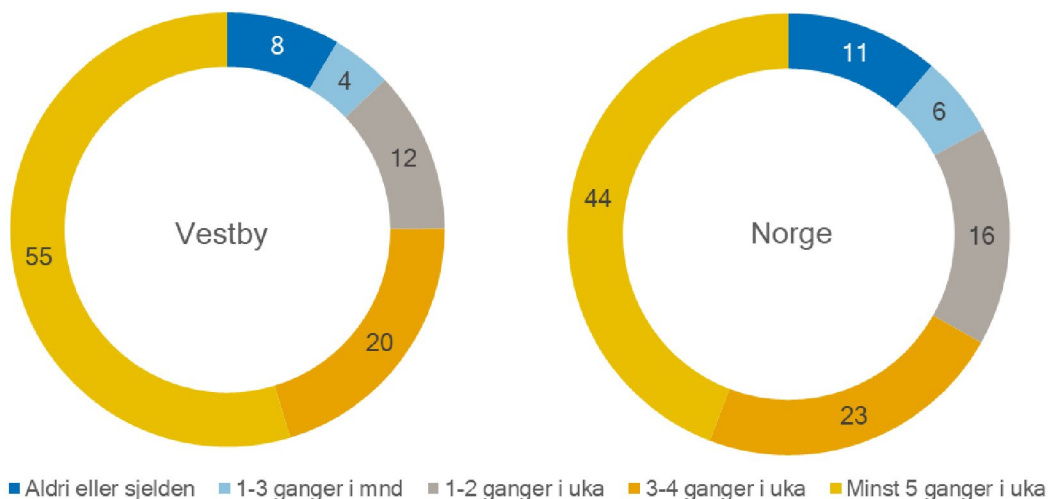
Under vises en oversikt over besøkstall i svømmehallen i Nordby, Ås og Mossehallen. Tallene er fra 2015.



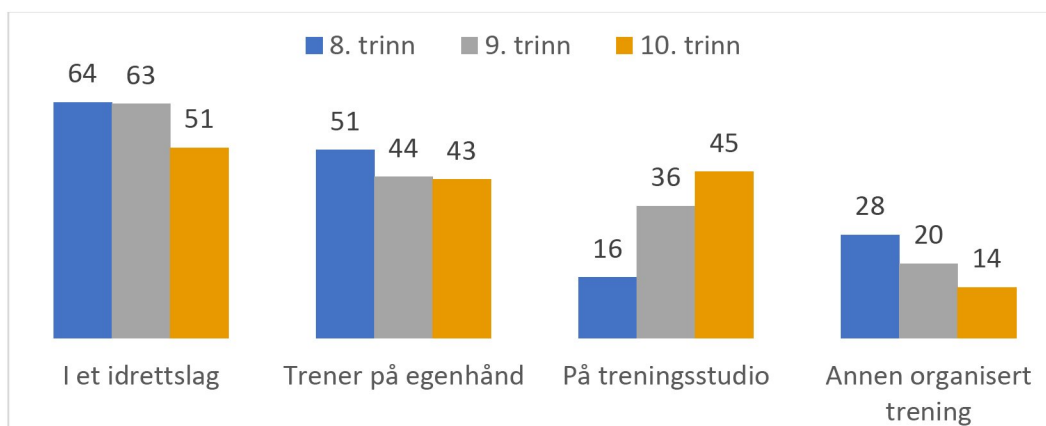
Svømmehall	Størrelse basseng	Antall besøkende	Antall timer åpent
Nordby	25m	11784	12
Ås	12,5m	6242	15
Mossehallen	25m	17000 (omtrent)	22

Det finnes mer statistikk på ungdomsnivå i Vestby kommune. Ungdataundersøkelsen fra 2019 viser at store deler av ungdommen (75%) trener 3 ganger eller mer i uka, som er noe mer enn landsgjennomsnittet.

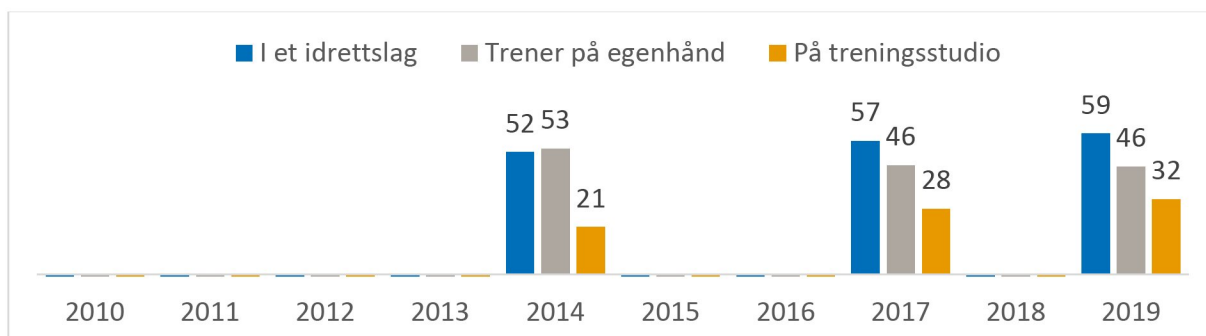
Hvor ofte trener du?



Prosentandel av ungdomsskoleelever som trener minst én gang i uka på ulike arenaer:



Prosentandel av ungdomsskoleelever som trener minst én gang i uka på ulike arenaer:



Det bør i planperioden legges vekt på å utvikle gode arenaer, både interaktive og fysiske, som har til hensikt å forenkle arbeidet med å avdekke behov for arealer til idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv. Resultatene vil kunne bidra til en mer behovsrettet anleggsutvikling, som forhåpentligvis appellerer til økt fysisk aktivitet i befolkningen.

### 6.3 Spontan- og hverdagsaktivitet

Vi tilbringer store deler av dagen på steder der vi i begrenset grad styrer mulighetene til å være aktiv for eksempel i barnehage, skole, skolefritidsordning, studiested og arbeidsplass.

Generelt velger nordmenn i liten grad å gå eller sykle til ulike gjøremål, og i tidligere Akershus var andelen lavere enn ellers i landet. Nasjonal sykkelstrategi har satt som mål at 8 % av alle reiser skal skje med sykkel. I dag ligger den nasjonale andelen på 4 %, som er en reduksjon fra 7 % i 1992. Sykkelandelen i tidligere Akershus på skolereiser (dvs. for elever i ungdomsskolen og videregående) er høyere enn den nasjonale andelen (14 %). Det er flere kvinner enn menn som går, og flere menn enn kvinner som sykler.

Vestby har en sykkelandel på 2 %. Arbeidsreiser i Vestby sentrum er på 3 %. For alle reisetypene i Vestby sentrum er sykkelandelen på 1 % (*TØI rapport 1482/2016, og Asplan Viak 2016*).

## 6.4 Organisert idrett

Den organiserte idretten blir ofte benyttet som samlebetegnelse på fysisk aktivitet som blir tilrettelagt i regi av Norges idrettsforbund (NIF) med alle underliggende organisasjonsledd. NIF har i dag i overkant av 2 millioner medlemskap (*Norges idrettsforbund, 2017*) og er Norges klart største folkebevegelse. Det overordnede målet for den statlige idrettspolitikken er: "idrett og fysisk aktivitet for alle" (*Kulturdepartementet, 2015*). Derfor ser den offentlige forvaltningen nytten av å støtte organisert og egenorganisert fysisk aktivitet.

Pr. 31.12.2020 var det registrert 27 idrettslag og foreninger i Vestby. Klubbene representerer i underkant av 6 000 medlemskap. Statistikken er basert på den årlige idrettsregistreringen.

## 6.5 Friluftsliv

### 6.5.1 Generelt

Det er et nasjonalt politisk mål at alle skal ha mulighet til å drive friluftsliv som helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlig aktivitet i nærmiljøet og i naturen forøvrig. (*Mål for friluftslivarbeidet, St.meld. nr. 25 (2002-2003)*)

### 6.5.2 Fysisk aktivitet

Til tross for at stadig flere trener mer på fritiden har det totale omfanget av fysisk aktivitet i befolkningen gått ned. En av utfordringene i arbeidet for å styrke folkehelsen er å øke den jevnlig fysiske aktiviteten i befolkningen. En stor del av befolkningen driver jevnlig med friluftsliv. Friluftsliv er den vanligste formen for fysisk aktivitet i Norge, og den formen for fysisk aktivitet de fleste kan tenke seg å gjøre mer av i fremtiden. Friluftslivsaktiviteter er lavterskeltilbud, og naturen er noe alle kan bruke. Egenorganisert fysisk aktivitet, som friluftsliv, når ofte grupper som den organiserte idretten ikke når. Friluftslivsaktiviteter har en jevnere fordeling av deltakelse i alle sosiale lag i befolkningen. Regelmessig fysisk aktivitet gir dokumenterte positive helseeffekter, fysisk, psykisk og sosialt, og reduserer sykkelighet og dødelighet generelt. Motsatt, så er for lite fysisk aktivitet og stillesitting en risikofaktor for utvikling av en rekke helseplager og livsstilssykdommer.

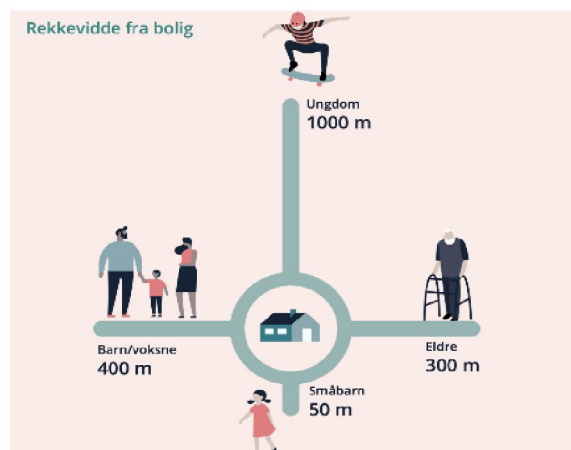
### 6.5.3 Barnehage og skole

Skoler og barnehager spiller en viktig rolle i rekrutteringsarbeidet til friluftsliv. Grunnlaget for gode aktivitetsvaner og god helse legges i barne- og ungdomsårene, og tas ofte med videre i livsløpet. Familien spiller en mindre rolle enn tidligere i rekrutteringen til friluftsliv. Sammen med barnehagen og skolen, er frivilligheten viktigere enn tidligere for å lære barn og unge friluftsliv, og for å gi dem gode naturopplevelser. Grønne utearealer ved skoler og barnehager bør vektlegges, og skoler oppfordres til å være bevisst på å bruke grøntområder som egner seg til friluftsliv, og som læringsarena.

#### 6.5.4 Nærområder

Friluftsliv i nærmiljøet, og sikring av friluftslivsområder, bør prioriteres i friluftslivsarbeidet. Grøntstrukturer i boområdene og tettstedene må ivaretas og videreutvikles. Det bør tas hensyn til nærhet til grønne utearealer og attraktive uteområder ved lokalisering av kommunale bygg, som for eksempel skoler og barnehager, og alders- og sykehjem.

I en dansk studie i 2010 ble sammenhengen mellom grøntområder og helse undersøkt, sett opp mot livskvalitet og stress. Resultatene fra studien indikerer at dansker som bor mer enn 1 km fra



Sammen om aktive liv – Nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet (2020-2029)

nærmeste grøntområde rapporterer dårligere helse og livskvalitet, og mer stress, enn de som bor nærmere enn 300 meter. De som opplevde minst stress besøkte grøntområder oftere enn de som rapporterte mest stress. En annen undersøkelse viser også at brukshyppigheten er avhengig av nærheten til grøntområdene. De som bor i nærheten av grøntområder bruker områdene langt oftere enn de som har lenger reisevei.

Skal friluftsområder brukes aktivt viser dokumentasjon at områdene må finnes innenfor en avstand på 50 – 1000 meter fra der folk bor, avhengig av aldersgruppe. Dersom avstanden øker utover dette, synker bruken av områdene. For

eksempel har småbarn en grense på 50 meter, eldre 300 meter, voksne i følge med barn 400 meter, og ungdom 1000 meter. Det er en ambisjon at alle boområder og tettsteder skal ha maksimalt 500 meter fra den enkelte bolig til nærmeste allment tilgjengelige grøntområde/ friområde, eller sammenhengende sti-/ turveinett.

#### 6.5.5 Familie

Det ligger en utfordring i å motivere foreldre og foresatte til å satse mer på fysisk aktivitet, for seg og barna. Selv om kommunen tilrettelegger for fysisk aktivitet med anlegg og områder, er det den enkelte som velger å være fysisk aktiv. Foreldre og foresatte har et ansvar for at barna er fysisk aktive, og det er viktig at alle har de samme mulighetene til å foreta sunne valg. Som vist over kan avstand være avgjørende, så det er derfor viktig at aktivitetsmulighetene er lett tilgjengelig i nærmiljøområdene. Ved siden av at friluftslivet er en bra arena for å være fysisk aktiv, gir friluftslivet også mye mer. Man får gratis opplevelser og muligheten til å nyte roen fra naturen. Enkle turer til fots er heller ikke utstyrskrevene.

#### 6.5.6 Allemannsretten

For at Allemannsretten skal bevares må den brukes. Gjennom aktiv bruk av Allemannsretten skapes aktiviteter i utmark, og på den måten holdes stiene og friluftsområder åpne og i hevd. For å sikre stier og ferdselsmuligheter gjennom områder som er under press er kommunens arealplaner, og bestemmelsene i Plan- og bygningsloven ofte det beste verktøyet. For at ferdselsårene skal sikres må de registreres i kommunens plankart. Kartlegging av tilgjengelighet og registrering av ferdselsårer er også et verktøy, en forutsetning i arbeidet mot sjikanerende og ulovlige stengsler.

Grunneierne skal ha innflytelse på tiltak som berører egen eiendom. For å sikre et godt tilbud for friluftsliv, samtidig som grunneiers og næringsinteresser ivaretas, skal grunneierne tas med i prosesser om friluftsliv. Sammen med frivilligheten skal det satses på informasjon og opplæring i naturvennlig ferdsel i henhold til Allemannsretten.



Nye brukergrupper, urbanisering og fremveksten av nye friluftslivsformer medfører behov for å tilpasse friluftslivspolitikken og tilretteleggingen, i tråd med utviklingen i friluftslivet, og samfunnet ellers. Nye friluftslivsformer, og økt bruk av nærfriluftslivsområder kan skape konflikter mellom grupper av friluftslivsutøvere. Helhetlig planlegging, forankring i kommunens arealplaner, og tilrettelegging er deler av tiltak som kan brukes for å redusere konflikter.

#### 6.5.7 Forvaltning og tilrettelegging av friluftslivsområder

Mangfoldet av ønsker og behov gjør at markaområder bør tilrettelegges ulikt, ved bruk av sonering. Sonering innebærer inndeling i delområder med ulike formål, for eksempel med ulik grad av tilrettelegging. Regjeringen vil oppfordre kommunene til i større grad å bruke sonering i arealplanleggingen. Prosjektet Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder skal videreføres og videreutvikles. (Meld. St. 18 (2015–2016) *Friluftsliv – Natur som kilde til helse og livskvalitet*)

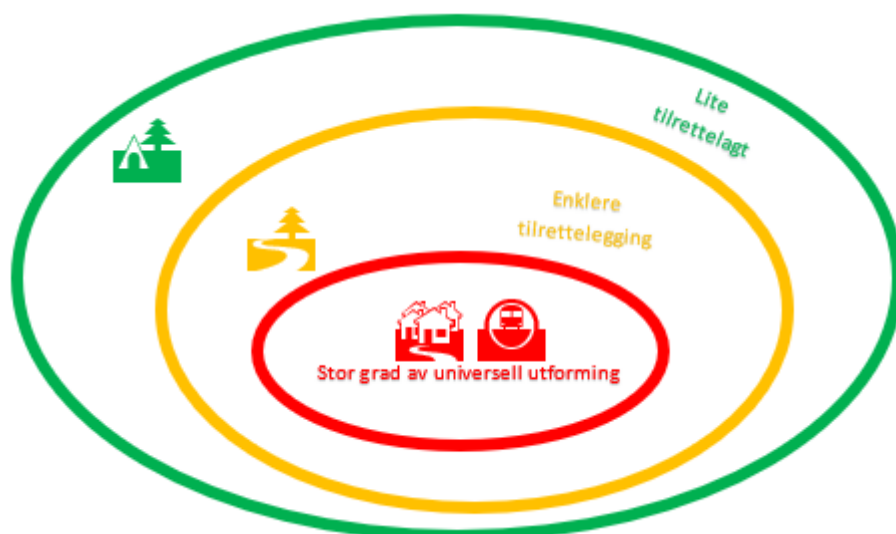
Vestby kommune kartla og verdsatt, i 2015, 119 friluftsområder i kommunen:

- 62 områder har blitt kategorisert som svært viktige friluftsområder
- 39 områder som viktige friluftslivsområder
- 14 områder som registrerte friluftslivsområder og
- 4 områder er ikke klassifiserte områder.

Oversikt over kartlagte naturområde er lagt ut på Miljødirektoratets kartbase [www.naturbase.no](http://www.naturbase.no) Kartet skal oppdateres fortløpende, etter hvert som det skjer endringer i status, for eksempel gjennom endret bruksfrekvens eller tilrettelegging. Det er også naturlig å se på revisjon og oppdatering i forbindelse med prosjektet Friluftslivets ferdselsårer.

I boligområder og sentrumsnære arealer vil tilretteleggingen ha en urban karakter, mens tilrettelegging ellers underlegges naturforhold og naturkvaliteter. Områder som allerede har høy grad av tilrettelegging, som veier og turveier i sentrumsområder, parker og nærmiljøområder, vil universell utforming kunne bidra til at områdene i enda større grad tas i bruk av nye brukergrupper. Stier og ferdselsårer som leder gjennom eller ut fra disse områdene kan tilrettelegges slik at det gir mulighet til å bevege seg ut fra sentrum og inn i mer naturlige grønne strukturer, og enda videre ut til friluftslivsområder. Det vil være naturlig at graden av tilrettelegging avtar med avstand fra sentrumsområdene.

Smålensbanen og tunet på Ødemørk er eksempler på områder som er godt egnet for å opparbeide slik at de blir tilgjengelige friluftslivsområde for alle. Av kommunens badeplasser er Krokstrand mest tilrettelagt, med rullestolvennlige baderamper, og utstyr tilpasset mennesker med nedsatt funksjonsevne. En del av de andre badeplassene har en viss grad av tilrettelegging, men må oppgraderes vesentlig for å oppnå en standard som «godt tilrettelagt», eller universell utforming.



Forskere på NMBU har analysert hvordan de nære turene, eller det "kortreiste" og tilgjengelige hverdagsfriluftslivet vinner fram i landets kommuner. (*Fagrapport fra NMBU (2018), Om kommunal og regional planlegging for etablering av turveier og turstier i nærmiljøet*).

Undersøkelsen slår fast at nærturer og nærfriluftsliv anses som viktige tiltak for å skape aktivitet i befolkningen, men at den strategiske forankringen er svak, og planene lite forpliktende. Videre, at kunnskapsgrunnlaget for nærturplanleggingen er for tilfeldig og mangler systematikk.

Rapporten slår videre fast at det i det nasjonale folkehelsearbeidet er bred enighet om at tiltak som kan fremme turgåing i nærmiljøet bidrar til å utjevne sosialt betingete ulikheter i helse, og redusere betydningen av faktorer som kan føre til uhelse. Potensialet som ligger i planene for idrett og friluftsliv blir ikke utnyttet i tilstrekkelig grad blant annet fordi fokuset på arealbruk er for svakt.

I undersøkelsen tyder det også på at det i forbindelse med tilrettelegging for nærturer tas for lett på kunnskapsinnhenting, hvor blant annet lokal medvirkning er en del av prosessen, og at intensjonene i Plan- og bygningsloven dermed ikke følges.

#### 6.5.8 Statlig sikrede friluftsområder

Vestby Kommune har 13 statlig sikrede friluftsområder. Statlig sikrede friluftsområder er områder hvor staten har gått inn med midler for å sikre områdene, slik at allmenheten kan bruke dem til friluftsliv. De skal forvaltes slik at de ivaretas til dette formålet, og de skal være tilgjengelige og attraktive å bruke. Det skal tas hensyn til viktige natur-, kultur- og landskapsverdier i områdene, og prinsippene i naturmangfoldloven skal legges til grunn for forvaltningen. Tiltak må balanseres mellom hensynet til natur og kultur, dagens friluftslivsutøvere, og framtidige brukere av områdene.

I Vestby kommune er det kommunen som har ansvaret for forvaltning og drift av de statlig sikrede friluftsområdene. De statlig sikrede friluftsområdene i Vestby ligger alle langs kysten, og omfatter badeplasser med omkringliggende områder. Siden de ligger spredt, langs hele kommunens kystlinje er de mye brukt av kommunens innbyggere, hyttebeboere og andre tilreisende.

Tilretteleggingstiltak kan i mange tilfeller dreie seg om nødvendig informasjon og veiledning til brukerne. Dette kan gis som skilting på stedet, og som tur-/områdebeskrivelser. I områdene som i dag er lite berørte bør tilretteleggingstiltak holdes på et lavt nivå. Tiltak i disse områdene bør være rettet mot bevaring, og opprettholde dem som opprinnelige, og attraktive naturområder

Utvikling av de statlig sikrede områdene i kommunen skal styres gjennom lovpålagte forvaltningsplaner. Tiltak i områdene skal være restriktive og styres av prinsippene i naturmangfoldloven. Områdene skal forvaltes slik at allmenhetens mulighet til å drive friluftsliv ivaretas, og at områdene oppleves som tilgjengelige og attraktive nå, og i framtiden.

#### 6.5.9 Friluftslivets ferdselsårer

I 2019 ble et flerårig prosjekt igangsatt, med formål å fremme planlegging, opparbeiding, skilting og merking av sammenhengende nettverk av turstier i kommunene. Vestby kommune ble med i prosjektet i 2020. Miljødirektoratet leder prosjektet, i nært samarbeid med fylkeskommunene, mens det konkrete arbeidet skjer i kommunene, i samarbeid med lokale organisasjoner.

Tiltaket er både en oppfølging av kommunenes arbeid med kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder, og av turskiltprosjektet. I tiltaket legges det mer vekt på planlegging, tilrettelegging, og på sammenhengende nettverk av turstier, enn det som var tilfelle i turskiltprosjektet. Kartfesting av traseer er et sentralt element.

Prosjektet Friluftslivets ferdselsårer er en systematisk og metodisk gjennomgang av kommunens stier, turveier, turmål osv. Målet er å lage en helhetlig plan for friluftslivets ferdselsårer, for å identifisere, ivareta, og utvikle ferdselsårene, slik at befolkningen sikres et attraktivt tilbud med tanke på folkehelse, livskvalitet, bolyst og reiseliv. Arbeidet med planen vil også gi et viktig kunnskapsgrunnlag for å ivareta friluftsliv i annen arealplanlegging, og samtidig være en plan for hvordan ferdselsårene kan utvikles på en bærekraftig måte.

Kartlegging av nå-status skal sikre god oversikt over eksisterende ferdselsårer, turruter og målpunkter, som grunnlag for det videre arbeidet.

#### 6.5.10 Turskiltprosjektet

Norsk institutt for naturforskning (NINA) gjennomførte i 2015 - 16, på oppdrag fra Gjensidigestiftelsen (som finansierte turskiltprosjektet), en kartlegging av kortidseffekt av å merke og skilte eksisterende turruter. Kartleggingen ble gjennomført i Vestby kommune og Brumunddal.

Rapporten viser til at det er vanskelig å isolere effekten av ett tilretteleggingstiltak, fordi tiltaket inngår i et samspill med mange andre faktorer. Skilting og merking er én type informasjon om at det går en sti. Informasjon om stier kan gis på flere måter, for eksempel som en turbeskrivelse, ved hjelp av bilder, som papir- eller digitale kart, ol. Erfaring tilsier at ofte er kombinasjon av flere av disse det beste.

Kartleggingen viser at det kommer til en god del nye brukere av turrutene etter at tiltaket med merking og skilting er gjennomført. I både Vestby og Brumunddal er det flere som – etter tiltakene – sier at de er dårlig kjent i turområdene i nærmiljøet sitt, enn det var i før- undersøkelsene. Dette er en klar indikasjon på at det har kommet til nye/ uerfarne nærområdebrukere.

Det er få klare endringer i typen brukere av turrutene før og etter tiltakene med merking/ skilting, både når det gjelder demografi, preferanser og opplevelse gjennom ordpar som beskriver området. Måten turrutene brukes på (aktiviteter, turlengde og hyppighet) endrer seg heller ikke vesentlig.

Tallene viser at bruken og endringene varierer mellom lokalitetene. Lokale forhold som attraktivitet, avstand til bebyggelse, tiltakene, type turrute, folks kunnskap om mulighetene osv. spiller også inn. «Naturlig» variasjon mellom år gjør det vanskelig å beregne endringer og effekter, når man ikke har lengre tidsserier med data. NINA beregnet at lokalitetene i gjennomsnitt har fått en økt bruk på ca. 30 % (+/- 15 %). Det er ukjent om denne økningen vil vedvare, eventuelt hvor lenge.

Som vist av andre undersøkelser, er bruksfrekvensen større langs turruter med sterkere tilrettelegging. Men disse er også gjerne lokalisert nærmere større befolkningssentra og tilpassa et større ferdselsbehov. Det er vesentlig å være klar over at folk flest oftest foretrekker en lavere grad av tilrettelegging, slik som enkel merking og skilting, og en enkel sti å gå tur på. Dette viser at det er et spekter av stier, og av brukere av stiene, med ulike behov og ønsker om tilretteleggingsgrad. Noe som er viktig at forvaltningen tar hensyn til.

Merking og skilting ser utelukkende ut til å oppfattes som et positivt tiltak blant de som inngår i undersøkelsen, men erfaring tilsier at noen er kritiske til slike tiltak, og særlig til «overmerking». Det kan være at noen ikke bruker området lenger (etter skilting og merking), og dermed ikke har fått uttale seg i etterundersøkelsen. Det er i hvert fall mange som har brukt området lenge som ser positivt på tiltaket.

Rapporten konkluderer med at; «det er veldig sannsynlig at Turskiltprosjektet i Vestby og Brumunddal har vist (er i ferd med å vise), at skilting og merking av turruter i nærmiljøet får flere ut på tur og derved gir positive helseeffekter». «Men: Hva som er de direkte årsakene til disse



endringene må vi ha et nøkternt forhold til. For denne typen effektstudie kan vi bare drøfte og sannsynliggjøre årsaker; vi har ikke grunnlag for årsak-virkning konklusjoner» ... «Hva som skjer på lengre sikt har vi ikke grunnlag for å si noe om. For å kunne si noe om langtidseffektene, vil det være nødvendig å repetere undersøkelsene, eller overvåke ferdselen over lengre tid».

Noen læringspunkter fra undersøkelsen:

- Skilting og merking av stier i nærmiljøet, og ikke minst å informere om turmulighetene og tiltakene, virker: Det fører til flere brukere, inkludert nye og mindre erfarne brukere
- Både informasjon og merking/ skilting må være av god kvalitet; hvis tiltakene ikke fungerer som planlagt, vil det kunne gi negative opplevelser og dermed påvirke negativt
- Det er viktig at tiltakene inngår i en helhetlig plan for stinettet i området, gjerne med flere innfallsporter og mulighet for rundturer. Men; jo mer komplekst turnettet er, jo mer utfordrende er det å skilte slik at det er entydig for de som ikke er lokalkjente
- Vær oppmerksom på overmerking; «Det skal merkes i hele landet», men det skal ikke gjøre vondt!
- En må regne med at det tar noe tid før en ser effekten av tiltak langs nyanlagte eller lite brukte stier
- Gode kartløsninger er et viktig tema, både når det gjelder gode kartdatabaser med digitaliserte ruter. Men også praktiske, fysiske kartløsninger for feltbruk.

#### 6.5.11 Kyststien

Kyststien er realisert gjennom EU-prosjekt «Rekreative Ruter» der Vestby kommune har deltatt sammen med blant annet nabokommunene Frogn og Moss, fylkeskommunen – og i alt 70 ulike partnere fra Danmark, Norge og Sverige. Det er etablert kyststier, på begge sider, langs hele Oslofjorden.

I forbindelse med etablering av kommunens kyststi har det blitt utført et stort arbeide i skilting av stier, informasjonsplansjer, og tilrettelegging for ferdsel og økt tilgjengelighet. Kyststien går gjennom hele kommunen, og gir mulighet for lange og korte turer i vekslende terreng, på forskjellige underlag, som kan gi et bredt spekter av opplevelser.

Kyststien er en merkevare som er kjent av mange, også utenfor landet. Merkevaren brukes aktivt i mange kommuner i forbindelse med markedsføring av kommunen som turist-/ turdestinasjon. Kyststien i Vestby passerer, eller går gjennom de fleste av kommunens statlig sikrede friluftsområder.

Kyststien i Vestby kommune er kommunalt ansvar, og er én sammenhengende led, med merking som er avstemt med resterende av kyststinettverket. Informasjon om kyststien kan også finnes på kommunens nettsider, med kart, distanse og vanskelighetsgrad på etappene.

Alternative ruter, og avstikkere kan bidra til å forsterke turopplevelsen langs kyststien. Merking og informasjon som er knyttet til kyststien skal på forhånd avtales med kommunen, slik at kostnader og ansvar for oppdatering av kart og informasjonsmateriell er avklart.

Innspill til endringer, eller alternative ruter på kyststien behandles som del av prosjektet Friluftslivets ferdselsårer. Hvis innspillet også berører statlig sikret friluftsområde må det også samstemmes med forvaltningsplan for gjeldende område.

#### 6.5.12 Ødemørk

Ødemørk er vedtatt vernet som naturreservat som naturreservat etter naturmangfoldloven.

Formålet med Ødemørk naturreservat er å bevare et stort sammenhengende område som representerer en sjelden type natur i form av lavereliggende og høyproduktiv eldre barskog som er relativt lite påvirket. Det er en målsetting å beholde verneverdiene i mest mulig urørt tilstand, og eventuelt videreutvikle dem. Verneforskriften for naturreservatet tillater vedlikehold av eksisterende veier, stier og løyper, med standard som på vernetidspunktet. Vernebestemmelsene er heller ikke til hinder for at dagens bruk av området til friluftslivsaktiviteter opprettholdes.

Det skal utarbeides en forvaltningsplan, med skjøtselsplan, og besøksstrategi for naturreservatet. Besøksstrategien vil også omhandle Ødemørkstunet, selv om dette ikke er en del av vernet.

## 6.6 Frivillighetens rolle

Den organiserte idretten har gjennom sin ressurssterke medlemsmasse og kompetanse på idrettsfeltet blitt en naturlig samarbeidspart for kommunen i arbeidet med å realisere den statlige idrettspolitikken, både når det gjelder organisert og egenorganisert aktivitet. Det er gjennom denne offentlige samstyringen at NIF har monopol på representasjon av idretten i Norge.

Generelt har de frivillige organisasjonene tatt på seg oppgaven med å politisere det som i utgangspunktet er private spørsmål, og er med det en viktig bidragsyter ved å gi politisk input i offentlige debatter. I dag er frivilligheten en uvurderlig ressurs i samfunnet, både gjennom arbeidskraft og økonomiske midler. Bare i idretten har den årlige dugnadsinnsatsen en verdi på 1,7 milliarder kroner, en innsats som i 2014 tilsvarte lønnskostnader i overkant av 7 milliarder kroner (*Hanssen et al., 2014*). Idrettslagene blir også en viktig bidragsyter i arbeidet med å skape tilbud til egenorganisert aktivitet, da de er kvalifisert til å søke om spillemidler til nærmiljøanlegg (*Norges idrettsforbund, 2009*), og befinner seg der hvor aktiviteten skjer og behovene oppstår. Mange idrettslag tilrettelegger også for egenorganisert aktivitet i sitt lokalsamfunn.

Friluftslivet i Vestby er i stor grad basert på frivillig innsats. Idrettslag og velforeninger legger ned stort engasjement for å opprettholde og etablere turstier, og nærmiljøtiltak på friområder.

## 6.7 Universell utforming

Det eksisterer ikke noe entydig definisjon av begrepet tilgjengelighet. Tilgjengelighet blir brukt i veldig mange forskjellige sammenhenger. Grovt sett kan en si at det gjelder de muligheter en person har for å komme seg fram i et område. Denne tilgjengeligheten kan være avhengig av for eksempel fysisk avstand, eller fysiske forhold, og hindringer der en beveger seg.

**Universell utforming** er å utforme produkter og omgivelser på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og en spesiell utforming. Begrepet universell utforming brukes i friluftsliv om turveger og andre tilretteleggingstiltak som tilfredsstiller kravene i Norsk Standard for universell utforming av opparbeidete uteområder. Universell utforming inneholder et sterkere likestillingskrav enn det som ligger i begrepet tilgjengelighet for personer med nedsatt funksjonsevne.

For at en turvei/ -sti, eller deler av den, skal kunne regnes som universelt utformet må elementer som skilting, naturlige eller bygde lederlinjer, og benker finnes, og tilfredsstille kravene til universell utforming. Framkommelighet og sammenheng i stisystem, og gode forhold for rullestolbrukere bør framgå ved skilting.

Rullestolsymbolet skal kun brukes på turruter som er universelt utformet. Det er viktig at turruter som merkes som universelt utformet tilfredsstiller alle kravene til universell utforming i hele den angitte turrutas lengde.

Idrettsanlegg som mottar spillemidler skal oppfylle kravene til universell utforming, slik disse er utformet i Diskriminerings- og tilgjengelighetsloven, og Plan- og bygningsloven. Gjennom universell utforming er målet å bedre tilgjengeligheten og muligheten til samfunnsdeltakelse for alle. Ved planlegging og utforming av idretts- og nærmiljøanlegg må dette tas hensyn til. Det er derfor viktig at anleggsutbygger er informert.

I friluftslivssammenheng er **godt tilgjengelig** en kategori som kan brukes på ferdselsårer som er bedre tilgjengelig for mennesker med funksjonsnedsettelse, men hvor kravene til universell utforming ikke fullt ut er ivaretatt. Disse turveiene/ -stiene er bedre tilgjengelig og tilrettelagt enn de

enklest graderte stiene. Tilgjengeligheten skal være beskrevet i slik at brukerne selv kan vurdere egne muligheter til å bruke ferdselsåren.

Selv om kravene til godt tilgjengelig ikke er definert på samme måte som ved universell utforming, må standardene fra universell utforming legges til grunn ved tilrettelegging.

Når det gjelder turveier er det helt nødvendig at tilretteleggingen for rullestolbrukere overholdes på hele strekningen. Det hjelper ikke om det aller meste av traseen har god tilgjengelighet hvis en strekning er for bratt eller har løst underlag. Konsekvensen for en rullestolbruker uten ledsager kan være katastrofal spesielt i områder med begrenset, eller ingen mobildekning.

Det stilles store krav til planlegging for universell utforming. Universell utforming kan være omfattende og komme i konflikt med vernebestemmelser, eller andre hensyn. Ved tilrettelegging som avviker fra UU- standard må det informeres om, og beskrives, slik at den enkelte bruker kan vurdere sine egne ferdigheter i forhold til utfordringene. Det skal tilstrebes å få til minst mulig avvik fra standard. Merking med vedtatte symboler må følge gitt norm.

### **Estetikk og miljøhensyn**

Det er et vilkår for tilskudd av spillemidler til idrettsanlegg at byggverk og anlegg planlegges og utføres i samsvar med gjeldene lover, forskrifter og standarder. Det er viktig at det bygges idrettsanlegg som har god bestandighet og høyt brukspotensialet over tid, med hensyn til god driftsøkonomi og for å forebygge tidlig behov for rehabilitering. Lokalisering av nærmiljøanlegg og valg av materialtype (støydempende med mer) må vurderes i hver enkelt sak.

## 7 Områder for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i Vestby

Følgende hovedprinsipper skal legges til grunn for en samordnet anleggspolitikk for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i Vestby:

- Sikre områder til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv
- Etablere anlegg i nærhet til boligområder, skoler og barnehager (nærmiljøområder)
- Utvikle anlegg som er åpne for alle og som flere brukergrupper kan benytte: funksjonshemmede, toppidrettsutøvere, mosjonister, barn, ungdom og eldre.
- Rehabiliterer og oppgraderer eldre idretts- og friluftslivsanlegg
- Trafikksikker og lett adkomst til anleggene
- Bærekraftige, universell utforming og estetiske- og miljømessige forhold vektlegges

Befolkningsveksten er stor i Vestby kommune noe som fører til press på arealene. Det er viktig, samtidig som det er en utfordring, å bevare og øke utbygging av aktivitetsarenaer.

Tettstedene i Vestby begynner etter hvert å vokse seg store, og det forventes at kommunen får flere innbyggere de neste årene, slik at boligområdene må antas å øke i areal. Det bør derfor være et fokus på at nærmiljøområdene blir utgangspunktet for fremtidig anleggsutbygging for egenorganisert-, semiorganisert-, spontan- og hverdagsaktivitet og nærfriluftsliv. Måltrettet anleggsutbygging i samsvar med samfunnets mål, ulike ønsker og behov lokalt, samt kommunal finansiering, både av utbygging og drift av anlegg, er en stor utfordring.

I tradisjonell nærmiljøutvikling ligger ofte friområder og lekeområder spredt utover som enkeltvise satellitter, og det er ingen sammenheng mellom de forskjellige områdene, eller ferdselsårer som binder dem sammen. Områdene er også ofte konstruert med bestemte målgrupper for øyet, og tilrettelagt for forhåndsdefinerte aktiviteter.

Områdene bør i fremtiden sees på som en helhet som gir gode muligheter for fysisk aktivitet knyttet til skoler, barnehager og bomiljøer eller i relativ nærhet til der folk bor og oppholder seg. Det er derfor viktig at arealer rundt nærmiljøområdene blir sikret i fremtiden. Områdene og anleggene bør innby til egenorganisert lek og aktiviteter, gjennom gode aktivitetsarenaer. Derfor bør aktivitetsarenaene behovsprøves med tanke på hva de bør inneholde. Generelt bør utformingen av aktivitetsarenaene legges til rette for god samhandling mellom barn, unge og voksne. Det bør legges til rette for at mange forskjellige brukergrupper skal kunne ta det i bruk, og være et område som også inviterer til opphold og sosialisering som en attraktiv sosial møteplass.

I det daglige er ikke nærturen i særlig grad knyttet til spektakulære natur- eller kulturopplevelser. For de fleste handler det meste om rekreasjon, å komme seg ut, trekke frisk luft og være i bevegelse, i natur. For å få til funksjonell grønnstruktur må det drives systematisk og måltrettet planarbeid og oppfølging.

Tilgjengelighet er et relativt begrep. Ulike grupper har ulike behov og oppfatninger av hva som er lett tilgjengelig. De mest motiverte brukerne, som ivrige turgåere og joggere aksepterer gjerne både lengre avstand og kryssing av barrierer på sin vei til brukbare friluftsliv- og treningsområder. Barn, eldre og bevegelsehemmede er en langt mer sårbar gruppe. Lange avstander, trafikkbarrierer og store høydeforskjeller vil begrense deres muligheter til å utøve friluftsliv og fysisk aktivitet.

## 7.1 Vestby sentrum

**Vestby sentrum** består av nærmiljøene Randem, Sole og Vestby sentrum. **Randem** ligger lengst nord i Vestby sentrum og omfatter området nord fra Norwegian Outlet frem til jernbanelinja.

Jernbanelinja er skillepunktet mellom Randem og Vestby sentrum/Sole. Randmen er et sted som har en god blanding av næringsområde og boligfelt. Randem er det eldste feltet i Vestby sentrum. **Sole** omfatter området øverst på kollen straks sydøst for Vestby jernbanestasjon og straks øst for Follo Folkehøgskole.

Området er bebygget med enkelte lave boligblokker, men hovedsakelig eneboliger. Det er også bygget barnehager, barneskole, ungdomsskole og en stor kultur- og idrettsarena på området.

### Status og utfordringer

I randsonen rundt Vestby sentrum er det turstier og -veier i skogsområdene, og tilknytning til kulturlandskapet. Det planlegges en helårs tur- og lysløype i området. Det har vært, og er fortsatt store utbygginger på området. Særlig er det en utfordring å sikre såkalte "grønne korridorer" fra sentralt i boligområdene, og ut i marka. Det å bevare friområder i dette området er viktig.

Med tanke på all utbygging som skal skje i sentrum, er det lite plass til områder for fysisk aktivitet. Det setter da krav til å tenke innovativt og annerledes. I København var et av trenings- og lekearealene plassert på et parkeringshus, med trapp på utsiden av bygget, hvor man kan ta tiden opp. Dette anlegget var veldig populært blant skoler, barnehager og andre brukere på ettermiddagen. Grøstadparken blir et konkret område hvor det er naturlig å tilrettelegge for fysisk og sosial aktivitet. Det samme er parken som skal etableres mellom kulturkvartalet og rådhuset.

Det bør utarbeides en helhetlig plan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv for Vestby sentrum.

### IDRETTSANLEGG

<b>Idrettshaller</b>	<b>1</b>
Vestby Arena	
<b>Kunstgressbaner</b>	<b>1</b>
<b>Friidrettsanlegg</b>	<b>1</b>
<b>Skyteanlegg</b>	<b>1</b>
<b>Klatrevegg</b>	<b>1</b>
<b>Petanquebaner</b>	<b>3</b>

### TOTALE

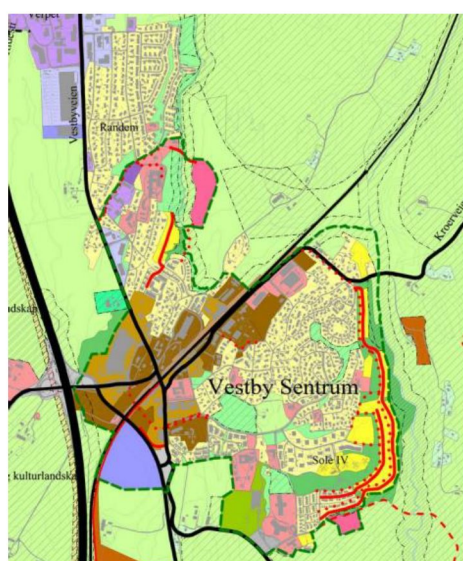
**NÆRMILJØANLEGG 2**

### FRILUFTSAREALER

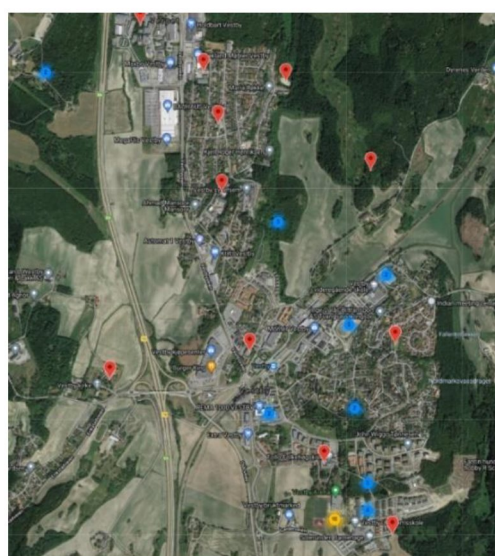
Turstier og -veier i skogsområdene, og kulturlandskapet, som er forbundet med Garder, samt inn i Ås kommune.

Gapahuk med bål plass.

Mulighet for skøytebaner



Kartutsnittet er hentet fra plankart kommuneplan 2019-2031 og viser en oversikt over Vestby sentrum. Kilde:



Kartutsnittet viser hvor det er registret anlegg i Vestby sentrum. Kilde: anleggsregisteret.no



## 7.2 Pepperstad og Hvitsten

**Pepperstad og Hvitsten** ligger vest i kommunen. **Pepperstad** er et boligområde mellom Vestby jernbanestasjon og Hvitsten. Området ble vesentlig utbygd på andre halvdel av 1970-tallet. Bebyggelsen består av blandet og variert småhusbebyggelse, foruten skoler, idrettsanlegg, skateboardbane og annen infrastruktur. Mellom Pepperstad og Vestby går Fv2. En betydelig andel av beboerne på Pepperstad er pendlere. I nærområdet finnes også gårdstun, ridemuligheter og turterreng. Nærmeste badestrender er i Hvitsten og Emmerstadbukta.

**Hvitsten** ligger ved Oslofjorden, omtrent midt mellom Drøbak og Son. Stedet har to populære badestrender, Hvitsten strand, med de gamle, vernede sjøbodene, og Emmerstadbukta som ligger et par kilometer sør. Kyststien går gjennom Hvitsten og er en naturlig ferdselsåre for gående mellom Hvitsten og Emmerstad. I dag er det en blanding av fastboende og fritidsboliger på stedet.

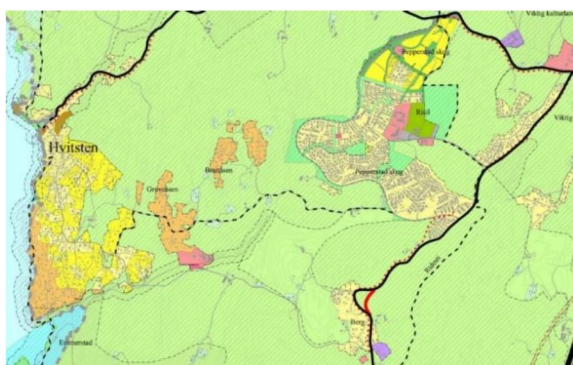
### Status og utfordringer

Pepperstad er et gammelt boligområde og mange av nærmiljøanleggene er utdaterte, bortsett fra i området rundt den nye etablerte skolen, som ble tatt i bruk i 2019.

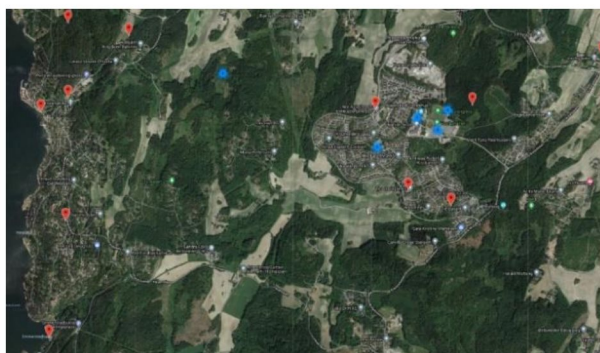
I de senere årene har det kommet nye nærmiljøanlegg i tilknytning til skolen og Vestbyhallen. Et nytt skateanlegg (2016) og en trimpark (2020). Dette har ført til at området rundt skolen og Vestbyhallen har fått en god anleggsdekning.

Kunstgressbanen nærmer seg tiden for utskiftning. I tillegg er det planlagt å bygge en innendørs fotballhall på grusbanen. Dette resulterer til man bør finne andre løsninger for å tilrettelegge for aktiviteten som i dag gjennomføres på grusbanen.

Det bør utarbeides en helhetlig plan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv for både Hvitsten og Pepperstad.



Kartutsnittet er hentet fra plankart kommuneplan 2019-2031 og viser en oversikt over Pepperstad og Hvitsten. Kilde: [vestby.kommune.no](http://vestby.kommune.no)



Kartutsnittet viser hvor det er registret anlegg i Pepperstad og Hvitsten. Kilde: [anleggsregisteret.no](http://anleggsregisteret.no)

IDRETTSANLEGG	
<b>Idrettshaller</b>	<b>1</b>
Vestbyhallen	
<b>Kunstgressbaner</b>	<b>1</b>
<b>Friidrettsanlegg</b>	<b>1</b>
<b>Skateanlegg</b>	<b>1</b>
<b>Grusbane</b>	<b>1</b>
<b>Trimpark</b>	<b>1</b>
<b>Hinderbane</b>	<b>1</b>

### TOTALE NÆRMILJØANLEGG

#### FRILUFTSAREALER

Flislagt rundløype, som prepareres for langrenn når snøforhold

Gapahuker med bål plass.

Utgangspunkt for turstier, og -veier til sjø, og innover i skog.

Kyststien.

Mulighet for skøytebaner om vinteren.

### 7.3 Garder

**Garder** ligger øst i kommunen, med umiddelbar nærhet til natur og friluftsområder. Garder er for det meste kulturlandskap, landbruksarealer, og store sammenhengende skogsområder. Det er disse skogsområdene som utgjør friluftslivskvalitetene her, med et stort stinettverk, som er skiltet og merket, og det er flere steder tilrettelagt med bål plass og gapahuk.

#### Status og utfordringer

Vinterstid går det skiløyper som har forbindelse til Ås kommune, med mulighet for preparering sørover til Ødemørk, og videre inn i Mossemarka.

Turområdene i Garder er mye brukt, og flere av turområdene har stor symbolverdi på grunn av den sterke lokalhistorien; med en rekke gravhauger fra bronsealderen, og hjemmefrontshytta fra 2. verdenskrig.

Det bør utarbeides en helhetlig plan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv for Garder.

**IDRETTSANLEGG**  
Fotballbane gress 1

**TOTALE**  
**NÆRMILJØANLEGG**

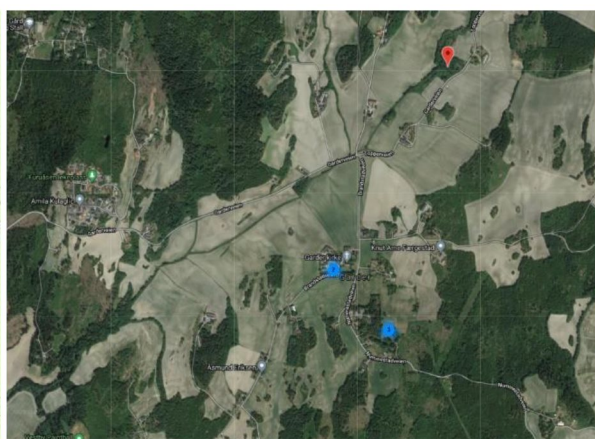
**FRILUFTSAREALER**  
Turrutenettverk for barmark.

Gapahuker med bål plass.

Skiløyper med forbindelse til Ås, og Ødemørk, med Mossemarka.



Kartutsnittet er hentet fra plankart kommuneplan 2019-2031 og viser en oversikt over Garder. Kilde: [vestby.kommune.no](http://vestby.kommune.no)



Kartutsnittet viser hvor det er registret anlegg i Garder. Kilde: [anleggsregisteret.no](http://anleggsregisteret.no)



## 7.4 Hølen

**Hølen** ligger sør for Vestby sentrum, øst for Son, og består av Hølen tettsted og Kjennsområdet. Hølen tettsted ligger samlet rundt Hølelsviadukten. Kjennsområdet har to boligområder nord for Kjennstjern. Det ene boligfeltet ligger rett nord for Kjennstjernet, mens det andre boligfeltet ligger noe lengre nord i tilknytning til næringsområdet. Dette boligfeltet har omsluttet av næringstomter på tre sider, og ligger ved sterkt trafikkert vei.

### Status og utfordringer

Hølelselva skaper en forbindelse mellom Hølen og Son, og det er godt tilrettelagt for ferdsel til fots, og med sykkel langs elva. Hølen gir muligheter for et variert friluftsliv, i form av turruter, elva, og historiske opplevelser.

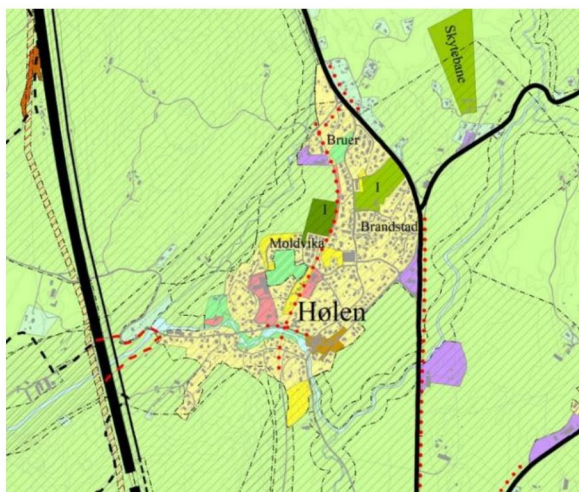
Kjennstjernet er også et spennende turmål. Tjernet har to flytende øyer, som flytter seg på vannet når det blåser.

Smålensbanen er restaurert og Hølelsviadukten satt i stand for gående og syklende. Strekingen fra Sonsveien til Kjennstjernet er omtrent helt flat, og er egnet for universell utforming.

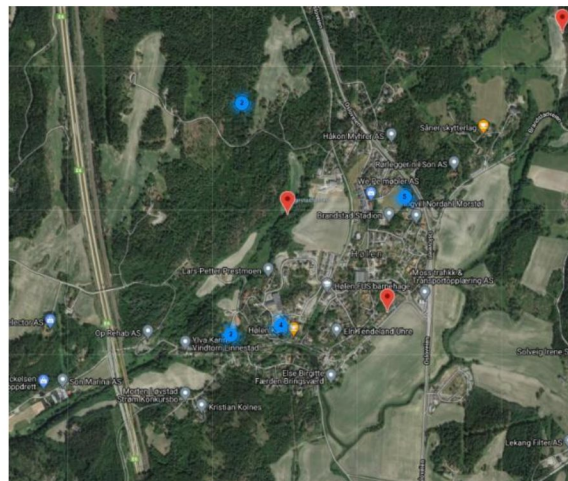
I januar 2016 ble ny skole på Hølen etablert. Det er flotte uteområder rundt skolen som legger til rette for ulike aktiviteter. Det har blitt etablert ballbinge, amfi, basketmål, husker, sandkasse og klatreapparat. I tillegg er det merket opp for sjekk og ludo.

På Brandstad er det et eget friluftsområde som er under planlegging i forbindelse med prosjektet "Smålensbanen".

Det bør utarbeides en helhetlig plan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv for Hølen.



Kartutsnittet er hentet fra plankart kommuneplan 2019-2031 og viser en oversikt over Hølen. Kilde: [vestby.kommune.no](http://vestby.kommune.no)



Kartutsnittet viser hvor det er registrert anlegg i Hølen. Kilde: [anleggsregisteret.no](http://anleggsregisteret.no)

### IDRETTSANLEGG

Fotballbane gress	1
Petanquebane	3
Skateanlegg	1

### TOTALE

### NÆRMILJØANLEGG

### FRILUFTSAREALER

Smålensbanen med turruter videre.

Kjennstjernet.

Gapahuker og bålplasser.

Skiløyper til Ødemørk og Son.

Mulighet for skøytebaner

## 7.5 Son

**Son** består av nærmiljøene Son sentrum, Grevlingen, Store Brevik og Deør og ligger i den sørlige delen av Vestby kommune. **Son** er et tettbebyggt sted og ligger ved utløpet av Hølelselva langs med Oslofjorden. **Son Sentrum** er den eldste delen av Son og består av mye gammel bebyggelse fra hollendertiden, med trehus og trange smug som gir et særpreg som man gjerne forbinder med byer langs kysten av Sørlandet. Det er også en populær småbåthavn.

**Grevlingen** er området øst i Son og består stort sett bare av skoler og areal tilrettelagt for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. **Store Brevik** er området sør i Son og består både av boligfelt og næringsstomter. Brevik er det nyeste feltet i Son. **Deør** er området som ligger nordøst i Son består stort sett av boligfelt. Fylkesvei 151 skiller Deør fra resten av Son.

### Status og utfordringer

Det er mange friluftsområder i tilknytning til bebyggelsen i Son. Grevlingen er et nærturområde som er godt tilrettelagt, med et stort stinettverk, og en lysløype på 4 kilometer. Grevlingen er også et naturlig utgangspunkt for turer til Ødemørk, og videre inn i Mossemarka. Området på Deør og Stavengåsen er populære nærturområdet for både Son og Hølen.

Det er mange badeplasser i Son, og syv av dem er statlig sikrede friluftsområder som kommunen forvalter.

På **Grevlingen** er det mange anleggselementer som er tilrettelagt både for egenorganisert, semiorganisert, organisert, spontan- og hverdagsaktivitet. Dette er derfor en viktig aktivitetsarena for befolkningen i Son. En ny flerbrukshall i tilknytning til eksisterende hall ble åpnet høsten 2020. Selv om anleggsdekningen er god på Grevlingen, er det stort potensial å i å utnytte uteområdene i større grad og bygge gode nærmiljøanlegg som vil komme befolkningen i området til gode. Det bør derfor vurderes å utvikle en helhetlig utviklingsplan for området.

**Brevik** er et område hvor det ikke finnes de store idrettsanleggene, men det finnes flere nærmiljøanlegg rundt skolen. Brevik har hatt stor boligutbygging de siste årene og veksten vil

IDRETTSANLEGG	
<b>Idrettshaller</b>	<b>2</b>
Grevlingen Vest	
Grevlingen Øst	
<b>Fotballbane gress</b>	<b>1</b>
<b>Kunstgressbaner</b>	<b>1</b>
<b>Terrensykkelanlegg</b>	<b>1</b>
<b>Svømmehall</b>	<b>1</b>
<b>Slalombakke</b>	<b>1</b>
<b>Sandvolleyballbaner</b>	
<b>Sandhåndballbaner</b>	
<b>Lysløype</b>	<b>1</b>
<b>Tennishall</b>	<b>1</b>
<b>Tennisbaner</b>	<b>2</b>
<b>Golfbane</b>	<b>1</b>

### TOTALE NÆRMILJØANLEGG

#### FRILUFTSAREALER

Grevlingen med turruter, lysløype, gapahuker, og terrensykkelanlegg.

Løype og turruter til Ødemørk og Mossemarka.

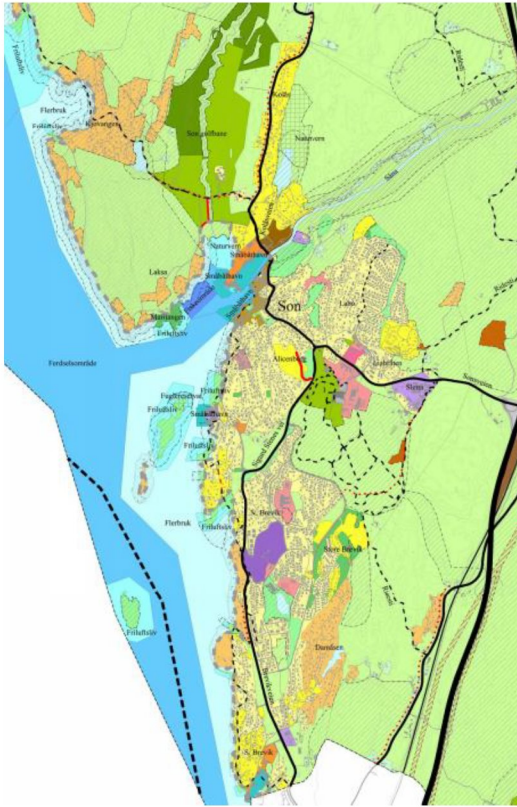
Badeplasser, og øyer.

Kyststien.

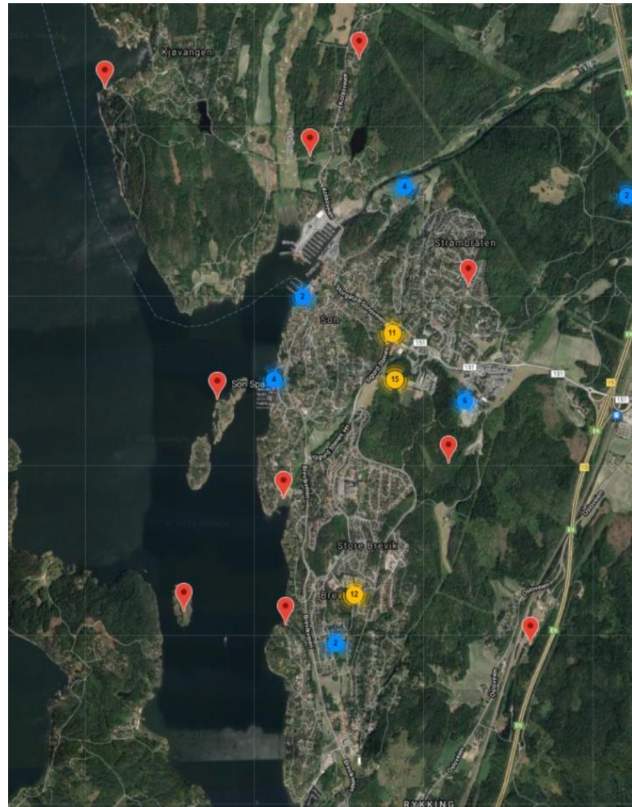
Mulighet for skøytebaner om vinteren.



fortsette i årene framover. I forbindelse med åpning av ny barneskole i 2018, har det blitt etablert en aktivitetsarena med mange muligheter.



Kartutsnittet er hentet fra plankart kommuneplan 2019-2031 og viser en oversikt over Son. Kilde: [vestby.kommune.no](http://vestby.kommune.no)



Kartutsnittet viser hvor det er registret anlegg i Son. Kilde: [anleggsregisteret.no](http://anleggsregisteret.no)

## 8 Fremtidens behov

Tall fra Norsk monitor viser at folk flest driver idrett eller fysisk aktivitet på egen hånd, på turstier og turløyper, i større utmarksarealer, park og grøntområder, treningsstudio, og vekt- og styrketreningslokaler. Samtidig peker nasjonale og internasjonale forskere på en global trend der ikke-tradisjonelle egenorganiserte aktiviteter vokser, spesielt hos ungdom. Dette er aktiviteter som i hovedsak organiseres av de unge utøverne selv, og er i veldig liten grad voksenstyrt. Det er mye som tyder på at mangfold i anlegg, aktiviteter, og tidspunkter for å kunne trene på egne premisser, er noe som tvinger seg frem, og som bør vektlegges i framtidig planlegging.

### 8.1 Anlegg

#### **Multisport- og aktivitetsanlegg**

Fysisk aktivitet skal først og fremst være gøy, men det å finne seg til rette i et miljø, ha et sted å møte andre, bli inspirert, og å føle tilhørighet viser seg å være betydningsfullt. Dette kan løses ved å tilrettelegge for flere moderne og attraktive aktivitetsarenaer, tilrettelagt for sambruk og flerbruk, på tvers av aktiviteter og målgrupper. Ved tilrettelegging og utforming av aktivitetsområder og aktivitetshus bør man prioritere det målgruppene vil ha, tørre å teste ut noe nytt, designe for trivsel og ønsket atferd, ved blant annet å sørge for belysning og gode sosiale områder ("hengeplasser"). Det kan være ønskelig å kunne kople uteområder og innendørsflatene sammen, som en sømløs og helhetlig opplevelse, og muligheter for helårsbruk må utredes. Innlemming av kunst, kultur, musikk, teknologi og utstyrssentral vil ytterligere bidra til å forsterke anleggets multifunksjon.

Multisport- og aktivitetsanlegg egner seg godt i byrom, parker, skolegårder og friluftsporter, men må være tilpasset omgivelsene, de ulike brukergrupper, og deres behov. Valg og sammensetning av konkrete anleggstyper må derfor ha sitt utspring i brukernes behov gjennom gode medvirkningsprosesser lokalt. Gode medvirkningsprosesser lokalt gir brukerne både identitet og eierskap til prosjektet.

Det er et ønske å få et aktivitetshus for egenorganisert aktivitet. Det kan for eksempel være relevant å se på bygg i kommunen som står midlertidig tomme til et slikt formål. Ved etablering av et slikt anlegg er det relevant å se det i sammenheng med andre kultur- og fritidsaktiviteter. Et slikt anlegg vil tiltrekke seg unge mennesker som vil drive egenorganisert fysisk aktivitet. I slike anlegg er det ingen idrettslag som «låser» hallen til en bestemt idrett på et bestemt tidspunkt. Standard idretts- og flerbrukshaller, som er bygd rundt om i landet er først og fremst tilpasset idrettens behov, og er tilrettelagt etter krav fra de tradisjonelle idrettene.

Med bakgrunn i den kraftige veksten av eldre som vil komme i Vestby kommune, samt at den voksne befolkningen generelt er langt unna statens anbefalinger for fysisk aktivitet, kan det fremover være aktuelt å legge mer til rette for den voksne delen av befolkningen også.

Fremtidens (multi-) anlegg er et område, eller sted der man kan drive idrett eller trene, egenorganisert, sammen med andre, eller alene. Det er også et møtested for lek. Området er verdifullt og berikende for nærmiljøet fordi det er en møteplass for mange felles interesser, og aktiviteter.



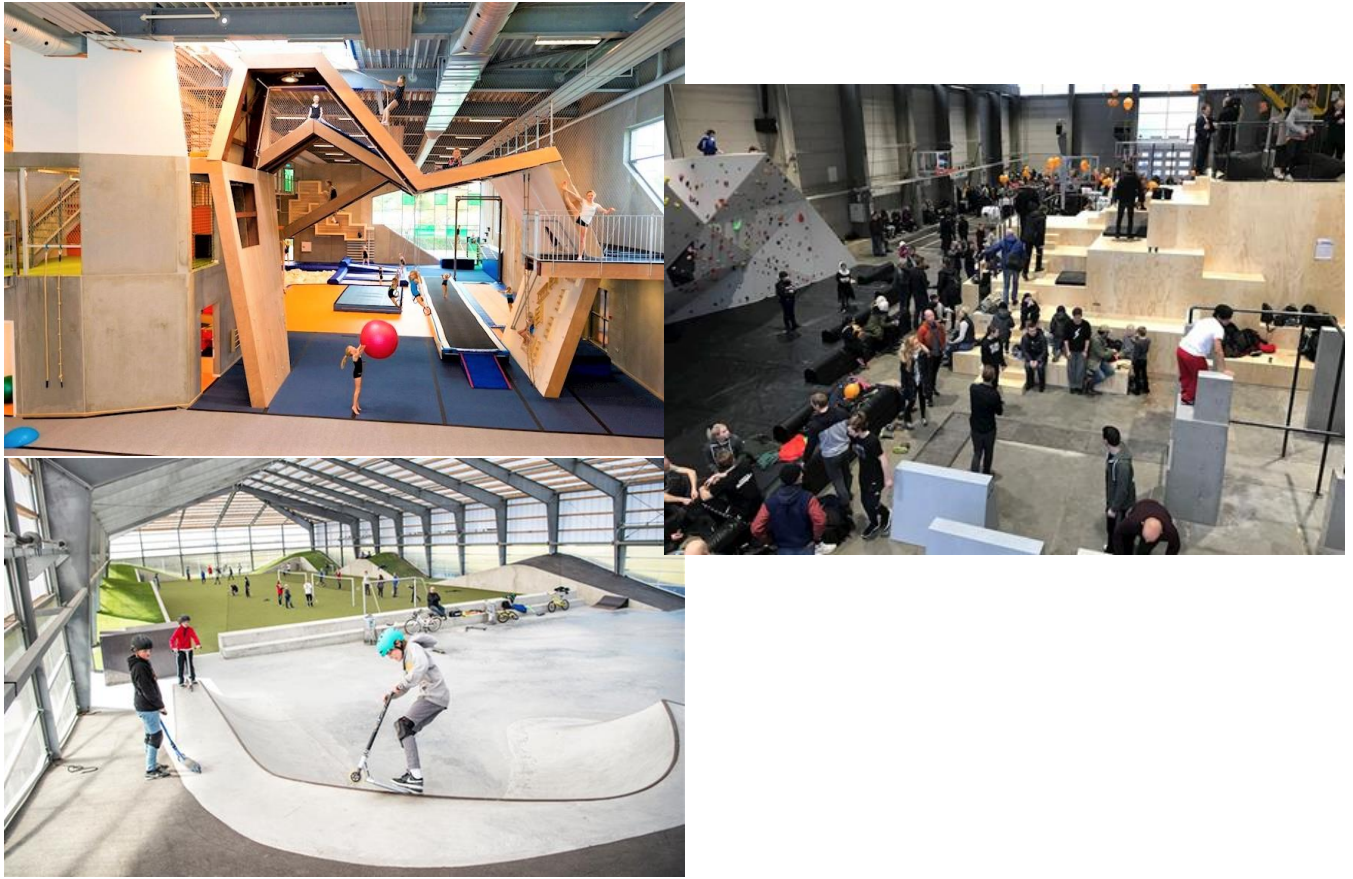
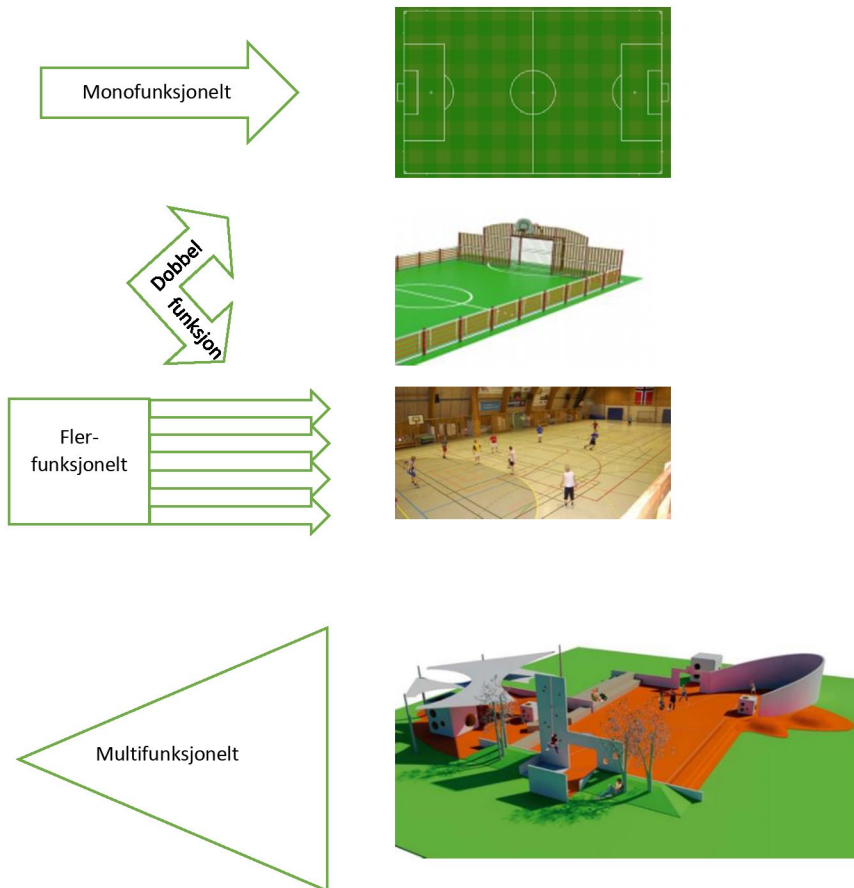


Foto bilde 1: Rune Johansen, Lokale og Anlægsfonden, bilde 2: Lokale og Anlægsfonden, bilde 3: Rune Johansen, Lokale og Anlægsfonden

### Nærmiljøanlegg

Nærmiljøanleggene bør legges til skolene, åpne møteplasser for ungdom som fritidshus og fritidsklubber, eller i relativ nærhet til der folk bor og oppholder seg. Videre blir det viktig at nærmiljøanleggene behovsprøves med tanke på hva de bør inneholde. Generelt bør utformingen av nærmiljøanleggene legge til rette for god samhandling mellom barn, unge og voksne. Skoler er arenaer der alle barn og unge oppholder seg store deler av dagen i oppveksten, og har fått økende betydning, både i undervisningssammenheng og i fritiden. Som en av de viktigste sosiale møteplassene i nærmiljøet er skolen viktig for egenorganisert fysisk aktivitet, der god tilrettelegging kan øke det fysiske aktivitetsnivået til barn og unge.

Kjennetegnende for et velfungerende nærmiljøområde er at de forskjellige leke-, idretts-, bevegelses-, og oppholdsområdene ikke er fragmenterte, monofunksjonelle områder vedsiden av hverandre, men at hele området oppleves som ett, uten klare grenser. Dette gir rom for at det kan oppstå nye aktiviteter, og sosialisering i møtet mellom de forskjellige funksjonene. Et annet viktig kjennetegn er at området er attraktivt å bruke av alle aldersgrupper, og at de bruker området samtidig. Et velfungerende nærmiljøanlegg kan være en multifunksjonell (ball-) bane, i kombinasjon av oppholdsområde for sosialisering, og aktivitetsområde for lek, motorisk aktivitet, og idrett uten ball.



## 8.2 Områder

Det er et nasjonalt politisk mål at alle skal ha mulighet til å drive friluftsliv som helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlig aktivitet i nærmiljøet og naturen. Friluftsliv forbindes ofte med aktiviteter i mer eller mindre urørt natur. Men friluftsliv kan også innebære en stor og variert gruppe aktiviteter og opplevelser i menneskepåvirket natur, landbrukets kulturlandskap, og naturinnslag i byer og boligområder. Denne typen friluftsliv kan betegnes som urbant friluftsliv og er en viktig del av byplanlegging og tettstedsutvikling. Tilgangen på parker, grønne arealer, områder for lek, rekreasjon, og fysisk aktivitet, samt sosiale møteplasser, i nærheten av der folk bor blir viktigere og viktigere med hensyn til økt fortetting og fokus på folkehelse. Urbanisering og fortetting gir også kortere avstander og grunnlag for mer gange, og sykling, men kan samtidig skape press på bokvalitet og felles leke- og utearealer. Temaet trenger økt oppmerksomhet.

Nærnatur som grøntområder, parker, trær, hundremeterskoger, badeplasser og vannspeil fremmer fysisk aktivitet, friluftsliv, sosial kontakt, og legger til rette for gode bomiljøer og kan bidra til å sikre naturmangfold. Grøntområder har samtidig en viktig funksjon i håndtering av overvann ved mye nedbør.

Fysisk aktivitet i naturen, i nærmiljøet er den formen for fysisk aktivitet seks av ti kan tenke seg å gjøre mer av i framtiden. Dette gjelder for både lite aktive og moderat aktive. Dette forteller to ting.

- 1) Befolkningen har et forbedringspotensial når det kommer til å benytte seg av nærliggende friluftslivsområder.
- 2) Det kan tyde på at det er behov for mer og bedre tilrettelegging flere steder for å senke terskelen for å ta disse i bruk.

Det bør oppleves trygt å ferdes i nærliggende park- og urbane friluftslivsområder. Det er viktig å ha god og riktig belysning flere steder, og enkel tilrettelegging i form av oppmerking og informasjon, - trykt, elektronisk eller i terrenget. Fysiske tiltak som aktivitetsanlegg, rasteplasser, bålplasser og utsiktsteder kan utgjøre en stor forskjell på bruken av sentrums- og tettstedsnære friluftslivsområder.

Nærtilgang på grøntområder er særlig viktig for barn, personer med funksjonsnedsettelse, eldre og mennesker som bor i utsatte områder. Gangavstand til daglige gjøremål lokalt bidrar til selvstendighet og livsmestring. Nærmiljøer bør være universelt utformet, godt vedlikeholdt, og tilrettelagt for å forebygge fall. Allment tilgjengelige torg og byrom, gatetun, og andre typer anlegg er sentralt for fysisk aktivitet.

### 8.3 Organisering

De egenorganiserte aktivitetene har ikke like sterk innflytelse som den organiserte idretten. Idretten i organiserte former har kontakt og mulighet til å påvirke administrasjonen og politikere. De egenorganiserte aktivitetene mangler ofte støtteapparat med gjennomføringskraft, og har ikke en naturlig rolle i offentlige prosesser. Kommunen må derfor i større grad ta ansvar for å involvere de egenorganiserte aktivitetene i planleggingsarbeidet, og stimulere til at egenorganiserte miljøer og andre aktører kan tilrettelegge for aktivitet på aktivitetsflater for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet.

Forskning på barrierer viser at det er behov for tilrettelegging for aktivitet også i feltet egenorganisert idrett og fysisk aktivitet. Det er mye frivillighet også i den egenorganiserte idretten. Også her er det lag, organisasjoner eller grupper som arrangerer begivenheter, kurs og workshops, og som ønsker å etablere/ drifte anlegg i nærmiljøet. Eksempler på dette er organisasjoner som tilrettelegger for dansekurs, og workshops for barn og unge, som ønsker å drive med streetdans, eller parkour, og som leier og drifter lokaler som er åpne for alle. Det finnes også egenorganiserte terrengsykkelgrupper som inviterer nybegynnere til sykkelturet, paintball gruppe som holder lavterskel kurs for ungdom i lokalmiljøet, og surfere som har nybegynnerkurs med unge som vil teste ut surfing. Det er mange ulike sammensetninger av miljøer som stimulerer og engasjerer til aktivitet på ulike arenaer for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet. Verdien av dette bør anerkjennes og likestilles det som skjer i den organiserte idretten og i det organiserte friluftslivet.

Semiorganisering av aktiviteter med aktivitetsledere, eller anleggsverter kan være tiltak for å få i gang egenorganiserte aktiviteter i kommunale anlegg. En aktivitetsleder er en som tar litt ekstra ansvar, og veilede andre deltakere i aktiviteten, hvis behov, for deretter drive aktiviteten på egenhånd. Anleggsverter har ansvar for anlegget, og ved behov bidrar med å organisere og sette i gang aktiviteter, og ser at alle får anledning til å delta. Den ene trenger tilstrekkelig kompetanse til å hjelpe en nybegynner, den andre evnen til å organisere. I Danmark er dette mer utbredt, og nok en av suksessfaktorene for at anleggene blir mye brukt. En slik semiorganisering kan være aktuelt på flere av anleggene i kommunen, hvor man kan utøve egenorganisert aktivitet.

### 8.4 Teknologi

Samfunnet vårt gjennomgår store endringer. Siden tusenårsskiftet har digital teknologi endret måten vi arbeider, kommuniserer med hverandre og tar til oss kunnskap. Vi må utnytte teknologien og sørge for at den kan brukes til å stimulere til et mer aktivt liv. Vi må stille oss spørsmålet; *“Hvordan kan teknologien være med på å skape og tilrettelegge for et mer aktivt liv?”*. Bruk av teknologi kan gjøre underverker for motivasjonen til å være mer aktiv.

Bruk av teknologi og apper som læringsverktøy og stimuli til å være aktiv, kan gi lite motiverte innbyggerne en ny glød samt øke gleden til de som allerede er godt aktive.

Å ta i bruk teknologi kan være en stor del av løsningen for både bærekraftig utvikling, gi kunnskap og tilrettelegge for et mer aktivt liv. Eksempler på hvordan utnytte teknologi:

- Tilgang til elektronisk tidtaking, som for eksempel Swimtag. Swimtag er et elektronisk system for registrering av dine svømmeøkter og gir deg en oversikt over din treningsprogresjon i Konkurransesvømmebassengene. Kort og godt en egen personlig elektronisk treningsdagbok.
- Nye teknologiske leker som stimulerer til å være aktiv for eksempel droneracing. Droneracing er en sportstype der deltakerne kontrollerer "droner", utstyrt med kameraer mens de har på seg hodemonterte skjermer som viser livestream-kameratilførsel fra dronene. I likhet med luftkjøring i full størrelse, er målet å fullføre et fast kurs så raskt som mulig.
- Utnytte spillteknologi, for eksempel hinderbaner med registrering av feil, poeng, tid osv.
- Lys som styres av brukerne i området (dimmer/ lysbryter).
- Lysdioder som en kan løpe etter.
- Lysmarkeringer som kan endre spiller-/ lekplanet (istedenfor linjeoppmerking og kjegler).
- Teknologi for registrering av aktivitet i kommunens anlegg; individuell/personlig statistikk, og gruppestatistikk.

## 9 Samarbeid

For å tilrettelegge og stimulere til et aktivt liv for befolkning i Vestby, er det viktig med et godt samarbeid og samhandling mellom kommunen, lag og organisasjonslivet. I dag har kommunen blant annet samarbeid med idrettsråd/ idrettslag, friluftslivsorganisasjoner og andre kommuner.

Kommunen ønsker medvirkning fra alle innbyggerne, både de som er med i frivillige organisasjoner, og enkeltpersoner. Medvirkning kan være alt fra ønsker og meninger om utførelse av tiltak, til praktisk arbeid. Bruker- og innbyggermedvirkning kan i stor grad være med på å påvirke resultatene og suksess i prosjekter.

Vi prioriterer frivilligheten ved henvendelser om hjelp eller støtte, og har ofte samtaler og uformelle møter med medlemmer og representanter fra forskjellige frivillige organisasjoner, - alt fra hjelp til å orientere seg i det kommunale systemet, eller drøfting av større prosjekter.

### 9.1 Idrettsråd

Idretten i Norge er organisert med idrettsråd i nesten alle kommuner. Vestby idrettsråd er organisert i Norges Idrettsforbund (NIF). Vestby idrettsrådet er et fellesorgan for alle idrettslagene som er medlem i NIF i Vestby kommune. Idrettsrådet skal arbeide for best mulig forhold for idretten i kommunen.

I 2014 ble det inngått en samarbeidsavtale mellom Vestby kommune ved administrasjonen og Vestby idrettsråd og avtalen er fortsatt gjeldende. Hensikten med avtalen er å fastsette samarbeidsrammer og ansvarsdeling i idrettssaker mellom Vestby kommune og Vestby idrettsråd. Avtalen skal bidra til en klargjøring av viktige prinsipper og gjensidige krav og forventninger til samarbeidet. I denne avtalen står det blant annet at Vestby kommune skal rådføre seg med Vestby idrettsråd i saker som angår idretten, samt at idrettsrådet skal gi råd på vegne av idrettslagene i kommunen. Eksempler på aktuelle temaer er:

- Kommunedelplanen for idrett og fysisk aktivitet
- Tildeling av kulturtilskudd
- Revidering av kommunens handlingsprogram for idrett og fysisk aktivitet
- Fordeling av trenings- og arrangementstider i kommunens anlegg for fysisk aktivitet

### 9.2 Skole

Skolen spiller en viktig rolle for idrett og fysisk aktivitet. Skolen er en arena hvor det er stor påvirkning gjennom holdninger i forbindelse med kroppsøving, lek i friminuttet og et sted hvor barn kan samles etter skoletid. Kroppsøvingsfaget gir stimulans til fysisk aktivitet og legger grunnlaget for regelmessig fysisk fostring.

Grunnskolen tar hånd om barna i en meget viktig periode for utvikling av fysiske ferdigheter og egenskaper og utvikling av motoriske ferdigheter. Kommunene har et særlig ansvar for å legge til rette utemiljøer slik at fysisk aktivitet kan drives i henhold til læreplaner.

Skolen og nærmiljøanleggene rundt er en viktig aktivitetsarena for barn og unge. Et samarbeid mellom skole, idrettslag og friluftslivsorganisasjoner om aktiviteter, anlegg og områder er nyttig og økonomisk gunstig. Som eksempel kan anleggene brukes av skolen på dagtid, og av idretten på kveldstid.

### 9.3 Lag og foreninger

For å tilrettelegge og stimulere til et aktivt liv for befolkning i Vestby, er det viktig med et godt samarbeid og samhandling mellom kommunen og enkelt lag og foreninger. Kommunen har



samarbeidsavtale med noen, og vil kunne være en samarbeidspartner ved inngåelse av grunneieravtaler og tilretteleggingsavtaler.

### **Velforeninger**

En velforening er en sammenslutning av- og for beboere i et avgrenset geografisk område, for eksempel et boligfelt, et «sted» eller en grend, som har gått sammen for i fellesskap å skape et trivelig og trygt bo- og nærmiljø. Det er en forening som ikke er basert på særinteresser, men ser området som en helhet og tar opp de utfordringer deres nærmiljø står overfor. Velforeningene gjør et viktig arbeid med vedlikehold og for å holde det rent og trivelig i nærmiljøet.

Det er ofte et utbredt uformelt samarbeid mellom velforeninger, og mellom velforeninger og andre organisasjoner og næringslivet. Initiativet kan komme fra vellene eller fra kommunen. Oftest skjer samarbeidet fra sak til sak, f.eks. i planspørsmål, trafikksaker eller angående bygging av et forsamlingslokale.

### **Friluftslivsorganisasjoner**

Samarbeidet med friluftslivsorganisasjoner er ikke så formalisert som samarbeidet med idrettsrådet. Likevel har kommunen direkte samarbeid med flere lokale friluftslivsorganisasjoner.

## 9.4 Andre

### **Grunneiere**

Det er viktig å ha et godt samarbeid med grunneierne i kommunen, med tanke på for eksempel merking av stier og utvikling av nye friluftslivsanlegg.

### **Andre kommuner**

Kommunen samarbeider også med andre kommuner i regionen. Dette skjer gjennom Viken fylkeskommune, som for eksempel søknad om spillemidler og folkehelsearbeid. Det er også naturlig å samarbeide med nabokommuner om turkart som går over flere kommunegrenser. Ved etablering av store sentralanlegg for idrett, er det hensiktsmessig å vurdere interkommunalt arbeid. Det kan søkes om ekstra tilskudd fra spillemidlene til slike anlegg. Det er hensiktsmessig å vurdere samarbeid med nabokommuner når det er snakk om store idrettsanlegg, som for eksempel svømmehall og spesialhaller.

### **Lokalt næringsliv**

Det lokale næringslivet gir arbeidsplasser, inntekter og viktige bidrag til lokal samfunnsutvikling der bedriftene er. De bidrar til fellesskapet ved å skape og bevare arbeidsplasser, og produsere varer og tjenester. De betaler selskapskatt og arbeidsgiveravgift, og de ansatte betaler inntektsskatt. Til sammen blir alt dette bedriftenes samfunnsbidrag som vil komme til gode for befolkningen i Vestby.

## 9.5 Utfordringer med samarbeid

De fleste lag og organisasjoner tilhører den frivillige sektoren. Frivillig innsats er en stor verdi og ressurs i samfunnet. Store deler av samarbeidet går mellom offentlig sektor og frivillig sektor. Frivillige lag og organisasjoner har egne mål og verdier og velger hvilke oppgaver og ansvar de vil ha. På den andre siden er kommunens oppgave å få en helhetlig planlegging og prioritering. Utfordringen ligger i samspillet mellom disse to sektorene. En forutsetning for et godt samarbeid er gjensidig respekt og forståelse for ulik organisering.

Vestby kommune ønsker å legge til rette for at frivillige lag og organisasjoner kan drive med det de brenner for, og er gode på. De aller fleste frivillige lag og organisasjoner har, som andre organisasjoner eller enkeltpersoner i kommunen kontakt med administrasjonen i forbindelse med formalitetssaker. I den formelle saksbehandlingen stiller kommunen stort sett samme krav til



frivilligheten som til andre, og Vestby kommune tilstreber å gi likeverdig behandling ved alle henvendelser.

Ved behov kan kommunen være samarbeidspartner i prosjekter. I de tilfeller der frivilligheten ønsker at kommunen skal være en samarbeidspartner må hensikten med å inngå et forpliktende samarbeid vurderes, og samarbeidsformer inngå som del av avtalen. Kommunen må være sikker på at organisasjonen kan oppfylle forpliktelsene, og at den som inngår avtalen kan forplikte organisasjonen. Ved inngåelse av samarbeid må det foreligge skriftlig avtale.

Det er viktig å skille mellom frivillig arbeid og organisasjoner som koordinerer frivillig arbeid. De sistnevnte har ofte ansatte og organiserer aktiviteter med profesjonelt tilsnitt, og er derfor bedre definert som ikke-kommersielle velferdstjenester eller non-profit-organisasjoner. Profesjonalisering av frivilligheten blir mer aktualisert der det stilles stadig større krav til faglig kompetanse knyttet til foreningenes virksomhet, enten det er i form av trenere og instruktører, drift av anlegg eller med tanke på administrativ og forretningsmessig kompetanse.

## Vedlegg A – Definisjoner og begrepsavklaring

**Idrett:** Med idrett forstås trening og konkurransevirkosomhet i den frivillige, medlemsbaserte idretten. En aktivitet kalles idrett når den innebærer fysisk aktivitet med konkurranse-, trenings- eller mosjonskarakter, og når konkurranseaktiviteten er målbar etter godkjent regelverk. I Norge innebærer dette i hovedsak, men ikke utelukkende, den aktiviteten som foregår i regi av NIF og deres organisasjonsledd.

**Organisert aktivitet:** Med organisert aktivitet menes den aktiviteten som vanligvis assosieres med idrettsutøvelse, som drives og ledes av noen. Dette kan være i et idrettslag, på et treningssenter med faste gruppetimer eller turer ledet av en friluftslivsorganisasjon. I dette ligger en grad av tilrettelegging, planlegging og gruppetilhørighet.

**Egenorganisert aktivitet:** Med egenorganisert aktivitet menes at individene selv står for planlegging og gjennomføring av aktiviteten. Egenorganisert aktivitet kan foregå på mange arenaer, f.eks. på et treningssenter, i nærmiljøet, ute i naturen eller i et idrettslag. Egenorganisert aktivitet er den aktiviteten som vanligvis forbindes med friluftsliv, trening og mosjon.

**Semiorganisert aktivitet:** Med semiorganisert aktivitet menes at man setter av tid til en aktivitet der hvor det er mulighet for åpen deltakelse uten at man trenger å være medlem av en organisasjon for å delta. Semiorganisert aktivitet kan forbindes med for eksempel åpne trim timer for eldre, åpne løpetreninger osv.

**Spontan – og hverdagsaktivitet:** Med spontan- og hverdagsaktivitet menes den aktiviteten som vanligvis forbindes med transport som gåing og sykling til og fra skole eller arbeid, aktivitet i skoledagen eller arbeidsdagen, og aktivitet i daglige gjøremål, som lek, gange, husarbeid, hagearbeid, snømåking osv.

**Friluftsliv:** Er opphold og fysisk aktivitet i friluft med sikte på miljøforandring og naturopplevelse, herunder jakt og fiske.

**Friluftsanlegg:** Med friluftsanlegg menes område som er tilrettelagt for friluftaktivitet av ulike slag.

**Friluftsområde:** Med friluftsområde menes områder for ulike former av friluftsliv. Trenger ikke å være opparbeidet, det er klart til bruk.

**Nærmiljøanlegg:** Med nærmiljøanlegg menes anlegg forbeholdt egenorganisert aktivitet. For eksempel ballbinge, skateanlegg osv.

**Nærmiljøområde:** Med nærmiljøområde menes flere nærmiljøanlegg samlet på et sted.

**Grønne korridorer:** Med grønne korridorer menes sammenhengende forbindelser som knytter bebygde områder opp mot marka. Er som regel opparbeidet for ferdsel, men kan også ha funksjon kun for dyrelivet.

**Idrettsanlegg:** Med idrettsanlegg menes anlegg beregnet for konkurranseidrett, trening og fysisk aktivitet. Interkommunale anlegg Med interkommunale anlegg menes anlegg hvor flere kommuner går sammen om planlegging, prosjektering, finansiering og gjennomføring.

**Spillemidler:** Med spillemidler menes overskudd fra Norsk Tipping som blant annet tildeles norsk idrett etter søknad. Det gjelder både til aktivitet og anlegg. Den enkelte kommune samordner både private og egne søknader om spillemidler til anlegg, og videreformidler disse til fylkeskommunen for behandling. Lokale aktivitetsmidler (LAM) blir fordelt av idrettsrådene.

**Fysisk aktivitet:** Med fysisk aktivitet menes enhver aktivitet der man bruker musklene/kroppen, og som gir økt energiforbruk.

**Folkehelse:** Med folkehelse menes befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning.

**Folkehelsearbeid:** Med folkehelsearbeid menes samfunnets innsats for å påvirke faktorer som direkte eller indirekte fremmer befolkningens helse og trivsel, samt arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen.

Definisjoner fra Friluftslivets ferdselsårer, og Merkehandboka, som brukes videre i dette dokumentet:

**Trasé** defineres som en korridor i terrenget for både foreslåtte, planlagte, og eksisterende ferdselsårer og turruter. En trasé har definert start- og sluttpunkt.

**Ferdselsårer** er traséer for ferdsel som er synlige i terrenget i den sesongen som er aktuell for bruk, og leder for ferdsel på vann og over breer.

**Turrute** er skilta, merka og kartfesta trase for ferdsel i den sesongen som er aktuell for bruk. Det skilles mellom flere typer turruter, se Merkehandboka.no for mer informasjon.

**Målpunkt** er både steder der det er naturlig å starte og avslutte bruken av ferdselsårene, og attraksjoner/ steder som motiverer til bruk av dem. Eksempler på slike steder er holdeplasser for offentlig transport, innfallsporter, parkeringsplasser, utsiktspunkt, serveringssteder, skoler/barnehager, kulturminner, osv.

Ulike ferdselsårer: **Sti** er et tydelig, smalt og sammenhengende tråkk i terrenget som har oppstått gjennom bruk eller aktiv tilrettelegging. **Turveg** er en opparbeida og sammenhengende ferdselsåre med jevnt og fast dekke i minst 1,2 m bredde.

[Lov om friluftslivet \(friluftsloven\)](#)

§ 1 a. (Hva som forstås med innmark og utmark.)

Som innmark eller like med innmark regnes i denne lov gårdsplass, hustomt, dyrket mark, engslått og kulturbeite samt liknende område hvor allmenhetens ferdsel vil være til utilbørlig fortrengsel for eier eller bruker. Udyrkete, mindre grunnstykker som ligger i dyrket mark eller engslått eller er gjerdet inn sammen med slikt område, regnes også like med innmark. Det samme gjelder område for industrielt eller annet særlig øyemed hvor allmenhetens ferdsel vil være til utilbørlig fortrengsel for eier, bruker eller andre.

Med utmark mener denne lov udyrket mark som etter foregående ledd ikke regnes like med innmark.

§ 2. (Ferdsl i utmark.)

I utmark kan enhver ferdes til fots hele året, når det skjer hensynsfullt og med tilbørlig varsomhet.

Det samme gjelder ferdsel med ride- eller kløvhest, kjelke, tråsykkel eller liknende på veg eller sti i utmark og over alt i utmark på fjellet, såfremt ikke kommunen med samtykke av eieren eller brukeren har forbudt slik ferdsel på nærmere angitte strekninger.

Om motorferdsel i utmark gjelder også lov om motorferdsel i utmark og vassdrag.

## Lov om motorferdsel i utmark og vassdrag (motorferdselloven)

### § 1. (formål).

Formålet med denne lov er ut fra et samfunnsmessig helhetssyn å regulere motorferdselen i utmark og vassdrag med sikte på å verne om naturmiljøet og fremme trivselen.

### § 2. (virkeområde).

Med motorferdsel menes i denne lov bruk av kjøretøy (bil, traktor, motorsykkel, beltebil, snøscooter o.l.) og båt eller annet flytende eller svevende fartøy drevet med motor, samt landing og start med motordrevet luftfartøy.

Med utmark menes udyrket mark som etter lov om friluftslivet § 1 a første ledd ikke regnes som innmark eller like med innmark. Setervoll, hustomt, engslått, kulturbeite og skogplantefelt som ligger i utmark, regnes i denne lov like med utmark.

Veg i utmark som ikke er opparbeidd for kjøring med bil, anses i denne lov som utmark. Det samme gjelder opparbeidd veg som ikke er brøytet for kjøring med bil.

Med vassdrag menes åpne og islagte elver, bekker og innsjøer.

Loven gjelder ikke landingsplass for luftfartøy når det er gitt konsesjon etter lov 11. juni 1993 nr. 101 om luftfart § 7-5.

### § 3. (forbud mot motorferdsel i utmark og vassdrag).

I utmark og vassdrag er motorferdsel ikke tillatt med mindre annet følger av denne lov eller vedtak med hjemmel i loven.

## Vedlegg B - Anleggsoversikt for Vestby kommune

I henhold til anleggsregisteret.no har kommunen i alt 134 (se kart under) anlegg for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv. 46 av anleggene er nærmiljøanlegg og 88 av anleggene er ordinære anlegg.

Vestby kommune har god anleggsdekning for fotball og innendørsballspill/ hallaktiviteter. Idrettsanleggene i kommunen er stort sett fordelt på fem steder: Vestby sentrum, Pepperstad og Hvitsten, Son og Hølen, med noe i Garder.

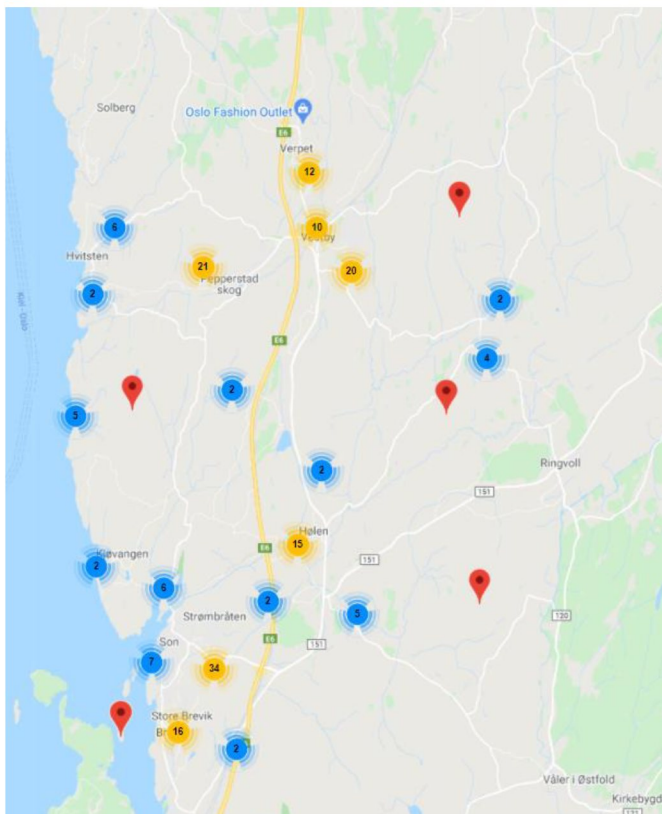
De fleste anleggene ligger i tilknytning til skoler, og brukes av disse på dagtid. På skoler som ikke ligger i umiddelbar nærhet til idrettsanlegg er det gymsaler og mindre nærmiljøanlegg med grusbaner, ballbinger etc.

Vestby kommune har god anleggsdekning hva angår den organiserte idretten, men har et utviklingspotensial hva angår anlegg for egenorganisert aktivitet og anlegg for friluftsliv.

Vestby kommune har en del eldre idrettsanlegg, noe som medfører slitasje og skader. Det er viktig å sørge for at eldre anlegg har god funksjonalitet og holder god standard. Da disse ble bygget ble det ikke lagt vekt på universell utforming. En rekke anlegg bør derfor rehabiliteres. Det er viktig å få de gamle idrettsanleggene i god brukstilstand før man bygger nye.

Det er viktig å ha anlegg som flere kan ha nytte av -både idretten, skolen og egenorganisert aktivitet. Samtidig er det viktig med spredning med tanke på ulike anleggstyper, da det er ulike interesser for idrett og fysisk aktivitet. Barn og unge har ikke de samme interessene. Likevel er det viktig at aktiviteter kan samles på samme område(nærmiljøområde). Mange av nærmiljøområdene mangler tilgang til enkle og nære anlegg for lek og fysisk aktivitet. Dette skal være fokusområde i denne planperioden.

Å involvere idrettslag og friluftslivsorganisasjoner tidlig i planleggingen av nye idretts- og friluftslivsanlegg i kommunen er hensiktsmessig. Handlingsprogrammet for idrett og fysisk aktivitet (se vedlegg) viser prioriteringen for utbygging og rehabilitering av anlegg for idrett og fysisk aktivitet i Vestby kommune. Kommunen og lag og organisasjoner har ofte ulike ønsker og behov for idrettsanlegg. Det er derfor viktig, samtidig som det er en utfordring, at de som leverer planer og anleggsønsker, dokumenterer behovene på en utfyllende måte.



Oversikt over de registrerte anleggene i Vestby kommune. Kilde: anleggsregisteret.no

Vedlegg B - Oversikt over eksisterende nærmiljøanlegg i Vestby – data hentet fra anleggsregisteret.no

Byggeår	Sted	Anleggstype	Eier	Anleggsnavn
1920	Garder skole	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Garder skole - ballbane
1947	Kroken badeplass	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Kroken ballbane
1955	Hvitsten fotballbane	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Hvitsten fotballbane
1970	Grøstadbanen	Liten balløkke/-bane	Sole skog/Grøstad Fallentin vel	Grøstadbanen
1976	Brandstad stadion	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Brandstad stadion
1976	Høgda ballplass	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Høgda ballplass
1978	Pepperstad ballplass	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Pepperstad ballplass
1978	Randemfaret ballplass	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Randemfaret ballplass
1980	Idrettsplass store brevik	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Store brevik ballplass
1982	Brevik skole og grendesenter	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Brevik grusbane
1987	Balløkke vollehagen	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Balløkke vollehagen
1989	Bjørlien skole	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Bjørlien skole, ballbane
1997	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Risil Idr.anlegg - aktivitetsflate
2000	Risil Idrettsanlegg	Skatepark	VESTBY KOMMUNE	Risil Idr.anlegg - skatepark
2001	Brevik skole og grendesenter	Skatepark	STORE BREVIK VELFORENING	Brevik skateanlegg
2004	Bjørlien skole	Tursti	VESTBY IDRETTSLAG	Bjørli skole - ski/ tursti (MKN)
2004	Grøstad Nærmiljøanlegg - Sole skog	Liten balløkke/-bane	Sole skog/Grøstad Fallentin vel	Grøstad ballbane
2004	Grevlingen skianlegg	Skileikanlegg	SON SLALOMKLUBB	Son slalombakke - skileikanlegg
2005	Bjørlien skole	Tur-/skiløype	VESTBY IDRETTSLAG	Bjørli skole - Bjørlistubben Løype (NMK)
2005	Bjørlien skole	Hinderløype	VESTBY KOMMUNE	Bjørlien skole Aktivitetsløype
2005	Grevlingen skianlegg	Tur-/skiløype	FORUM FOR NATUR OG FRILUFTSLIV I VESTBY	Grevlingen Skianlegg - skiløype/tursti n
2005	Pepperstad Skog	Nærmiljøkart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Pepperstad Skog Nær o-kart



<b>2005</b>	Grøstad Nærmiljøanlegg - Sole skog	Ballbinge	VELFORENINGEN SOLE SKOG III	Sole skog ballbinge
<b>2007</b>	Skogen Vel - Ballplass MKN	Liten balløkke/-bane		Skogen Vel Ballplass MKN
<b>2007</b>	Pepperstad Skog	Skileikanlegg	PEPPERSTAD SKOG VEL	Wesselbakken - Pepperstad Skog
<b>2008</b>	Son skole	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Son skole
<b>2008</b>	Vestby skole	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Vestby skole - basketbane
<b>2008</b>	Vestby skole	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Vestby skole - håndballbane/ballbane
<b>2008</b>	Vestby skole	Sandvolleyballbane	VESTBY KOMMUNE	Vestby skole - sandvolleyballbane
<b>2012</b>	Son skole	Ballbinge	VESTBY KOMMUNE	Son skole - Ballbinge
<b>2013</b>	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Tur-/skiløype	VESTBY IDRETTSLAG	Risil Idr.anlegg - turløype (flis)
<b>2013</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Petanquebane	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - utendørs petanquebane - bane 1
<b>2013</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Petanquebane	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - utendørs petanquebane - bane 2
<b>2013</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Petanquebane	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - utendørs petanquebane - bane 3
<b>2013</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Flerbruksområde (ute)	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - utendørs trimløype med treningsapparater
<b>2014</b>	Bjørlien skole	Hinderløype	VESTBY KOMMUNE	Bjørlien skole hinderløype
<b>2015</b>	Hølen skole	Ballbinge	VESTBY KOMMUNE	Hølen skole - ballbinge
<b>2018</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Sandhåndballbane	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen sandhåndballbane
<b>2018</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Sandvolleyballbane	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen sandvolleyballbane
<b>2019</b>	Brevik skole og grendesenter	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Brevik basketballbane
<b>2019</b>	Brevik skole og grendesenter	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Brevik skole turløype

<b>2020</b>	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Trimpark	VESTBY IDRETTSLAG	Risil treningspark
	Brevik skole og grendesenter	Fotballbane kunstgress	VESTBY KOMMUNE	Brevik kunstgress fotballbane
	Grøstadbanen	Flerbruksområde (ute)		Grøstadbanen Aktivitetsanlegg
	Husjordet tennisanlegg	Flerbruksområde (ute)	SOON TENNISKLUBB	Husjordet tennisanlegg - minitennisbaner
	Brandstad stadion	Skatepark	HØLEN IDRETTSKLUBB	Hølen skateanlegg

Vedlegg B - Oversikt over eksisterende ordinære anlegg i Vestby – data hentet fra anleggsregisteret.no

Byggeår	Sted	Anleggstype	Eier	Anleggsnavn
1915	Elverhøy grendehus	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Elverhøy grendehus
1947	Brevikbukta badeplass	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Brevikbukta badeplass
1947	Emmerstad badeplass	Badeplass	MILJØDIREKTORATET	Emmerstad badeplass
1947	Garderrunden	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Garderrunden
1947	Garder-vestby skiløype	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Garder-vestby skiløype
1947	Gjøva	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Gjøva badeplass
1947	Grorud skytebane	Riflebane (ute)	SÅNER SKYTTERLAG	Grorud skytebane
1947	Grorud skytebane	Riflebane (ute)	SÅNER SKYTTERLAG	Grorud skytebane
1947	Hulvik badeplass	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Hulvik badeplass
1947	Hvidsten badeplass	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Hvidsten badeplass
1947	Kjøvangen badeplass	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Kjøvangen badeplass
1947	Kroken badeplass	Klubbhus	VESTBY KOMMUNE	Kroken - idr.hus
1947	Kroken badeplass	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Kroken badeplass
1947	Pepperstad skiløype	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Pepperstad skiløype
1947	Sauholmen badeplass	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Sauholmen badeplass
1947	Son-ødemørk skiløype	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Son Ødemørk skiløype
1947	Sonstrand	Badeplass	VESTBY KOMMUNE	Sonstrand
1947	Såner-ødemørk skiløype	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Såner Ødemørk skiløype
1947	Vestby-såner skiløype	Tur-/skiløype	VESTBY KOMMUNE	Vestby såner skiløype
1948	Garderbanen	Fotballbane gress	VESTBY KOMMUNE	Garderbanen
1949	Labo stadion	Fotballbane gress	VESTBY KOMMUNE	Labo stadion
1960	Sonstrand Tennisbane	Tennisbane (ute)	VESTBY KOMMUNE	Sonstrand Tennisbane
1965	Lerduebane ødemørk	Lerduebane (ute)	VESTBY JEGER OG FISKERFORENING	Ødemørk Lerduebane
1971	Vestby stadion	Klubbhus	VESTBY KOMMUNE	Vestby stadion - klubbhus
1974	Grevlingen skianlegg	Alpinbakke	SON SLALOMKLUBB	Grevlingen skianlegg - slalombakke
1974	Lysløype son	Tur-/skiløype		Lysløype son

1974	Son slalombakke	Alpinbakke	SON SLALOMKLUBB	Son slalombakke
1974	Stavengåsen	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Stavengåsen
1975	Brandstad stadion	Fotballbane gress	VESTBY KOMMUNE	Brandstad stadion
1975	Follo folkehøyskole	Fleraktivitetssal	VIKEN FYLKESKOMMUNE	Follo folkehøyskole
1975	Obos-stranda	Badeplass	OBOS EIENDOM AS	Obos-stranda badeplass
1975	Søndre Brevik tennisbane	Tennisbane (ute)	Privat eier, Vestby	Søndre Brevik tennisbane
1976	Brandstad stadion	Klubbhus	HØLEN IDRETTSKLUBB	Brandstad stadion
1976	Mossemarka nord	Orienteringskart	ORIENTERINGSKLUBBEN MOSS	Mossemarka nord
1977	Vestby stadion	Fotballbane grus	VESTBY KOMMUNE	Vestby grusbane
1978	Husjordet tennisanlegg	Tennisbane (ute)	SOON TENNISKLUBB	Husjordet tennisanlegg
1979	Elverhøy tennisanlegg	Tennisbane (ute)	HØLEN IDRETTSKLUBB	Elverhøy tennisanlegg
1980	Vestbyhallen	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Vestbyhallen
1982	Husjordet tennisanlegg	Klubbhus	SOON TENNISKLUBB	Husjordet tennisanlegg
1985	Eldor	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Eldor O-kart
1985	Krom skog o-kart	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Krom skog
1985	Tømteåsen	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Tømteåsen O-kart
1987	Vestby videregående skole	Fleraktivitetssal	VIKEN FYLKESKOMMUNE	Vestby videregående skole
1988	Mossemarka nord	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Mossemarka
1988	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Fotballbane grus	VESTBY KOMMUNE	Risil Idr.anlegg - grusbane
1988	Son seilarena	Klubbhus	SOON SEILFORENING	Son seilarena
1989	Bylterudmosen	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Bylterudmosen O-kart
1989	Son seilarena	Seilanlegg	SOON SEILFORENING	Son seilarena
1990	Hølen o-kart	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Hølen O-kart
1990	Labo stadion	Klubbhus	VESTBY KOMMUNE	Labo stadion, klubbhus
1991	Jegstad gård ridesenter	Stall	Jegstad Gård	Jegstad gård ridesenter

<b>1991</b>	Jegstad gård ridesenter	Ridebane	Jegstad Gård	Jegstad gård ridesenter
<b>1992</b>	Tegnebyholtet	Orienteringskart	ORIENTERINGSKLUBBEN MOSS	Tegnebyholtet orienteringskart
<b>2003</b>	Garder Grendesenter	Flerbrukslokale for kultur	GARDER SANITETSFORENING	Garder grendesenter - lokalt kulturbygg
<b>2004</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen flerbrukshall - Vest
<b>2004</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Liten balløkke/-bane	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen skole og kultursenter - ballbane
<b>2004</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen skole og kultursenter - kultursal
<b>2004</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Trenings-/konkurrans basseng (inne)	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen skole og kultursenter - svømmebasseng
<b>2004</b>	Pepperstad Grendehus	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Pepperstad Grendesenter
<b>2004</b>	Tømteåsen	Orienteringskart	HØLEN IDRETTSKLUBB	Tømteåsen O-kart (Nytt)
<b>2006</b>	Grevlingen Idr.anlegg - Son Arena	Klubbhus	HSV FOTBALL	Grevlingen Idrettsanlegg klubbhus
<b>2006</b>	Grevlingen skianlegg	Tur-/skiløype	FORUM FOR NATUR OG FRILUFTSLIV I VESTBY	Grevlingen turløype - helårsløype
<b>2007</b>	Grevlingen Idr.anlegg - Son Arena	Fotballbane kunstgress	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen Idrettsanlegg kunstgress m/lys
<b>2007</b>	Grevlingen skianlegg	UDEFINERT	SON SLALOMKLUBB	Son slalombakke - snøproduksjonsanlegg
<b>2009</b>	Store Brevik O-kart	Turkart	ORIENTERINGSKLUBBEN MOSS	Nærmiljøkart
<b>2009</b>	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Friidrettsstadion kunststoff	VESTBY KOMMUNE	Risil Idr. anlegg - Friidrett (delanlegg)
<b>2009</b>	Risil Idr.anlegg - Pepperstad skog	Fotballbane kunstgress	VESTBY KOMMUNE	Risil Idr.anlegg - kunstgressbane
<b>2009</b>	Store Brevik O-kart	Orienteringskart	ORIENTERINGSKLUBBEN MOSS	Store Brevik O-kart - Nærmiljøkart
<b>2012</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - flerbrukshall (to flater)

<b>2012</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - idrettshall minihall
<b>2012</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Klatre/buldreveg (inne)	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - klatrehall m/ buldreveg
<b>2012</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Fotballbane kunstgress	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - kunstgressbane
<b>2012</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Friidrett treningsanlegg (ute)	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - rekrutteringsanlegg friidrett
<b>2013</b>	Husjordet tennisanlegg	Tennishall	SOON TENNISKLUBB	Husjordet tennishall - Lysanlegg
<b>2013</b>	Husjordet tennisanlegg	Tennishall	SOON TENNISKLUBB	Husjordet tennishall - tennisbaner m/lys
<b>2014</b>	Hølen skole	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Hølen skole - flerbrukshall/gymsal
<b>2014</b>	Son Kulturkirke	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KIRKELIGE FELLESRÅD	Son Kulturkirke
<b>2014</b>	Svartåshytta	Overnattingshytte	VESTBY KOMMUNE	Svartåshytta Overnattingshytte
<b>2015</b>	Hølen skole	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Hølen skole - Amfi
<b>2017</b>	Vestby Arena - Sole Idr.anlegg	Skytebane (inne)	VESTBY KOMMUNE	Vestby Arena - Skytebane
<b>2018</b>	Brevik skole og grendesenter	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Brevik Grendesenter
<b>2020</b>	Grevlingen skole og kultursenter	Fleridrettshall	VESTBY KOMMUNE	Grevlingen flerbrukshall - Øst
	Kroken bade plass	Bade plass	VESTBY KOMMUNE	Krokstrand baderampe
	Labo stadion	Fotballbane gress	VESTBY KOMMUNE	Labo stadion, treningsfelt
	Son Golfbane	Golfbane	Privat eier, Vestby	Son Golfbane
	Vestby bibliotek	Bibliotek	VESTBY KOMMUNE	Vestby bibliotek
	Vestby Prestegård	Flerbrukslokale for kultur	VESTBY KOMMUNE	Vestby Prestegård



## Vedlegg C - Handlingsprogram for idrett og fysisk aktivitet 2021-2024 Nærmiljøanlegg

NÆRMILJØANLEGG			VEDTATT HANDLINGSPROGRAM 2021-2024								
			VK=Vestby kommune								
			Finansieringsplan i "kr 1000"								
Prioritet	Prosjektets navn/anleggstype	Lokalisering	Tiltakshaver/ anleggseier	Antatt total kostnad i "kr 1000"	Kommunalt tilskudd (KT)	Private midler (dugnad/lån)	Offentlig tilskudd/ Spillemidler (SM)	Arlige kostnader (drift mm)	Vedtatt kommunalt tilskudd	Div.info/ merkander	
1	Hinderløype/ joggeløype m/app og lys	Brevik skole og grendesenter	VK	1 972	1 000	0	600	Uavklart	Ja	Søknad sendt 2020. Ikke mottatt spillemidler. Søknad gjentas i 2021. Vil bli sendt to spillemiddelsøknader på prosjektet.	
2	Ballbane (grusbane) m/ lys	Brevik skole og grendesenter	VK	1 226	677	0	600	Uavklart	Ja	Søknad sendt 2020. Ikke mottatt spillemidler. Søknad gjentas i 2021.	
3	7'er multibane (kunstgress)	Brevik skole og grendesenter	VK	2 686	200	0	600	Uavklart	Ja	Søknad sendt 2020. Ikke mottatt spillemidler. Søknad gjentas i 2021.	
4	Terrengsykkelanlegg	Grevlingen	Soon CK	1 800	Uavklart	900	900	Uavklart	Nei	Langtidsavtale med grunneier er på plass. Prosjektet vil bli splittet i tre i forhold til spillemiddelsøknadsprosessen.	
5	Orienteringskart	Kart	VK	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Administrasjonen vil vurdere prosjektets innhold og omfang i løpet av 2021.	
6	Rehabilitering av sandvolleyballbaner	Krokstrand og Brevikbukta	VK	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Ikke tidligere søkt om spillemidler. Rehabilitering av anlegget.	
<b>Diverse "uprioriterte" prosjekter/anlegg:</b>											
	Hundepark	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Ikke spillemiddelberettiget. Bør ses i sammenheng med rullering av kommunedelplan.	
	Frisbeegolfbane	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Bør ses i sammenheng med rullering av kommunedelplan.	
	Parkuranlegg	Grevlingen skole	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Området rundt Grevlingen bør ses i sammenheng med en helhetlig utvikling av området og rullering av kommuneplan.	
	Tufter treningspark	Bruerparken	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Området vil ses i sammenheng med videreutvikling av smålembanen.	
	Garderobeanlegg	Son	Soon Seilforening	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Nei	Tidlig fase. Vil søke om spillemidler i 2022. Rehabilitering av garderobeanlegg er spillemiddelberettiget.	
<b>Prosjekter/anlegg foreslått "tatt ut"</b>											
	Risil Treningspark	Risil/Pepperstad	Vestby IL	900	0	600	300	Uavklart	Nei	Anlegget er ferdigstilt og fått spillemidler	
	Skatepark - mini	Brevik skole og grendesenter	VK	1 000	1 000	0	300	Uavklart	Ja	Anlegget er ferdigstilt og fått spillemidler	
	Basketbane m/ lys	Brevik skole og grendesenter	VK	336	168	0	168	Uavklart	Ja	Anlegget er ferdigstilt og fått spillemidler	
	Lys til ballflater og joggeløype	Brevik skole og grendesenter	VK	180	90	0	90	Uavklart	Ja	Inngår i de andre spillemiddelsøknadene på Brevik.	

## Vedlegg D – Handlingsprogram for idrett og fysisk aktivitet 2021-2024 Ordinære anlegg

ORDINÆRE ANLEGG			VEDTATT HANDLINGSPROGRAM 2021-2024							
			VK=Vestby kommune							
			Finansieringsplan i "kr 1000"							
Prioritet	Prosjektets navn/anleggstype	Lokalisering	Tiltakshaver / anleggsseier	Antatt total kostnad i "kr 1000"	Kommunalt tilskudd (KT)	Private midler (dugnad/lån)	Offentlig tilskudd/ Spillemidler (SM)	Årlige driftskostnader	Vedtatt kommunalt tilskudd	Div.info/merker
1	Gymsal og flerbrukssal	Brevik skole og grendesenter	VK	10 000	6 600	0	3 300	100	6 600	Skolen ble ferdigstilt januar 2018. Ikke mottatt spillemidler. Søknad gjentas i 2021.
2	Ny flerbrukshall Grevlingen	Grevlingen skole og grendesenter	VK	75 000	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	75 000	Ferdigstilt oktober 2020.
3	Rehabilitering kunstgressdekke Grevlingen kunstgress	Grevlingen skole og grendesenter	VK	4 000	3 000	0	1 000	Uavklart	4 000	Kunstgressdekket skiftet i 2019. Snøeponi er ikke spillemiddelberettiget.
4	Rehabilitering av kunstgressdekke Risil kunstgress	Risil/Pepperstad	VK	4 000	3 000	0	1 000	Uavklart	4 000	Kunstgressdekket skal skiftes ut i 2021 og må ses i sammenheng med enkel plasthall prosjektet.
5	Etablering av kaldhall med tilhørende kunstgressdekke på Risil grusbane	Risil/Pepperstad	VK	Ukjent	12 500	0	4 167	Uavklart	12 500	Tilskudd fra spillemidlene avhenger av hvilke tiltak som blir gjort. Det er foreslått å sette av kr 34 millioner totalt, i forslag til handlingsprogram fra rådmann (inkludert utskifting av kunstgresset).
6	Skitrekk	Grevlingen, Son	Son slalåmklubb	2 950	954	1 000		Uavklart	Nei	Son Slalomklubb har søkt om støtte til å realisere nytt skitrekk med kr 954tusen. Se vedlegg 8. Det er ikke avsatt penger til prosjektet i HP. Prosjektet er flyttet fra nærmiljøanlegg til ordinære anlegg.
7	Helårs turloype m/ lys	Vestby Arena/ Sole idr.anlegg	Vestby IL m.fl	8 600	2 870	2 865	Uavklart	Uavklart	2 870	Antatt kostnadsramme er inkl. byggetrinn 1 og 2 med bakgrunn i prosjektplan utarbeidet våren 2013. Kommunalt tilskudd er satt av på fond. Ikke idrettsfunksjonelt vurdert. Tilskudd fra spillemidlene avhenger av hvilke tiltak som blir gjort. VIL er i søknadsprosess. Mangler div. tillatelser og godkjenninger.
8	Svømmehall Vestby Arena	Vestby Arena/ Sole idr.anlegg	VK	150 000	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	150 000	Uavklart prosess.
9	Rehabilitering av kunstgressdekke Vestby Arena	Vestby Arena/ Sole idr.anlegg	VK	4 000	Uavklart	Uavklart	1 000	Uavklart	Nei	Kunstgress har en estimert levetid på 10år. Kunstgressdekket på Vestby Arena er fra 2012. Estimert utskifting i 2022 i henhold til levetid for dette kunstgresset. Det er ikke avsatt kommunalt tilskudd til tiltaket. Bør avvente utskifting til avklaring om miljødiskusjonen rundt innfyll i kunstgresset.
<b>Diverse "uprioriterte" prosjekter/anlegg:</b>										
	Sandhåndball	Grevlingen	Son HK	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Basert på innspill fra Son HK.
	Friluftsanlegg	Risil	Vestby IL	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Uavklart	Ønsker nytt kasteanlegg for slegge, diskos, spyd og kule nederst ved parkeringsplassen ved grusbanen på Risil.
<b>Prosjekter/anlegg foreslått "tatt ut"</b>										
	Gymsal og flerbrukssal	Holten skole	VK	14 000	10 000	0	4 000	100	10 000	Anlegget er ferdigstilt og fått spillemidler.

## Vedlegg E - Drift og vedlikehold

Forvaltning, drift og vedlikehold av anlegg og områder for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv er i dag delt mellom private og offentlige instanser i Vestby kommune. Per i dag er det hovedsakelig kommunen som bygger, drifter og vedlikeholder de fleste anlegg, mens idretten står for aktivitetstilbudet.

### Kommunale anlegg for idrett og fysisk aktivitet

Kommunen står for drift og vedlikehold av de kommunale idrettsanleggene innenfor rammen av årlige budsjetter. I den kommunale organisasjonsplan finner man

et ansvars- og arbeidsområde innenfor området fysisk aktivitet og idrett som ser slik ut:

- Resultatområde Kultur: Ansvar for utleie av kommunens idrettsbygg, idrettslokaler, idrettsarenaer, kulturbygg, kulturarenaer og kulturlokaler. Planlegging for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv, drett og fysisk aktivitet, saksbehandling, informasjon og rådgivning vedrørende søknad om spillemidler og fordeling av kulturmidler.
- Resultatområde Eiendom: Drift og utvikling av kommunale idrettshaller (Vestbyhallen, Vestby Arena og Grevlingen idrett -og svømmehall) og ulike nærmiljøanlegg tilknytning skolene.
- Resultatområdet Kommunalteknikk: Drift av badestrender, kunstgressbaner, gressbaner og friluftslivsområder.

Kunstgressbanene eies av kommunen og driftes av kommunen. Den senere års utvikling av kunstgressbaner har en miljømessig utfordring i forbindelse med drift og vedlikehold. Det gis ikke statlige spillemidler til rehabilitering av kunstgressbaner etter 10 år. Det er en utfordring når kunstgressbaner har et rehabiliteringsbehov etter 6 til 10 år. Det er også en utfordring at gammelt kunstgress og granulater må håndteres som spesialavfall.

### Private anlegg for idrett og fysisk aktivitet

Noen av anleggene som finnes i kommunen er drevet i regi av idretts- og friluftorganisasjonene og velforeningene, og arbeidet gjøres for en stor del på dugnad. Det er også stor forskjell på økonomien i klubbene. Idrettslag, som har investert i anlegg og sitter med drifts- og finanskostnader, sliter oftere mer enn de lagene som driver breddeidrett i de kommunale hallene. Forsømte drifts- og vedlikeholdsoppgaver kan føre til skade på bygg og anlegg. Tilskuddet som blir utdelt årlig dekker en liten andel av lagenes driftskostnader. I planperioden vil det være aktuelt å se på muligheter for økt driftstøtte. Dette må opp til politisk behandling.

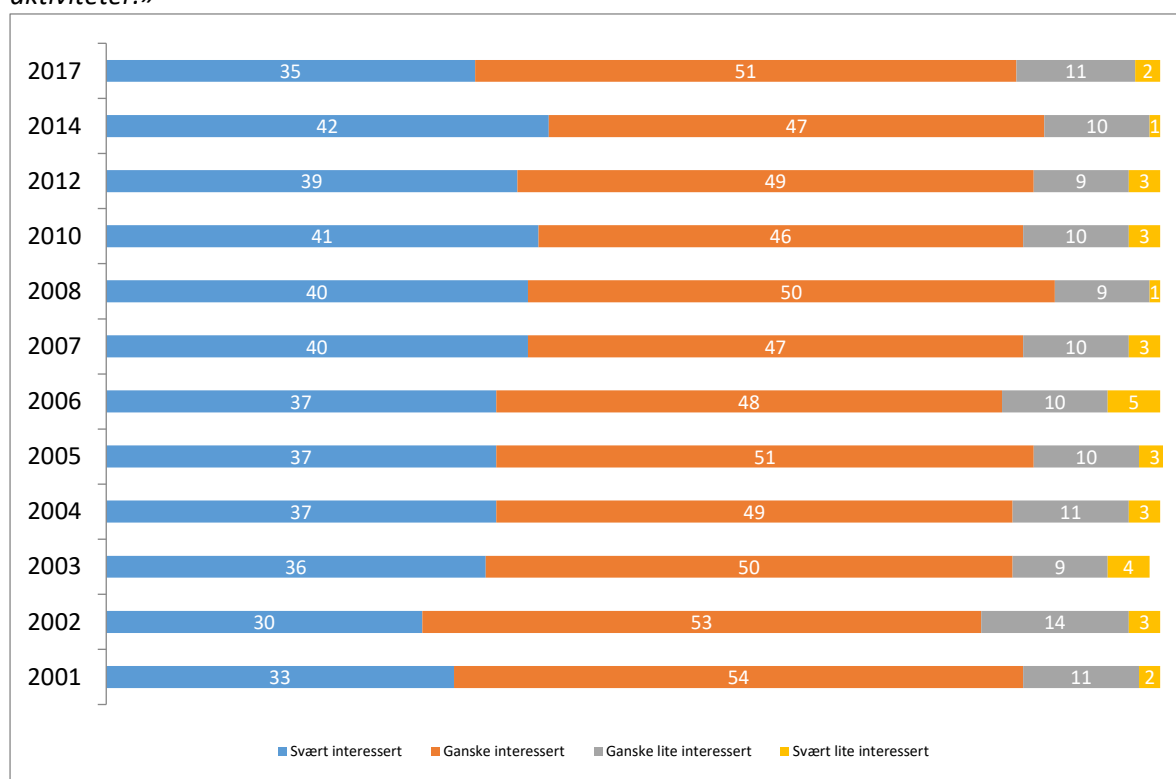
Kommunale garantier har vært gitt for å stimulere, og hjelpeidrettslag til å realisere private anlegg. Gevinsten har vært bygging av nye anlegg. På den andre siden sitter Vestby kommune med et stort garantiansvar som kan medføre at det bør settes av en økonomisk buffer for å kunne håndtere driftstilskudd eller innløsning av garanti.

## Vedlegg F – Statistisk grunnlag friluftsliv

Jevnlig og variert aktivitet er vesentlig for å oppnå en helseeffekt, og dette oppnås enklest i områder som er lett tilgjengelig i nærmiljøet. Fysisk aktivitet i et folkehelseperspektiv handler om å gi muligheter og motivere alle grupper til å være fysisk aktive. Muligheten for aktivitet må være lett tilgjengelig, i tillegg til at det skal være innbydende for folk å være fysisk aktiv. Å tilrettelegge for hverdagsaktiviteten vil gi stor helsegevinst. Det er viktig å starte tidlig med fysisk aktivitet, og skolen er en viktig samarbeidspartner. Det er også viktig å ha et godt samarbeid med frivillige lag og foreninger som har som formål å skape fysisk aktivitet og god folkehelse.

Undersøkelse fra TNS Gallup i 2017 viser at interessen for friluftsliv har en svakt økende trendutvikling fra 2001 til 2014, fra 33 til 42 prosent. Mens den har falt noe tilbake i 2017, til 33 prosent.

«Hvor interessert er du i friluftsliv og aktiviteter ute i naturen? Vi tenker her ikke på motoriserte aktiviteter.»

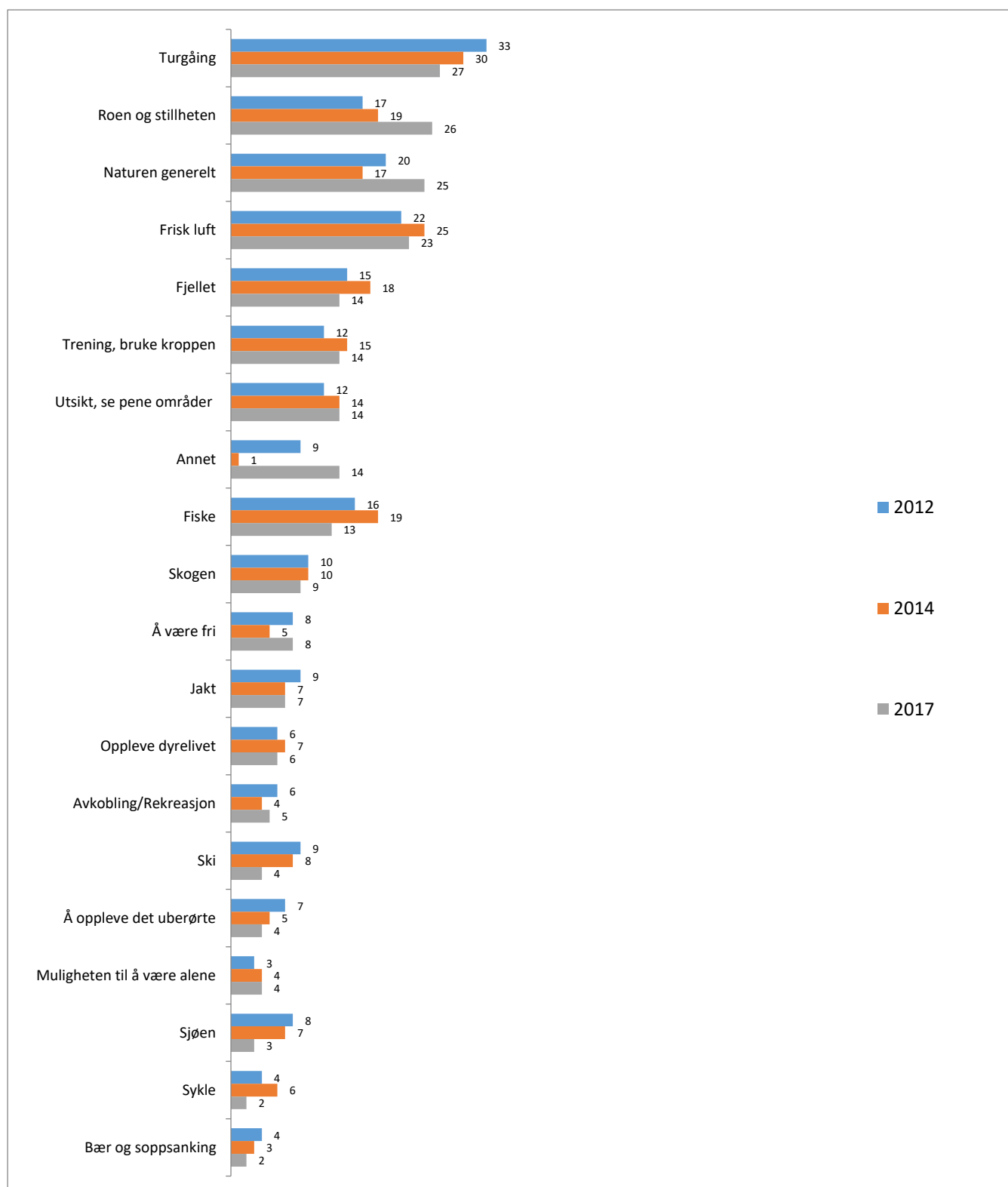


TNS, 2017; Natur og miljøbarometeret

Det er mange ulike elementer som tiltrekker befolkningen når det gjelder friluftsliv og aktiviteter ute i naturen. Turgåing, roen og stillheten, naturen generelt, og frisk luft er det som særlig trekker folk ut.

Roen og stillheten, og naturen generelt nevnes klart oftere enn i 2014 (opp 7-8 %- poeng), mens det er noen færre som nevner turgåing (minus 3 %- poeng) selv om dette fortsatt ligger på topp. Også elementer som «å være fri» og «avkopling/rekreasjon» nevnes oftere i 2017 enn 2014.

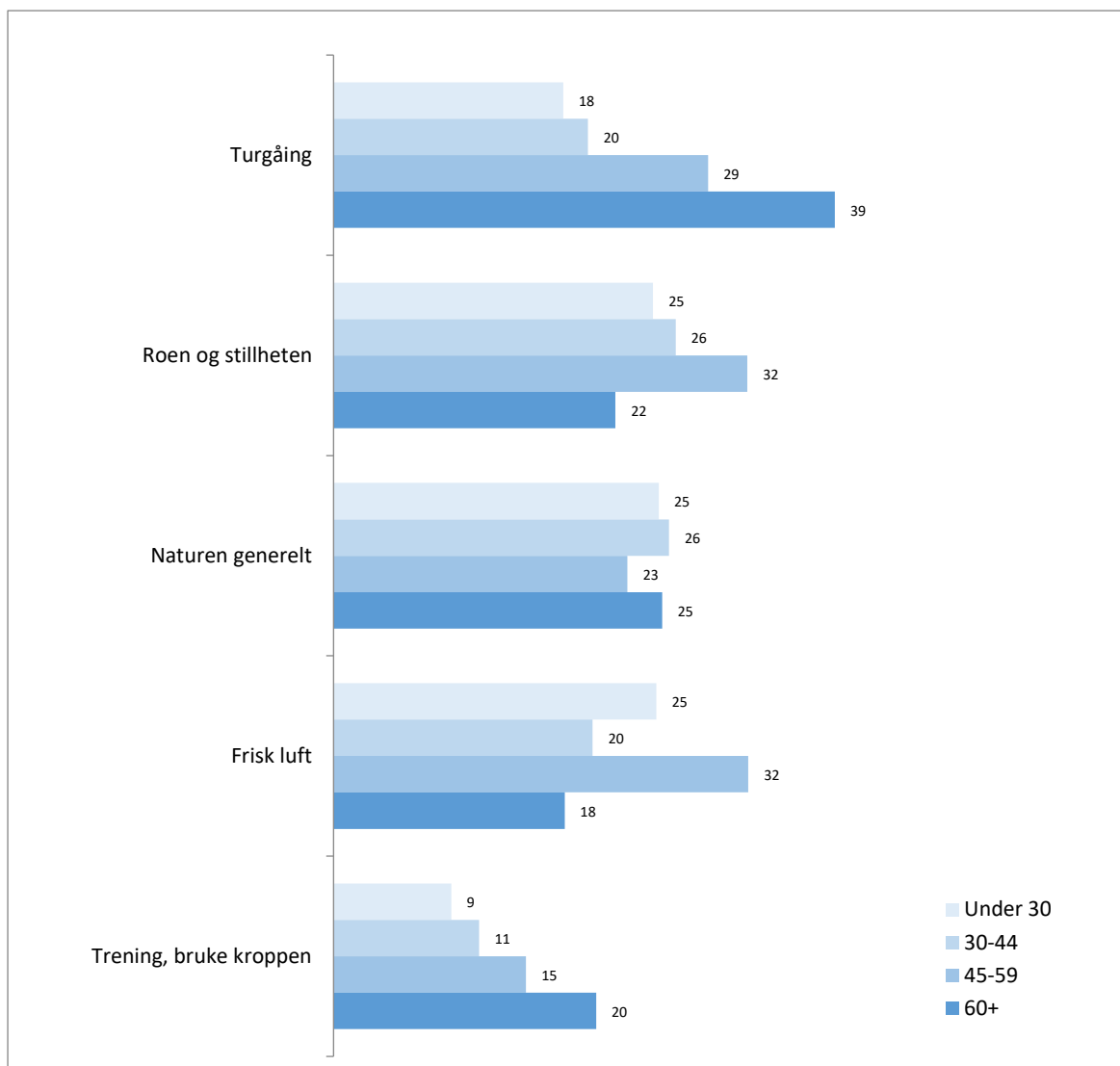
«Hva er det særlig ved friluftsliv som tiltrekker deg?»



TNS, 2017; Natur og miljøbarometeret

De yngste (under 30 år) tiltrekkes av roen og stillheten (25 %), naturen generelt (25 %), og frisk luft (25 %). De eldre (60 år+) er de som i størst grad er motivert av turgåing (39 %) og trening, bruke kroppen (20 %).

«Hva er det særlig ved friluftsliv som tiltrekker deg?»



TNS, 2017; Natur og miljøbarometeret



Andelen av de som benytter naturen tilnærmet daglig har økt i perioden, fra 25 % i 2014 til 34 % i 2017.

Mer enn halvparten av befolkningen har et ønske om å tilbringe mer tid i naturen, selv om det er en svak nedgang fra 2014. At færre som ønsker å være mer ute kan være pga. konkurrerende interesser, eller at flere allerede er mer ute.

Klart flere kvinner enn menn er daglig ute i naturen og andelen som er daglig ute øker med økt alder.

«Hvor ofte er du ute i naturen på denne tiden av året?» TNS, 2017; Natur og miljøbarometeret

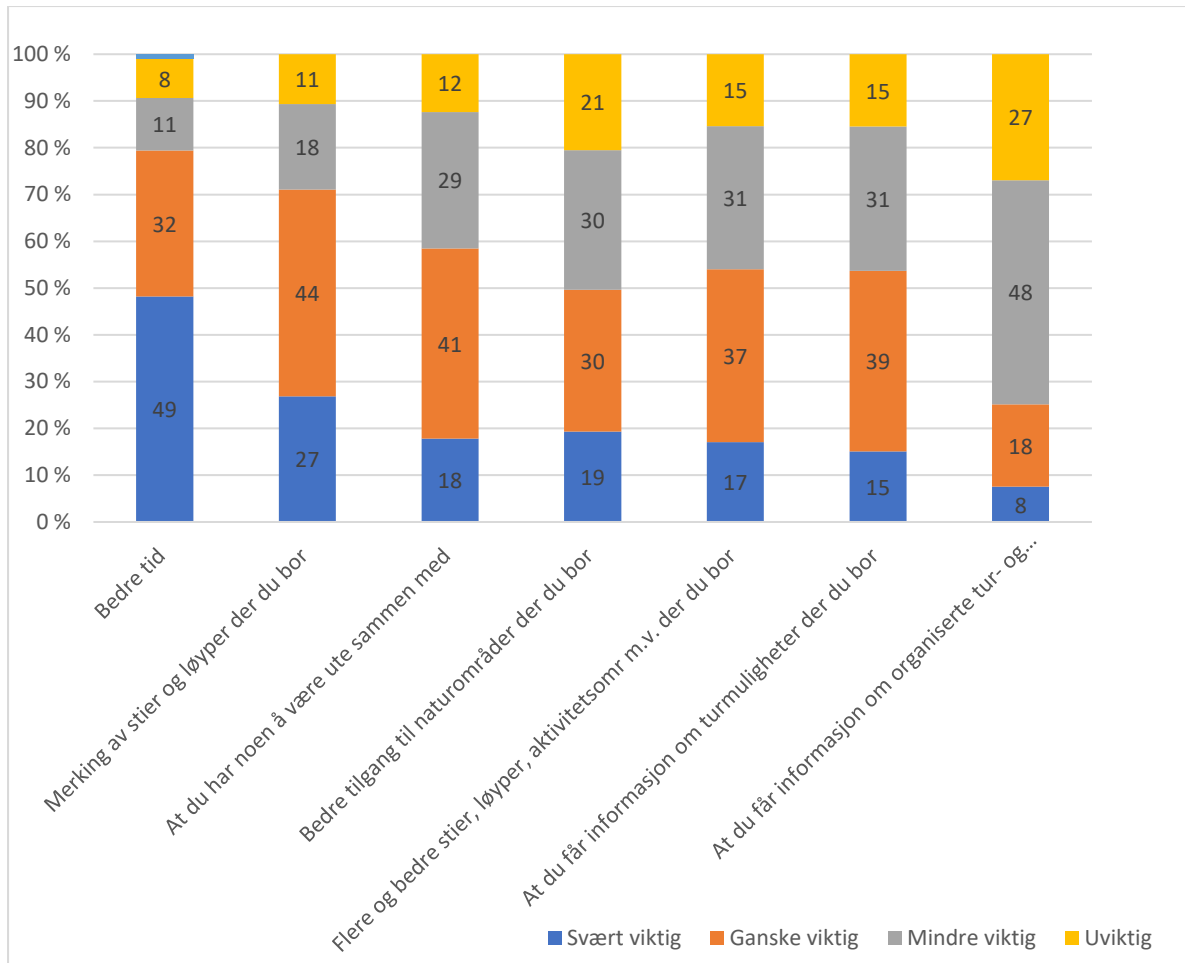
	Alle	Menn	Kvinne	15-29	30-44	45-59	60+
Tilnærmet daglig	34	26	41	25	34	37	38
3-4 dgr/uke	25	26	25	27	25	21	29
1-2 dgr/uke	28	34	22	32	29	25	26
Annenhver uke	6	5	7	7	6	9	2
Månedlig	3	4	3	4	4	5	1
Sjeldnere	3	3	3	4	2	1	3
Aldri	1	2	1	0	1	3	1

«Har du et ønske om å være mer ute i naturen enn du er i dag?» TNS, 2017; Natur og miljøbarometeret

	Alle	Mann	Kvinne	15-29	30-44	45-59	60+
Ja '17	61	58	65	70	71	60	45
Ja '14	64	61	67	70	74	62	50
Ja '12	64	58	67	65	67	65	51
Ja '10	69	69	69	72	80	66	57
Ja '08	76	75	77	85	80	75	63

Bedre tid, merking av stier og løyper i nærområde, samt at man har noen å være ute sammen med er de viktigste faktorene for å tilbringe mer tid ute.

«Hvor viktig er følgende for at du skal være mer ute enn i dag?»



TNS, 2017; Natur og miljøbarometeret

Tilgjengelighet er sentralt for hvor egnet grønnstrukturen er for friluftsliv og aktiviteter. Uteområder og grønnstruktur skal være tilgjengelig for flest mulig, og i planleggingen må det fastlegges rammer for hvordan forholdene for ulike grupper og tilgjengelighet skal ivaretas. Universell utforming defineres som «*utforming av produkter og omgivelser på en slik måte at de kan brukes av alle*

Innbyggerundersøkelsen fra 2010 viser at befolkningen i Vestby kommune den gangen var litt mindre tilfreds med tilrettelegging for friluftsliv, og hvordan kommunen tar vare på naturen og landskapet, enn landsgjennomsnittet for øvrig;

- med 3,8, som er 0,4 under landsgjennomsnittet på 4,2
- høyeste i landet var 4,7 og laveste 2,2.

## Vedlegg G – Statistikk grunnlag barn og unge i Vestby

Statistikken på de neste sidene er resultater gjennomført av Ungdata rettet mot barn og unge på skolene i Vestby kommune. Rapportene er utarbeidet av Ungdatasenteret i samarbeid med KoRus Øst. Statistikken er hentet fra følgende tre rapporter:

- Ungdata junior Vestby kommune
- Ungdomsskoleelever i Vestby kommune – Hva driver ungdom med? Hvordan har de det?
- Videregående elever i Vestby kommune – Hva driver ungdom med? Hvordan har de det?

Intensjonen med Ungdata er å kartlegge hvordan barn og unge har det, og hva de driver med i fritiden sin. Undersøkelsen omfatter temaer knyttet til familie, vennskap, skole, lokalmiljø, helse, mobbing, regelbrudd og deltakelse i fritidsaktiviteter.

Gjennom å spørre barn og unge direkte om disse temaene kan Ungdata gi en oversikt over hvor mange som for eksempel trives i lokalmiljøet sitt eller som driver med idrett. Resultatene må tolkes lokalt og de kan gi en pekepinn på hvilke områder det kan være verdt for kommunen å satse videre på.

Spørreundersøkelsen gjennomføres ved at skoleelever over hele landet svarer på et elektronisk spørreskjema som omfatter ulike sider ved deres livssituasjon. Undersøkelsen gjennomføres i skoletiden med en voksen til stede i klasserommet. Undersøkelsen er anonym, og det er frivillig for om de ønsker å være med eller ikke. Alle foreldre blir informert om undersøkelsen i forkant, og de kan si fra til skolen dersom de ikke ønsker at barnet deres skal delta.

### **Hvem står bak Ungdata?**

Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet storbyuniversitetet (tidl. Høgskolen i Oslo og Akershus) og sju regionale kompetansesentre innen rusfeltet (KoRus) står bak Ungdata.

Undersøkelsen gjennomføres i samarbeid med kommunen, som står for den praktiske gjennomføringen på skolene.

Data fra alle kommuner samles i den nasjonale ungdatabasen. Databasen inneholder svar fra mer enn 500 000 ungdommer som har deltatt i Ungdata siden de første undersøkelsene ble gjennomført i 2010. Helsedirektoratet finansierer Ungdata som et gratistilbud til alle kommuner i Norge.

## Vedlegg G –Ungdata junior Vestby kommune

Denne oversikten presenteres hovedresultatene fra ungdataundersøkelsen som ble gjennomført blant barneskoleelever. Undersøkelsen ble gjennomført blant elever på 5. 7. trinn våren 2019. 7. klassetrinn. Barna blir spurt om temaer som fritid, venner, foreldre, skole og helse. Ungdata junior gir et bilde av barnas livskvalitet, generelt og innen spesifikke områder. Alle resultatene i rapporten er oppgitt i prosent.

Nedenfor presenterer vi statistikk fra relevante temaer som er knyttet opp mot arbeidet med kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

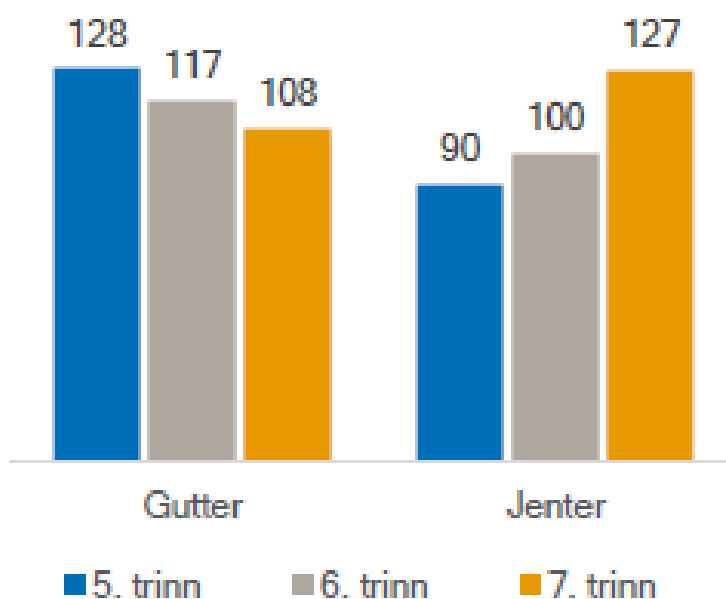
### Hvor mange deltok i undersøkelsen?

672

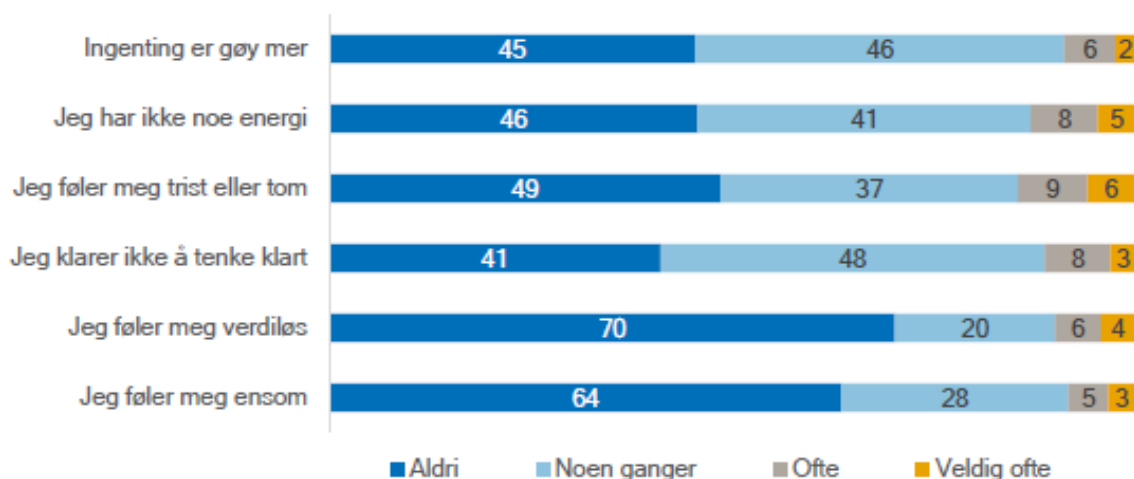
Hva er svarprosenten?

92 %

Antall gutter og jenter på ulike klassetrinn som besvarte undersøkelsen i Vestby

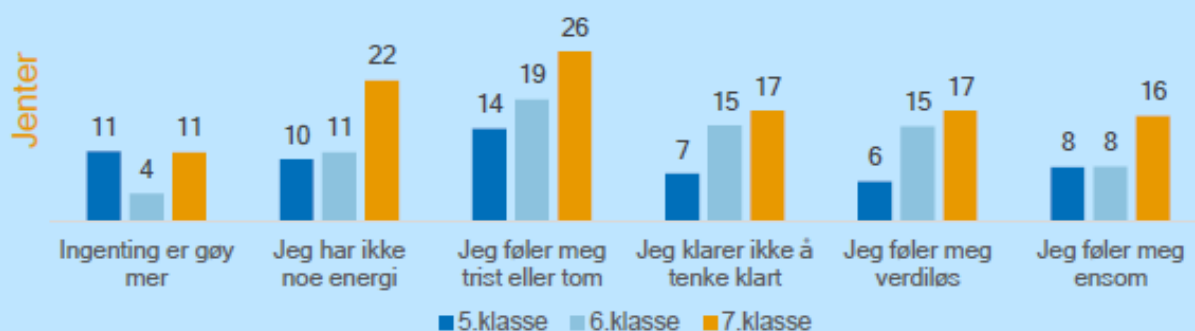
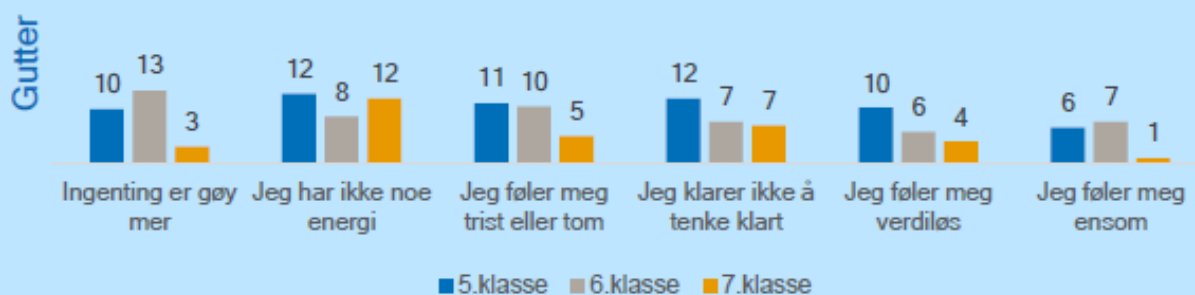


## Hvor ofte skjer dette med deg?

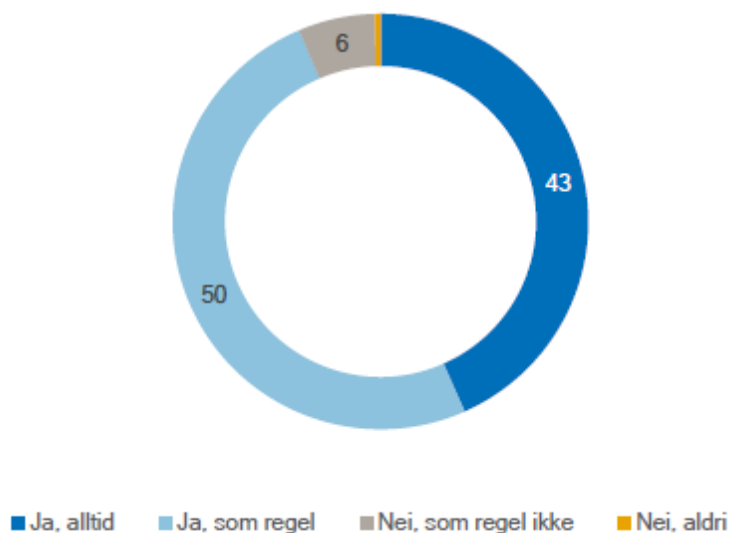


## Prosentandel som ofte eller veldig ofte har opplevd følgende

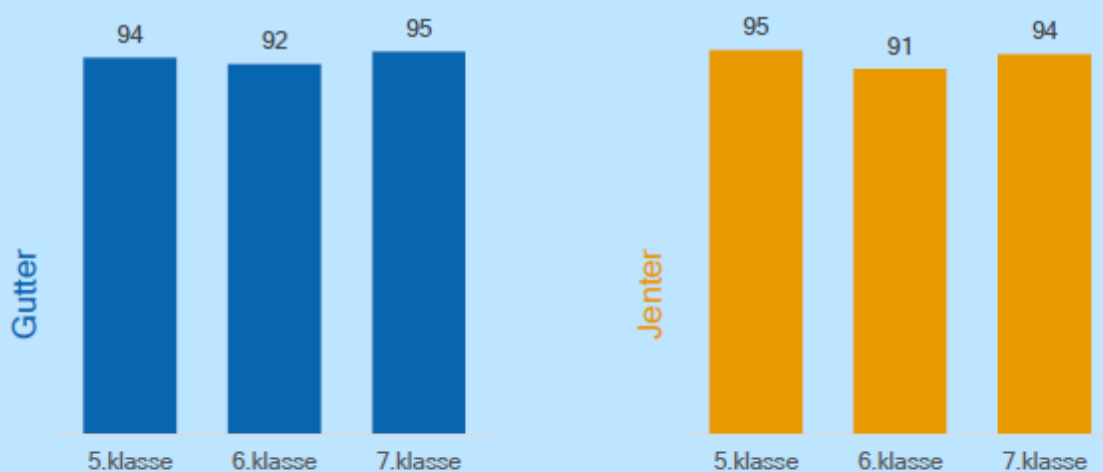
Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Har du noen å være sammen med på fritida?



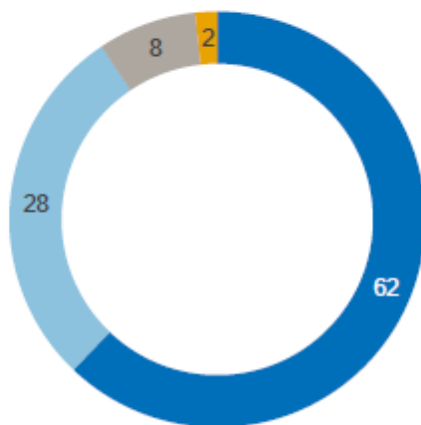
Prosentandel som har noen å være sammen med på fritida  
Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn





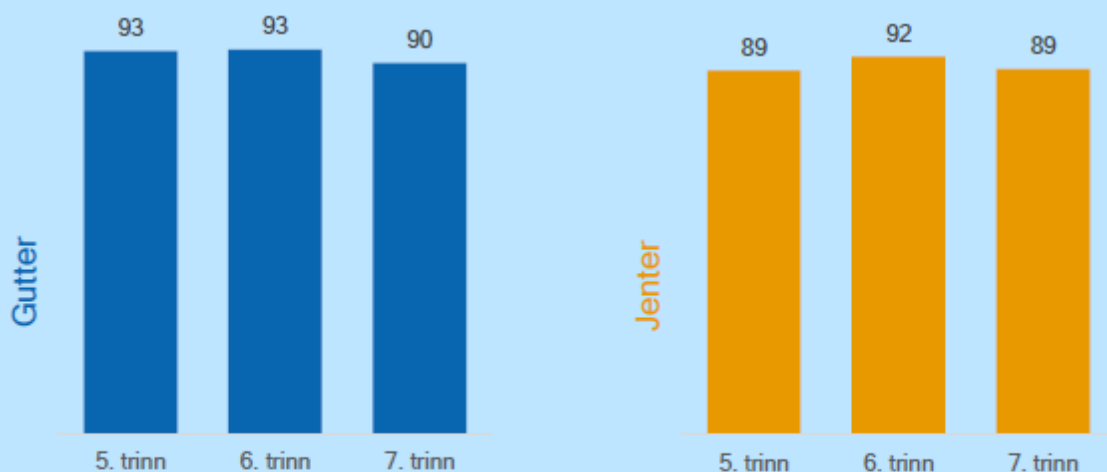
# Nærområdet

Hvor fornøyd er du med nærområdet der du bor?



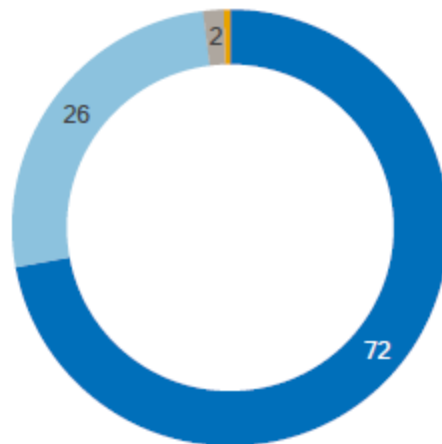
■ Veldig fornøyd ■ Ganske fornøyd ■ Litt fornøyd ■ Ikke fornøyd i det hele tatt

Prosentandel som er ganske eller veldig fornøyd med nærområdet  
Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



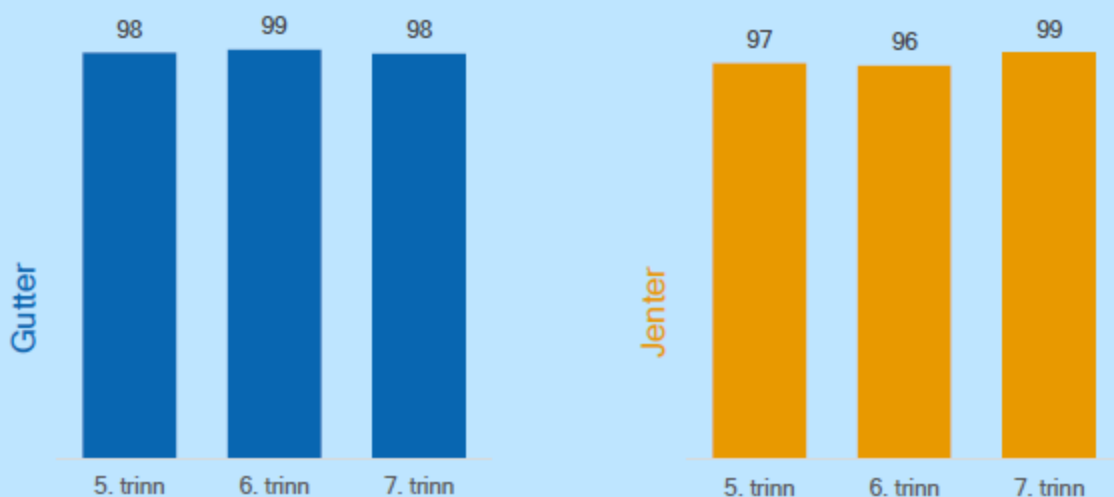
## Nærområdet

Hvor trygg føler du deg når du er ute i området der du bor?

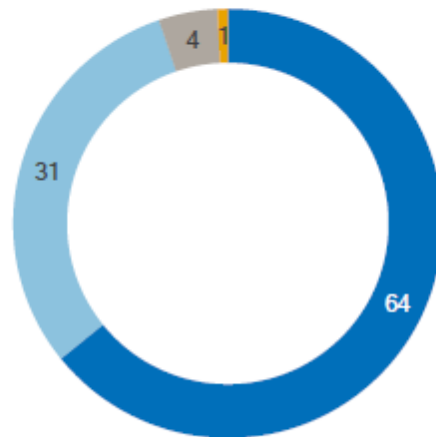


■ Veldig trygg ■ Ganske trygg ■ Ikke så trygg ■ Ikke trygg i det hele tatt

Prosentandel som føler seg trygge når de er ute i området der de bor  
Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

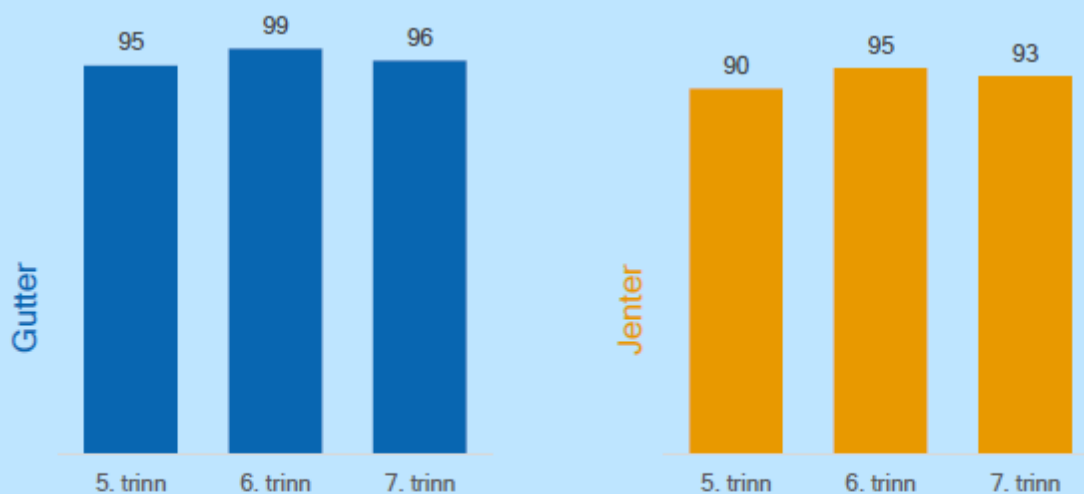


Hvor trygg føler du deg på vei til og fra skolen?



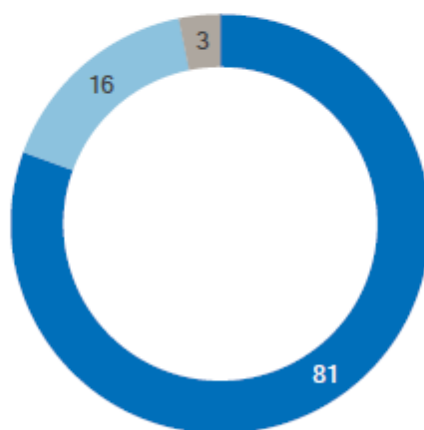
■ Veldig trygg   ■ Ganske trygg   ■ Ikke så trygg   ■ Ikke trygg i det hele tatt

Prosentandel som føler seg trygge på vei til og fra skolen  
Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



# Fritiden

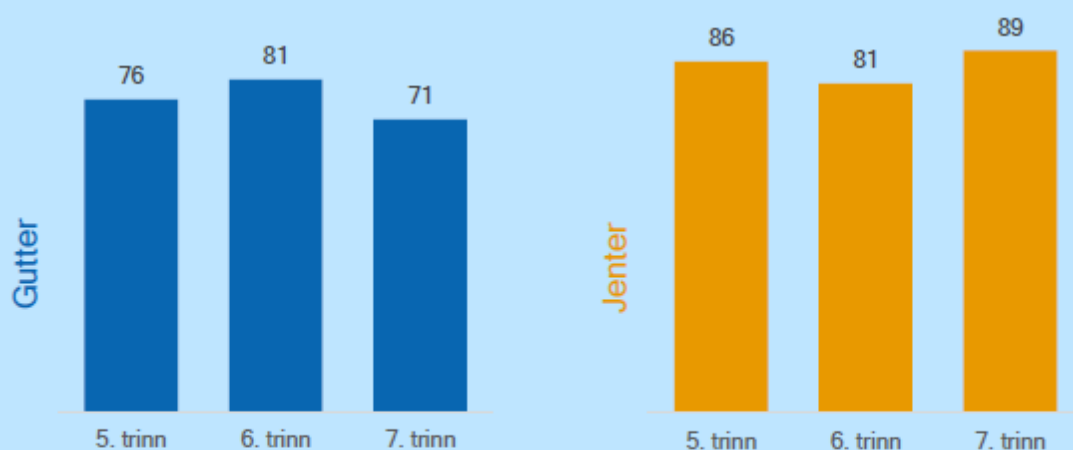
Er du med på noen faste fritidsaktiviteter?



■ Ja ■ Nei, men jeg har vært med før ■ Nei, jeg har aldri vært med

## Prosentandel som er med på faste fritidsaktiviteter

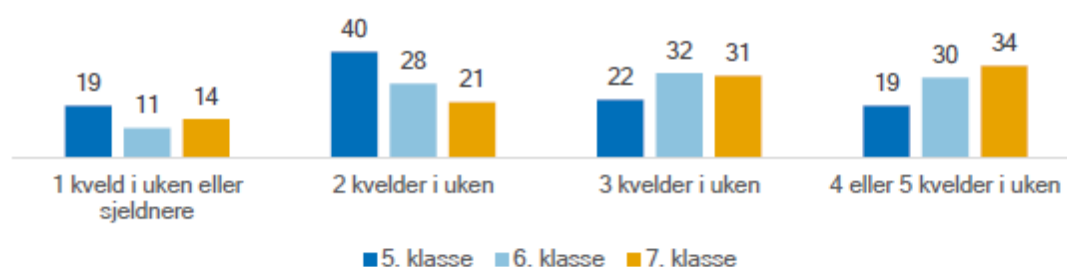
Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



# Fritiden

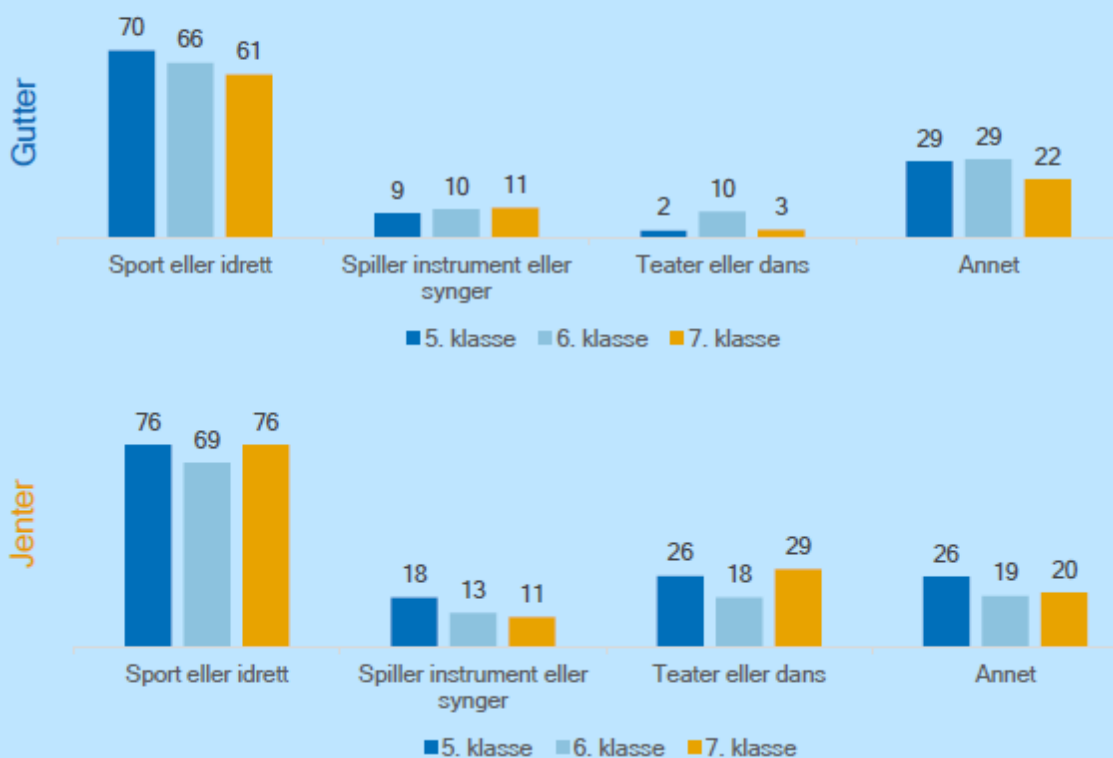
## Fra mandag til fredag, hvor mange kvelder er du med på faste fritidsaktiviteter?

Elever på ulike klassetrinn. Beregnet på de som driver med faste fritidsaktiviteter



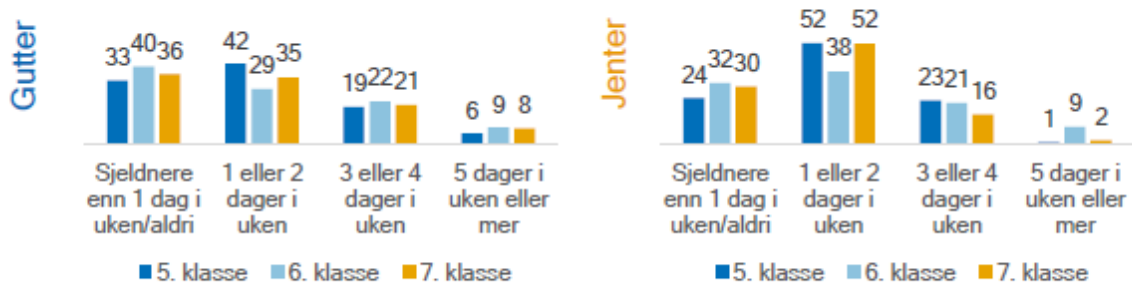
## Hva slags faste fritidsaktiviteter er du med på?

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

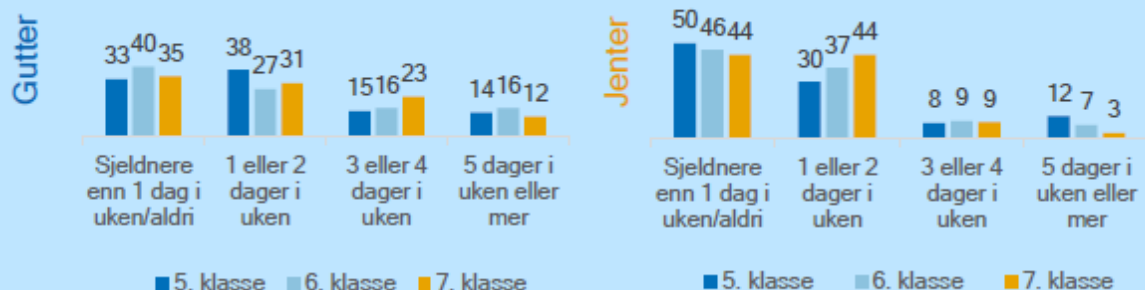


# Fritiden

Vanligvis, hvor ofte er du sammen med venner hjemme hos noen?  
Blant gutter og jenter på ulike klasstrinn

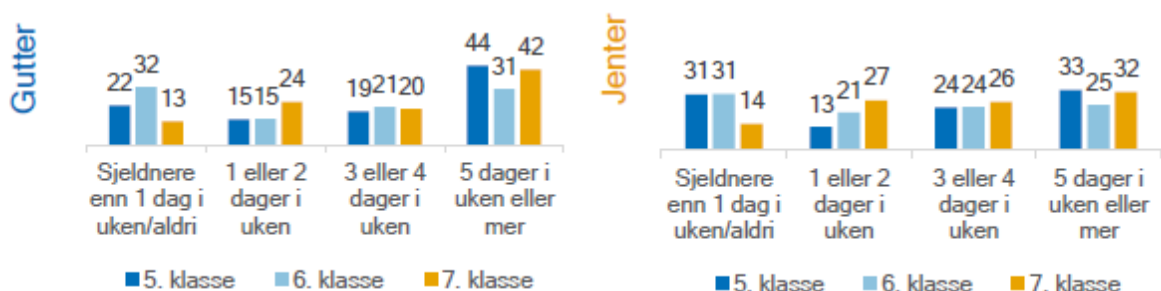


Vanligvis, hvor ofte henger du ute sammen med venner?  
Blant gutter og jenter på ulike klasstrinn



Vanligvis, hvor ofte slapper du av for deg selv størsteparten av kvelden?

Blant gutter og jenter på ulike klasstrinn





## Vedlegg G – Ungdomsskoleelever i Vestby kommune

Denne oversikten presenteres hovedresultatene fra ungdomsundersøkelsen som ble gjennomført blant ungdomsskoleelever i Vestby kommune våren 2019. Rapporten i sin helhet tar for seg 23 temaer. Innenfor hvert tema vil man få svar på hvordan gutter og jenter har besvart spørsmålene, og om det er forskjeller mellom ungdom på ulike klassetrinn. Alle resultatene i rapporten er oppgitt i prosent.

Nedenfor presenterer vi statistikk fra relevante temaene som er knyttet opp mot arbeidet med kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

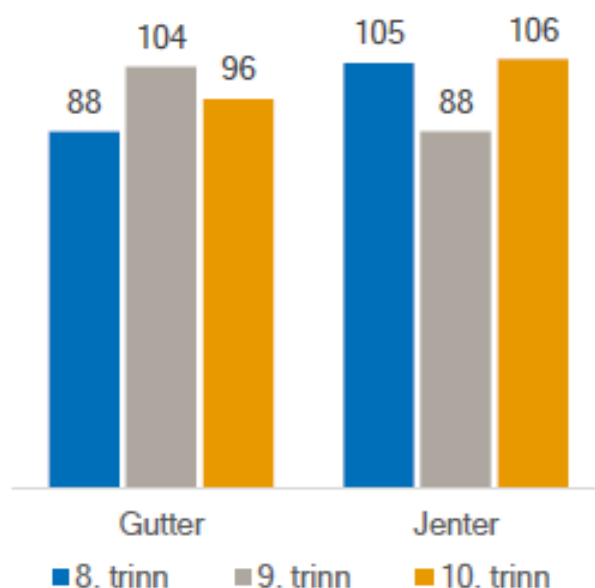
### Hvor mange deltok i undersøkelsen?

594

### Hva er svarprosenten?

86 %

### Antall gutter og jenter på ulike klassetrinn som besvarte undersøkelsen i Vestby



# Lokalmiljøet

Dagens ungdom vokser opp i en globalisert verden der mennesker, meninger og inntrykk vandrer på tvers av landegrensener og sosiokulturelle skiller. Samtidig har det lokale og tilhørigheten til nærmiljøet fremdeles stor betydning i menneskers liv.

Å vokse opp betyr å vokse opp på et bestemt sted, og forskjellige lokalmiljøer kan gi ulike muligheter for utfoldelse og sosialt samvær. Tilbudet av organisasjoner, fritidstilbud og kulturtilbud påvirker hvordan den enkelte kan utfolde seg og bidrar samtidig til å skape identitet og tilhørighet i et lokalmiljø. Det samme gjelder tilgangen på åpne møteplasser, rekreasjonsområder og urørt natur. Opplevelsen av lokalmiljøet vil også være preget av utsiktene til utdanning, arbeid og familieetablering på sikt.

Barn og unge bruker lokalmiljøet i større grad og på en annen måte enn foreldrene. Trygge og sunne lokalmiljøer er derfor særlig viktig for denne aldersgruppa

velferd. Barn og unge kan også ha andre meninger enn voksne om hva som gir livskvalitet på hjemstedet.

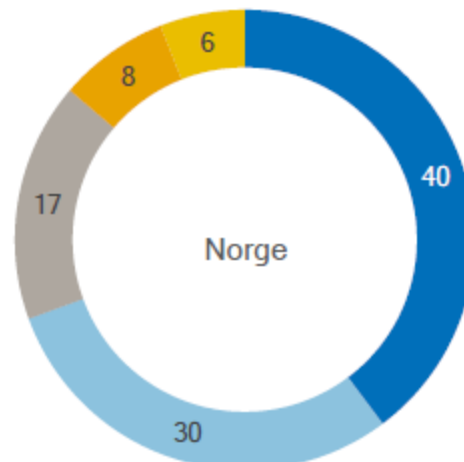
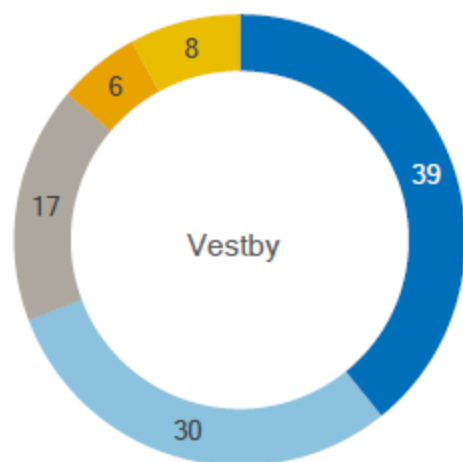
Ungdata viser at de fleste ungdommer er litt eller svært godt fornøyd med lokalmiljøet sitt. Men det er også en del som ikke er så godt fornøyd. I løpet av årene på ungdomsskolen synker andelen som er fornøyd med stedet der de bor. Dette gjelder spesielt jentene.

Hva ungdom er fornøyd med og misfornøyd med varierer mye fra kommune til kommune. Dette viser at kommunene kan gjøre mye for å tilrettelegge for ungdommers trivsel.

Ikke alle er like godt fornøyd med lokalmiljøet sitt

## Hvor fornøyd er du med lokalmiljøet der du bor?

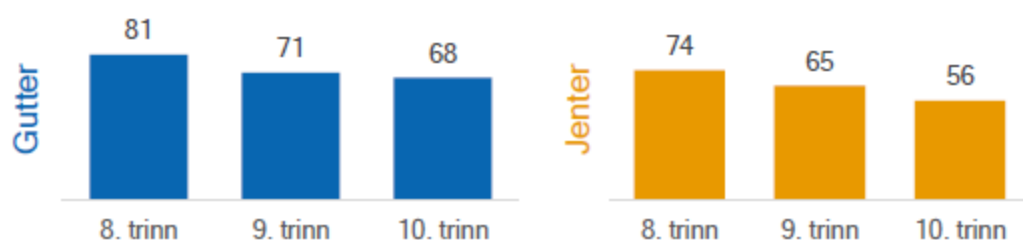
Prosentandel av ungdomsskoleelever i Vestby og i Norge



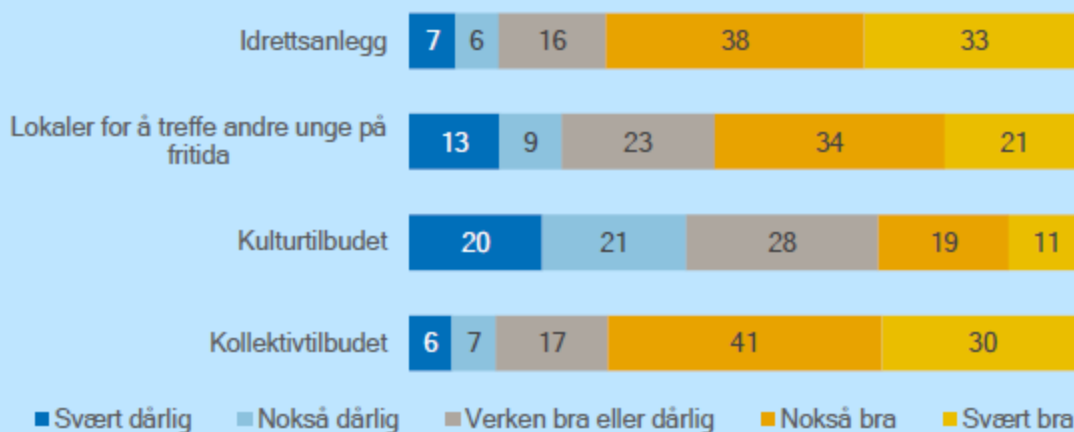
■ Svært fornøyd ■ Litt fornøyd ■ Verken fornøyd eller misfornøyd ■ Litt misfornøyd ■ Svært misfornøyd

## Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

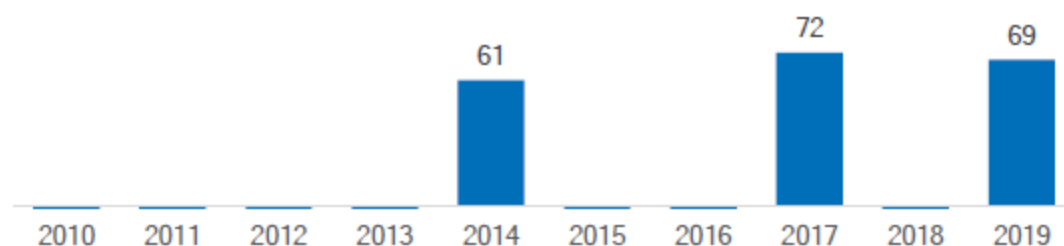


## Hvordan ungdom opplever tilbudet der de bor



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av ungdomsskoleelever som er fornøyd med lokalmiljøet



# Hjemme

Ungdoms fritid er i forandring, og hjemmet er blitt et stadig viktigere oppholdssted for de unge. En viktig årsak er den nye kommunikasjonsteknologien som gjør det mulig å være hjemme og samtidig ha kontakt med sine venner. For ungdom har internett gjort behovet for å møtes på senteret eller «på løkka» mindre.

Også andre endringer i ungdoms liv kan bidra til at ungdom bruker mer tid hjemme. Flere har argumentert for at generasjonskløften er mindre enn tidligere. Dette gjør det enklere for mange unge å være i samme hus som sine foreldre. Krav til prestasjoner i skole- og utdanningssammenheng kan også ha ført til at ungdom holder seg hjemme for å gjøre skolearbeid. At også boligene har blitt større, gjør at de fleste tenåringer har eget rom, og mange disponerer en kjellerstue eller loftstue som de kan bruke til samvær med venner.

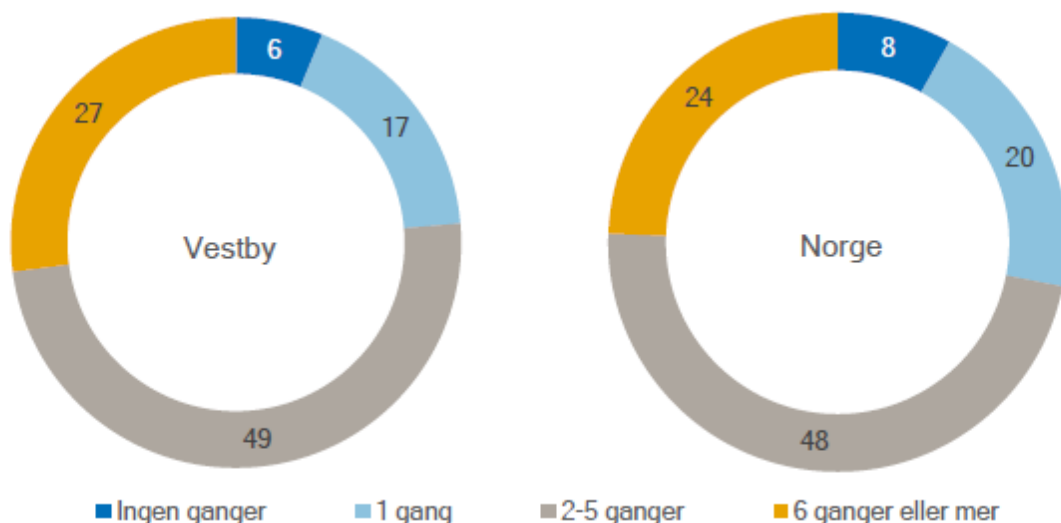
Svarene fra Ungdata tyder på en nokså hjemmekjær ungdomsgenerasjon. Dette gjelder både gutter og jenter og på tvers av alder.

Samtidig viser Ungdata at når ungdom er hjemme, skjer det i stadig mindre grad sammen med andre ungdommer, i hvert fall fysisk. Mange bruker mye tid på å være sosial via nett, enten dette skjer gjennom sosiale medier eller online dataspill. Hjemmet som arena for fysisk samvær med jevnaldrende har dermed blitt svekket de senere årene, til fordel for nye måter å kommunisere med hverandre på.

## En hjemmekjær ungdomsgenerasjon

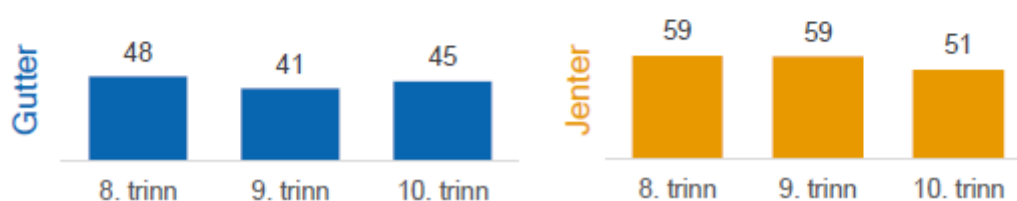
### Hvor mange ganger har du vært hjemme hele kvelden i løpet av den siste uka?

Prosentandel av ungdomsskoleelever i Vestby og i Norge

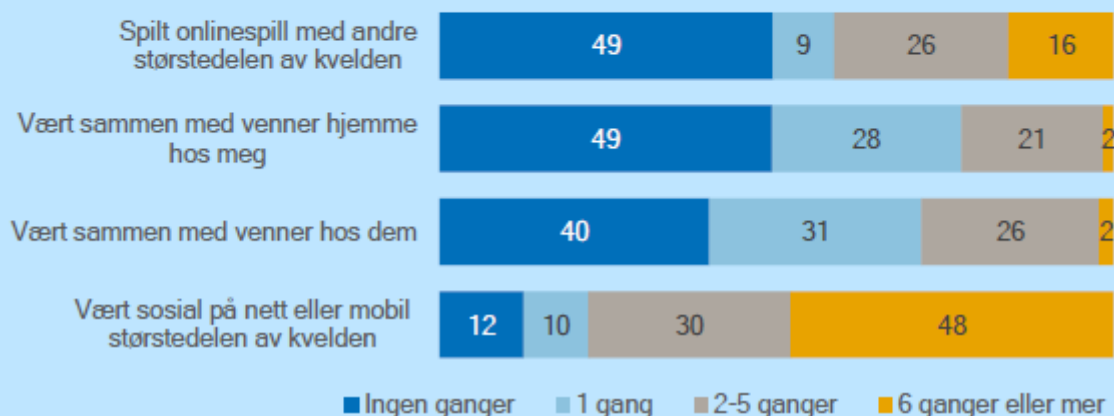


## Prosentandel som har vært sammen med venner hjemme hos hverandre minst to ganger siste uke

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

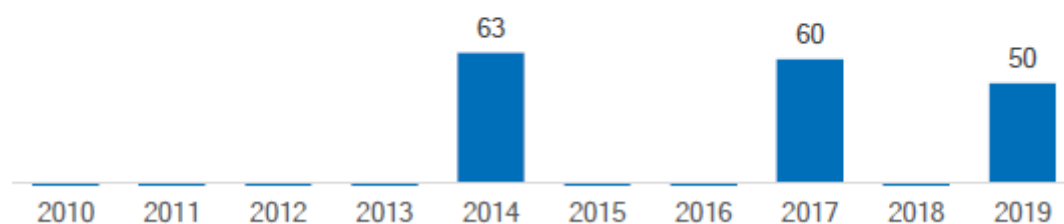


## Hvor mange ganger har du gjort dette i løpet av den siste uka?



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av ungdomsskoleelever som har vært sammen med venner hjemme hos hverandre minst to ganger siste uke



# Ute med venner

I ungdomsforskningen har det vært vanlig å skille mellom ungdommenes uteorienterte og hjemmeorienterte fritid. Mens den hjemmeorienterte fritiden gir foreldre større muligheter til å kontrollere barnas handlinger, har ungdom større spillerom til å prøve ut grenser når de oppholder seg utenfor hjemmet.

Ungdata viser at det i løpet av de siste årene har blitt stadig færre ungdomsskoleelever som bruker fritiden sin ute med venner om kveldene.

Med et endret fritidsmønster endres gjerne bekymringene rundt ungdoms bruk av fritiden. I dag vekker digitale aktiviteter foran skjermer av ulikt slag større uro enn det ustrukturerte samværet med jevnaldrende ute på gatehjørnet.

I dag er bekymringene gjerne knyttet til manglende fysisk aktivitet og kvaliteten på

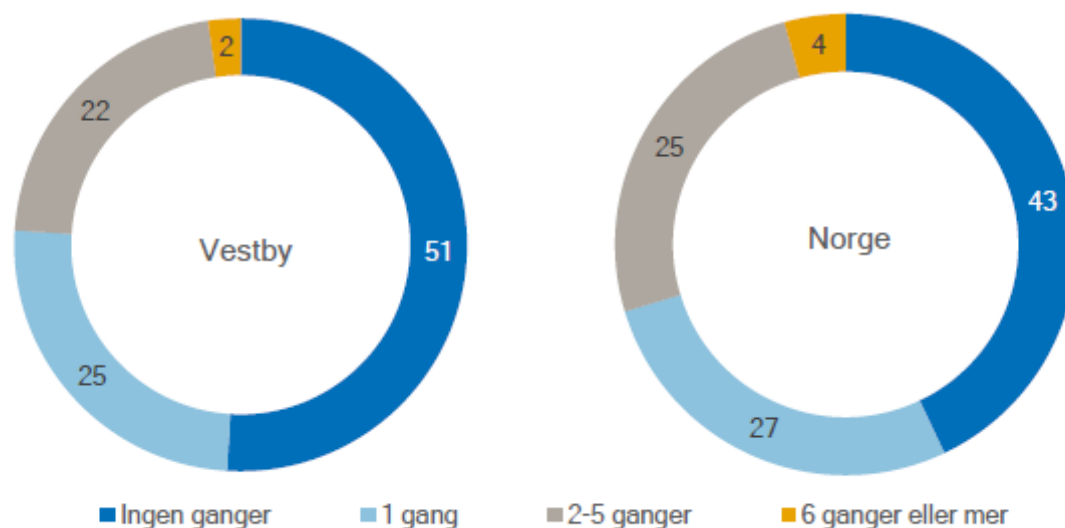
det sosiale samværet. Statistisk sentralbyrås tidsbruksundersøkelser viser at dagens unge sammenlignet med de som var unge på 1980- og 1990-tallet, bruker mindre tid på idrett og friluftsliv og er mindre sammen med jevnaldrende.

Generelt er det små kjønnsforskjeller i det uteorienterte fritidsmønsteret, mens det er flere av de eldste ungdomsskoleelevene som henger ute om kvelden.

Det er mindre vanlig at ungdom henger ute med venner

## Hvor mange ganger har du vært ute med venner størsteparten av kvelden i løpet av den siste uka?

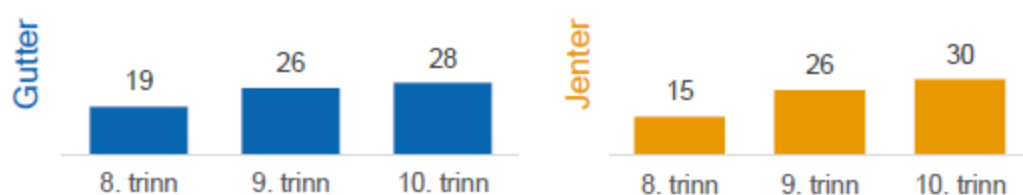
Prosentandel av ungdomsskoleelever i Vestby og i Norge





## Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



## Hvor mange ganger har du gjort dette i løpet av siste uka?

Spilt fotball, stått på snowboard eller drevet med annen fysisk aktivitet sammen med venner (ikke i idrettslag)



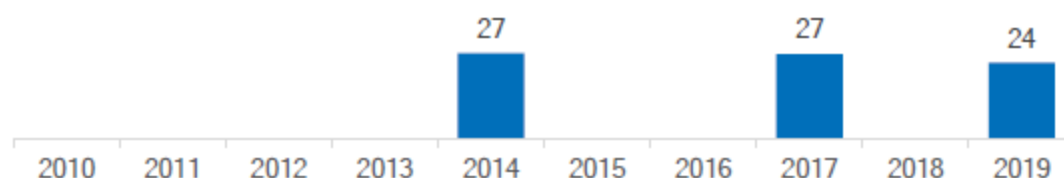
Kjørt eller sittet på med bil, motorsykkel eller moped for moro skyld (kjørt for å kjøre en tur)



■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2-5 ganger ■ 6 ganger eller mer

## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av ungdomsskoleelever som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke



# Organisert fritid

Organisasjoner, klubber, lag og foreninger er viktige arenaer for samvær med andre unge, og gir andre erfaringer og læringsbetingelser enn skolen og mer uformelle situasjoner. På sitt beste gir organisasjonene ungdom mulighet til å utvikle sine evner, de lærer å fungere i et fellesskap, ytre egne meninger og å jobbe målrettet.

Barne- og ungdomsorganisasjonene tillegges ofte en forebyggende rolle. Forskning tyder imidlertid på at sammenhengen mellom for eksempel rusmiddelbruk og organisasjonsdeltakelse varierer en del med organisasjonstype. Det er også slik at mange av organisasjonene særlig rekrutterer ungdom som i utgangspunktet er «veltilpassede».

Ungdata viser at de fleste barn og unge har deltatt i eller vært innom ulike typer organiserte fritidsaktiviteter gjennom oppveksten.

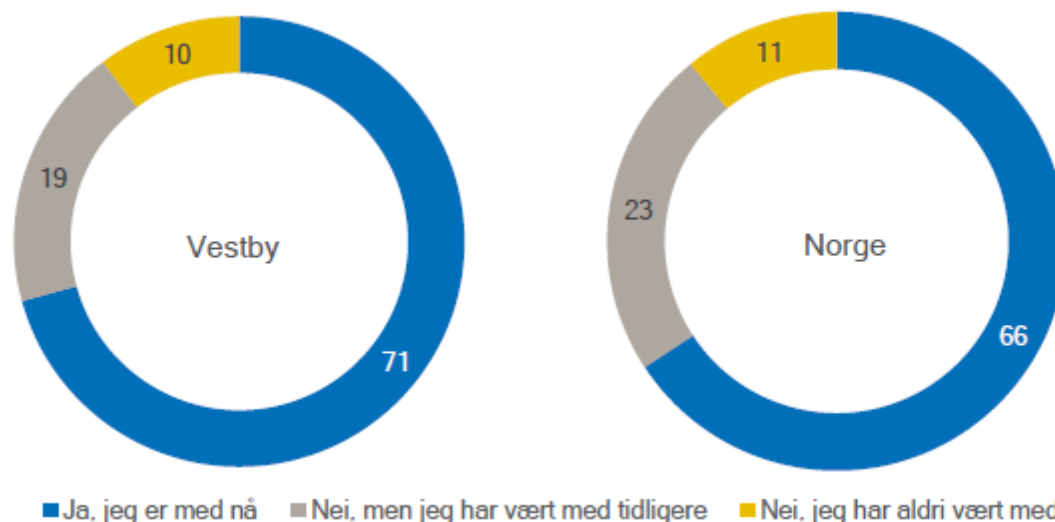
Selv om det er en viss nedgang i løpet av ungdomsårene, er det på landsbasis to av tre ungdomsskoleelever som deltar i en eller annen form for organisert fritidsaktivitet. Idretten organiserer klart flest.

Landsrepresentative undersøkelser fra de siste tiårene tyder på at andelen unge medlemmer i frivillige organisasjoner har vært synkende. Det er organisasjoner som speider, korps, kor og religiøse foreninger som har opplevd størst medlemssvikt. Idrettslagene har derimot i stor grad beholdt sin store oppslutning.

De aller fleste har gjennom oppveksten deltatt i organiserte fritidsaktiviteter

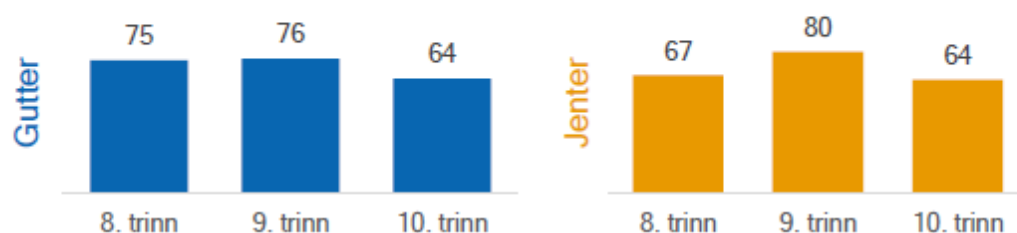
Er du, eller har du tidligere vært, med i noen organisasjoner, klubber, lag eller foreninger etter at du fylte 10 år?

Prosentandel av ungdomsskoleelever i Vestby og i Norge



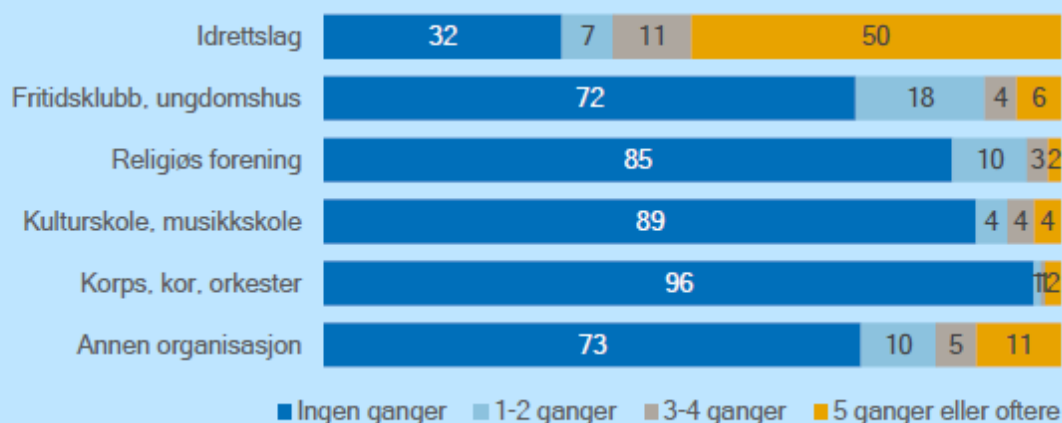
## Prosentandel som er med i en fritidsorganisasjon

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



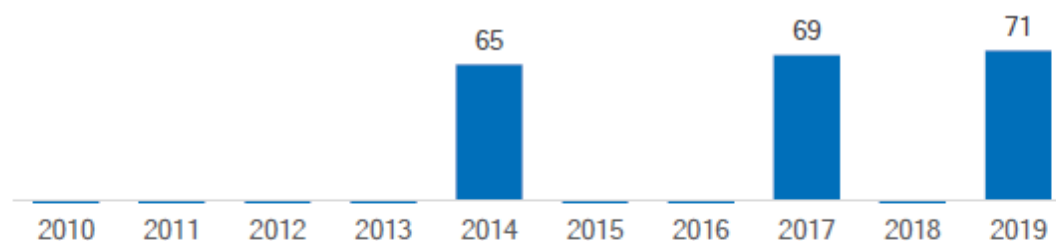
## Deltakelse i ulike organiserte fritidsaktiviteter

Antall ganger i løpet siste måned



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av ungdomsskoleelever som er med i en fritidsorganisasjon



# Trening

Svært mange unge trener på fritiden. Noen spiller håndball, basket eller fotball gjennom et idrettslag, og andre trener på et treningssenter. Det er også mange unge som sykler eller løper seg en tur, enten alene eller sammen med venner.

Mediene gir av og til inntrykk av at norsk ungdom er i ferd med å forfalle fysisk. Forskning viser derimot at det er like mange som trener i dag som for 20 år siden. Samtidig er mange lite fysisk aktive ellers i hverdagen, og det tilbringes mye tid foran ulike typer skjermer.

I løpet av ungdomstiden er det mange som slutter i idrettslagene. En god del av disse begynner å trene på treningssenter eller de trener på egen hånd. Samlet sett er det derfor ikke så store forskjeller i treningsaktivitet mellom ungdom på ulike klassetrinn.

Ungdata viser at de fleste unge driver med en eller annen form for trening.

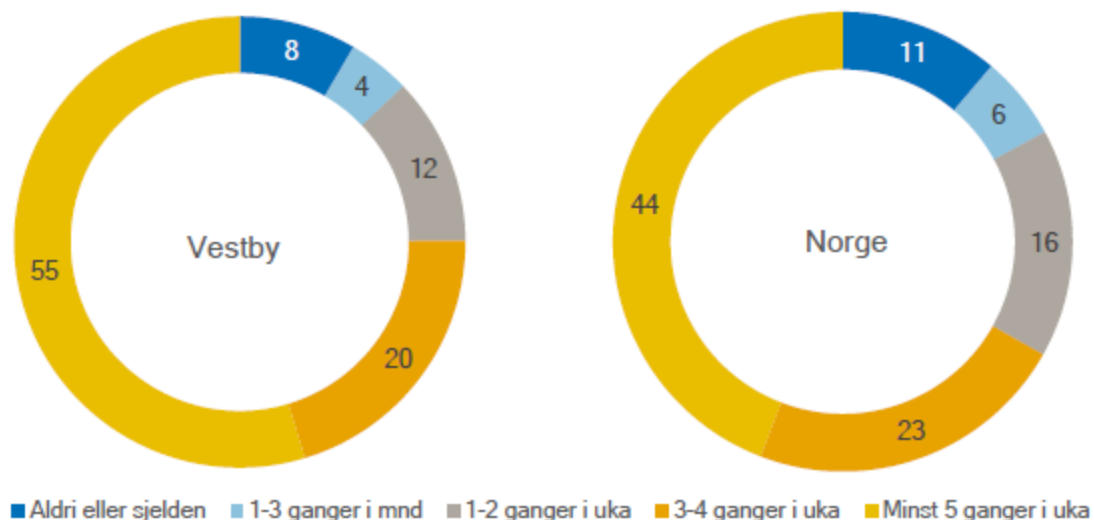
Det har tradisjonelt vært klare kjønnsforskjeller i trening, og særlig har det vært flere gutter enn jenter i idrettslagene. De siste årene har vi sett en tendens til at flere jenter trener på andre arenaer (utenfor idrettslagene), slik at det i dag er små kjønnsforskjeller i trening samlet sett.

I mange idretter stilles det store krav til utstyr og deltakelse, og det kan koste en god del å være med. Dette kan være en utfordring for å nå det overordnede målet for norsk idrett: «idrett for alle».

Dagens ungdom er opptatt av trening

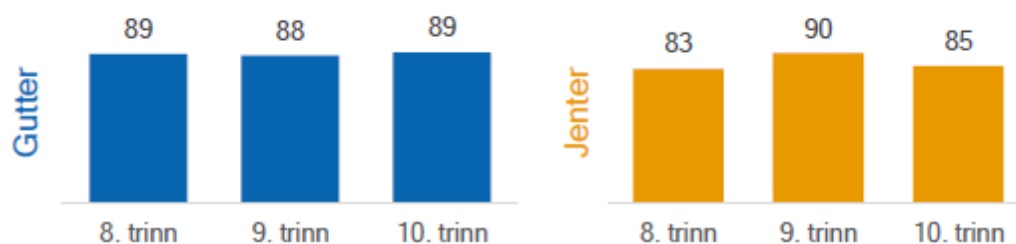
## Hvor ofte trener du?

Prosentandel av ungdomsskoleelever i Vestby og i Norge

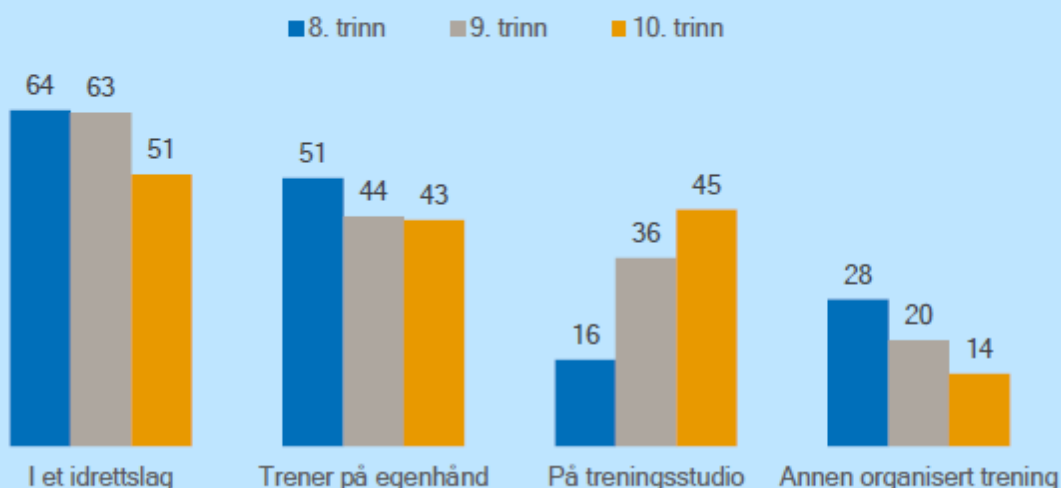


## Prosentandel som trener minst én gang i uka

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

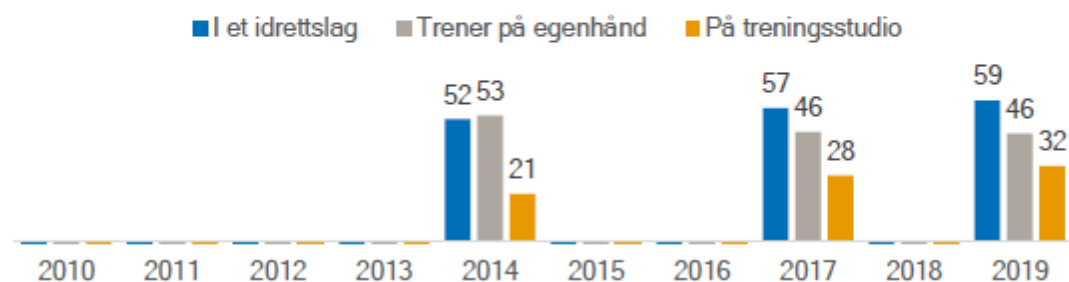


## Prosentandel som trener minst én gang i uka



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av ungdomsskoleelever som trener minst én gang i uka på ulike måter



## Vedlegg G - Videregående elever i Vestby kommune

Denne oversikten presenteres hovedresultatene fra ungdomsundersøkelsen som ble gjennomført blant elever på videregående i Vestby kommune våren 2019. Rapporten i sin helhet tar for seg 25 temaer. Innenfor hvert tema vil man få svar på hvordan gutter og jenter har besvart spørsmålene, og om det er forskjeller mellom ungdom på ulike klassetrinn. Alle resultatene i rapporten er oppgitt i prosent.

Nedenfor presenterer vi statistikk fra relevante temaer som er knyttet opp mot arbeidet med kommunedelplanen for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

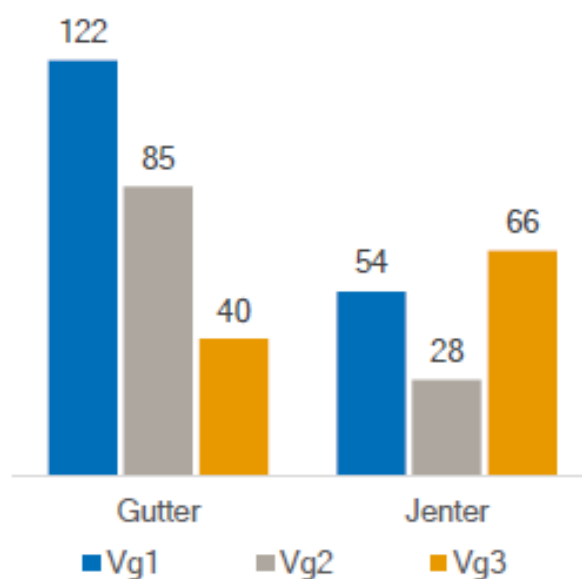
### Hvor mange deltok i undersøkelsen?

402

### Hva er svarprosenten?

67 %

### Antall gutter og jenter på ulike klassetrinn som besvarte undersøkelsen i Vestby





# Lokalmiljøet

Dagens ungdom vokser opp i en globalisert verden der mennesker, meninger og inntrykk vandrer på tvers av landegrensener og sosiokulturelle skiller. Samtidig har det lokale og tilhørigheten til nærmiljøet fremdeles stor betydning i menneskers liv.

Å vokse opp betyr å vokse opp på et bestemt sted, og forskjellige lokalmiljøer kan gi ulike muligheter for utfoldelse og sosialt samvær. Tilbudet av organisasjoner, fritidstilbud og kulturtilbud påvirker hvordan den enkelte kan utfolde seg og bidrar samtidig til å skape identitet og tilhørighet i et lokalmiljø. Det samme gjelder tilgangen på åpne møteplasser, rekreasjonsområder og urørt natur. Opplevelsen av lokalmiljøet vil også være preget av utsiktene til utdanning, arbeid og familieetablering på sikt.

Barn og unge bruker lokalmiljøet i større grad og på en annen måte enn foreldrene. Trygge og sunne lokalmiljøer er derfor særlig viktig for denne aldersgruppa

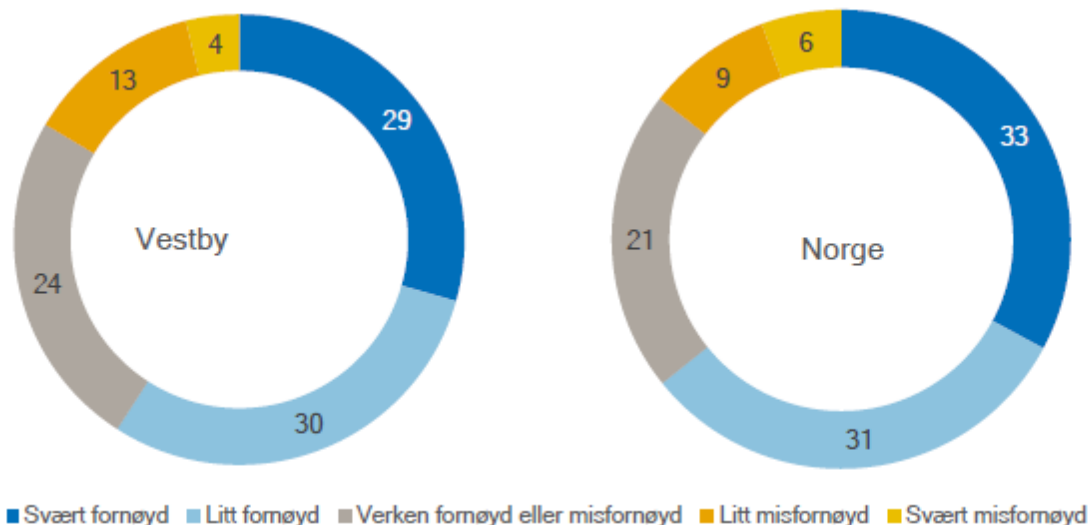
velferd. Barn og unge kan også ha andre meninger enn voksne om hva som gir livskvalitet på hjemstedet.

Ungdata viser at de fleste ungdommer er litt eller svært godt fornøyd med lokalmiljøet sitt. Men det er også en del som ikke er så godt fornøyd. Hva ungdom er fornøyd med og misfornøyd med varierer mye fra kommune til kommune. Dette viser at kommunene kan gjøre mye for å tilrettelegge for ungdommers trivsel.

Ikke alle er like godt fornøyd med lokalmiljøet sitt

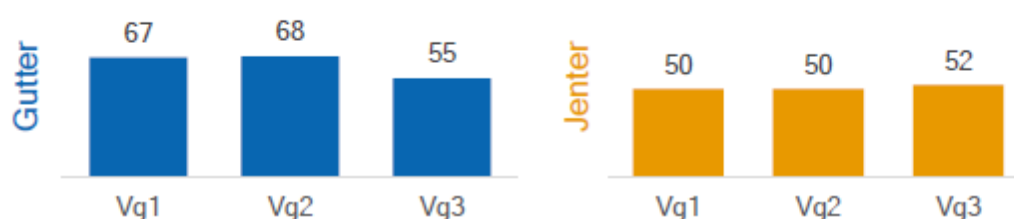
## Hvor fornøyd er du med lokalmiljøet der du bor?

Prosentandel av elever på videregående skole i Vestby og i Norge

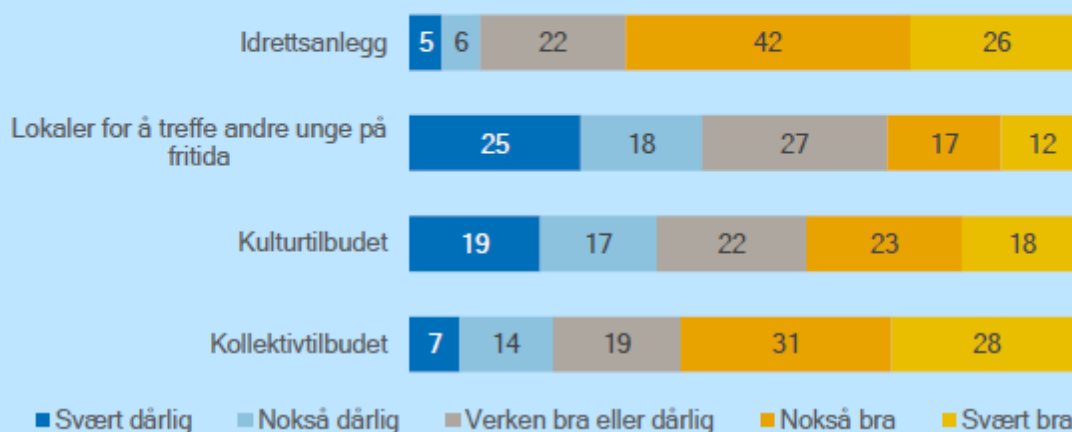


## Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

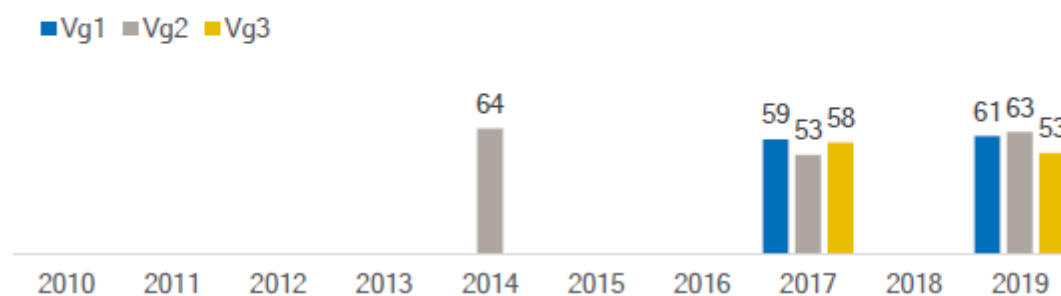


## Hvordan ungdom opplever tilbudet der de bor



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av elever på videregående skole som er fornøyd med lokalmiljøet



# Hjemme

Ungdoms fritid er i forandring, og hjemmet er blitt et stadig viktigere oppholdssted for de unge. En viktig årsak er den nye kommunikasjonsteknologien som gjør det mulig å være hjemme og samtidig ha kontakt med sine venner. For ungdom har internett gjort behovet for å møtes på senteret eller «på løkka» mindre.

Også andre endringer i ungdoms liv kan bidra til at ungdom bruker mer tid hjemme. Flere har argumentert for at generasjonskløften er mindre enn tidligere. Dette gjør det enklere for mange unge å være i samme hus som sine foreldre. Krav til prestasjoner i skole- og utdannings-sammenheng kan også ha ført til at ungdom holder seg hjemme for å gjøre skolearbeid. At også boligene har blitt større, gjør at de fleste tenåringer har eget rom, og mange disponerer en kjellerstue eller loftstue som de kan bruke til samvær med venner.

Svarene fra Ungdata tyder på en nokså

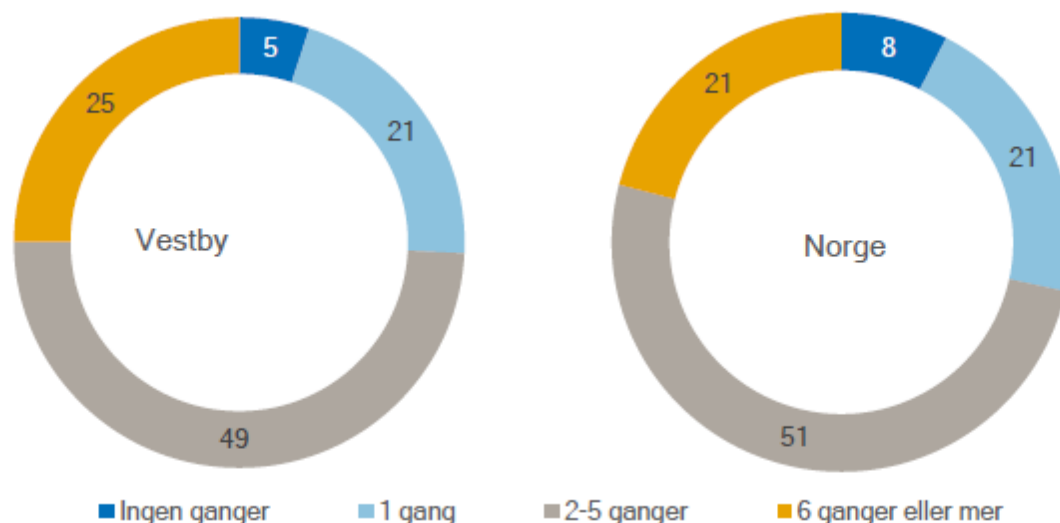
hjemmekjær ungdomsgenerasjon. Dette gjelder både gutter og jenter og på tvers av alder.

Samtidig viser Ungdata at når ungdom er hjemme, skjer det i stadig mindre grad sammen med andre ungdommer, i hvert fall fysisk. Mange bruker mye tid på å være sosial via nett, enten dette skjer gjennom sosiale medier eller online dataspill. Hjemmet som arena for fysisk samvær med jevnaldrende har dermed blitt svekket de senere årene, til fordel for nye måter å kommunisere med hverandre på.

## En hjemmekjær ungdomsgenerasjon

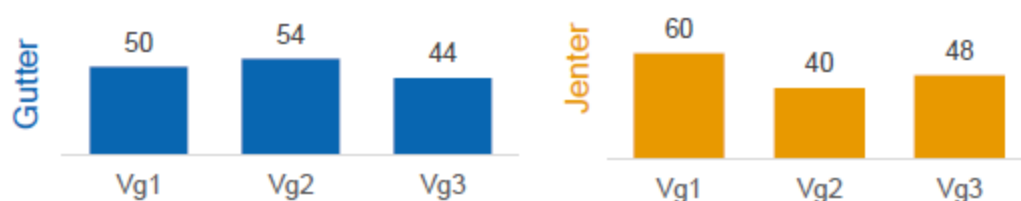
### Hvor mange ganger har du vært hjemme hele kvelden i løpet av den siste uka?

Prosentandel av elever på videregående skole i Vestby og i Norge

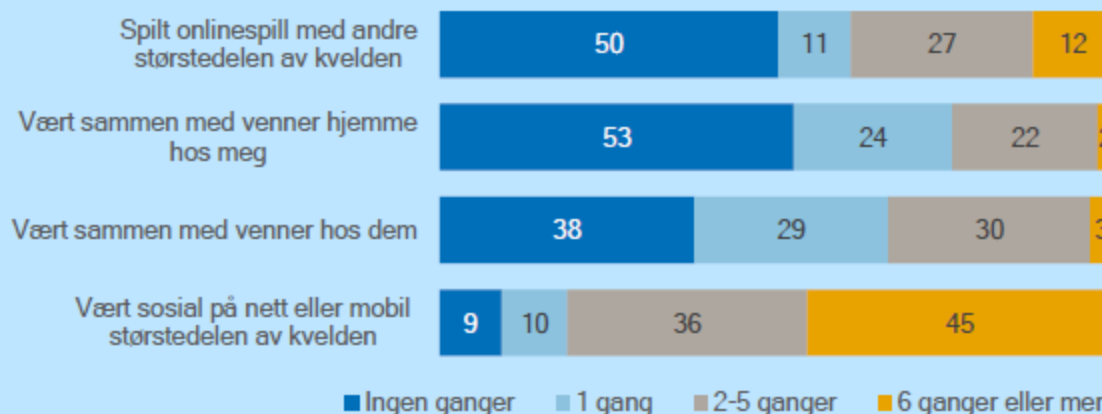


## Prosentandel som har vært sammen med venner hjemme minst to ganger siste uke

Blant gutter og jenter på ulike klasstrinn

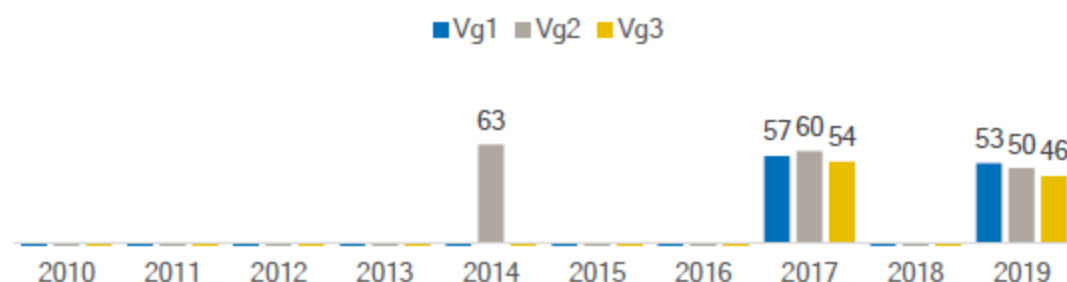


## Hvor mange ganger har du gjort dette i løpet av den siste uka?



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av elever på videregående skole som har vært sammen med venner hjemme hos hverandre minst to ganger siste uke



# Ute med venner

I ungdomsforskningen har det vært vanlig å skille mellom ungdommenes uteorienterte og hjemmeorienterte fritid. Mens den hjemmeorienterte fritiden gir foreldre større muligheter til å kontrollere ungdom, har ungdom større spillerom til å prøve ut grenser når de oppholder seg utenfor hjemmet.

Ungdata viser at det i løpet av de siste årene har blitt stadig færre ungdommer som bruker fritiden sin ute med venner om kveldene.

Med et endret fritidsmønster endres gjerne bekymringene rundt ungdoms bruk av fritiden. I dag vekker digitale aktiviteter foran skjermer av ulikt slag større uro enn det ustrukturerte samværet med jevnaldrende ute på gatehjørnet.

I dag er bekymringene gjerne knyttet til manglende fysisk aktivitet og kvaliteten på

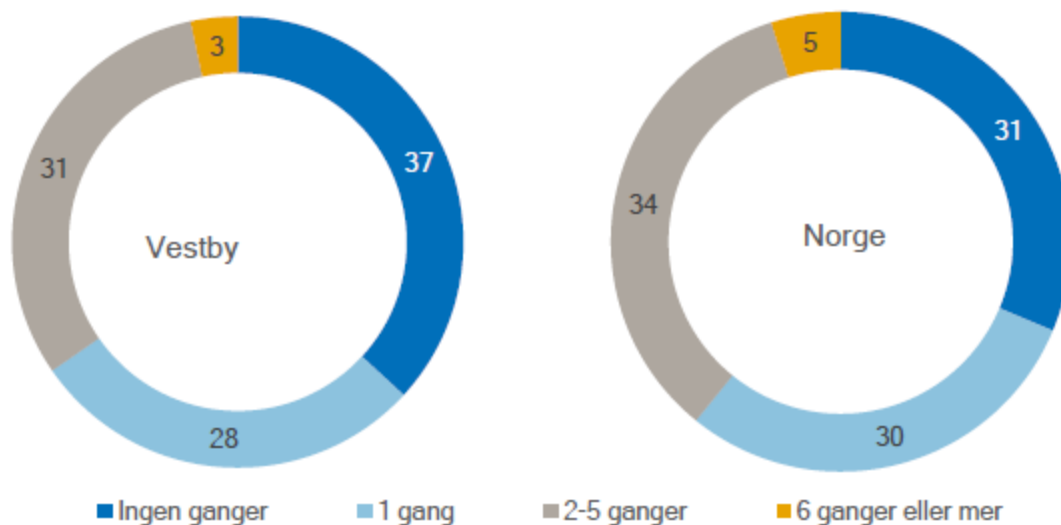
det sosiale samværet. Statistisk sentralbyrås tidsbruksundersøkelser viser at dagens unge, sammenlignet med de som var unge på 1980- og 1990- tallet, bruker mindre tid på idrett og friluftsliv og er mindre sammen med jevnaldrende.

Generelt er det små kjønnsforskjeller i det uteorienterte fritidsmønsteret, om så guttene er litt mer ute med venner enn jentene.

Det er mindre vanlig at ungdom henger ute med venner

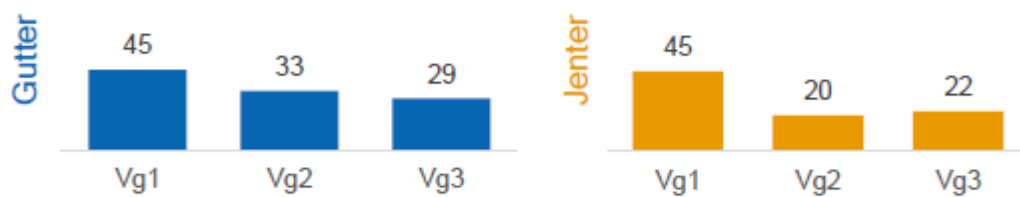
## Hvor mange ganger har du vært ute med venner størsteparten av kvelden i løpet av den siste uka?

Prosentandel av elever på videregående skole i Vestby og i Norge

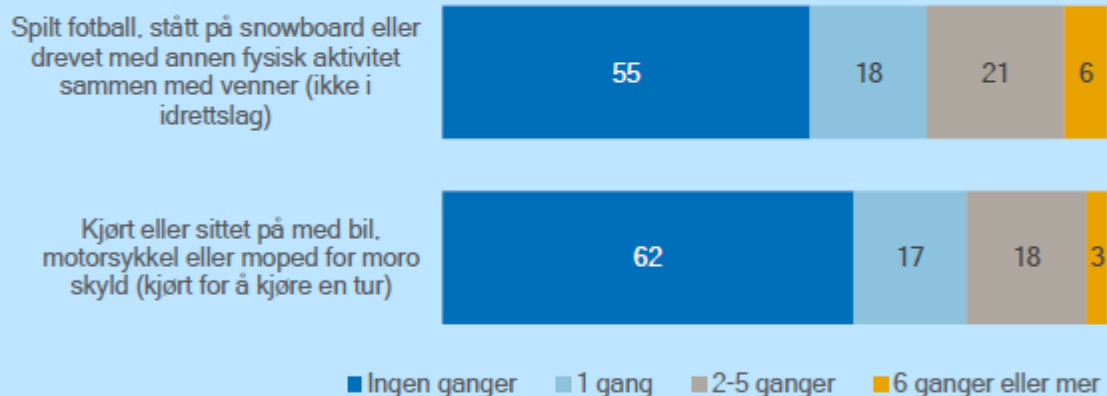


## Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke

Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

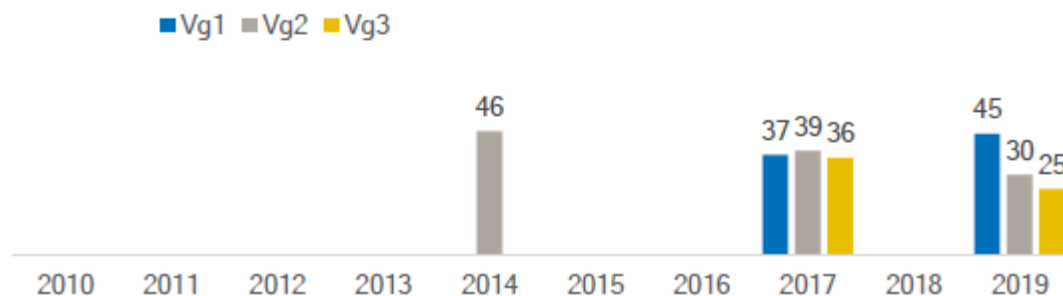


## Hvor mange ganger har du gjort dette i løpet av siste uka?



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av elever på videregående skole som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke





# Organisert fritid

Organisasjoner, klubber, lag og foreninger er viktige arenaer for samvær med andre unge, og gir andre erfaringer og læringsbetingelser enn skolen og mer uformelle situasjoner. På sitt beste gir organisasjonene ungdom mulighet til å utvikle sine evner, de lærer å fungere i et fellesskap, ytre egne meninger og å jobbe målrettet.

Barne- og ungdomsorganisasjonene tillegges ofte en forebyggende rolle. Forskning tyder imidlertid på at sammenhengen mellom for eksempel rusmiddelbruk og organisasjonsdeltakelse varierer en del med organisasjonstype. Det er også slik at mange av organisasjonene særlig rekrutterer ungdom som i utgangspunktet er «veltilpassede».

Ungdata viser at de fleste barn og unge har deltatt i eller vært innom ulike typer organiserte fritidsaktiviteter gjennom oppveksten. Selv om det er en viss nedgang i løpet av ungdomsårene, er det på

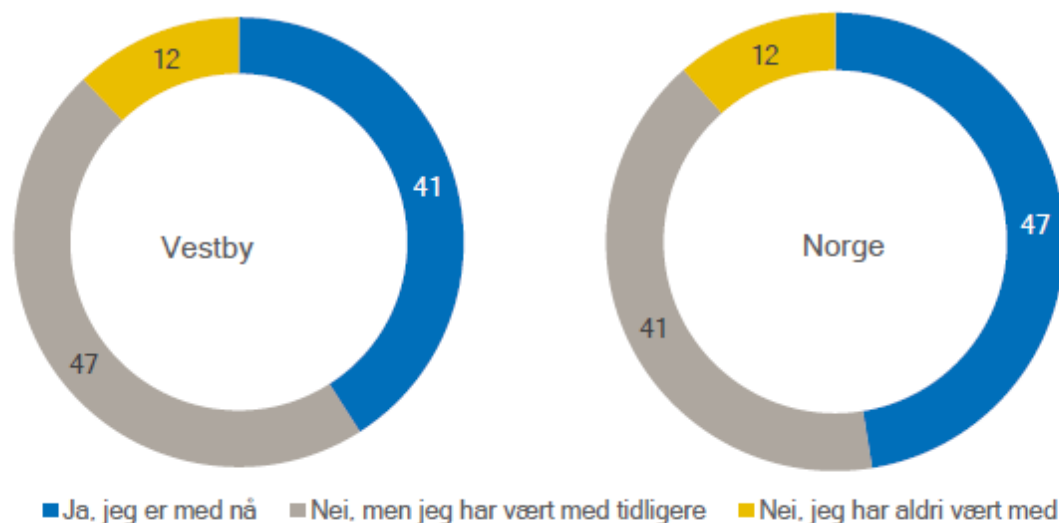
landsbasis fremdeles over en av tre som deltar i en eller annen form for organisert fritidsaktivitet i VG3.

Landsrepresentative undersøkelser fra de siste tiårene tyder på at andelen unge medlemmer i frivillige organisasjoner har vært synkende. Det er organisasjoner som speider, korps, kor og religiøse foreninger som har opplevd størst medlemssvikt. Idrettslagene har derimot i stor grad beholdt sin store oppslutning.

De aller fleste har gjennom oppveksten deltatt i organiserte fritidsaktiviteter

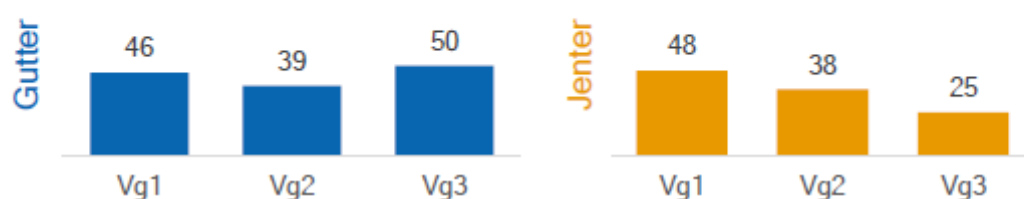
**Er du, eller har du tidligere vært, med i noen organisasjoner, klubber, lag eller foreninger etter at du fylte 10 år?**

Prosentandel av elever på videregående skole i Vestby og i Norge



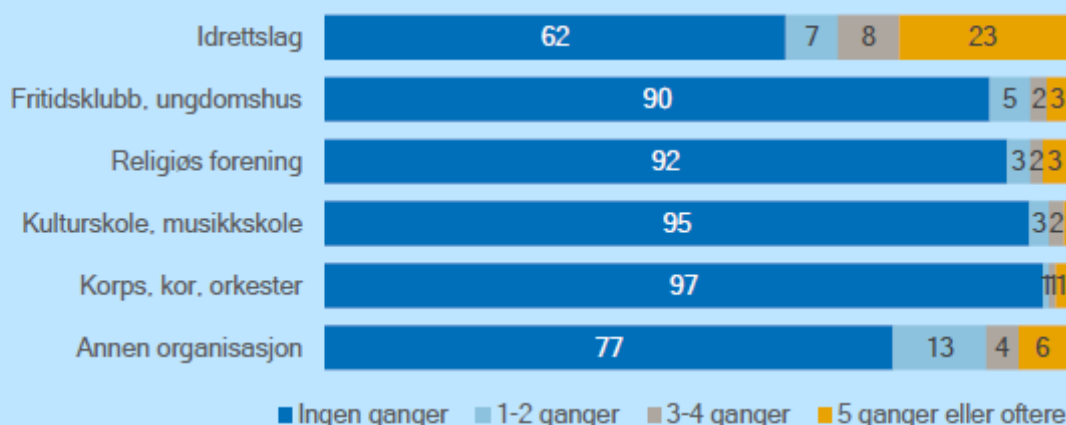
## Prosentandel som er med i en fritidsorganisasjon

Blant gutter og jenter på ulike klasstrinn



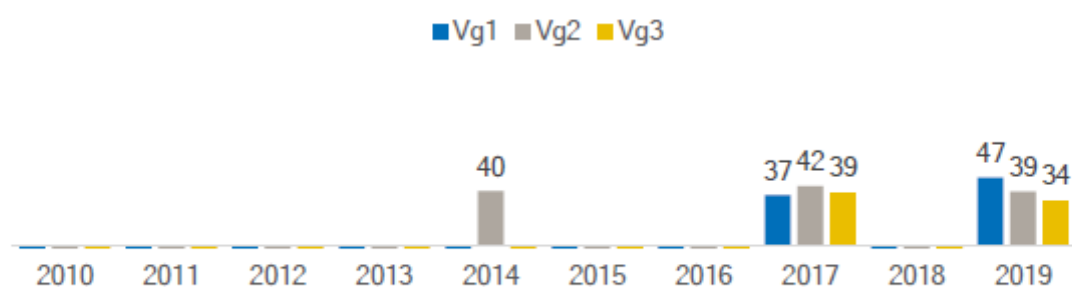
## Deltakelse i ulike organiserte fritidsaktiviteter

Antall ganger i løpet siste måned



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av elever på videregående skole som er med i en fritidsorganisasjon



# Trening

Svært mange unge trener på fritiden. Noen spiller håndball, basket eller fotball gjennom et idrettslag, og andre trener på et treningssenter. Det er også mange unge som sykler eller løper seg en tur, enten alene eller sammen med venner.

Mediene gir av og til inntrykk av at norsk ungdom er i ferd med å forfalle fysisk. Forskning viser derimot at det er like mange som trener i dag som for 20 år siden. Samtidig er mange lite fysiske aktive ellers i hverdagen, og det tilbringes mye tid foran ulike typer skjermer.

I løpet av ungdomstiden er det mange som slutter i idrettslagene og på slutten av videregående er det bare en av fire som fremdeles er medlem. En god del av de som slutter i idrettslagene begynner å trene på treningssenter eller de trener på egen hånd. Samlet sett er det derfor ikke så store forskjeller i treningsaktivitet mellom ungdom på VG1, VG2 og VG3.

Ungdata viser at de fleste unge driver med en eller annen form for trening.

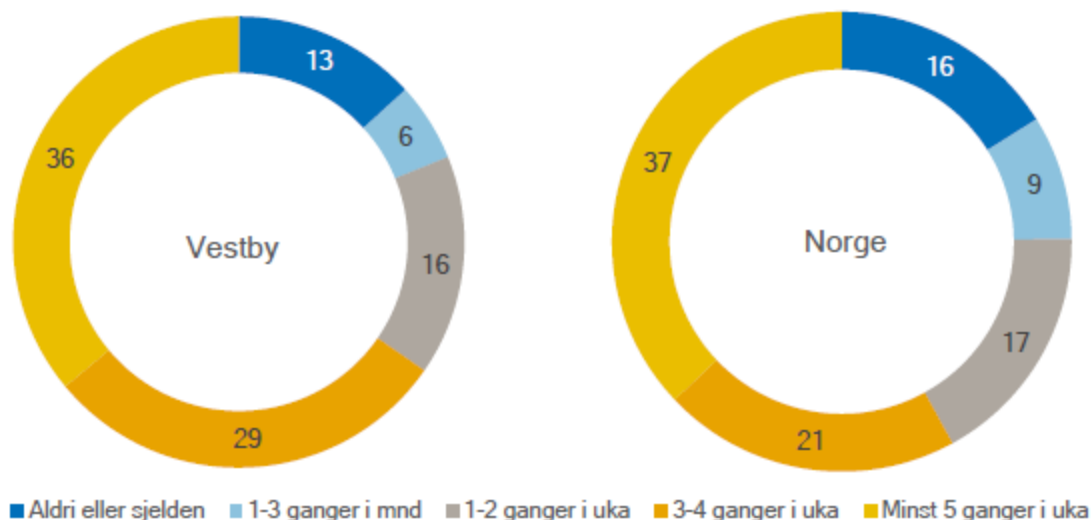
Det har tradisjonelt vært klare kjønnsforskjeller i trening, og særlig har det vært flere gutter enn jenter i idrettslagene. De siste årene har vi sett en tendens til at flere jenter trener på andre arenaer (utenfor idrettslagene), slik at det i dag er små kjønnsforskjeller i trening samlet sett.

I mange idretter stilles det store krav til utstyr og deltakelse, og det kan koste en god del å være med. Dette kan være en utfordring for å nå det overordnede målet for norsk idrett: «idrett for alle».

Dagens ungdom er opptatt av trening

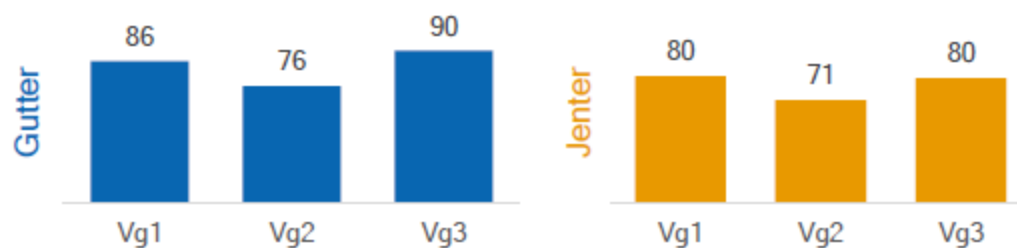
## Hvor ofte trener du?

Prosentandel av elever på videregående skole i Vestby og i Norge

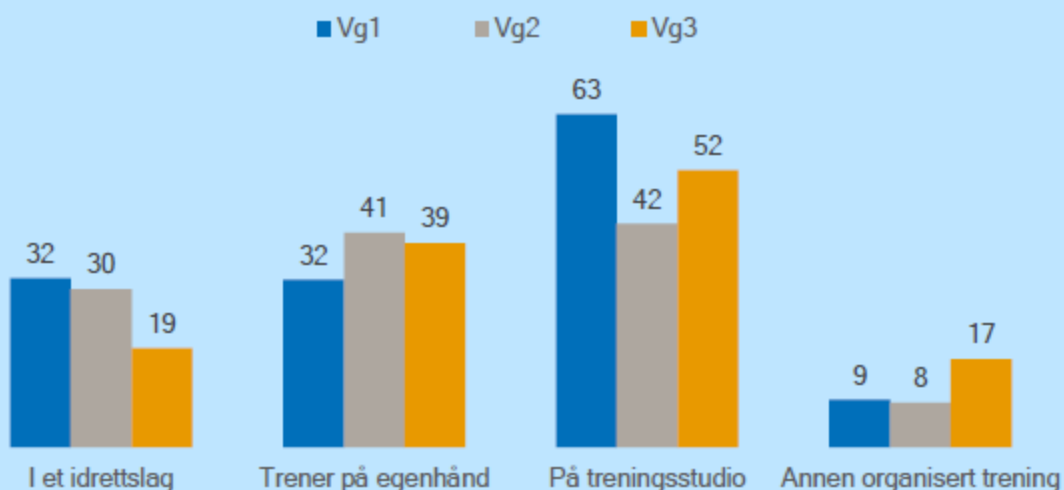


## Prosentandel som trener minst én gang i uka

Blant gutter og jenter på ulike klasstrinn

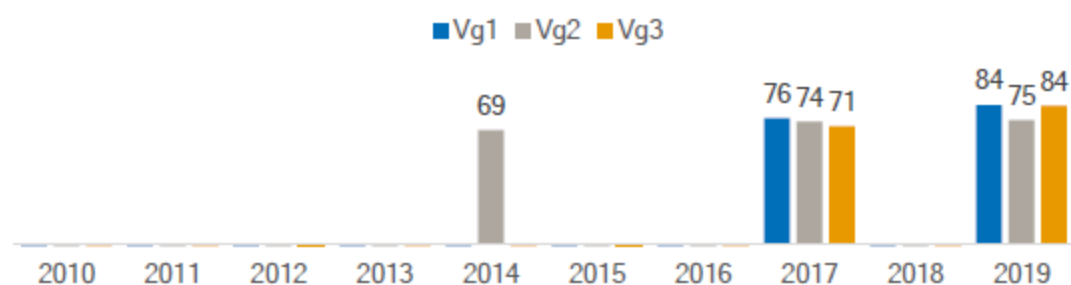


## Prosentandel som trener minst én gang i uka



## Tidstrend i Vestby

Prosentandel av elever på videregående skole som trener minst én gang i uka



## Vedlegg H – Referanseliste

### **Statlig nivå:**

LOV-1957-06-28-16: Lov om friluftslivet

LOV-2011-06-24-29: Lov om folkehelsearbeid

Departementene (2020). Sammen om aktive liv – handlingsplan for fysisk aktivitet 2020 – 2029.

### **Helse- og omsorgsdepartementet:**

Meld. St. 34: Folkehelsemeldingen – God helse – felles ansvar (2012-2013).

Meld. St. 19: Folkehelsemeldingen – Mestring og muligheter (2014-2015).

Meld. St. 19: Folkehelsemeldingen – Gode liv i eit trygt samfunn (2018-2019).

Helsedirektoratet (2015). Aktivitetshåndboken - Fysisk aktivitet i forebygging og behandling.

### **Klima- og miljødepartementet:**

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

2018: Handlingsplan for friluftsliv - Natur som kilde til helse og livskvalitet.

Miljødirektoratet (2015). M – 462: *Friluftsliv for alltid. Statlig sikring og tilrettelegging av friluftsområder*

Miljødirektoratet (2019). M – 1292: *Plan for friluftslivets ferdselsårer*

### **Kulturdepartementet:**

Meld. St. 26: Den norske idrettsmodellen (2011–2012).

Meld. St. 10: Frivilligheita – sterk, sjølvstendig, mangfaldig (2018-2019).

Meld. St. 18: Oppleve, skape, dele – Kunst og kultur for, med og av barn og unge (2020-2021).

V-0798 (2015): Veileder - Kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet.

V-0732 B (2020): Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet – 2020.

Kulturdepartementet (2019). Spillemidler til idrettsanlegg. En gjennomgang av søknader og tildelinger.

V-0977B (2016): Rehabilitering/ombygging av eldre idrettsanlegg.

V-0511 (2014): Universell utforming av idretts- og nærmiljøanlegg.

### **Kommunal og moderniseringsdepartementet:**

Veileder (2014). *Medvirkning i planlegging.*

### **Fylkesnivå:**

Viken fylkeskommune (2021). Felles handlingsprogram for økt fysisk aktivitet for alle - Aktiv i Viken 2021-2022.

### **Kommunalt nivå:**

Vestby kommune (2020). Oversiktsdokument – Oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer i

Vestby kommune (2020). Folkehelseprofil 2020 Vestby – Folkehelseinstituttet

Vestby kommune (2020). Oppvekstprofil 2020 Vestby – Folkehelseinstituttet

Vestby kommune (2017). Kommunedelplan for friluftsliv 2017 – 2029.

Vestby kommune (2015). Kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet 2015 – 2026.

Vestby kommune (2019). Kommuneplan for Vestby kommune 2019 – 2030.

Vestby kommune (2019). Bestemmelser til Vestby kommuneplan.

Vestby kommune (2019). Veileder for kommuneplan for Vestby 2019 – 2030.

Vestby kommune (2019). Plankart kommuneplan 2019 – 2030.

### **Ungdata:**

Ungdatasenteret og KoRus -Øst (2019). Ungdata junior Vestby kommune.

Ungdatasenteret og KoRus -Øst (2019). Ungdomsskoleelever i Vestby kommune.

Ungdatasenteret og KoRus -Øst (2019). Videregående elever i Vestby kommune.

### **Øvrig litteratur:**

Norske arkitekters landsforbund (2019). Aldersvennlig stedsutvikling.

FN-Sambandet (2021). FNs Bærekraftsmål.

<https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal>

Oslo kommune (2017). *Behovsanalyse for egenorganisert aktivitet*. Foredrag Oslo kommune.

Ipsos undersøkelse Norsk Monitor (2017). Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet. Brevik, G. & Rafoss K. (2017).

Ipsos MMI. (2012). *Motivasjonsfaktorer for fysisk aktivitet 2012*.

Vista Analyse. (2017). *Fysisk inaktivitet: Hva koster det samfunnet?*

Viken Idrettskrets (2020). Idrettsanlegget som en aktiv møteplass.

Norges Idrettsforbund (2019). Idretten skal! Flere og bedre anlegg 2019-2023.

Norges Idrettsforbund (2019). Idretten vil! Langtidsplan for Norsk Idrett 2019-2023.

Norges Idrettsforbund (2019). Idretten skal! 2019-2023. Strategiske satsingsområder.

Natur- og miljøbarometeret 2017 fra TNS Gallup

NINA Rapport 1440. (2018). *Effekter av å skilte og merke en eksisterende turrute. En undersøkelse av Turskilt-prosjekter i Vestby og i Brumunddal*. Odd Inge Vistad, Vegard Gundersen, Line C. Wold, Margrete Skår, Stine Rybråten & John Gunnar Dokk

Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (2018). Fagrapport. *Studie av kommunal og fylkeskommunal planlegging for NÆRTUR*. Kine Halvorsen Thorén, Helena Nordh, Amalie Lund Holth