

Innspill til handlingsplan for økt fysisk aktivitet

Arbeidsgruppe for transport, nærmiljø og byutvikling - oppsummering av dialogmøte og vurdering av materialet

30.10.2018

Alf Howlid (red)

1 Bakgrunn

Helse- og omsorgsdepartementet skal i samarbeid med de andre departementene utarbeide en handlingsplan for fysisk aktivitet. I denne sammenheng er det opprettet fire arbeidsgrupper med eksperter innenfor områder som er viktige i arbeidet for å øke fysisk aktivitet i den norske befolkningen. De fire arbeidsgruppene er:

- Transport, nærmiljø og byutvikling
- Arbeidsliv
- Fritid
- Barnehage og skole

Disse arbeidsgruppene har fått i oppgave å utforme hvert sitt notat som skal ta opp de viktigste tiltak og utfordringer innenfor sitt temaområde.

Arbeidsgruppen for transport, nærmiljø og byutvikling gjennomførte 20. juni 2018 et dialogmøte med relevante aktører for å få økt innsikt i utfordringer og måter å løse disse utfordringene på. Det var i overkant av 50 påmeldte til dialogmøtet. Deltakerne på dialogmøtet jobbet i 10 forskjellige grupper, som hadde ansvar for hvert sitt tema.

Fire personer fra arbeidsgruppen - redaksjonsgruppen - har arbeidet videre med innspillene fra gruppene på dialogmøtet. Redaksjonsgruppen har samlet de utfordringer og tiltaksforslag som ble identifisert på tvers av de 10 gruppene på dialogmøtet. Det var tre tema som fremsto som særlig relevante og overgripende:

- Tilrettelegging og utforming av fysisk infrastruktur
- Politikk og forvaltning
- Kompetanse og brukermidvirkning

Dette notatet er en oppsummering av arbeidet som er blitt gjort i redaksjonsgruppen på vegne av arbeidsgruppen og på bakgrunn av resultatene fra dialogmøtet.

Redaksjonsgruppen har bestått av
Alf Howlid, Design og arkitektur Norge - DOGA (leder av arbeidsgruppen)
Asgeir Knudsen, Friluftsrådernes landsforbund
Morten Thaulow, Miljødirektoratet
Roger Jensen, Fylkesmannen i Telemark

2 Arbeidsgruppens situasjonsbeskrivelse, målformulering og forslag til tiltak

Situasjon

De bygde omgivelsene legger rammer for våre fysiske hverdagsaktiviteter og gir dermed muligheter for helsemessig forebygging og sosial inkludering. De fysiske omgivelsene er bestemmende for hvordan mennesker samhandler, og det er en nær sammenheng mellom utformingen av vårt fysiske miljø og aktivitetsnivået i befolkningen.

Samtidig som den generelle fysiske hverdagsaktiviteten i befolkningen går ned, pågår det en sterk fortetting av norske byer og tettsteder. For å møte denne situasjonen vil bolignære felles utearealer bli stadig viktigere aktivitetsarenaer i lokalmiljøene, og utforming av disse fellesskapsrommene, med ivaretagning av grøntstrukturer og tilrettelegging for aktiv transport, sosial samhandling og fysisk aktivitet, vil ha avgjørende innvirkning på folkehelsen.

Stedsutvikling i et folkehelseperspektiv er komplekst, og gode lokalsamfunn krever faglig kvalifisert planlegging, kunnskapsbaserte beslutninger og funksjonelle medvirkningsprosesser. Dette er en tverrfaglig utfordring hvor mange aktører i stedsutviklingsfeltet har begrenset erfaring. På nasjonalt, regionalt og kommunalt nivå - både administrativt og politisk - er det behov for økt forståelse for betydningen av tverrsektorielt samarbeid.

Mål:

Befolkningen som helhet skal bevege seg mer.

- *Fellesskapsarealene i lokalsamfunnene må bli tilrettelagt for aktiv transport: gange og sykling.*
- *Det må etableres gode utendørs møteplasser for optimal og variert fysisk hverdagsaktivitet og sosial samhandling i nærmiljøene.*
- *Bevisstheten i befolkningen om nødvendigheten av økt fysisk aktivitet må styrkes.*
- *Satsning på økt fysisk aktivitet må tydeliggjøres i en forbedret politikk og nedfelle seg i en mer kompetent forvaltning.*

Tiltak

Forslag til tiltak fra arbeidsgruppen spenner over et bredt felt, men har til felles at de ønsker å bidra til å øke befolkningens fysiske *hverdagsaktivitet*. Forslag til tiltak som dialoggruppene har spilt inn er inndelt i tre hovedtemaer: For hvert av tiltaksområdene har gruppene identifisert noen hovedfordringer.

Hovedtemaer:

1. Tilrettelegging og utforming av fysisk infrastruktur

Tiltak knyttet til tilrettelegging av aktivitetsfremmende transport og fysisk utforming av lett tilgjengelige aktivitetsarenaer i nærmiljøet/lokalsamfunnet.

2. Politikk og forvaltning

Tiltak rettet mot både politisk og administrativt nivå i stat, region og kommune knyttet til stedsutvikling, nærmiljøplanlegging og transportavvikling.

3. Kompetanse og brukervedvirkning

Immaterielle tiltak som skal bidra til økt fysisk aktivitet i befolkningen.

Innledningsvis beskrives kort hvilke utfordringer som er knyttet til hvert enkelt tema.

Tema 1: Tilrettelegging og utforming av fysisk infrastruktur

Tiltak knyttet til tilrettelegging av aktivitetsfremmende transport og fysisk utforming av lett tilgjengelige aktivitetsarenaer i nærmiljøet/lokalsamfunnet.

Utfordringer:

- Den pågående fortettingen i lokalsamfunnene gir befolkningsøkning i sentrale områder i kommunene.
- Flere mennesker skal kunne benytte flere stadig mindre utendørs fellesskapsrom.
- Økt bruk av utearealene vil belaste eksisterende grøntstrukturer.
- Den kommende overgangen til overveiende syklende og gående transportavvikling står i motstrid til den eksisterende infrastrukturen som over tid er tilpasset det relativt spredte norske bosettingsmønsteret hvor den daglige transporten i stor grad er bilbasert.
- Det nødvendige nettverket av offentlige uterom som skal ivareta den nye aktive transporten vil komme under press ved økt fortetning.

Tiltak:

- Legge til rette for en aktiv hverdag hvor gange og sykling er prioritert i kommunale planer.

- Bidra til helhetlig og sammenhengende skilting og merking for gange og sykling fra kollektivknutepunkt og ut i friluftslivsområder (handlingsplan friluftsliv).
- Legge til rette for infrastruktur for sykkelbruk og aktive rullende framkomstmidler.
- Oppfordre til å etablere «hjertesoner» ved skolene.
- Støtte opp om at det etableres utendørs møteplasser som både er gode sosiale oppholdssoner og funksjonelle aktivitetsarealer.
- Bidra til å etablere og vedlikeholde infrastruktur for aktiv transport.
- Sammenhengende og sikker infrastruktur.
- Stimulere til at det utredes og evt. utprøves om fellesskapsfunksjoner som i dag er innendørs kan lokaliseres til uterom.
- Stimulere arkitekter og eiendomsutviklere til å utvikle inngangspartier som stimulerer og senker “dørterskelen” for uteliv.
- Bidra til å gjøre det enklere å ta med sykkel på kollektivtransport.
- Støtte opp om transformasjon av eksisterende utearealer fra grå til blå-grønne.
- Bidra til funksjonell utnyttelse av grøntområder i bolignære områder.

Tema 2: Politikk og forvaltning

Tiltak knyttet til stedsutvikling, nærmiljøplanlegging og transportavvikling rettet mot både politisk og administrativt nivå i stat, region og kommune.

Utfordringer:

- På nasjonalt, regionalt og kommunalt nivå er det svak tradisjon for tverrsektorielt helsefremmende planlegging.
- Det er erfaringsmessig liten umiddelbar politisk gevinst i å prioritere langsiktige tiltak i forebyggende folkehelsearbeid.
- Det mangler et nasjonalt retningsgivende regelverk.
- Det er svak samordning av statlige forventninger og krav til kommunene, til lokale eiendomsbesittere og til private næringsinteresser.

Tiltak:

- Sette krav til at mål for øket gange og sykling er en del av kommuneplanen.
- Vektlegge at tilrettelegging for gående er et folkehelseiltak og innarbeide det i kommuneplanen (arealdelen, samfunnsdelen, handlingsdelen).
- Legge inn indikatorer i folkehelseprofilene om hvor stor andel av innbyggerne som bor mer enn 500 meter unna sammenhengende turveinett/allment tilgjengelige grøntområder (fra handlingsplan friluftsliv).
- Sette krav om at alle kommuner skal ha uteombud.
- Prioritere nasjonal informasjonskampanje om verdien av fysisk aktivitet i hverdagen.

- Bedre sammenhengen mellom lov og veiledninger.
- Støtte opp om belønningsordninger for arbeidsgivere som oppfordrer til fysisk aktivitet.
- Prioritere skolers uteområder ved å innføre minstekrav til uteareal pr elev.
- Gjennom statlige incentiver bidra til at systematisk sykkelopplæring av barn starter tidlig.
- Oppdatere nasjonalt regelverk, normer og håndbøker for å fremme sykling til skolen.
- Gjennom statlige insentiver styrke kommunenes helhetlige innsats med grøntstrukturen.
- Gjennom statlige tiltakspakker fremme kompetanse og kapasitet i kommunene når det gjelder tilgjengelighet og universell utforming av utemiljøer, f.eks. i nettverk som KMD har hatt og KS har p.t.
- Forvente at lokalsamfunnene har sammenhengende, helårs rullevennlige ferdselsveier til aktiv transport.
- Opprette en nasjonal støtteordning for kjøp av el-sykkel (lik den i Sverige).
- Opprette en felles nasjonal portal på tvers av veieiere for innrapportering av feil, mangler og dårlig (vinter)drift på anlegg for gående og syklende.
- Bidra til at norske kommuner kan benytte økte ressurser til å satse på tiltak som skal fremme fysisk aktivitet.
- Bidra til at norske kommuner mobiliseres for en satsning på fysisk aktivitet, og denne satsingen bør forankres på tvers av tjenesteområder i kommunene.
- Gjennomføre en revisjon av gamle planer for sammenhengende sykkelveinett i alle byer og tettsteder over 5000 innbyggere.
- Utvikle en statlig tiltakspakke for å gjøre det lettere å være fysisk aktiv i norske bygder og tettsteder. Relativt beskjedne statlige tilskudd kan utløse betydelige lokale og regionale ressurser.
- Sette statlige krav til at kommunens plan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet beskriver den samlede, tverrsektorielle innsatsen til kommunen innenfor fysisk aktivitet, bl.a. ved å styrke kommunenes kompetanse og kapasitet.
- Opprette økonomiske insentiver for å fremme universell utforming.
- Etablere hensiktsmessige nettverk for innhenting av gode lokale eksempler og erfaringsutveksling.
- Etablere et statlig ressurssted på direktorat/departementsnivå for systemverdi/kvalitet i stedsutvikling.
- Med forankring i Plan- og bygningsloven og Folkehelseloven stille kvalitetskrav til offentlige uterom for å fremme fysisk aktivitet og gode sosiale møter.
- Lovfeste sikring av eksisterende utearealer som nødvendig folkehelseressurs i kommende fortettings-prosesser. Plan- og bygningsloven bør sette tydelige krav i reguleringsplaner til kvaliteten av grøntstrukturen internt i planområdet ved etablering og fortetting av bolig- og hyttefelt.
- Stimulere til etablering av turveier med universell utforming i alle tettsteder.
- Legge til rette for at stier og løyper kartlegges og innarbeides i det offentlige kartgrunnlaget (DOK) som også viser ferdselsårer som er beregnet for bestemte brukergrupper.
- Styrke stiens rettsvern og få alle kommuner med på å legge inn viktige stier i Kartverkets kart.
- Stimulere til utforming av nærmiljøer som bidrar til at eldre og personer med nedsatt funksjonsevne kan holde seg fysisk aktive lengst mulig.

- Opprette tiltakspakke som fremmer utvikling av gode uteområder på og ved sykehjem.
- Inkludere fysisk aktivitet i statlige forventninger til planlegging i kommunene .
- Vedta nasjonale mål om at alle/hele befolkningen innen 2025 skal bruke 20 % mer av sin tid i offentlige rom (sektorovergrepene mål etter inspirasjon fra København).
- Prioritere statlige tiltakspakker som fremmer daglig fysisk aktivitet for grupper med høy risiko for lavt fysisk aktivitetsnivå.
- Utvikle statlige tiltakspakker for daglig sykling og gange. Denne bør inneholde:
 - En stimuleringsordning med økonomiske incentiver som fører til mer sykling og gåing (Det bør stå at eksisterende ordninger bør utvides og i hvert fall videreføres da det foreligger en tilskuddsordning for sykkeltiltak, opprettet i 2014.
<https://www.vegvesen.no/fag/fokusomrader/Miljovennlig+transport/Sykkeltrafikk/tilskuddsordning>)
 - Relevant regelverk bør gjennomgås og endres slik at det i større grad enn i dag fremmer gange og sykling
 - En bred nasjonal kampanje bør ha barn og ungdom som en viktig målgruppe.
- Etablere hensiktsmessige nettverk for innhenting av gode lokale eksempler og erfaringsutveksling.
- Synliggjøre samfunnsgevinster av tiltak.
- Statlig samordnet samarbeid med regioner/fylkeskommuner og utvalgte kommuner, med sikte på å utvikle bærekraftige byer og tettsteder (jfr. Groruddalssatsingen og andre tilsvarende områderettede innsatser).
- Oppfordre til bindende regionale planer (Jfr. pågående diskusjoner om nye oppgaver til regionene/fylkeskommunene og nylig evaluering av plan- og bygningsloven der dette er foreslått).
- Utarbeide og vedta ny nasjonal sykkelstrategi (forrige løp ut da ny nasjonal transportplan ble vedtatt).
- Statlig satsing på å etablere trygge, attraktive og tilgjengelige gang- og sykkelruter til skole og fritidsaktiviteter.
- Grøntstrukturen må anerkjennes som del av felles infrastruktur og forankres i kommuneplanen.
- Stimulere til at aktiv transport skal lønne seg økonomisk.
- Statlige virksomheter skal ved nedleggelse eller avhending av statlig eiendom vurdere samfunnsnyttig etterbruk som prioritet 1. Eksempelvis til gang- og sykkelveier ved nedlegging av jernbaner og riksveier.
- Bidra til helhetlig planlegging av byrommene gjennom å stille spesifiserte kvalitetskrav til utforming av uterom.
- Stimulere til fullskalautprøving av aktivitetsfremmende stedsutvikling. Relativt beskjedne statlige tilskudd kan utløse betydelige lokale og regionale ressurser.

Tema 3: Kompetanse og brukervedvirkning

Immaterielle tiltak som skal bidra til økt aktivitet i befolkningen.

Utfordringer:

- Befolkningen tilbringer for mye av dagliglivet stillesittende innendørs.
- Det er generelt en mangelfull forståelse for viktigheten av fysisk aktivitet.
- Det er utilstrekkelig informasjon og mangel på kompetanse i kommunene om hvordan fremme fysisk aktivitet.
- Forskningsbasert kunnskap om stedsutvikling i et folkehelseperspektiv er svært begrenset.
- Det er få gode eksempler på helsefremmende stedsutvikling.

Tiltak:

- Bidra til økt kunnskap om fysisk aktivitet inn i skoleverket
- Stimulere til at kommunene prioriterer etablering av funksjonelle grøntområder.
- Gjennomføre flere sykkelkurs for minoritetsgrupper (Syklistenes Landsforening).
- Inspirere til Gå til skolen-kampanje. Feks invitere skoleelever til å skrive små fortellinger som "Da oldefar gikk til skolen" el. "Oldemors skolevei" el. "Skoleveien før i tida".
- Gjennomføre holdningsskapende tiltak/trivselstiltak. Kilde: Atmosfære er byutviklingens missing link. <https://forskning.no/arkitektur-forskeren-forteller-samfunn/forskeren-forteller-atmosfaere-er-byutviklingens-missing-link/258949>
- Stimulere til etablering av lokale gå-strategier med forankring i den nasjonale gå-strategien.
- Stimulere til inspirasjons- og kompetansekurs for kommunale og regionale politikere.
- Igangsette tidligfasekartlegging for å identifisere aktuelle og potensielle behov i for fysisk aktivitet i lokalsamfunnet.
- Utnytte ny teknologi i brukervedvirkning.
- Utvikle en app som legger til rette for at innbyggere enkelt kan melde inn gode forslag som gjør det lettere å være fysisk aktiv.
- Lage en oversikt over og veileder for beste praksis for utforming av bolignære uterom.
- Kartlegge og verdsette infrastruktur som grunnlag for gjennomføring.
Eksempel: <http://www.miljodirektoratet.no/Documents/publikasjoner/M98/M98.pdf>.
- Lansere slagordet "Friluftsliv er liv i årene og år i livet!" og bruke det som utgangspunkt for tiltak som sikrer at ingen bor lengre unna en sti/grønt område osv. enn 500 meter.
- Måle alle tiltak ved f.eks. å ta i bruk big data for analyse av bevegelsesmønster før og etter tiltak. Dette er viktig informasjon som lett når ut til mange.

- Formidle hvordan tiltak for økt fysisk aktivitet også kan fremme arbeidet med andre samfunnsutfordringer (klima, luftkvalitet, støy, naturmangfold, integrering).
- Bidra til at trygghet blir tatt på alvor, for hvorfor kjører foreldre sine barn til skoleporten? Hva gjør at folk ikke går på stiene på kvelden? Mye dreier seg om trygghet, og her kan enkle informasjonstiltak gjøre mye, sammen med f.eks. belysning.
- Bidra til bygging av kompetanse i kommunene om tilrettelegging for mer fysisk aktivitet.
- Bidra til at det blir igangsatt piloter for utprøving av ulikt utformede og innredede attraktive uterom som skal kunne brukes av hele befolkningen optimalt hele året.
Nasjonal og regional interesse for lokale tiltak virker inspirerende for kommunene, og kan i seg selv medvirke til at tiltaket øker i volum og kvalitet.
- Etablere hensiktsmessige nettverk for innhenting av gode lokale eksempler og erfaringsutveksling.
- Tilby kursopplegg til friluftsrådene "Læring i friluftsmetodikk" som kan hjelpe skoleverket til en mer aktiv hverdag ved å ta i bruk naturen som en læringsarena.
- Innføre "Gåbuss"-konseptet som en nasjonal satsing på lik linje med det friluftsrådene gjør i Nordland i sitt prosjekt «Helsefremmende skoler».
- Stimulere til "Den naturlige skolesekken», med mål om at enda flere skoler tar i bruk naturen og friluftsliv som læringsarena for å gi elevene økt forståelse for bærekraftig utvikling.
- Oppfordre kommuner til å fastsette langsiktige utbyggingsgrenser mot markaområder og friluftsområder i kommunale arealplaner ved å bruke hensynssoner eller arealformålet grøntstruktur (handlingsplanen i friluftsliv)
- Inspirere kommuner til å ta i bruk «Byrom – en idehåndbok - Hvordan utvikle byromsnettverk i byer og tettsteder», fra KMD.(handlingsplan friluftsliv).
- Ta i bruk metodikken Barnetrakk, for å kartlegge barns bruk av ferdselsårer og grønne områder i nærmiljøene. <https://www.barnetrakk.no/> (handlingsplan friluftsliv).

3 Arbeidsgruppens vurdering

Infrastruktur, transport og stedsutvikling i et folkehelseperspektiv er et tverrsektorielt tema som omfatter noen av de viktigste utfordringene i samfunnsutviklingen.

Utfordringsbildet er overgripende, og fortetting av sentrale boligområder er en hoveddriver i utviklingen.

De bygningsnære utearealene er en fellesnevner for sentrale folkehelseutfordringer. Flere mennesker vil sokne til de nåværende lokale utearealene som også vil være potensielle tomtearealer i fortettingen. Det må understrekes at utformingen av de bolig- og bygningsnære utearealene, som vil være de viktigste arenaene for fysisk hverdagsaktivitet, vil spille en sentral rolle også i folkehelsearbeidet for økt psykisk

helse. Innendørs arenaer er som regel utformet for grupper, og der kan de helseutsatte marginale gruppene lett falle utenfor, mens møteplassene i utearealet er hovedarenaen for uformelle menneskemøter for alle.

Det viktigste du kan gjøre for å leve lenge er å være ute blant menneskene:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25910392>

I et folkehelseperspektiv er derfor våre felles utearealer en svært viktig fremtidsressurs med stor samfunnsmessig verdi og som i den pågående stedsutviklingen kan komme under press.

Det avtegner seg to hovedoppgaver:

- Sikre varig vern av et nettverk av både eksisterende og nye uterom.
- Utforme uterommene slik at de blir attraktive og funksjonelle samhandlingsarenaer for alle befolkningsgrupper og tilrettelagt for variert sosial og fysisk aktivt dagligliv hele året.

Prioriterte tiltak kan være:

- **Utvikle sammenhengende og sikker infrastruktur tilrettelagt for aktiv transport ved å**
 - legge til rette for en aktiv hverdag hvor gange og sykling er prioritert i kommunale planer,
 - legge til rette for infrastruktur for sykkelbruk og aktive rullende framkomstmidler,
 - legge til rette for å gjøre det enklere å ta med sykkel på kollektivtransport,
 - legge til rette for en helhetlig og sammenhengende skilting og merking for gange og sykling fra kollektivknutepunkt og ut i friluftslivsområder (handlingsplan friluftsliv).
- **Etablere bolignære utendørs møteplasser som både er gode oppholdssoner og funksjonelle aktivitetsarealer ved å**
 - bidra til økt kompetanse på hvordan de bolignære utearealene kan utformes slik at de blir attraktive hele året,
 - bidra til økt kompetanse på hva som skal til for at tilrettelagte utearealer faktisk blir brukt som møteplasser og aktivitetsarealer (s. k. nudging) <https://www.arkitektur-n.no/artikler/dult-mot-en-bedre-arkitektur> ,
 - stimulere til at det utredes og utprøves om hvorvidt fellesskapsfunksjoner som i dag er innendørs kan lokaliseres til uterommene,

- stimulere arkitekter, designere og eiendomsutviklere til å utforme og utprøve inngangspartier i boliger og halvprivatiserte soner som senker “dørterskelen” for uteliv,
 - støtte opp om transformasjon av eksisterende utearealer fra grå til blå-grønne,
 - stimulere til at det blir etablert funksjonelle og robuste grøntområder i bolignære områder.
- **Identifisere manglende kunnskap om planlegging for fysisk aktivitet ved å**
 - igangsette tidligfasekartlegging for å identifisere aktuelle og potensielle behov i for fysisk aktivitet i lokalsamfunnet Ta i bruk metoder som <https://doga.no/Aktiviteter/folketrakk/> , <https://www.barnetrakk.no/> ,
 - lage en oversikt over og veileder for beste praksis for utforming av bolignære uterom,
 - lansere slagord som “Friluftsliv er liv i årene og år i livet!” og bruke det som utgangspunkt for tiltak som sikrer at ingen bor lengre unna en sti/grønt område osv. enn 500 meter,
 - formidle hvordan tiltak for økt fysisk aktivitet også kan fremme arbeidet med andre samfunnsutfordringer (klima, luftkvalitet, støy, naturmangfold, integrering),
 - utarbeide lokale gåstrategier/byromsstrategier (kommunene) med handlingsplaner for tiltak og virkemidler (tverrfaglige; fra plan for sammenhengende gangforbindelser og byromsnettverk til plassering av benker),
 - utarbeide «gå-regnskap» som kan brukes både som dokumentasjon av innsats og virkning, informasjon til beboerne og evt. til «walkability»-indeks mellom kommunene,
 - utvikle statlige veiledere og hjelpemidler for personlig transportplanlegging som kommunene kan bruke for å påvirke/informere om aktive transportvalg. Dette kan kombineres med nasjonal informasjonskampanje. EU-prosjektet «PTP for cycling» viser en slik modell. <http://ptpcycle-europe.eu/>
 - bidra til bygging av kompetanse på tilrettelegging for mer fysisk aktivitet,
 - bidra til økt kunnskap om fysisk aktivitet i skoleverket,

- gjennomføre flere sykkelkurs for minoritetsgrupper (Syklistenes Landsforening),
- gjennomføre holdningssskapende tiltak/trivselstiltak. Kilde: Atmosfære er byutviklingens missing link. <https://forskning.no/arkitektur-forskeren-forteller-samfunn/forskeren-forteller-atmosfaere-er-byutviklingens-missing-link/258949>
- stimulere til etablering av lokale gå-strategier med forankring i den nasjonale gå-strategien,
- bidra til at det blir igangsatt piloter for utprøving av ulikt utformede og innredede attraktive uterom som skal kunne brukes av hele befolkningen optimalt hele året. Nasjonal og regional interesse for lokale tiltak virker inspirerende for kommunene, og kan i seg selv medvirke til at tiltaket øker i volum og kvalitet,
- etablere hensiktsmessige nettverk for innhenting av gode lokale eksempler og erfaringsutveksling.

4 Eksempler

Tema 1: Tilrettelegging og utforming av fysisk infrastruktur

Tromsø kommune har etablert infrastruktur/fysisk tilrettelegging i Tromsømarka som har ført til økt fysisk aktivitet i befolkningen, samt økt bevissthet om å ta vare på byens grøntstrukturer. Gjennom arbeidet har kommunen gjennomført ulike tiltak for å engasjere befolkningen, som opprusting av lysløyper, økt tilrettelegging av aktivitets- og friluftsplasser, skilt og informasjon, benker og bord, endrede driftsrutiner med løypetråkking og gåsone i lysløypa, hundebokser og hundepark m.m. Det er utviklet metodikk for tilretteleggingstiltak. Kontaktperson i kommunen: Henrik Romsaas.

<https://www.tromso.kommune.no/getfile.php/4084196.1308.itws7uzkiitbqn/tosidig+Troms%C3%B8marka+interaktiv+oppslag.pdf>

Stavanger kommune har etablert unikt turvegnett gjennom tettbygde områder. Resultat av god arealplanlegging gjennom mange år, gjennomføring av et omfattende friområdeprosjekt og samarbeid med frivilligheten.

Kontaktperson i kommunen: Torgeir Esig Sørensen.

<https://www.stavanger.kommune.no/kultur-og-fritid/tur-og-natur/52-hverdagsturer/>

Oslo kommune har gjennom Groruddalssatsingen i Oslo utviklet omfattende infrastruktur og fysisk tilrettelegging for aktivitet.

Kontaktperson i kommunen: Elisabeth Sem Christensen.

<https://www.oslo.kommune.no/politikk-og-administrasjon/slik-bygger-vi-oslo/groruddalssatsingen-2017-2026/#gref>

Alta, Trondheim og Bergen kommuner har drevet målrettet arbeid for å oppgradere og synliggjøre eksisterende snarveier. Snarveiene er skiltet med et eget designet snarveiskilt. <https://www.vegvesen.no/fag/fokusomrader/Miljovennlig+transport/enkle-tiltak/snarveier/alle-elsker-en-kjappere-vei>

Tema 2: Politikk og forvaltning

Oslo kommune har sammen med staten utviklet metodikk for sektorsamarbeid på statlig og kommunalt nivå.

Kontaktperson i kommunen: Elisabeth Sem Christensen.

Drammen kommune har etablert sykkelbyavtaler, som er en viktig del av det nasjonale arbeidet for økt sykling. Dette er avtaler der kommuner har inngått et trepartssamarbeid med fylkeskommunen og Statens vegvesen om i en definert periode å satse ekstra på tilrettelegging for økt sykkeltrafikk.

Liste over kommuner med sykkelbyavtale:

<https://www.vegvesen.no/fag/fokusomrader/Miljovennlig+transport/Sykkeltrafikk/kommuner-med-sykkelbyavtale>

Tema 3: Kompetanse og brukermedvirkning

Lillesand kommune har utviklet metodikk for økt aktivitet overfor lite aktive grupper i befolkningen (grupper som av ulike grunner ikke nås med generelle befolkningsrettede tiltak).

Kontaktperson Janne Johnsen i Midt-Agder friluftsråd.

<https://www.midt-agderfriluft.no/>

<http://www.lillesand.kommune.no/Folkehelse/Bedre-tverrfaglig-innsats-for-barn-og-unge-BTI-i-Lillesand-kommune/>

Bodø kommune har iverksatt *STimuli*, en målrettet satsing på bostedsnære turløyper i Bodø: Godt merkete og tilrettelagte rundturløyper skal etableres mindre enn 500 m fra der folk bor.

Det er utviklet turkort, informasjonstavler, og en app som er tilgjengelig gratis på Appstore og Googleplay.

<https://bodo.kommune.no/friluftsliv/stimuli-fra-senga-til-bestemorenqa-article47905-199.html>