

Temaplan for folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet (FIFF)



Larvik
kommune

Innhold

1 Forord	2
2 Sammendrag	3
3 Innledning.....	4
3.1 Formål med planen	5
3.2 Rammer og mandat.....	5
3.3 Avgrensninger.....	6
3.4 Medvirkning	7
3.5 Iverksetting.....	8
4 Status, trender og utfordringer	8
5 Satsningsområder, hovedmål og delmål.....	16
6 Konsekvenser	28
6.1 Økonomiske konsekvenser.....	28
6.2 Sosiale konsekvenser.....	28
6.3 Miljømessige konsekvenser	28
7 Referanser	29

1 Forord

For å møte nåværende og kommende sammensatte samfunnsutfordringer innenfor folkehelse, kreves det en koordinert samhandling på tvers av tradisjonelle sektorinndelinger, sammen med innbyggere, frivillig og privat sektor. Det er behov for nye og innovative løsninger for å skape et samfunn som fremmer helse i hele befolkningen og som legger opp til et mer aktivitetsvennlig samfunn. Larvik kommune ønsker å ha økt fokus på samskaping og samhandling med sivilsamfunn, næringsliv og frivillig sektor, for å sikre et åpent og inkluderende samfunn, til det beste for lokalsamfunnet. Kommunen ønsker å gjøre det lett for den enkelte å delta i frivilligheten, være inkludert og engasjert, være fysisk aktiv og ha god helse og livskvalitet i hverdagen, gjennom hele livet.

Kommuneplanens samfunnsdel understreker at *"Mennesket må settes i sentrum for all planlegging"*. Kommunens filosofi *"Vi gjør hverandre gode og vil hverandre vel"* og *"Vi finner de beste løsningene sammen"* er et godt utgangspunkt for en felles temaplan for folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet.

Denne temaplanen er utarbeidet i samarbeid med frivillige og ulike representanter fra kommuneadministrasjonen, på bakgrunn av bred involvering.

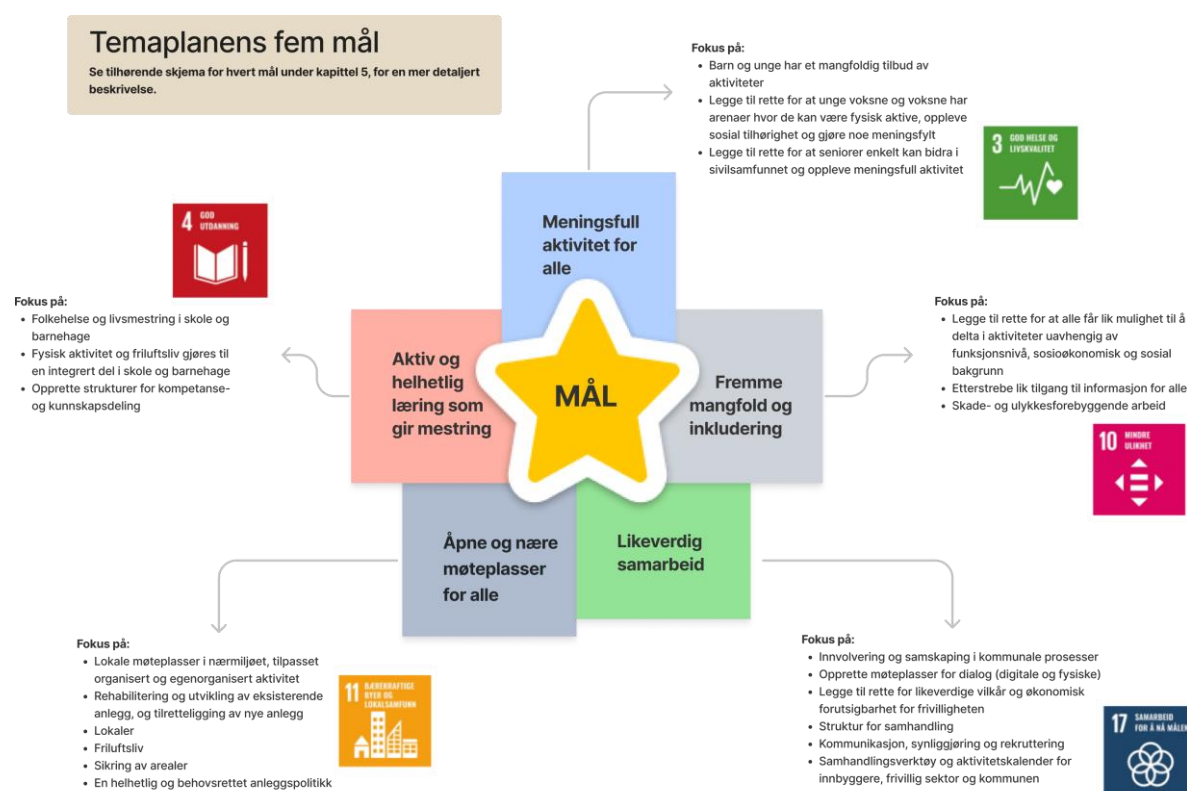
Vi vil gjerne rette en stor takk til alle som har vært involvert i arbeidet med temaplanen.

-Folkehelsekoordinator, idrettssjef og overordnet frivilligkoordinator

2 Sammendrag

Denne temaplanen peker på retninger for det fremtidige arbeidet innenfor folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet. Utfordringsbildet i Larvik er lagt til grunn, sammen med bred involvering. Dette har resultert i fem prioriterte mål med tilhørende fokusområder:

1. Meningsfull aktivitet for alle
2. Aktiv og helhetlig læring som gir mestring
3. Fremme mangfold og inkludering
4. Åpne og nære møteplasser for alle
5. Likeverdig samarbeid



For å lykkes med å nå de fem målene, må nye løsninger skapes i samarbeid med frivillig sektor, næringslivet og sivilsamfunnet for å sikre sosial og økonomisk bærekraft. I samskapende prosesser er likeverd og tillit vesentlig for å kunne utvikle nye løsninger sammen, i trygge fellesskap. Å skape nye løsninger sammen, forutsetter vilje og evne til å innta nye roller.

I Larvik ønsker vi å ha flere arenaer hvor befolkningen, gjennom hele livet, kan delta i en meningsfull aktivitet uansett funksjonsnivå og alder. For å fremme mangfold og inkludering er det viktig med variasjon i tilbudene, slik at alle har mulighet til å finne sitt fellesskap og sin aktivitet. Det er viktig å legge til rette for aktiviteter hvor alle kan oppleve mestring og føle tilhørighet og alle bør ha like muligheter til å delta, uavhengig sosioøkonomisk og kulturell bakgrunn. I Larvik kommune er det behov for flere møteplasser og arenaer for dialog, kompetanseheving, erfaringsdeling og samhandling mellom sektorene. I Larvik kommune ønsker vi også flere fysiske møteplasser, samt opprettholde og videreutvikle eksisterende sosiale møteplasser i nærmiljøene som styrker fellesskap, aktivitet og tilhørighet. Aktivitetsvennlige nærmiljøer kan bidra til bedre forutsetninger for både

fysiske og sosiale liv og det er behov for et mangfold av moderne og attraktive arenaer, som er tilrettelagt for sambruk og flerbruk.

Anleggsplan med tilhørende handlingsprogram er lagt til som egne vedlegg til temaplanen.

3 Innledning

I følge kommuneplanens samfunnsdel skal Larvik kommune planlegge for livskraftige nærmiljø og robuste lokalsamfunn, for å styrke livskvalitet og mestring. Kostnadene forbundet med dårlig helse- og livskvalitet i befolkningen er omfattende både for den enkelte innbygger og for helsevesenet, og er derfor utfordrende for et bærekraftig velferdssystem.

Larvik kommune ønsker å oppnå sosialt bærekraftige lokalsamfunn som legger til rette for at innbyggere kan påvirke forhold i nærmiljøet. Et godt lokalsamfunn har stor betydning for livskvalitet og utvikling av sosiale nettverk som bidrar til trivsel, samarbeid og aktivitet. Innbyggernes engasjement og deltakelse i nærmiljøet bidrar til å bygge fellesskap og tilhørighet. Nærmiljøet er således en viktig arena både for folkehelsearbeidet, frivilligheten og for muligheten til å være fysisk aktiv.

De ulike fagområdene i planen henger sammen og har betydning for hverandre. Det offentlige og det frivillige arbeidet trenger hverandre, og kan utfylle hverandre i oppgaven med å løse samfunnsoppdrag. Det bør legges til rette for et godt fundament for samskaping.

«Samskaping er ulik andre samarbeidsformer. Med samskaping bringer du viten, ressurser og kompetanser sammen fra innbyggere, det offentlige, foreninger og bedrifter og utvikler felles løsninger sammen med de involverte borgere, i stedet for til dem»

(KS)

Folkehelsearbeidet berører stort sett alle samfunnsområder, og tverrsektoriell og tidlig innsats er helt sentralt. Befolkningens helse og livskvalitet påvirkes av mange forhold, som for eksempel nærmiljø, levekår, oppvekst- og skoleforhold og tilgang på arbeid, i tillegg til atferd og levevaner. Grunnlaget for folkehelsen skapes først og fremst utenfor helsevesenet, og frivillig sektor er en verdifull bidragsyter i arbeidet med å tilrettelegge for god helse gjennom blant annet organisert aktivitet og friluftsliv.

” Mye godt og viktig helsearbeid starter i frivillig sektor. Frivillige organisasjoner har en rolle både som initiativtakere og pådrivere, og bidrar til å redusere ensomhet, få flere med på fysisk aktivitet, dyrke interesser og få til gode møter mellom mennesker

- Bent Høie

Larvik kommune har en stor, engasjert og mangfoldig frivillig sektor, både gjennom organisasjoner og uregistrert frivillig arbeid. I følge forskning kan det å delta i frivillighet, bidra til å bevare og forbedre et allerede godt samfunn, og gi opplevelse av livskvalitet, mestring og bedre helse for den enkelte (1). Den samfunnsmessige verdien av frivillig sektors bidrag til fellesskap, læring og sosial kapital er stor. Frivilligheten innehar således en viktig forebyggende rolle i kommunen. En sentral aktør i det frivillige arbeidet er idretts- og friluftslivsorganisasjonene.

Deltakelse i idrett og friluftsliv bidrar til glede og mestring, og er en viktig inkluderingsarena med fokus på sosiale fellesskap, gode oppvekstvilkår og god helse. I tillegg til bedre livskvalitet og helse for den enkelte, har fysisk aktivitet også betydning for samfunnets bærekraft. Fysisk aktivitet kan blant annet bidra til at flere lever lenger uten sykdom, kan stå lenger i arbeid, være selvhjulpne lengst mulig og redusere behovet for helse- og omsorgstjenester.

Temaplanen for folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet tar utgangspunkt i fire av de syv bærekraftsmålene som er prioritert i kommuneplanens samfunnsdel. I tillegg er bærekraftsmål nr. 10, mindre ulikhet, inkludert i temaplanen da dette er et viktig bærekraftsmål innenfor folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet. Dette bærekraftsmålet er også prioritert i regional plan for folkehelse og regional kulturstrategi.



3.1 Formål med planen

Formålet med temaplanen er å etablere en helhetlig retning, og gi føringer for arbeidet innen folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet i Larvik kommune. Planen skal bidra til å skape grunnlag for prioritert, målrettet og langsiktig innsats. Hensikten er å skape helsefremmende miljøer, gjennom fokus på mestring og livskvalitet. Målet er økt folkehelse gjennom blant annet deltagelse i meningsfull aktivitet, mestring i hverdagen og inkluderende fellesskap. Dette bidrar til å styrke enkeltmennesket og Larviksamfunnet. Planen skal ivareta fellesskapets interesser og bidra til å imøtekomme sentrale utviklingstrekk. Den skal legge til rette for likeverdige vilkår og lavterskel aktivitetstilbud til innbyggerne, uavhengig av kjønn, alder, funksjonsnivå og sosial bakgrunn.

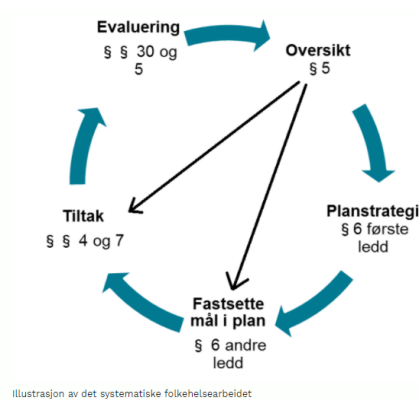
3.2 Rammer og mandat

Temaplanen er Larvik kommunes første plan for folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet. Det er tidligere vedtatt at Larvik kommune skal utarbeide en folkehelseplan. Det politiske hovedutvalget for Helse, omsorg og mestring løftet frivillighet som et satsningsområde innenfor folkehelsearbeidet, og som en konsekvens av dette ble folkehelse og frivillighet sett i sammenheng i planarbeidet. Videre skulle kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv rulleres. Disse to planene har sammenfallende temaer og mål, og fikk mange like innspill fra de respektive medvirkningsprosessene. I lys av dette ble kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv slått sammen med plan for folkehelse og frivillighet til en felles temaplan. Temaplanen erstatter kommunedelplan for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

Det ligger en rekke statlige-, fylkeskommunale og lokale føringer til grunn for temaplanen. Kommunen er gjennom [Folkehelseloven](#) (2012) tillagt hovedansvaret for å drive et systematisk, kunnskapsbasert og langsiktig folkehelsearbeid gjennom planlegging, utvikling og tjenesteyting, innen alle sektorer (2).

Kommunen skal ha oversikt over helsetilstand og påvirkningsfaktorer, fastsette overordnede mål og strategier for folkehelsearbeidet, samt iverksette tiltak for å møte kommunens utfordringer og evaluere tiltakene.

Gjennom folkehelseloven har kommunen et lovpålagt ansvar for å fremme folkehelse og legge til rette for samarbeid med frivillig sektor. Frivillighetserklæringen (2015) gir konkrete og praktiske føringer for samspillet mellom den offentlige og frivillige virksomheten (3). Den statlige frivillighetspolitikken (2018) legger føringer for hvordan kommunen skal støtte opp om en sterk, selvstendig og mangfoldig frivillighet (4). Det er videre et krav fra Kulturdepartementet at alle anlegg det søkes spillemidler til, skal være del av en vedtatt kommunal plan som omfatter idrett og fysisk aktivitet (5).



Illustrasjon av det systematiske folkehelsearbeidet

Handlingsplanen "Sammen om aktive liv" (2020) understøtter kommunesektorens ansvar og oppgaver i arbeidet for et mer aktivitetsvennlig samfunn og peker på hva de ulike tjenesteområdene i kommunen kan bidra med for å nå målet om økt aktivitet både i barnehage, skole, velferdstjenester og i stedsutviklingen av gode lokalsamfunn (6).

Temaplanen er forankret i kommuneplanens samfunnsdel og skal være et overordnet styringsverktøy som angir retning og prioriteringer for områdene folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet. Planen er sektor- og fagovergripende og vil bidra til føringer for deler eller hele organisasjonen.

3.3 Avgrensninger

Temaplanen vil ikke ta opp i seg alle aspekter og tiltak i kommunens arbeid og tilgrensende planverk som er folkehelse-, idrett- og frivillighetsrelatert. Larvik kommune jobber på ulike nivåer og innenfor ulike fagfelt og avdelinger med disse områdene. Temaplanen retter seg ikke hovedsakelig mot enkeltindivider, men mot bakenforliggende faktorer for hele eller deler av befolkningen.

Temaplanen omhandler hele bredden i lokal frivillig virksomhet i Larvik kommune. Det vil si frivillighet innenfor idrett, friluftsliv, fritid, miljø, kultur, humanitært arbeid, tros- og livssynsarbeid, nærmiljø, andre interesseorganisasjoner, egenorganisert aktivitet og enkeltstående frivillig arbeid.

Folkehelse defineres som befolkningens helsetilstand og hvordan helsen fordeler seg i en befolkning.

Folkehelsearbeid er definert som 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, og arbeid for en jevnere fordeling av faktorer som direkte eller indirekte påvirker helsen.

(Folkehelseloven, 2012)

Frivillige organisasjoner defineres som en varig og regelmessig aktivitet av mer eller mindre formell art. En frivillig organisasjon kjennetegnes av at den ikke er underlagt offentlig styring, står ansvarlig for egne aktiviteter og kan nedlegges på eget initiativ. Fortjeneste videreformidles ikke til eiere, ledere, medlemmer eller andre, og overskuddet må brukes i samsvar med organisasjonens hovedformål. Medlemskap er ikke lovpålagt eller obligatorisk.

(United Nations, 2003)

Frivillig sektor defineres som frivillige organisasjoner, lag, foreninger og frivilligsentraler, i tillegg til egenorganisert frivillig innsats.

(Kulturdepartementet, 2005)

Frivillig arbeid defineres som ikke-obligatorisk arbeid, det vil si den tiden en person bruker på å utføre en eller flere aktiviteter enten gjennom en organisasjon eller direkte overfor andre utenfor egen husholdning og uten å ta betalt.

(International Labor Organization, 2008)

Temaplanen har en egen anleggsplan som omtaler vurderingskriterier og rammevilkår for etablering av anlegg (vedlegg 1) med tilhørende handlingsprogram for utbygging og tilrettelegging av anlegg (vedlegg 1a og 1b) som rulleres jevnlig. Det vises til dette dokumentet for en mer detaljert oversikt over anleggsutviklingen i Larvik kommune.

3.4 Medvirkning

Medvirkning, involvering og bred forankring har blitt prioritert i planprosessen da arbeidet med folkehelse, idrett, fysisk aktivitet og frivillighet er rettet mot hele befolkningen, og ansvaret ligger hos flere aktører.

I arbeidet med temaplanen ble all involvering gjennomført, innspillene bearbeidet og kursen staket ut av fellesskapet, før skrivingen ble påbegynt. Det ble lagt stor vekt på å involvere frivilligheten både i prosessen og i arbeidsgruppa sammen med kommunale avdelinger. Frivilligheten har verdifulle erfaringer og kompetanse som er nyttig og supplerende til det offentlige på mange samfunnsområder.

Innledningsvis ble det utført en intern kartlegging i de ulike kommunale avdelingene, der det ble innhentet informasjon om deres samhandling med frivillig sektor. Det ble i det videre arbeidet gjennomført to større digitale medvirkningsprosesser. Digital medvirkning viste seg å medføre stor deltakelse fra både innbyggere, kommuneansatte, politikere, råd, lag og foreninger. Parallelt ble det innhentet innspill fra eldre på nærmiljøsentrene i kommunen, ungdomsrådet og skole.

” Nyttig i den forstand at man får en klar påminner om de ulike perspektivene de ulike gruppene har

Sitat fra arbeidsgruppen

Det ble nedsatt en bred sammensatt arbeidsgruppe bestående av ansatte fra ulike avdelinger i kommunen; skole, eiendom, helse og mestring, byggesak, arealplan, og kultur, idrettsrådet og frivillige personer fra lag og foreninger og enkeltstående innbyggere. Arbeidsgruppen

bearbeidet alle innspill fra de ulike medvirkningsprosessene og prioriterte fem mål innenfor de fem utvalgte bærekraftsmålene. Videre kom arbeidsgruppen frem til ulike fokusområder. Forslaget fra arbeidsgruppen ble deretter sendt til idrettsrådet, eldrerådet, rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne, ungdomsrådet og innvandrerrådet, som ga tilbakemeldinger på de utvalgte fokusområdene (se kapittel 5).

Folkehelsenettverket i kommunen har fungert som ressursgruppe for arbeidet med planen.

3.5 Iverksetting

Folkehelsekoordinator, idrettssjef og overordnet frivilligkoordinator vil ha hovedansvaret for oppfølgingen av temaplanen. Status og eventuelle justeringer av fokusområder vil gjøres fortløpende.

Det legges som en føring til planarbeidet at fokusområder følges opp i organisasjonens aktuelle virksomhetsplaner, og legges inn som oppgaver i framsikt. Aktuell virksomhet og avdeling er ansvarlig for intern og/eller ekstern involvering, for å sikre en helhetlig tilnærming til gjennomføring av oppgavene.

I tillegg kan Larviksamfunnet og andre aktører bidra til å realisere fokusområdene gjennom konkrete tiltak. Dette kan skje på egenhånd, uavhengig av bistand fra kommunen, eller sammen med kommunen, frivilligheten, næringslivet og innbyggere. Samarbeid og samskaping for å nå målene i denne temaplanen er et viktig mål i seg selv.

Virksomhetenes mål og tiltak som krever ny økonomi, eventuelle omprioriteringer på tvers av tjenesteområdene, spilles inn og behandles ved det ordinære strategidokumentet. Rapportering vil etter dette skje innenfor det ordinære rapporteringssystemet i Framsikt.

4 Status, trender og utfordringer

4.1 Status og utfordringer

Kunnskapsgrunnlaget til kommuneplanens samfunnsdel 2020-2032 inneholder oversikt med status, utfordringer og muligheter i Larvik, og vil utover dette kapittelet danne grunnlaget for utfordringsbildet.

Folkehelsen i Larvik kommune

I Vestfold og Telemark er to av de største folkehelseutfordringene sosial ulikhet i helse og psykiske helseplager (7). Dette er også gjenkjennbart i Larvik kommune. I tillegg har Larvik lavere utdanningsnivå og færre i arbeid og utdanning enn landet som helhet. Dette medfører også at andelen som bor i husholdninger med vedvarende lav inntekt er høy.

Ungdomsskoleelevene i Larvik blir ikke signifikant mer utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre unge enn resten av landsgjennomsnittet. Andelen som oppgir at de blir mobbet minst hver 14. dag har ligget på 9% ved de siste tre undersøkelsene i 2013, 2017 og 2021. Videre blir færre og færre utsatt for plaging, trusler eller utfrysing jo eldre de blir. 98% av VG3-elevene sier at de nesten aldri eller aldri blir utsatt for dette.

(Ungdata 2021)

I følge [Ungdataundersøkelsen fra 2021](#) er de fleste ungdommer i Larvik godt fornøyd med livet sitt, samtidig finnes det også en god del som gir uttrykk for at ikke alt er like greit (8). I Larvik er 64% av ungdomsskoleelevene fornøyd med lokalmiljøet der de bor. Dette er noe lavere enn landet som helhet, og det de er minst fornøyd med er lokaler til å treffe andre unge på fritiden.

Ungdata-undersøkelsen viser at flere jenter opplever ensomhet og har flere psykiske plager enn gutter. Både ensomhet og psykiske plager har økt fra de foregående undersøkelsene. Denne økningen må ses i sammenheng med at ungdata-undersøkelsen ble gjennomført under en pandemi med mange restriksjoner på sosial kontakt. Larvik ligger allikevel høyere enn landsgjennomsnittet på psykiske plager.

Selv om folkehelsen generelt i Norge er god, er det betydelige sosioøkonomiske forskjeller i forventet levealder og disse forskjellene er økende, både i Norge og Larvik. Dermed er arbeidet med å redusere sosial ulikhet avgjørende innenfor folkehelsearbeidet, og dette krever sammensatte løsninger. At sosioøkonomiske forskjeller øker utenforskapet, reflekteres også i frivilligheten. De som faller utenfor utdanning, arbeidsliv eller har dårlig økonomi, deltar sjeldnere i organisasjonslivet. Ensomhet, inaktivitet og utenforskap påvirker flere målgrupper i befolkningen vår. Unge, eldre og personer med nedsatt funksjonsevne er mest utsatt.

[Folkehelseprofilen](#) viser nøkkeltall for Larvik kommune, sammenlignet med fylket og landsgjennomsnittet (9). Denne profilen utgis årlig og kan være et bidrag til kommunens arbeid med å skaffe oversikt over helsetilstanden. Larvik kommune har bidratt sterkt i utviklingen av et digitalt verktøy for å forenkle innhenting av statistikk til folkehelseoversikten som vil gi et bedre beslutningsgrunnlag og til enhver tid vil kunne gi en oppdatert oversikt.

Demografi

Den demografiske utviklingen i Larvik peker i retning av en betydelig økning i antall eldre. Endringer i sykdomsbildet og nye brukergrupper stiller statlige myndigheter, kommuner og frivillig sektor overfor nye behov og forventninger (10). Dette vil utfordre kommunens økonomiske bærekraft og utløser behov for omstilling og innovasjon i kommunale tjenester.

Reformen “Leve hele livet” skal bidra til at eldre kan mestre livet lenger med fokus på aldersvennlig samfunn, aktivitet og fellesskap, mat og måltider, helsehjelp og sammenheng i tjenestene (11).

I denne temaplanen er det fokus på at frivilligheten kan bidra til nyskapende aktiviteter i helse og omsorgssektoren ut fra egne ønsker, forutsetninger og formål. Lag, foreninger og frivillige innbyggere, kan sammen med pasient- og brukerorganisasjoner være et supplement til offentlige lovpålagte oppgaver.

Videre tilsier den demografiske utviklingen at vårt lokalsamfunn bør ha fokus på å tilrettelegge for et aldersvennlig samfunn der praktiske, emosjonelle og strukturelle hindringer blir minimert, slik at flere får mulighet til å delta aktivt i samfunnet.

Frivillige organisasjoner

I Larvik kommune vil det overordnede prinsippet om at frivilligheten er en uavhengig og selvstendig samfunnssektor ligge til grunn for all samhandling. Frivilligheten består av ordene fri og villig, og definerer mye av hva frivilligheten er.

Larvik kommune har et stort og variert frivillig organisasjonsliv. I Frivillighetsregisteret i Brønnøysund er det i dag registrert hele 464 frivillige organisasjoner, lag og foreninger i Larvik kommune. Noen organisasjoner består av flere ledd fra nasjonalt til lokalt nivå, mens andre kun er lokalt basert. Larvik kommune har også to frivilligsentraler med to forskjellige driftsformer. Frivilligsentralene utvikles individuelt og med bakgrunn i lokale behov. Frivilligsentralene er en sosial, lavterskel møteplass i nærmiljøet som formidler kontakt mellom mennesker. De fungerer som katalysatorer for enkeltstående innbyggere som ønsker å bidra med frivillig innsats og samarbeider tett med andre lag, foreninger og organisasjoner i nærmiljøet sitt og aktuelle avdelinger i Larvik kommune.

Pandemi

Når denne planen skrives står Norge og Larvik midt i en pandemi. Pandemien har rammet frivilligheten i ulik grad (12). De fleste lag, foreninger og organisasjoner har mistet frivillige og medlemmer. Pandemien har medført mange restriksjoner og stor grad av uforutsigbarhet. Dette har ført til at mange organisasjoner har satt aktivitetene sine på pause eller lagt om aktiviteter og tiltak, noe som kan ha ført til at frivillige og aktive deltakere har falt fra. Det er knyttet stor usikkerhet til hvor mange frivillige og aktive som fortsatt er med når pandemien er over og hverdagen er tilbake. Fokuset fremover blir å re-engasjere og motivere de frivillige og deltakere, i tillegg til å rekruttere nye medlemmer for å få alle aktiviteter i gang igjen.

Rekruttering og mangfold

For å lykkes med å rekruttere et større mangfold til frivillig sektor, er det viktig å benytte varierte verktøy og metoder. Ved å synliggjøre aktiviteten og organisasjonen på ulike plattformer, vil flere innbyggere få kjennskap og kunnskap om hva som finnes. Det bør være lave krav for å kunne bidra i forskjellige organisasjoner, slik at de fleste har anledning til å delta. Kulturen tilsier at frivillige organisasjoner skal drives av frivillige, dette legger begrensninger på hvor stor grad av profesjonalisering som det offentlige og sivilsamfunnet kan forvente av organisasjonene.

Rekruttering til frivillig sektor er et overordnet frivillighetspolitisk mål og er et viktig fokusområde lokalt i Larvik kommune. Det er viktig å få så mange som mulig med i aktivitet og frivillig arbeid fordi det bidrar til å hindre utenforskap og fremmer inkludering.

Fritidserklæringen har som mål at alle barn, uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske situasjon, skal ha mulighet til å delta i minst én organisert fritidsaktivitet sammen med andre barn.

Internasjonalt ligger Norge på topp i frivillig deltakelse, og nivået har holdt seg stabilt over lang tid (4). Kultur- og fritidsorganisasjonene engasjerer flest frivillige totalt. Til sammen utgjør kultur og fritid 53% av de frivillige årsverkene nasjonalt (13). Idretten er i en særstilling både med tanke på størrelse og stabilitet.

Bruttoproduktet til ideelle og frivillige organisasjoner inkludert frivillig arbeid utgjør 139 milliarder kroner (2018), dette tilsvarer en økning på 2,3 prosent fra 2017.

Ulønnet innsats utgjorde 78 milliarder kroner av BNP, tilsvarende 4,6% og beregnet til 142 000 årsverk. Den lønnete sysselsettingen i organisasjonene tilsvarte omtrent 89 000 årsverk.

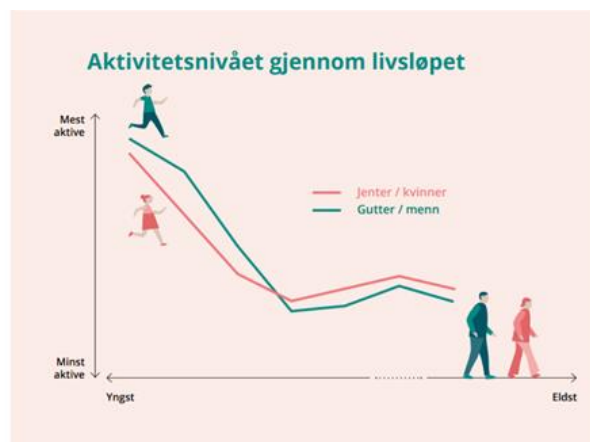
(SSB)

Aktivitetsnivået gjennom livsløpet

Idretts- og friluftslivsorganisasjoner er sentrale aktører i tilrettelegging for fysisk aktivitet, og ni av ti barn har vært med i organisert idrett i oppveksten. Samtidig ser man at det synkende aktivitetsnivået starter allerede ved niårsalderen. Frafallet øker gjennom ungdomstiden, og er spesielt stort ved overgangen fra ungdomsskole til videregående skole (8). Bare halvparten av 15-åringene på landsbasis tilfredsstiller nasjonale anbefalinger om minst en time fysisk aktivitet daglig (6). Barn og unge fra lav sosioøkonomisk- og/eller med flerkulturell bakgrunn deltar i langt mindre grad i faste fritidsaktiviteter enn i befolkningen for øvrig. Det er et nasjonalt mål om 30 min. moderat aktivitet

om dagen for voksne. I Larvik svarer 21% av voksne at de har minst 30 min. moderat aktivitet, minst fire dager i uken (14). Friluftaktiviteter og egenorganisert styrke- og utholdenhetstrening er de mest populære aktivitetsformene for voksne og eldre.

Det er god samfunnsøkonomi å investere i muligheten til å ta sunne valg og tilrettelegge for fysisk aktivitet. Den beste effekten av fysisk aktivitet får vi dersom vi begynner med aktivitet som barn og fortsetter livet ut. Samtidig er det mye helseeffekt i å begynne med aktivitet uansett alder. Naturopplevelser, møteplasser, idrett og friluftsliv bidrar til god helse og livskvalitet. I årene fremover vil det være behov for en aktivitetspolitikk som ivaretar hensynet til gode levekår, bostedsattraktivitet, samt barn og unges oppvekstvilkår. Det må være nok arealer med kvalitet, vi må legge til rette for arealer og anlegg i nærområdet. Uteområdene rundt skolene må utvikles slik at de blir attraktive for aktivitet både i skoletiden og på fritiden, og blir et samlingspunkt i nærmiljøene.



Aktivitetsnivået varierer gjennom livsløpet, og det synker betraktelig gjennom barne- og ungdomsårene og videre gjennom voksenlivet. Figuren baserer seg på en modell fra FHI.

Aktivitetsvaner

Undersøkelser viser at vi trener mer enn før, likevel er inaktivitet en økende utfordring. Hovedgrunnen til dette er en samfunnsutvikling som innebærer mye stillesitting og mindre hverdagsaktivitet i daglige gjøremål. Dette gjør at det er et økt behov for å tilrettelegge for nye aktivitetsvaner, i barnehage, på skolen, på arbeidsplassen og på fritiden. Økt bevissthet rundt viktigheten av hverdagsaktiviteten må fremmes og det må være lett å benytte hverdagsarenaene til fysisk aktivitet for alle aldersgrupper. I flere sammenhenger trekkes arbeidslivet fram som en god og naturlig arena for å fremme fysisk aktivitet. Bevegelsesglede må møtes med et økt aktivitetstilbud for alle målgrupper, på ulike møteplasser og med et godt tilrettelagt friluftsliv.

“Å være fysisk aktiv gir glede og mestring for mange, og det handler ofte om å gjøre noe sammen med andre. Fysisk aktivitet er samtidig nødvendig for å utvikle og opprettholde god helse og livskvalitet gjennom hele livet. Fysisk aktivitet understrekes som et nasjonalt hensyn som skal ivaretas. Bedre tilrettelegging for fysisk aktivitet og en mer aktiv befolkning, vil gi viktige bidrag til oppfyllelse av de nasjonale folkehelsemålene”

(Bent Høie i “Sammen om aktive Liv”)

De nasjonale anbefalingene sier at barn og unge bør være aktive i minst 60 minutter hver dag. Voksne bør være aktive minst 150 minutter pr. uke.

“Sammen om aktive liv” har to hovedmål:

1. Et mer aktivitetsvennlig samfunn der alle, uavhengig av alder, kjønn, funksjonsnivå og sosial bakgrunn, gis mulighet til bevegelse og fysisk aktivitet.
2. Andelen i befolkningen som oppfyller de helsemessige anbefalingene om fysisk aktivitet er økt med 10 prosentpoeng innen 2025 og 15 prosentpoeng innen 2030.

Motivasjon for å drive med mosjon og fysisk aktivitet for de over 15 år

62% - det gir fysisk og mentalt overskudd

59% - ønsker å forebygge helseplager

41% - det gir avstressing og avkobling

32% - ønsker å ha det gøy/moro

Å konkurrere og måle krefter får minst oppslutning med kun 6%, og størst oppslutning blant menn

(Norsk monitor, Ipsos MMI 2014).

Natur- og friluftsområder

Hovedmålet for friluftslivspolitikken er at en stor del av befolkningen skal drive jevnlig med friluftsliv (15). I den nasjonale handlingsplanen for friluftsliv er det beskrevet et mål om at friluftslivet skal ivaretas og videreutvikles gjennom allemannsretten, bevaring og tilrettelegging av viktige friluftsområder, og gjennom stimulering til økt friluftslivsaktivitet for alle.

Friluftsliv er en lavterskelaktivitet som er lett tilgjengelig, uten behov for spesiell kunnskap eller utstyr. Begrepet friluftsliv kan omfatte de fleste aktiviteter som utføres i natur- og grøntområder, både som organisert og egenorganisert aktivitet.

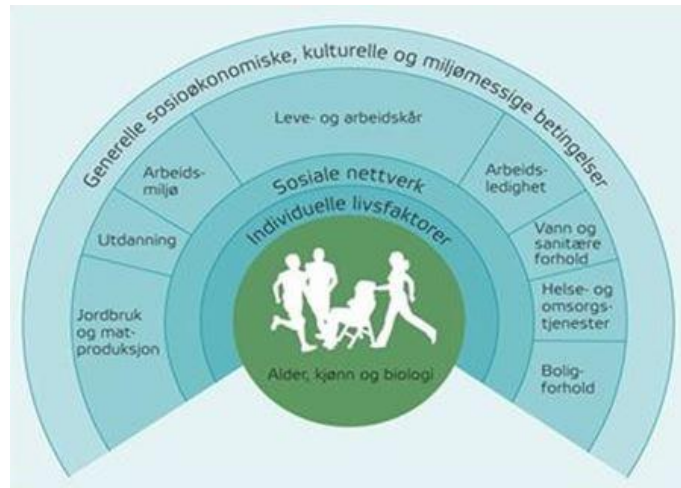
Eksempler på populære friluftslivsaktiviteter: Ski, sykkel, bading, fiske, fotturer, riding, speideraktiviteter, klatring, padling, turorientering, kiting, seiling

I den nasjonale handlingsplanen er barn og unge prioriterte målgrupper, i tillegg til lite fysisk aktive og personer med innvandrerbakgrunn (16). Friluftslivet utøves sammen med andre, krysser generasjoner og prestasjonsevner, og er viktig for familieliv, sosialisering og identitetsutvikling.

4.2 Trender

Folkehelsearbeidet har beveget seg fra å ha hovedfokus på epidemier og smittsomme sykdommer, via levevanerelaterte sykdommer til å rette oppmerksomheten mot bredden av faktorer som påvirker helsen i samfunnet. Samtidig som samfunnsforholdene og levekårene har blitt bedre gjennom årene, har nye utfordringer kommet til. I tillegg til de tradisjonelle faktorene som kost, røyk, alkohol og fysisk aktivitet har blant annet psykisk helse, utenforskap, søvn og seksuell helse blitt en integrert del av folkehelsearbeidet. Levekårene og det fysiske og sosiale miljøet rundt den enkelte har stor betydning for vår fysiske og psykiske helse, og for hvordan helsen fordeler seg i befolkningen. Det er derfor viktig å styrke menneskers rammebetingelser for sunn helseatferd gjennom sosiale relasjoner, arbeid og utdanning, bolig og nærmiljø, fritid og deltakelse på ulike samfunnsarenaer, miljømessige betingelser og økonomiske ressurser (17).

Betydningen av å fremme livskvalitet og trivsel har også fått større fokus i folkehelsearbeidet. Den sosiale helsemodellen av Whitehead og Dahlgren (1991) viser at helse og sosiale forskjeller blir påvirket av mange ulike faktorer. Arbeidet rettes mot hele befolkningen, ikke bare mot utsatte grupper, og det er påkrevet med innsats fra alle samfunnets sektorer. Årsaken er at uten innsats på miljø- og samfunnsnivå for å styrke positive ressurser og svekke risiko, blir individrettet innsats utilstrekkelig.



Videre har skade- og ulykkesforebyggende arbeid blitt en større del av folkehelsearbeidet og Larvik kommune er sertifisert som ["Trygt lokalsamfunn"](#)(18). Gjennom dette arbeidet er det fokus på systematisk arbeid innenfor temaer som blant annet brann- og trafikksikkerhet, fallforebygging, trygghet i vann, kriminalitetsforebyggende arbeid, mental helse og selvmordsforebygging.

Nye organisasjonstyper

Tidligere handlet den tradisjonelle frivilligheten i hovedsak om medlemskap i landsdekkende organisasjoner, hvor man betalte medlemskap og nedla en stor frivillig arbeidsinnsats. Slik er det også for mange frivillige i dag, men tendensen er at den organiserte frivilligheten har en nedgang i medlemskap. Den frivillige innsatsen er likevel stabil gjennom de senere årene, noe som tilsier at de frivillige velger ulike organisasjonstyper som er mer spesialiserte og aktivitetsorienterte, og som har en svakere ideologisk tilknytning. I den senere tiden har det vokst fram mer desentraliserte organisasjoner. Fravær av medlemskap og en svakere oppbygging, reduserer båndet mellom den frivillige og organisasjonen. Dette viser også tilbakemeldinger fra frivillige organisasjoner som påpeker at det stadig blir mer krevende å rekruttere medlemmer til styrearbeid og organisasjonsbygging. Dette har igjen bidratt til at den betalte sysselsettinga i organisasjonene har økt i løpet av de siste tiårene. Den eneste kategorien av medlemsorganisasjoner som ikke har fallende kurve i engasjerte frivillige gjennom de siste årene og frem til pandemien, er barne- og ungdoms-frivilligheten.

Punkt-frivillighet

Med mer aktivitetsorientert frivillighet er det større fokus på egenutfoldelse og tidsavgrensede oppgaver. Oppgavene kan ofte være tilknyttet en sak eller et interessefelt. Flere frivillige vil være fleksible, ikke bundet av medlemskap, og ønsker å "plukke" frivillige oppgaver når det passer med egen kalender. Dette betegnes som aksjons-, ad-hoc- eller punkt-frivillighet, og er viktig å ha fokus på i arbeidet med frivillighet.

Digitalisering

Frivillige organisasjoner er utfordret av økte krav til effektivisering, tilgjengelighet og digitalisering fra medlemmer, frivillige, det offentlige og andre. Digitalisering har gjort det enklere for frivilligheten å

kommunisere internt med medlemmer og eksternt med samfunnet. Det gir muligheter til å mobilisere raskt, men det har også gitt interne utfordringer knyttet til digitalt utenforskap, byråkrati, innrapporteringer og hvordan personinformasjon behandles. Nye kommunikasjonsplattformer har ført til nye former for frivillig engasjement. Under pandemien har frivillig sektor vist stor fleksibilitet og kreativitet i å utvikle interaktive aktiviteter for å kunne opprettholde møteplasser og engasjement hos sine medlemmer. Den digitale infrastrukturen kan videreutvikles, deles og bidra til forbedringer og gevinster som kommer alle til gode, samtidig som den delen av befolkningen som ikke er digitale, må ivaretas.

Beredskap

Frivillige organisasjoner blir ofte omtalt som bærebjelken i norsk redningstjeneste, og utgjør en viktig del av den norske beredskapen og totalforsvaret. Endringer og trender i samfunnet som eksempelvis økt turisme, befolkningsvekst, eldrebølgen, pandemier og klimaendringer, vil føre til et økende behov for frivillig innsats i fremtidens beredskap (19).

Demokrati

Et velfungerende demokratisk land forutsetter at samfunnsmedlemmene deltar aktivt i samfunnslivet. Det må jobbes for å rekruttere til politisk engasjement, og opprettholde god valgdeltakelse. Larvik kommune ønsker at innbyggerne opplever like muligheter til å medvirke, bidra og føle seg inkludert i et fellesskap på tvers av klasse, kultur og religiøs tilhørighet. For å ønske og delta er det viktig at det er fokus på trygge debattarenaer, og et likeverdig og tillitsfullt ordskifte. Likeverdighet blant medborgerne kan bidra til stabilitet og verne oss mot utenforskap, rasisme og mobbing.

Fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i endring

De siste 20 årene har den norske bevegelseskulturen blitt vesentlig mer mangfoldig. Fra å være en relativt stabil kultur dominert av tradisjonelle aktiviteter og organisasjonsformer, har samfunnsutviklingen ført med seg nye og utradisjonelle aktiviteter som utøves og organiseres på utradisjonelle måter. Utviklingen har gått raskt. Dette har medført et behov for forståelse av de nye, ikke-tradisjonelle aktivitetene og organisasjonsformene (20). Det er en global trend at den egenorganiserte aktiviteten øker i tenårene og blant unge voksne, og foregår gjerne i nærmiljøene og drives frem av innbyggerne selv. Egenorganisert aktivitet gir ofte et fellesskap bygget på lek, glede og entusiasme, med minimalt med organisering. Dette bør få økt fokus fremover (6).

Det skilles mellom tradisjonell- og moderne egenorganisert aktivitet. Moderne egenorganisert aktivitet skjer gjerne i urbane omgivelser, i naturen eller i spesialanlegg. De lærer av hverandre og er i konstant samspill med resten av verden gjennom YouTube og andre digitale plattformer hvor de utveksler erfaringer og kunnskap. Egenorganisert fysisk aktivitet og idrett er all aktiviteten du selv tar initiativ til. Når du vil, hvor du vil og med hvem du vil.

Moderne egenorganiserte aktiviteter forstås som selvregulert fysisk aktivitet som drives frem hovedsakelig av individet eller en gruppes nysgjerrighet, kreativ utforskning, mestring, frihet og lek.

Tradisjonell egenorganisert aktiviteter utøves ofte i tradisjonelle anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Eksempler: skitur i marka, svømming i svømmehall, løkkefotball.

Aktivitetstrender

Det har vokst frem andre former for aktivitetstrender med bakgrunn i ny teknologi og digitalisering. Pokémon Go, geocaching og stolpejakt er eksempler på digitale tilbud som engasjerer og motiverer folk i alle aldre til å komme seg ut, være i bevegelse, treffe andre mennesker og utforske nye områder. Det er også en utviklende trend rundt e-sport og gaming med økt etterspørsel av tilbudet og behov for lokaler til å drive med dette, gjerne i tilknytning til andre aktiviteter. Ungdom er de som tidligst fanger opp nye trender.

Eksempler på trender er overnatting i hengekøyer, parkour, e-sport, skateboard, tricking, gateidrett, functional fitness, kiting, wakeboard, surfski, diskolf, BMX, terrengsykling, downhill/utforsykling, sykkelcross, sparkesykkel, longboarding, freeski, triksesykkel, barefoot, open-water-svømming, turskøyter, inline-skating, PokemonGo, geocaching, stolpejakten

Nærfriluftsliv

Turgåing er den fysiske aktiviteten vi totalt sett bruker mest tid på. Samtidig er fysisk aktivitet i naturen og nærmiljøet den formen for fysisk aktivitet 60% av befolkningen kan tenke seg å gjøre mer av i fremtiden. Å legge til rette for attraktive arealer og enkle anlegg for friluftsliv i nærområdet, er viktige fokusområder fremover. Det å kunne gå eller sykle til grøntområder, parker og badeplasser er helsefremmende og klimavennlig. Forskning og erfaring viser at merkede og tilrettelagte stier og turveier påvirker økt deltakelse i friluftsliv, samtidig er det viktig å ha fokus på ivaretagelse av naturen.

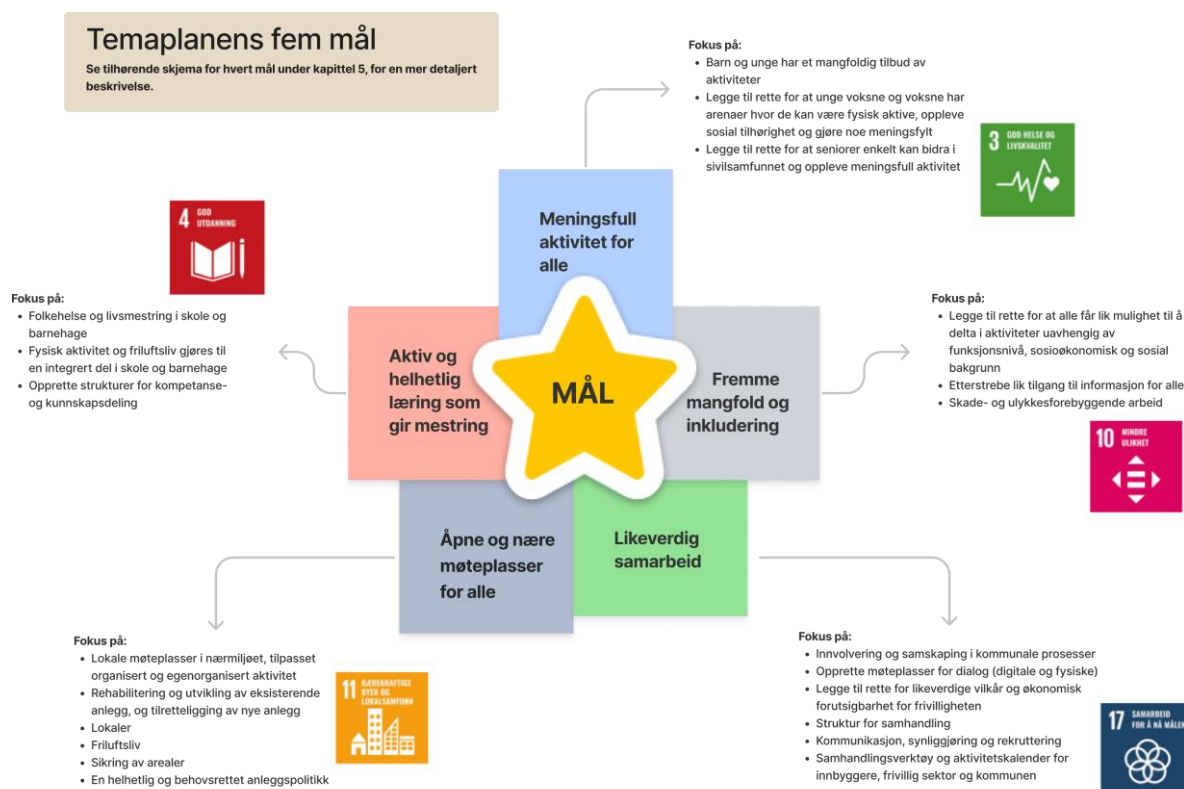
Anleggstrender

Det er mye som tyder på at variasjon i anleggstype, aktivitetstilbud og tidspunkt for å kunne trene når man selv ønsker, er viktige forutsetninger i det fremtidige aktivitetsmønsteret for unge og voksne (21). Kommunens utfordring blir derfor i større grad å tilrettelegge for attraktive og aktivitetsvennlige nærmiljøer og anlegg, tilrettelagt for et mangfold av aktiviteter. Erfaringer fra andre kommuner viser til at det er viktig å ha et samspill mellom arenaer for egenorganisert og organisert bruk. Utnyttelsen av anleggene blir også spesielt god der skole, organisert idrett og egenorganisert aktivitet naturlig faller på samme sted.

All-aktivitetshus som samlokaliserer mindre idretter i samme anlegg, samt basishaller som innbyr til ulik aktivitet gjennom lek og fysiske utfordringer i kraft av sin utforming og innredning, har den siste tiden vist seg å være populære anlegg som appellerer til mye aktivitet og nye målgrupper.

5 Satsningsområder, hovedmål og delmål

Figuren under viser oppsummert de fem målene med tilhørende fokusområder, og baserer seg på innspill fra de ulike medvirkningsprosessene. I påfølgende avsnitt vil fokusområdene bli beskrevet.



Meningsfull aktivitet for alle

Meningsfulle aktiviteter i hverdagen er viktig for alle i alle aldre. Å kunne utføre det vi trenger og ønsker å gjøre, gir selvstendighet og følelse av mestring. Det handler om å kunne delta – i sivilsamfunnet, i opplæring og utdanning, i arbeidslivet og i seniorlivet. Det å gjøre noe meningsfylt og føle seg verdifull gir en sterkere selvfølelse, som igjen påvirker vår psykiske helse. På samme måte har frivillig arbeid og bidrag til fellesskapet en positiv effekt i forhold til å øke følelsen av mening og formål i livet. Det kan bidra til å forbedre livskvalitet og gi mulighet for å føle tilhørighet i det sosiale fellesskapet.



I Larvik ønsker vi å ha flere arenaer hvor befolkningen, gjennom hele livet, kan delta i en meningsfull aktivitet uansett funksjonsnivå. Opplevelsen av meningsfull aktivitet kan variere, og dermed er mangfold av aktiviteter, arenaer og møteplasser viktig. Videre vet vi fra forskning at fysisk aktivitet og det å delta på sosiale arenaer er viktig for den fysiske og psykiske helsen vår. Ved å legge til rette for blant annet mestring og tilhørighet fra tidlig alder er målet å forebygge ulike former for uhelse. Dette arbeidet bør starte tidlig og ha fokus gjennom alle livsfaser. Et inkluderende tilbud forutsetter at barn og ungdom kan drive med aktivitet, på egne premisser, ut fra egne forutsetninger, basert på egne ønsker og behov (22).

Det er viktig med lav terskel for at barn og unge kan delta på fritidsaktiviteter og at områder i lokalsamfunnet motiverer til aktivitet hvor de kan oppleve mestring. Lokalsamfunnet må stimulere til sunne levevaner for å blant annet motvirke inaktivitet blant barn og unge. Videre er det fokus på at flest mulig kommer gjennom utdanning og i arbeid, men at det også finnes andre arenaer for å finne sitt fellesskap og meningsfull aktivitet, som i frivillig sektor eller i lag og foreninger.

For seniorene, etter arbeidslivet, er det likeledes viktig å finne en meningsfull aktivitet. Da er det viktig at det legges til rette for aldersvennlige samfunn, der det er lett å være frivillig på de eldres premisser og at de har mulighet til å holde seg fysisk aktive lengst mulig. Flere seniorer som er friskere og lever lenger, er en stor ressurs og det ligger et potensiale i å rekruttere flere til deltagelse og aktivitet i frivilligheten. Å lykkes med dette vil kunne bidra til god folkehelse for den enkelte og økt verdiskaping for samfunnet. Fysisk aktivitet og fellesskap beskytter mot en rekke helseplager og reduserer dødelighet. Å skape et mer aldersvennlig samfunn, der flere eldre får brukt ressursene sine er viktig for å få utløst potensiale i "seniorkraften". Dette er også ett av målene i kvalitetsreformen for eldre "Leve hele livet" (11).

Mål: Meningsfull aktivitet for alle	
Fokus på:	
Barn og unge har et mangfoldig tilbud av aktiviteter	• Lavterskel aktivitetstilbud • Organisert- og egenorganisert aktivitet • Aktivitetsvennlige møteplasser
Legge til rette for at unge voksne og voksne har arenaer hvor de kan være fysisk aktive, oppleve sosial tilhørighet og gjøre noe meningsfylt	• Gode forløp slik at flest mulig kommer gjennom utdanning og i arbeid • Arenaer som oppfordrer til organisert og egenorganisert fysisk aktivitet for ulike målgrupper og interesser • Vurdere mosjonstiltak på arbeidsplassen • Frivilligheten er en tilgjengelig arena for den enkelte • Arenaer for sosial aktivitet • Kommunens tjenester arbeider forebyggende gjennom sosial- og fysisk aktivitet
Legge til rette for at seniorer enkelt kan bidra i sivilsamfunnet og oppleve meningsfull aktivitet	• Tilpasse frivillige aktiviteter til målgruppen "Seniorkraften" • Mer aldersvennlige omgivelser • Bo hjemme lengst mulig • Fallforebygging - forebygge funksjonsnedsettelse

Aktiv og helhetlig læring som gir mestring

Skole og barnehager er arenaer som kan bidra til at barn og unge utvikler kunnskap, ferdigheter og holdninger for å kunne mestre livene sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet.



Det er viktig å legge til rette for aktiviteter hvor barn kan oppleve mestring på ulike felt. Barn og unges opplevelse av mestring, tilhørighet og læring styrker selvtilliten og den psykiske helsen og legger grunn for videre utvikling. Følelse av tilhørighet er essensielt, både for trivsel og læring. Varierte undervisningsformer som legger til rette for aktiv og helhetlig læring som gir mestring, kan bidra til å fremme tilhørighet og trygghet i klasserommet. Eksempelvis er lek og fysisk aktivitet nødvendig for barns utvikling, både fysisk og mentalt. Dette gir mulighet for kreativ og meningsfull læring, men har også en verdi i seg selv.

Forskning viser at ulikhet i aktivitetsnivå henger sammen med foreldrenes utdanningsnivå. Ved å implementere mer fysisk aktivitet i skolen, gjerne via aktiv læring, kan dette bidra til at ulikhetene utjevnes. På denne måten vil alle barn, uavhengig av sosioøkonomisk bakgrunn få et tilbud om fysisk aktivitet som kan bidra til å etablere gode levevaner. Ved å ivareta fokus på aktivitetsanlegg i skolegårder, vil dette kunne føre til høyere motivasjonsfaktor for lærere og elever til å drive aktivitet i og utenfor skoletid.

Videre er det viktig at barn og unge får kunnskap om følelser, og hva de selv kan gjøre for egen helse, både fysisk og psykisk. Dette arbeidet i skole og barnehage bør ses i sammenheng med andre faggrupper som har kompetanse på området.

Frivillig sektor kan også være en ressurs og et supplement inn i skole og barnehage, gjennom eksempelvis å bistå i praktiske fag - og i fag hvor elevene skal yte en innsats for andre og samfunnet.

Mål: Aktiv og helhetlig læring som gir mestring	
Fokus på:	
Folkehelse og livsmestring i skole og barnehage	• Klassemiljø som forebygger mobbing og styrker samhold, trygghet og tilhørighet • Mestring gjennom aktivitet og lek • Kunnskap om følelser, seksuell helse, søvn og kostens betydning, hjernens utvikling og hva elevene selv kan gjøre for å fremme fysisk og psykisk helse • Praktiske fag - og fag hvor de skal yte en innsats for andre og samfunnet
Fysisk aktivitet og friluftsliv gjøres til en integrert del i skole og barnehage	• Varierte og inkluderende uteområder på skoler og i barnehager som oppfordrer til mer fysisk aktivitet • Aktiv læring • Fysisk aktivitet i skolen, vurdere konseptet "Liv og røre" • Dialog med eksterne parter for å se på muligheten for økt fysisk aktivitet rett etter skoletid fra 5.klasse og oppover
Opprette strukturer for kompetanse- og kunnskapsdeling	• Fremme samarbeid og samskaping på tvers av avdelinger og sektorer • Ulike avdelinger kan bidra med sin kompetanse og tilbud inn i skolehverdagen • Frivilligheten som mulig bidragsyter i skolen • Synliggjøring av gratis fritids- og aktivitetstilbud

Fremme mangfold og inkludering

I Larvik ønsker vi at alle, på tross av sosioøkonomisk bakgrunn, har like muligheter. En stadig større utfordring i samfunnet er å tilby aktiviteter for alle uavhengig av økonomi og sosial bakgrunn. For å fremme mangfold og inkludering er det viktig med variasjon i aktivitetstilbudene, hvor alle har mulighet for å finne sitt fellesskap og sin aktivitet. Dette er det viktig å ha fokus på for å forebygge utenforskap.



Generelt er de med høy sosioøkonomisk status mest fysisk aktive. Sosial ulikhet er en folkehelseutfordring, og økonomi er for mange en barriere for deltakelse i aktivitet. Mange barn og unge står utenfor etablerte fritidsaktiviteter, blant annet pga. høye utgifter til utstyr og kontingenter (6). Lavterskel aktivitetstilbud og utstyrssentral er derfor sentrale virkemidler for å motvirke dette. Både frivilligheten og det offentlige må jobbe aktivt for å sikre lave kostnader knyttet til deltagelse, særlig for barn og unge og familier med lav inntekt. Ved aktiviteter som er kostnadsbetinget bør det finnes kompensasjonsordninger både for barn, unge og voksne i sårbare grupper.

Tilgang til nødvendig og tilpasset informasjon om de ulike tilbudene er avgjørende for at alle skal ha mulighet til å delta. For å rekruttere nye deltakere, må frivilligheten ta i bruk nye rekrutteringsmetoder og tilpasse aktivitetene til de nye målgruppene.

Det er ønskelig å legge til rette for at det lokale organisasjonslivet i større grad kan gjenspeile befolkningssammensetningen i Larvik kommune. Det frivillige organisasjonslivet er spesielt viktig for å fremme integreringsarbeidet og bidra til et aktivt lokalsamfunn der alle er inkludert, uavhengig av funksjonsnivå, sosioøkonomisk- og kulturell bakgrunn. Lag og foreninger bør trygges i møte med forskjellige kulturer. Forskjellighet er en styrke og en mulighet for utvikling og vekst.

□

Mål: Fremme mangfold og inkludering	
Fokus på:	
Legge til rette for at alle får lik mulighet til å delta i aktiviteter uavhengig av funksjonsnivå, sosioøkonomisk og kulturell bakgrunn	• Gratis fritidsaktiviteter for barn og unge • Lavterskel aktiviteter for voksne og eldre • Aktivitetstilbud for grupper med behov for særlig tilrettelegging • Lavterskel ferieaktiviteter • Utlån av utstyr til aktiviteter • Tilskuddsordninger for medlemskontigenter i samhandling med eksterne aktører • Fremme integreringsarbeid i frivillige organisasjoner og aktiviteter • Dialog med eksterne parter for å se på samskapende løsninger rundt transport til aktivitetstilbud
Etterstrebe lik tilgang til informasjon for alle	• Tilgjengelig og tilpasset informasjon som kan bidra til rekruttering og deltakelse • Synliggjøring av aktivitetstilbud og rammevilkår tilpasset ulike målgrupper, kultur, språk, funksjonsnivå etc. • Kunnskap om frivillig arbeid
Skade- og ulykkesforebyggende arbeid	• Å forebygge ○ Brannulykker ○ Drukningsulykker ○ Selvmord ○ Trafikkulykker

Åpne og nære møteplasser for alle

Møteplasser

I Larvik kommune ønsker vi åpne og nære møteplasser som er tilrettelagt for alle. Det er viktig å opprettholde og videreutvikle eksisterende sosiale møteplasser i nærmiljøene som styrker fellesskap, aktivitet og tilhørighet. Forskning viser at aktivitetsvennlige nærmiljøer kan bidra til bedre forutsetninger for både fysiske og sosiale liv.



Nye trender krever ny utforming av anlegg og møteplasser. Attraktive aktivitetsanlegg i nærmiljøet, samlokalisert med skoler og grønnstruktur, vil være avgjørende i arbeidet med å skape aktivitetsfremmende og inkluderende lokalsamfunn. Det er behov for et mangfold av moderne og attraktive aktivitetsarenaer, som er tilrettelagt for sambruk og flerbruk. Brukermedvirkning er en viktig nøkkelfaktor for å utvikle møteplasser som appellerer til målgruppen. Vi må først stille oss spørsmålet om hvilket problem vi ønsker å løse og hvorfor, før det kan iverksettes konkrete planer og tiltak. Gode medvirkningsprosesser lokalt gir brukerne både identitet og eierskap til anlegget. Anlegg skaper aktivitet, men anleggene kommer også som en konsekvens av et aktivt miljø.



Illustrasjonen viser hvor langt ulike aldersgrupper beveger seg fra bolig. Dataene er hentet fra «Planlegging av grønnstruktur i byer og tettsteder», Direktoratet for naturforvaltning 6-1994.

Ved planlegging av nærområder bør det tilrettelegges for ulike aldersgrupper og deres bevegelsesradius. Jo lenger vi bor unna friområder, idrettsanlegg, treningssentre, møteplasser og andre aktivitetsarenaer, jo lavere er aktivitetsnivået.

Lokaliteter

Tilgjengelige lokaler for aktivitetstilbud oppleves generelt som en knapphet, og det er derfor behov for å se på hvorvidt man kan samarbeide og tilgjengeliggjøre flere typer lokaler, både kommunale og private, til bruk for all type aktivitet.

Medvirkningen i forbindelse med temaplanen viste store utfordringer rundt manglende lokaliteter tilpasset ulike foreninger, som ikke er store nok til å etablere egne anlegg og som ikke er prioritert i idrettshallene. En rekke

innspill gikk også på ønske om å samlokalisere et mangfoldig anleggstilbud i et "all-aktivitetshus" med mål om ivareta organisert og egenorganisert aktivitet, men også for private enkeltpersoner, barnehager, skoler, helse og andre kultur- og fritidstilbud.

Rehabilitering og utvikling av idrettsanlegg

En helhetlig og behovsrettet anleggspolitikk er avgjørende med tanke på utvikling av eksisterende og tilrettelegging av nye idrettsanlegg. De økonomiske rammene er knappe og behovet for et variert aktivitetstilbud, og derav behovet for tilrettelagte anlegg, er stort. For å kunne etablere gode strukturer for alle typer anlegg, er det også avgjørende å sikre arealer til idretts- og aktivitetsformål. Rehabilitering av idrettsanlegg må fortløpende prioriteres for å imøtekomme tilfredsstillende standard.

Vedlagt denne temaplanen er dokumentet "Anleggsplan for Larvik kommune", med tilhørende handlingsprogram. Handlingsprogrammet for anlegg oppdateres, prioriteres og fremmes til politisk behandling hvert år. I forbindelse med spesielt kostnadskrevende anlegg, bør det vurderes

anleggsløsninger gjennom interkommunale samarbeid. Anleggsplanen omtaler også vurderingskriterier for nye anlegg og økonomiske rammebetingelser.

Friluftsliv og nærfriluftsliv

Sett ut fra et folkehelseperspektiv er det vesentlig at friluftslivet treffer brede brukergrupper uavhengig av alder, funksjonsnivå og økonomisk evne. Det har over tid vært fokusert på sikring av arealer til friluftslivsformål og koblinger mellom løyper og stinett. Dette har vært nødvendig for å sikre grunnleggende infrastruktur for et friluftsliv hvor tilrettelegging forventes av brukerne. Det må i det videre arbeidet også fokuseres på kvalitet og ivaretagelse av natur- og grøntområder, da belastning på områder øker spesielt i fjell- og kystområder. God tilrettelegging sikrer friluftslivet både ut fra et folkehelse- og attraksjonsperspektiv. Universell utforming og tilgjengelighet er en viktig del av dette arbeidet. Gode muligheter for friluftsliv er en særlig kvalitet ved valg av bosted og dette antas å bli enda viktigere i fremtiden.

Mål: Åpne og nære møteplasser for alle	
Fokus på:	
Lokale møteplasser i nærmiljøet, tilpasset organisert og egenorganisert aktivitet	- Etablere og tilrettelegge for aktivitetsvennlige møteplasser med følgende fokusområder: - Trender og attraktivitet - Tilgjengelighet og universell utforming - Flerbruk og fleksibilitet - Belysning - Hengeplasser og sosiale soner - Inkluderende design - Sikre fleksible skolegårder som en lokal møteplass for egenorganisert aktivitet i lokalsamfunnet. - Møteplasser på tvers av generasjoner - Styrke og utvikle lokale frivillige fellesskap i tilknytning til bo - og aktivitetstilbud i nærmiljøene
Rehabilitering og utvikling av eksisterende anlegg, og tilrettelegging av nye anlegg	- Rehabilitering av eksisterende idretts- og nærmiljøanlegg skal prioriteres “Anleggsplan for Larvik kommune” som omtaler anleggsutvikling, se vedlegg - Vurdere interkommunale samarbeidsformer for kostnadskrevende anlegg
Lokaler	- Struktur og retningslinjer for flerbruk og merbruk av kommunale lokaler - Økt sambruk av eksisterende lokaler til ulike typer aktivitet. Eks.: - Idrettsanlegg (private og kommunale) - Skolelokaler - Bydelshus/samfunnshus - Klubbhus

Friluftsliv	• Tilrettelegging, opprettholdelse, vedlikehold og ivaretagelse av natur, grønnstruktur og andre områder for fysisk aktivitet, lek og rekreasjon • Nærfriluftsliv • Gå- og aktivitetsvennlige nærmiljøer
Sikring av arealer	• Sikre arealer til aktivitet- og idrettsformål, friluftsliv og grønnstruktur
En helhetlig og behovsrettet anleggspolitikk	• Nært samarbeid med Larvik idrettsråd • Nedsette et anleggsutvalg knyttet til arbeidet rundt behovsvurdering og prioritering av anlegg

Likeverdig samarbeid

Samskaping og samhandling

Fremover må komplekse samfunnsoppgaver i større grad løses i samhandling mellom kommunen, frivillig sektor, næringslivet og sivilsamfunnet, for å sikre sosial og økonomisk bærekraft. Fremtidens ressurser ligger hos innbyggerne selv, i sosiale nettverk, nærmiljøet og lokalsamfunnet. For å få til en god tverrgående samhandling, må en felles forståelse av de ulike sektorenes rammer og egenart ligge til grunn. Frivillig sektor skal i hovedsak oppfylle sine egne formål, den skal utvikles på egne premisser og kan være et supplement til kommunale tjenester. I samskapende prosesser er likeverd og tillit vesentlig for å kunne utvikle nye løsninger, i trygge fellesskap. Løsningene utvikles sammen med de involverte, der alle er med fra start, før løsningene iverksettes. Å samskape nye løsninger, forutsetter vilje og evne til å innta nye roller i det offentlige. Dette kan føre til en forskyving i maktbalansen slik vi kjenner den.



Dialogarenaer

Med økt fokus på samskaping og samhandling, er det et behov for flere møteplasser og arenaer for dialog, kompetanseheving, erfaringsdeling og samhandling mellom sektorene, både digitale og fysiske.

Likeverdige vilkår

Larvik kommune skal være en støttespiller og anerkjenne det store frivillige arbeidet som gjøres i kommunen. Forutsigbare rammebetingelser skal ligge til grunn for opprettholdelse og utvikling av frivilligheten. Det er behov for at kommunen synliggjør, informerer og veileder om relevante støtteordninger.

Nærmiljø

Mye av den frivillige aktiviteten skjer i nærmiljøet, og et godt samspill mellom kommunen og frivillig sektor gir positive ringvirkninger for lokalbefolkningen. Det bør etableres rutiner og strukturer for å få til en god samhandling mellom kommunen og nærmiljøene. I nærmiljøene kan det etableres et bredt utvalg av frivillige innbyggere som fungerer som et drivhjul og samlingspunkt lokalt. Utvalget kan bestå av representanter fra ulike lag og foreninger i nærmiljøet, i tillegg til enkeltstående frivillige og andre innbyggere. Utvalget bør ha oversikt over hva som foregår lokalt og utvikles av innbyggerne selv med bakgrunn i lokale forutsetninger. En slik funksjon kan bidra til engasjement, inkludering og til å skape gode og trygge lokalmiljøer der innbyggerne er knyttet tettere sammen. Videre kan kommunale organer benytte det lokale utvalget for å utvikle samhandlingen mellom innbyggerne og det offentlige.

Innbyggerinitiativ

Larvik kommune skal sikre interne strukturer slik at frivillige innbyggerinitiativ behandles på en enhetlig, forutsigbar og transparent måte. Larvik kommune vil ha fokus på å legge til rette for minst mulig byråkrati i samhandling med frivillig sektor og se på mulige strukturendringer for å redusere administrativ ressursbruk for frivillig sektor.

Frivillige råd

For Larvik kommune er det viktig å kunne ivareta hele bredden av frivillig sektor. Idrettsrådet og Kulturrådet spiller ikke hele bredden av frivillighet i kommunen. Det bør derfor vurderes å etablere et frivillighetsråd som kan fange opp de som ikke er representert i dag, slik at det legges til rette for en god kommunikasjon og samhandling med hele bredden i frivilligheten.

Samhandlingsverktøy og synlighet

Det skal være enkelt å være frivillig og drive frivillig aktivitet i Larvik kommune. Et samhandlingsverktøy som synliggjør aktivitet, samler frivillige som ønsker å bidra i frivilligheten og som viser muligheter til å delta i frivillige aktiviteter, er et viktig fokus. En aktivitetskalender for hele kommunen og en intuitiv og velutviklet kommunal nettside, der innbyggerne kan finne tilpasset informasjon, er viktige bidrag for å få flere med i frivillig aktivitet.

Mål: Likeverdig samarbeid	
Fokus på:	
Involvering og samskaping i kommunale prosesser	• Involvere tilpassede målgrupper med gjensidig likeverd, felles forståelse av egenart, tid og tillit • Fleksibilitet i det kommunale systemet. Økt tilgjengelighet og åpenhet i kommunale virksomheter • Fremme digital medvirkning, som et tillegg til fysisk medvirkning
Opprette møteplasser for dialog (digitale og fysiske)	• Jevnlige møter mellom: ○ Frivillighet, kommune og næringsliv ○ Frivillighet og frivillighet • Erfaring- og ideutveksling og kunnskapsdeling • Kompetanseheving, tema og kurs
Legge til rette for likeverdige vilkår og økonomisk forutsigbarhet for frivilligheten	• Kommunale tilskuddsordninger • Tilgjengelig oversikt over retningslinjer for kommunale tilskuddsordninger • Differensiert gebyrregulativ • Synliggjøre andre relevante ordninger • Informasjon og veiledning om tilskuddsordningen for spillemidler
Struktur for samhandling	• Frivillig lokalt utvalg i nærmiljøer • Opprette intern struktur for frivillige innbyggerinitiativ • Årshjul for samhandling med frivillige organisasjoner • Vurdere behovet for et frivillighetsråd, for lag/foreninger og organisasjoner som ikke inngår i eksisterende idrettsråd og kulturråd • Intern samhandling satt i system • Kommunale tiltak der frivillige er involvert • Samarbeidsavtaler, partnerskapsavtaler og interkommunale samarbeidsavtaler ved spesifikke behov og utfordringer

Kommunikasjon, synliggjøring og rekruttering	• Videreutvikle kommunal, brukervennlig nettside med samlet informasjon for hele bredden i frivilligheten • Verktøykasse for frivillig sektor: ○ rekruttering og markedsføring ○ økonomistyring og styrearbeid • Informasjonsutveksling • Markedsføring
Samhandlingsverktøy og aktivitetskalender for innbyggere, frivillig sektor og kommunen	• Utvikle og implementere internt og eksternt i Larvik kommune

6 Konsekvenser

6.1 Økonomiske konsekvenser

Temaplanen vil ikke ha direkte økonomiske konsekvenser. Virksomhetenes mål og tiltak som krever ny økonomi, eventuelle omprioriteringer på tvers av tjenesteområdene, behandles ved det ordinære strategidokumentet eller fremlegges som egne saker. Redusering av samfunnsproblemene gjennom effektive forebyggingstiltak vil på lang sikt gi en samfunnsøkonomisk gevinst.

6.2 Sosiale konsekvenser

Larvik kommune ønsker å oppnå sosialt bærekraftige lokalsamfunn som legger til rette for at innbyggere kan påvirke deltakelse og samarbeid i nærmiljøet. En konsekvens av denne temaplanen blir mer samskaping og samhandling, både internt og eksternt, flere sosiale møteplasser og arenaer, og fokus på lavterskel-, meningsfull aktivitet og inkludering.

Temaplanen vil være et verdifullt styringsverktøy til å fremme god folkehelse og gode lokalsamfunn. Den kan bidra til å gi økt kompetanse for både ansatte og innbyggere i kommunen og gjøre Larvik til en mer attraktiv, livskraftig og levende bo- og arbeidskommune. Det er også avgjørende at politikken ser fag-områdene i en sammenheng.

6.3 Miljømessige konsekvenser

Bærekraftsmålene ligger til grunn for mål og fokusområder. Temaplanens fokusområder skal kontinuerlig tenke nytt om miljøvennlige løsninger som etterstreber et minst mulig klimaavtrykk. Dette krever blant annet fokus på oppdatert kunnskap på området og kompetansedeling på tvers.

Det å tilrettelegge for at flere kan gå eller sykle til sosiale møteplasser og aktivitetsanlegg for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv i nærområdene, er viktig for et helsefremmende og klimavennlig samfunn.

Ivaretagelse av natur er viktig i forbindelse med tilrettelegging, opprettholdelse og vedlikehold av grønnstruktur og andre områder for fysisk aktivitet, lek og rekreasjon.

Optimalisere driften av anlegg og andre møteplasser er et viktig fokusområde. Ved rehabiliteringer og nyetableringer er det nødvendig å vurdere klimavennlige og oppdaterte løsninger.

7 Referanser

- (1) Folkehelsemeldingen - Mestring og muligheter. Meld. St. 19 (2014-2015)
<https://www.regjeringen.no/contentassets/7fe0d990020b4e0fb61f35e1e05c84fe/no/pdfs/stm201420150019000dddpdfs.pdf>
- (2) Folkehelseloven (2012)
<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29?q=folkehelse>
- (3) Frivillighetserklæringen. Regjeringen (2015)
<https://www.regjeringen.no/contentassets/99f8110d39674f3494ec9668be846c09/frivillighetserklæringen-hefte.pdf>
- (4) Den statlige frivillighetspolitikken - Frivilligheten - sterk, selvstendig og mangfold. Meld. St. 10 (2018-2019)
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-10-20182019/id2621384/?ch=1>
- (5) Kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet (2014) - Veileder
https://www.regjeringen.no/contentassets/21f3c112654a45fc82560215fb16e78d/veileder_kommunal_planlegging_for_idrett_og_fysisk_aktivitet_2014_endret.pdf
- (6) Sammen om aktive liv - Handlingsplan for fysisk aktivitet. (2020-2029)
<https://www.regjeringen.no/contentassets/43934b653c924ed7816fa16cd1e8e523/handlingsplan-for-fysisk-aktivitet-2020.pdf>
- (7) Vestfold og Telemark Fylkeskommune: Regional plan for folkehelse i Vestfold (2019-2032)
<https://www.vtfk.no/globalassets/vtfk/dokumenter/opplaring-og-folkehelse/folkehelse/regionale-planer/regional-plan-for-folkehelse-2019-2030-vestfold.pdf>
- (8) Larvik kommune - Ungdataundersøkelse 2021
https://www.larvik.kommune.no/media/9670/vestfold-og-telemark_larvik_2021_ungdomsskolen_kommune-1.pdf
- (9) Folkehelseprofilen 2022 - Larvik kommune
<https://www.fhi.no/hn/folkehelse/folkehelseprofil/>
- (10) Nasjonal strategi for frivillig arbeid på helse og omsorgsfeltet (2015-2020)
https://www.regjeringen.no/contentassets/4458634b21274b349a602c9a00ff116f/nasjonal_strategi_frivillighet.pdf
- (11) Leve hele livet- en kvalitetsreform for eldre. Meld ST.15 (2017-2018)
<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-15-20172018/id2599850/?ch=1>
- (12) Frivillighet Norge - Rapport om frivillig innsats i lag og foreninger under pandemien (publisert 05.05.21)
<https://www.frivillighetnorge.no/nyheter/ny-rapport-frivillig-innsats-i-lag-og-foreninger-under-pandemien>
Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor:
<https://www.samfunnsforskning.no/sivilsamfunn/publikasjoner/hovedfunn/frivillighet-under-koronakrisen/frivillighet-under-koronakrisen.pdf>

(13) Statistisk Sentralbyrå - SSB (des. 2020):

<https://www.ssb.no/nasjonalregnskap-og-konjunkturer/nasjonalregnskap/statistikk/satellitregnskap-for-ideelle-og-frivillige-organisasjoner>

<https://www.ssb.no/nasjonalregnskap-og-konjunkturer/artikler-og-publikasjoner/nordmenn-legger-ned-frivillig-innsats-verdt-78-milliarder>

(14) Folkehelseundersøkelsen

<https://www.vtfk.no/globalassets/vtfk/dokumenter/om-regionen-vt/folkehelseundersokelsen/folkehelseundersokelsen-i-vestfold-og-telemark-2021.pdf>

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

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-18-20152016/id2479100/>

(16) Klima- og miljødepartementet. Handlingsplan for friluftsliv. Natur som kilde til helse og livskvalitet (2018)

https://www.regjeringen.no/contentassets/c89f9ea09a1e40fab3fefba28668fddb/96030_kld_handlingsplan_uu.pdf

(17) Folkehelse og bærekraftig samfunnsutvikling. Helsedirektoratets innspill til videreutvikling av folkehelsepolitikken.

<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/folkehelse-og-baerekraftig-samfunnsutvikling/Folkehelse%20og%20b%C3%A6rekraftig%20samfunnsutvikling.pdf/> /attachment/inline/3bee41d0-0b38-4957-913e-bedad965e37a:a89f2b8d35a30992c90f2f4c4f872d2ffdd0abaa/Folkehelse%20og%20b%C3%A6rekraftig%20samfunnsutvikling.pdf

(18) Trygge lokalsamfunn - hjemmeside:

<https://www.skafor.org/trygge-lokalsamfunn/>

(19) Institutt for samfunnsforskning / ISF-rapport: Fremtidens frivillige beredskap. Delrapport 1: framskrivinger (8 : 2021)

https://samfunnsforskning.brage.unit.no/samfunnsforskning-xmlui/bitstream/handle/11250/2833280/Rapport_8_21_Frivillig_beredskap_web.pdf

(20) Institutt for samfunnsforskning / ISF-rapport.

<https://www.samfunnsforskning.no/aktuelt/nyheter/2021/okende-behov-for-frivillig-beredskap>

(21) Helsedirektoratet.Kunnskapsgrunnlag for fysisk aktivitet innspill til departementet (2014)

<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/kunnskapsgrunnlag-for-fysisk-aktivitet-innspill-til-departementet/Kunnskapsgrunnlag%20for%20fysisk%20aktivitet%20innspill%20til%20departementet.pdf/> /attachment/inline/d7fb591e-ded4-4da9-b1c4-6dcbe82d8442:75b205e5b7403320a38acbb145b7af32ac726393/Kunnskapsgrunnlag%20for%20fysisk%20aktivitet%20innspill%20til%20departementet.pdf

(22) Regjeringens idretts strategi. Sterkere tilbake - en mer inkluderende idrett (2021).

<https://www.regjeringen.no/contentassets/7f819b4ef66e4e559476ec9b235b6a96/regjeringens-idrettsstrategi-nett.pdf>