

Frisk i Friluft – Friluftsliv og folkehelse

Målet er god helse gjennom deltakelse i friluftsliv og naturopplevelser

1. Bakgrunn

Hensikten med saken er å drøfte hvordan Nord-Troms Friluftsråd i samarbeid med kommunene kan og bør arbeide for at friluftsliv og utendørs fysisk aktivitet og naturopplevelser gis tilstrekkelig høy prioritert i vårt felles (folkehelse)arbeid. Det tenkes da både fysisk helse og psykisk helse.

Det å legge forholdene til rette for god helse skal være en prioritert oppgave for kommunene (folkehelseoven). Dermed er det naturlig at dette også preger friluftsrådets prioriteringer og virksomhet.

Er det viktig for kommunene at friluftsrådet skal være en dyktig og viktig aktør i folkehelsearbeidet? Saken som sendes kommunene (med ønske om politisk behandling) tar høyde for nettopp det.

Forhåpentligvis er kommunene enig i at det er utfordringer å ta fatt på, og at dette gjelder bredt innen ulike aldersgrupper, fra de yngste til de eldste. Undersøkelser, erfaringer og opplevelser både nasjonalt og lokalt dokumenterer dette. Kommunene nordpå skårer ofte dårlig på ulike folkehelsestatistikker. Det å gjøre noe med dette bør derfor være en prioritert utfordring for kommunene.

Barskt vær og tøft klima kjenner Norge i nord. Likevel er det ganske naturlig at nettopp nordpå er det ekstra fokus på naturen som arena for god helse og økt trivsel. Spørsmålet blir da:

«Hvordan kan vi la allsidige naturbaserte friluftslivsaktiviteter til alle årstider gå som en «rød tråd» gjennom vår felles virksomhet?»

Dette er utgangspunktet for den drøfting kommunene inviteres med på.

2. Gjort til nå

Nord-Troms Friluftsråd ble etablert høsten 2014, som inngang til Friluftslivets år 2015. Her følger en oversikt som viser hva som er gjort i løpet av disse fire årene.

- Det kan være naturlig å starte med Ut i NORD. Kanskje den største og viktigste fellesaktiviteten for friluftsliv og folkehelse i Nord-Troms noensinne. I 2019 gjennomførte 1 702 deltakere 26 083 turer. Det er en solid økning fra året før, samtidig som trenden med økning fra år til år siden oppstarten fortsatte.
- JuleSPREK som gjennomføres i vintermånedene inngår i «Ut i NORD-familien».
- For barnehager og skoler er det etablert nettverk der målet er mer og bedre utetid. Målet er at disse nettverkene også være viktige i folkehelsearbeidet.
- Skjervøy: Her er Aktiv på dagtid etablert som en stor og viktig aktivitet med faste ukentlige turer med cirka 20-25 deltakere hver gang.
- For å få et samarbeid/nettverk til å fungere, har målet vært å få kommunene til å utpeke sin kontaktperson. Dette for at nettverket skal klare å få til et felles arbeidsprogram tuftet på de mål og oppgaver som kommunene ønsker å arbeide med innen friluftsliv, fysisk aktivitet og folkehelse.

- I det arbeid som har vært gjort tidligere har kommunene blitt utfordret på hvilke av disse utfordringene som ønskes prioritert:
 - Sykefravær
 - Fedme og overvekt
 - Inaktivitet
 - Pysisk helse
 - Muskel- og skjelettutfordringer
 - Hjerte- og lungeutfordringer
 - Rus og psykiatri
 - Særskilt barn og ungdom
 - Særskilt personer med funksjonsnedsettelse

3. Kommunal kontaktperson og felles nettverk

For å få samarbeidet og nettverket til å fungere med så mange kommuner som mulig er det behov for en kontaktperson i kommunene som friluftsrådet kan forholde seg til. Sentrale oppgaver for vedkommende vil være:

- Delta i friluftsrådets nettverk «Frisk i Friluft», og i den sammenheng bidra til utarbeidelse og gjennomføring av felles arbeidsprogram.
- Undersøke muligheten for at det i egen kommune etableres en tverrfaglig intern gruppe for friluftsliv, fysisk aktivitet og folkehelse.
- Informere barnehager og skoler om mulighetene for å bli med i de nettverket for mer og bedre utetid som friluftsrådet har etablert.
- Gjøre tilsvarende når det gjelder ansatte som arbeider med personer med innvandrerbakgrunn og personer med særskilte behov.

4. Friluftsrådets oppgaver

- Lede nettverket og holde jevnlig kontakt med kommunene med utgangspunkt i det felles arbeidsprogram som utarbeides.
- Søke tilskudd som kommer nettverket og folkehelse-samarbeidet til gode.

5. Tiltak for å sikre god helse

Som et grunnlag for det videre arbeid antydes det at dette kan være kommunenes og friluftsrådets viktigste bidrag for å sikre god helse for befolkningen i Nord-Troms:

- Ut i NORD (samt JuleSPREK og Ut og Plukk)
- Oppfølging av enkeltpersoner gjennom andre konkrete aktiviteter (f.eks. turgrupper)
- Anlegg og andre fysiske tilrettelegginger for friluftsliv
- Nettverk for samarbeid og oppfølging av skoler og barnehager (Læring i friluft – Mer og bedre utetid)
- Grunnopplæring i friluftsliv (Friluftskort)
- Tverrfaglige arbeidsgrupper i kommunene som følger opp disse og øvrige tiltak og planer



6. Innstilling til vedtak

Det er ønskelig at kommunene legger saken fram for politisk behandling med slikt forslag til vedtak:

1. kommune er positiv til at Nord-Troms Friluftsråd ønsker å bidra til god helse for befolkningen i Nord-Troms. Dette ved å tilrettelegge for at flere kan ta del i friluftsliv, naturopplevelser og utendørs fysisk aktivitet.
2. kommune ber rådmannen/kommunedirektøren utpeke kontaktperson til nettverket.
3. kommune ber rådmannen/kommunedirektøren avklare muligheten for å etablere en felles intern arbeidsgruppe for friluftsliv, fysisk aktivitet og folkehelse. Gruppen skal også bidra til at kommunen oppnår maksimalt gjennom sitt medlemskap i Nord-Troms Friluftsråd.