

Fagnotat idrett og fysisk aktivitet



Innhold

1	INTRODUKSJON AV TEMA	2
1.1	Kunnskapsgrunnlaget	2
1.2	Hva vet vi?	3
2	KARAKTERISTIKK/ STATUS/ PROBLEMBESKRIVELSE.....	6
2.1	Utfordringer med kommuneplanens arealdel 2020 - 2032.....	6
2.2	Arealstrategiske føringer for ønsket utvikling.....	6
3	MÅLBESKRIVELSE	6
3.1	Visjon: «Flere mennesker, mer aktive, enda oftere»	6
3.2	Idrett i et byutviklingsperspektiv	7
	Idrettsareal	7
	Idrettsarenaer i byområdene	8
	Sambruk flere idrettsanlegg.....	8
	Større spesialanlegg til idrett	8
	Oppgradering av anlegg/standardheving.....	8
	Internasjonalisering; nye idrettsgrener.....	9
	Blå aktiviteter	9
	Interkommunale idrettsanlegg	9
	Behov- og bærekraftsvurdering	10
	Toppidrett - utdanning	10
	Kompetansesenteret for toppidrett, Olympiatoppen region øst.	10
3.3	Fysisk aktivitet i et byutviklingsperspektiv.....	10
	Global Active City	11
3.4	Fysisk aktivitet og FNs bærekraftsmål.....	11
	Å leve i Fredrikstad.....	11
	Å skape i Fredrikstad.....	12
	Å møte fremtiden i Fredrikstad	12

Dette fagnotatet er utarbeidet som en del av grunnlaget for rullering av kommuneplanens arealdel 2023-35 for Fredrikstad kommune. Notatet bygger på foreliggende kunnskap, og nivået på vurderinger er tilpasset kommuneplanens arealdel. Ansvarlig for utarbeidelse av fagnotatet er Seksjon for kultur, miljø og byutvikling ved Etat aktive liv.

1 INTRODUKSJON AV TEMA

Overordnet målsetting for den statlige idrettspolitikken er at alle som bor i Norge skal ha et fullverdig idrett- og/ eller aktivitetstilbud. En aktiv befolkning med muligheter for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv er av grunnleggende betydning for et godt lokalsamfunn. For å fremme god folkehelse, trivsel og mulighet for fysisk utfoldelse, er det viktig at det er en bevisst tenkning, handling og investering i tiltak og rammer som kan legge til rette for å øke aktiviteten blant små og store innbyggere.

Kommuneplanens samfunnsdel fremmer sosial bærekraft som et av kommunens overordnede innsatsområder. Det innebærer blant annet; «å skape gode, helsefremmende omgivelser for mennesker å oppholde seg i». (Fredrikstad mot 2030). Vi blir stadig flere, og innen 2030 er det ventet at Fredrikstad passerer 100 000 innbyggere. Presset på arealer og ressurser til idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv er forventet å øke i takt med befolkningsveksten. Derfor må det i fremtiden fokuseres på å føre en mer behovsrettet utvikling som bidrar til å støtte opp under overordnet målsetting for arbeidet;

«Flere mennesker, mer aktive, enda oftere».

Det er derfor viktig å avsette tilstrekkelig arealer til formålet, med god kvalitet, for å sikre en bærekraftig utvikling. Ikke bare i dag, men også i fremtiden.

1.1 Kunnskapsgrunnlaget

I forbindelse med rulleringen av kommunedelplan idrett, fysisk aktivitet, friluftsliv og marka 2018-2021 ble det gjennomført en kartlegging av anlegg- og aktivitetsstatusen i Fredrikstad. Kartleggingen ble basert på både lokal og nasjonal forskning og gav blant annet svar på hva som finnes av idrettsanlegg, lokal anleggsdekningen i lys av antall aktive utøvere og befolkningen generelt, og hvilke ønsker og behov befolkningen har for nye idrettsanlegg, samt anlegg og arealer til egenorganisert fysisk aktivitet. Lokalt ble følgende tiltak gjennomført:

- Gjennomgang av status i kommunens register for arealer til idrett, aktivitet- og friluftsmål.
- Med hjelp fra Fredrikstad idrettsråd, Forum for natur og friluftsliv (FNF) og to representanter for lokalsamfunnene ble det sendt ut en undersøkelse til alle byens idrettslag og lokalsamfunnsutvalg, samt friluftsansjoner tilknyttet FNF med formål om å kartlegge langsiktige behov for anlegg og arealer til idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv.

- Det ble gjennomført en spørreundersøkelse ved alle ungdomsskolene i Fredrikstad. Formålet var å bygge kunnskap om hva elever i 8., 9. og 10.klasse mener at kommunen kan gjøre for å skape mer attraktive skoleområder til lek og fysisk utfoldelse, både i og etter skoletid.
- Prosjektgruppen utarbeidet i samarbeid med kommunens virksomhet for geomatikk en mobilbasert innspillsløsning hvor publikum kunne melde inn behov for anlegg og arealer til fysisks aktivitet direkte i et elektronisk kart. Undersøkelsen lå ute i fem uker.
- Gjennomgang av Norsk idrettsindeks, som er en årlig registrering og oversikt over idrettsaktivitet og anleggsdekning i norske kommuner, regioner og fylker. Indeksen er basert på tall fra idrettsregistreringen til Norges Idrettsforbund og anleggsdata fra anleggsregisteret. Norsk idrettsindeks ser spesielt på sammenhengen mellom idrettsaktivitet og anleggskapasitet. Rapporten inneholder også annen relevant statistikk om lokal idrett og idrettspolitik

Videre så prosjektgruppen også på status for levekår og folkehelse i Fredrikstad, og hvordan kommunen arbeider med å tilrettelegge for fysisk aktivitet som forebyggende folkehelseiltak.

Kommunedelplan idrett, fysisk aktivitet, friluftsliv og marka 2018-2021, sammenstiller disse resultatene med andre sentrale interesser i planområdet, og evaluerer gjeldende arealprinsipper for utvikling, bruksendring og rehabilitering av anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Totalt sett gir planen et bilde av dagens anlegg, areal og aktivitetsstatus, samt hvilke temarelaterte utfordringer kommunen står ovenfor og hva som bør vektlegges i planperioden for at nærmiljøene og en samlet by kan tilby et variert og tilfredsstillende aktivitetstilbud for alle som bor i Fredrikstad.

1.2 Hva vet vi?

Idrettens status i Fredrikstad:

Pr. 31.12.2022 var det registret 87 idrettslag i Fredrikstad, med rett i underkant av 21 794 medlemskap. prosentfordelingen mellom kvinner og menn er i dag ca. 40/60. Dette samsvarer med fordelingen på nasjonalt nivå (Norges idrettsforbund, 2017). Antall medlemskap i den organiserte idretten tilsvarte ca. 27 % av innbyggertallet i Fredrikstad i 2020. Dette gir et bilde av hvor sterkt idretten står i byen vår.

Frafall i organisert idrett og endring i aktivitetsvaner:

Idrettens utfordringer, både nasjonalt og lokalt, er å beholde ungdom i idretten. Frafallet er størst i alderen 16-19 år. Det dreier seg imidlertid ikke om et frafall fra aktivitet, men en overgang fra organisert idrett til egenorganisert aktivitet. Mer enn 70 % av den voksne befolkningen i Fredrikstad trener på egenhånd og den primære aktiviteten er mosjonering gjennom gå- og løpeturer i nærområdet og friluftsområder, og dernest trening på treningssenter og enkle treningsanlegg (IPSOS, 2016).

Videre ser vi en global trend og internasjonal ungdomskultur som har vokst frem de seneste årene, med oppblomstring av egenorganiserte aktiviteter. Aktivitetene er preget av lek og kreativitet med høy grad av kroppsbeherskelse. Det er en helt klar tendens til at flere barn og unge ønsker å være aktive på egne premisser når det passer dem selv (Strategiutvalget for idrett, 2016). Idretten jobber aktivt med utfordringer knyttet til frafall og tar selv grep for å beholde ungdommen. Samtidig er det viktig at kommunen tilrettelegger arenaer som fanger ungdommens behov for både organisert og egenorganisert fysisk aktivitet.

Vi beveger oss for lite:

Fysisk inaktivitet er et voksende samfunnsproblem. I henhold til kommunedelplan folkehelse, 2015-2018, Østfoldundersøkelsen 2017, og Regjeringens handlingsplan for fysisk aktivitet 2020 "Sammen for aktive liv" er folk flest for lite fysisk aktive. Kun tre av ti voksne og eldre er aktive nok, og bare halvparten av 15-åringene. Ungdom og eldre bruker også en stor del av våken tid i ro. Aktivitetsnivået varierer gjennom livsløpet, mellom kjønn og sosiale grupper. De fleste barna er tilstrekkelig aktive, men det er et fall i aktivitetsnivå allerede fra niårsalder sammenlignet med tidligere. På en annen side har andelen som oppgir at de trener eller mosjonerer regelmessig aldri vært høyere enn i dag, men det er hverdagsaktiviteten som bør økes for alle.

Barrierer for fysisk aktivitet:

Forskning viser at personlig situasjon er en avgjørende barriere for fysisk aktivitet. Resultater fra Østfoldundersøkelsen 2019, samt levekårskartleggingen i Fredrikstad fra 2020, understøtter påstanden om at den lavere sosiale klasse opplever klart flere barrierer enn andre, særlig knyttet til utstyr, anlegg og organisering. Både egen utdanning, foreldrenes utdanning, egen bruttoinntekt og husstandens samlede inntekt slår tydelig ut på det fysiske aktivitetsnivået, og grad av helsefremmende adferd. Videre påvirker «tidsklemma», og tilgjengelighet på anlegg og arealer, samt sosiokulturelle ulikheter aktivitetsnivået i befolkningen. I sum er dette viktige faktorer som kommunen må ta innover seg i arbeidet med å nå målsettingen, «*Idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv for alle i Fredrikstad*».

Fysisk aktivitet som forebyggende folkehelsetiltak:

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

«Forebygge mer, behandle mindre» er ett av satsningsområdene til regjeringen i forhold til samhandlingsreformen og folkehelseloven. Fredrikstad kommune har tatt innover seg dette og anmoder følgende i kommunedelplan folkehelse:

«For å få en bærekraftig samfunnsutvikling må vi i større grad vri samfunnets bruk av tid og ressurser fra kompensierende og reparerende tiltak, over mot forebygging og helsefremming» (kommunedelplan folkehelse i Fredrikstad 2015-2018)

Å tilrettelegge for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv er i den sammenheng blant kommunens viktigste forebyggende folkehelseiltak, men det forutsetter at det avsettes tilstrekkelige arealer, med kvalitet, til formålet.

Grunnene til å satse på idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv som folkehelseiltak er mange, men i tillegg til treningseffekten må det altså løftes frem hvor viktig dette er fordi det skaper fysiske og sosiale møteplasser. Dette er noen av de viktigste arenaene vi har for frivillighet, nettverk, sosiale møter og inkludering. Det er også viktige faktorer for kommunen å vurdere med tanke på fortetting.

Anleggsdekning i Fredrikstad, sammenliknet med de 9 største kommunene i landet:

I storbynettverket (ASSS-kommunene, Tromsø, Fredrikstad, Stavanger, Bærum, Bergen, Sandnes, Trondheim, Drammen, Oslo og Kristiansand) lå Fredrikstad, i 2016, på 3. plass hva angår «anleggspoeng per 1000 innbyggere», som er en indikator på anleggssituasjonen i kommunene. Det er likevel utfordringer hva gjelder å imøtekomme høye forventninger og aktivitetsnivå i den organiserte idretten. I tillegg er det behov for rehabilitering av eldre idrettsanlegg.

Anlegg og arealer til fysisk aktivitet ved skolene:

Skolene spiller en viktig rolle for utviklingen av gode aktivitetsvaner. Grunnskolen tar hånd om barn i en viktig periode for utviklingen av fysiske ferdigheter, hvor alderen 10-12 år kalles «gullalderen» for utviklingen av motoriske ferdigheter.

Ungdomsskoletiden er en brytningstid der skolearbeidet og nye interesser generelt fører til mindre fysisk aktivitet. Det er som nevnt et betydelig frafall i idretten generelt i denne tiden.

Skolene, med sine gymnastikksaler og uteområder er et naturlig samlingspunkt i nærmiljøene. For å skape gode, vedvarende assosiasjoner til fysisk aktivitet er det viktig at kommunene legger forholdene til rette for kroppsøvingssfaget, lek i friminuttene og for fysisk aktivitet i fritiden, i lokaler og anlegg tilknyttet skolene.

Kommunen ser store fordeler ved å samle og styrke anleggene, fremfor å bygge stykkevis og delt. Hvor anleggene plasseres spiller også en stor rolle for brukerfrekvens. Tradisjonelt blir ofte nærmiljøanlegg bygd på tomter som ikke kan bebygges av bolig eller næring. Av den grunn varierer kvaliteten på områdene som avsettes til formålet. Det er (bør) derfor utarbeidet(s) nye bestemmelser om krav til areal og kvalitet som i større grad bidrar til å sikre gode og funksjonelle nærmiljøanlegg som er tilgjengelige for alle.

Samlingen av nærmiljøanlegg (nærmiljøparker) må først og fremst legges til skolene, eller i relativ nærhet til der folk bor og oppholder seg. Videre blir det viktig at nærmiljøparkene behovsprøves med tanke på hva de bør inneholde. Generelt bør utformingen av nærmiljøparkene legges til rette for god samhandling mellom barn, unge og voksne.

Det siste aspektet som binder sammen skole og fysisk aktivitet er en aktiv skolevei. Å sikre etablerte snarveier ved ny utbygging, etablere nye stikkveier, gjøre skoleveiene lyse, sikre og trivelige er faktorer som bidrar til at barn og ungdom har en aktiv skolevei.

2 KARAKTERISTIKK/ STATUS/ PROBLEMBESKRIVELSE

2.1 Utfordringer med kommuneplanens arealdel 2020 - 2032

Dagens plan har ikke på en tilfredsstillende måte klart å implementere bestemmelsene om nærmiljøparker. Det er problemstillinger knyttet til gjennomføring av grønne utbyggingsavtaler, hvor utbygger gis anledning til å løse krav på annen tomt. Vi ser at det vil komme potensielle konflikter knyttet til rekkefølgebestemmelsene, hvor første utbygger får krav om å bygge nærmiljøpark, og neste utbygger på nabotomten, eller nærliggende, kan peke på den nærmiljøparken for oppfylt krav, uten å selv ta noe kostnad. Dette reiser spørsmålet om det bør være et tak på antall boliger som kan sogne til samme nærmiljøpark. Ved flere mindre utbyggingsprosjekter, som hver for seg ikke utløser krav til nærmiljøpark, skal skje innenfor samme område, vil de til sammen utgjøre et volum som bør utløse kravet.

Kommuneplanens arealplan har heller ikke sikret i tilstrekkelig grad hvordan etableringen av grønne korridorer skal etableres og utvikles.

2.2 Arealstrategiske føringer for ønsket utvikling

- 1. Sikre og ivareta eksisterende anlegg og arealer, og utvikle trygge og funksjonelle nærmiljøer som innbyr til fysisk aktivitet (herunder også idrett og friluftsliv), sosial integrasjon og rekreasjon.*
- 2. Sikre at det settes av tilstrekkelig arealer med god kvalitet til fysisk aktivitet, sosial integrasjon og rekreasjon ved utvikling av nye bolig- og næringsområder.*
- 3. Sikre og ivareta grønne korridorer fra elv til mark, et bynært friluftsliv, og sammenhengende turmulighet langs elv og kyst.*

"Samle og styrke" skal være et overordnet arealprinsipp i kommunens fortetningsstrategi. Kommunen ønsker å samlokalisere flest mulig arealer og anlegg for lek, rekreasjon og utendørs idrett, slik at en får større og mer attraktive anlegg med tilbud til mange brukergrupper. I begrepet "samle og styrke" ligger det også at det etableres større, men noe færre enkeltanlegg.

3 MÅLBESKRIVELSE

3.1 Visjon: «Flere mennesker, mer aktive, enda oftere»

Visjonen beskriver et Fredrikstadsamfunn slik vi ønsker det. Den gir oss retning og noe vi i fellesskap må bidra til å nå.

FLERE

Vi blir stadig flere mennesker. Alle med sin egen unike bakgrunn, forutsetninger, interesser og evner. Menneskene, i alle sine farger og fasonger, er de som former byen.

For å møte framtida og sørge for at alle finner glede og nysgjerrighet i et aktivt liv, må vi ta vare på vårt unike utgangspunkt. Vi skal styrke de nære relasjonene oss imellom, nærheten til kyst og sti og marka vår. Nærhet til den organiserte, egenorganiserte og spontane aktiviteten.

MER

Fredrikstad er som mange andre europeiske byer i ferd med å urbaniseres og fortettes. Presset på arealene og kvalitetene vi har øker. Skal flere være mer aktive i framtida handler det om å prioritere menneskene, og prioritere mulighetene.

Tid og tilgjengelighet er avgjørende for å få flere i aktivitet. Det betyr at det må være mangfold av aktivitet nært der vi bor, og det må være enkelt å komme seg dit. Det må være inkluderende aktiviteter som gir rom for alle. I en tid hvor hele verden er nær må vi møte nye trender og aktiviteter med nysgjerrighet.

OFTERE

For å engasjere flere i aktivitet oftere må vi vite hva som motiverer. Vi må snakke med de som organiserer; idretten, frivillighet, lag og foreninger, og deg og meg.

Vi må stimulere til kreativitet og gi rom til å skape.

I framtida skal det være gode vilkår for de som ønsker å tilrettelegge og utvikle.

En aktiv og sunn by er en by hvor alle har like muligheter til å være fysisk aktiv på den måten man ønsker selv. Hvor det hele tiden jobbes for å skape og utvikle muligheter, og som engasjerer og mobiliserer innbyggerne til å ta ansvar for sin egen aktive hverdag.

3.2 Idrett i et byutviklingsperspektiv

Den organiserte idretten blir ofte benyttet som samlebetegnelse på fysisk aktivitet som blir tilrettelagt i regi av Norges idrettsforbund (NIF) med alle underliggende organisasjonsledd. NIF har i dag i overkant av 2 millioner medlemskap (Norges idrettsforbund, 2021) og er Norges klart største folkebevegelse. Det overordnede målet for den statlige idrettspolitikken er: "idrett og fysisk aktivitet for alle" (Kulturdepartementet, 2015). Derfor ser den offentlige forvaltningen nytten av å støtte organisert og egenorganisert fysisk aktivitet.

Idrettsareal

Idrettsanlegg er i stor grad arealkrevende. Dette betinger langsiktig planlegging. Større spesialanlegg (eks. ishall) vurderes særskilt i forhold til plassering. Ofte er slike anlegg bydelsovergripende i sin funksjon, eller de kan være interkommunale. Bruksmessig er det likevel gunstig med flere anlegg i nærheten av hverandre, og ved utdannelse sinstitusjoner. En felles lokalisering styrker det sosiale samspillet som

skapes blant brukere og trenere, effektiviserer bruk og drift og gir bedre tilgjengelighet.

Idrettsarenaer i byområdene

Det er viktig at det er arenaer for de største idrettene i alle byområdene. Flerbrukshaller og fotballbaner ivaretar de største idrettsgrenene. Seriesystemene i blant annet fotball, håndball er områdeovergripende da det spilles kamper i alle byområder som det enkelte lag skal delta på. Fotball alene gjennomfører 7000 kamper årlig (Østfold fotballkrets, 2017). Det er derfor viktig for kommunen å se alle anleggene under ett når det gjelder bruk og utnyttelse. Imidlertid er nærhet til anlegg viktig for jevnlig bruk. Nærhet til anlegg skaper også tilhørighet i eget boområde og er samtidig viktige sosiale arenaer spesielt for barn og unge. Når anleggene etableres sammen med skole og barnehage skapes et enda større «eierforhold» til anleggene og de får høy bruksfrekvens. Langsiktig utfordring for idrettens del ved slike løsninger, er ofte mangel på utvidelsesmuligheter og at særlig deler av utendørsanlegg kan stå i fare for å bli bygd ned hvis skolen har behov for utvidelsesmuligheter. Dette må unngås.

Trosvik, Cicignon og sentrum for øvrig, har i dag underdekning på flerbrukshaller og arealer til fysisk aktivitet. Dette er vurdert ut fra dagens innbyggertall, forventet befolkningsvekst og aktivitetsnivå i de store idrettene. Byområdet vil oppleve størst trykk i boligutviklingen. Nye boligfelt har alltid mange barn og unge som innbyggere, og dette vil ytterligere forsterke presset på idrettsanlegg i byområdene. Utvikling av nye boligfelt vil innebære nye behov for idrettsanlegg.

Sambruk flere idrettsanlegg

Eksempel her er blant annet sentralidrettsanlegget på Lisleby. Størrelsen på det regulerte arealformålet til idrett har over tid gitt mulighet for å etablere flere ulike anleggstyper etter som nye behov kommer til. Dette gir en svært god synergieffekt hvor aktivitet avler mer aktivitet. Sambruk kan også innebære idrettsbygg som kan huse flere idrettsgrener. Arena Fredrikstad vil bli et godt eksempel på et slikt idrettsanlegg.

Større spesialanlegg til idrett

Anlegg som vi har få av – eller bare ett, må man finne seg i at gir reiseavstand for mange. Imidlertid bør anleggene ligge sentralt, i tilknytning til kollektivtilbud, samt være lett tilgjengelig. Slike anlegg bør ligge koblet opp mot skole eller andre idrettsanlegg for å kunne gi maks bruksfrekvens. Eksempler på slike anlegg er ishall, basishall turn, friidrettshall etc.

Oppgradering av anlegg/standardheving

I noen tilfeller kan man gi et bedre og mer omfattende treningstilbud til flere uten å båndlegge nytt areal. Dette gjelder blant annet ved omlegging av gress til kunstgress på eksisterende fotballbaner. Samtidig er det viktig å ivareta det man har av anleggsmasse, da det representerer store verdier. Anleggene må imøtekomme de krav som idretten har og arenaene bør oppleves gode å oppholde seg i og på. Dette gjelder særlig flerbrukshallene.

Internasjonalisering; nye idrettsgrener

Fredrikstad er en internasjonal by med mange innvandrere og store bedrifter med utenlandske arbeidstakere, samt at vi har Høgskolen i Østfold med studenter fra mange ulike land. Tilrettelegging for idrettsgrener vi har liten tradisjon for, tas også med i det totale planleggingsbildet. Dette for å være en god vertskommune og samtidig gir det rom for et bredere tilbud av idrettsgrener til befolkningen generelt.

Blå aktiviteter

Norges Svømmeforbund (NSF) anbefaler én stk. 25 meteres basseng per 10 000 innbyggere. Kongstenbadet tilsvarer ett slikt basseng. 50m bassenget i Kongstenbadet friluftsbad er kun er åpent i perioden juni-september og kan derfor ikke regnes som 2x25m basseng. Sammen med 25 meters bassenget i Gaustadbadet har Fredrikstad en dekning på ca. 20 000 innbyggere. I tillegg leier kommunen ut fem skolebasseng (12,5m x (+/-10m), samt ett mindre basseng ved Fredrikstad korttidssenter (6x4m). Sett i sammenheng med NSF sine anbefalinger er svømmehalldekningen i Fredrikstad i dag en utfordring for kommunen, og vil også være det i fremtiden med tanke på befolkningsvekst og tilflytting. De 5 skolebassengene og Gaustadbadet har alle nådd eller nærmer seg teknisk levealder og har behov for større oppgraderinger. Kommunen står pr. 2022 uten varmtvannskapasitet da bassengene i Lykkberghallen og Kløverbadet er stengt grunnet behov for total rehabilitering.

Fredrikstad kommune skal gjennom Folkebadene jobbe for at alle uavhengig av alder, kjønn, funksjonsnivå og sosial bakgrunn gis muligheter til bevegelse og fysisk aktivitet i vann ut fra egne forutsetninger. Dette skal gjøres gjennom å skape en ny vannkultur i Fredrikstad hvor bevegelse og fysisk aktivitet i vann er et naturlig valg for alle gjennom hele livet. De blå aktivitetene omfavner all aktivitet i bassenger, langs kysten, i marka og i elven.

Det skal skapes sosiale og aktive møteplasser som gir muligheter for natur-, vann- og aktivitetsopplevelser for byens innbyggere og tilreisende. Fredrikstad som kystkommune har svært gode forutsetninger for å utnytte det potensialet som ligger i det å være fysisk aktiv i vann, også i den attraktive bynære naturen, og som del av det urbane friluftslivet. Med elven som renner gjennom byen så gir dette unike muligheter til å utvikle urbane møteplasser og arenaer for aktiviteter på og i vann. Dette kan være f.eks. havne bad, bystrender, flytende sauna hus, knutepunkt for vannsport som padling, SUP, roing etc.

De tradisjonelle vannaktivitetene er i en endring gjennom nye trender og nye brukerbehov, og det er derfor en økende etterspørsel og behov for å skape flere attraktive møte- og aktivitetsplasser også på, i og ved vann.

Interkommunale idrettsanlegg

Knutepunktkommunene har et sammenvevd bo- og arbeidsmarked. Dette er relevant bakgrunnstappe med tanke på etablering av større spesialanlegg i idrett. Kulturdepartementet gir muligheter for at det kan søkes om ekstra tilskudd av spillemidler på inntil 30 % av ordinær tilskuddssats til større interkommunale idrettsanlegg. Forutsetningen er blant annet at anlegget er et større kostnadskrevende anlegg, og at det inngås bindende skriftlig avtale mellom to eller

flere kommuner vedrørende investering og drift. I lys av kommende kommunereform er det viktig å vurdere større idrettsanlegg i en slik sammenheng.

Behov- og bærekraftsvurdering

Innen 2023 ønsker Viken fylkeskommune å ha utarbeidet ett sett med kriterier som skal vurdere spillemiddelsøknadene behov og bærekraft. Kriteriene ønskes brukt i tidlige faser ved prosjektering av anlegg, for å sikre at behovet er nøye vurdert og at riktig anlegg bygges på riktig sted.

Toppidrett - utdanning

Fredrik II videregående skole og Wang toppidrett har hatt stor pågang på sine idrettslinjer. Tilbudet skal styrkes ytterligere i samarbeid med Olympiatoppen region øst. Rammebetingelsene for lokal ungdom som vil satse på toppidrett og bli værende i regionen styrkes dermed ytterligere. Toppidrettsutøvere er ofte forbilder og en viktig motivasjonsfaktor for mange yngre utøvere. Samtidig er det med på å synliggjøre Fredrikstad på en god måte. For å holde på toppidrettsutøvere, må rammefaktorer slik som blant annet oppgraderte idrettsarenaer med god mulighet for trening og stevner/kampavvikling, være tilgjengelig.

Kompetansesenteret for toppidrett, Olympiatoppen region øst.

Olympiatoppen region øst (OLTØ) skal gjennom samlinger og utviklingsprogram jobbe for å øke trenerkompetansen til trenerne for morgendagens- og dagens topputøvere. OLTØ skal skape utviklingsmiljø for unge lovende utøvere gjennom samarbeid med videregående skoler og høyskole. Sammen med særkretsene i regionen skal OLTØ gjennom et faglig sterkt, levende og engasjert kompetansemiljø bidra til at regionen får enda flere toppidrettsutøvere (OLT,2017).

3.3 Fysisk aktivitet i et byutviklingsperspektiv

Barns hverdag har endret seg dramatisk. Det råder en generell bekymring over at fysisk form og fysisk aktivitetsnivå hos barn og unge er dårligere i dag enn før. Mange barn og unge er svært aktive, men mange er også svært inaktive. Etter skolen er det vesentlig flere 15-åringene (42 %) som bruker mer enn 2 timer på TV-titting enn 9-åringene (17 %). Samme tendens er det for tid brukt på PC og TV-spill der 38 % av 15-åringene bruker mer enn 2 timer per dag mot kun 12 % av 9-åringene. (Helsedirektoratet). Dette er en trussel mot helsen til den enkelte. Spraket i aktivitetsnivå er større enn før. Særlig gjelder dette barn fra ungdomsskolealder og oppover. Dette fordrer en bevisst holdning til tilretteleggelse av arenaer for fysisk aktivitet for barn- og unge. Å kunne gå eller sykle til skolen har stor betydning for hverdagsaktiviteten. Tilgjengelighet til arenaer for fysisk aktivitet i nærmiljøet er en del av dette helhetsbildet.

En stor andel av den voksne befolkningen ligger som nevnt under anbefalingene om daglig aktivitet. Dette er ikke bra. Derimot ligger de mest aktive langt over anbefalt nivå. Bedriftsidretten er særlig viktig for mange voksne og gode tiltak rekrutterer stadig flere. Treningssentrene viser også betydelig bruksvekst i perioden 1987 til i

dag. Turløyper og sykkelstier kan også skille med en betydelig bruksvekst i samme periode. Fysisk aktive er større forbrukere av tilgjengelige anlegg og fysiske omgivelser sammenliknet med grupper av inaktive. Både positive psykologiske og sosiale forhold i befolkningen og fysisk/materielle omgivelser er viktig for økt fysisk aktivitet. Derfor er det viktig at det avsettes arealer som legger til rette for kunne ta sunne og aktive valg i hverdagen. Både arealer som gjør det attraktivt å gå eller sykle i stedet for å bruke bilen, arealer som avsettes til anleggsutvikling og utendørsarealer som innbyr til fysisk utfoldelse og samvær.

Lokale demografiske prognoser tilsier at vi må vente en relativ stor økning i antall eldre. Det er positivt samfunnsøkonomisk og for den enkelte, at eldre er aktive så lenge som mulig. Hovedutfordringen er å øke andelen som oppfyller anbefalingene til fysisk aktivitet og minske omfanget av stillesitting. God arealplanlegging med tilgjengelighet til lokale turområder som sikrer muligheter året rundt, har stor verdi for denne aldersgruppen.

Global Active City

De siste årene har WHO iverksatt en rekke prosjekter for å følge opp innsatsområdene knyttet til den globale utfordringen med inaktivitet. Et av tiltakene er en sertifiseringsordning kalt *Global Active City*, som tar sikte på å gjøre befolkningen mer aktiv gjennom en etablert ISO-standard for byplanlegging, med aktivisering av befolkningen i fokus.

Fredrikstad kommune er godt i gang med sertifiseringsarbeidet og oppnådde status som partnerby i desember 2021. En egen ekspertgruppe vil følge opp kommunens arbeid på feltet, og selve prosessen fra oppstart til oppnådd sertifisering tar i gjennomsnitt 1,5 år. Det antas at Fredrikstad kommune sertifiseres første halvdel av 2023.

Av de 103 indikatorene som utgjør ISO standarden AWI26102, så handler flere om arealbruk, infrastruktur og behovet for å ivareta grønne områder. I tillegg ønsker vi i dette arbeidet å innarbeide 25 indikatorer om fysisk aktivitet og bærekraft, som WHO legger til grunn i sin Global Action Plan mot 2030.

3.4 Fysisk aktivitet og FNs bærekraftsmål

Som en liten verdensby har Fredrikstad sin plass i et globalt fellesskap, der mennesker, byer og land påvirker hverandre. FNs bærekraftsmål er verdens felles arbeidsplan for å utrydde fattigdom, bekjempe ulikhet og stoppe klimaendringer innen 2030. Fredrikstad skal ta ansvar sånn at vi når bærekraftsmålene. Det skal vi gjøre ved å ha de tre bærekraftselementene med oss i planleggingen. De tre innsatsområdene handler alle om hvordan vi vil at framtida i Fredrikstad skal bli. I denne planen svarer de tre innsatsområdene på hvert sitt bærekraftselement. Fra kommunedelplanen Aktive liv trekkes følgende tiltak frem, som retter seg spesielt mot kommunens arealarbeid:

Å leve i Fredrikstad

Sikre arealer og planlegge for gode grøntområder, friluftsområder, møteplasser og infrastruktur som er tilgjengelig for alle.

- Sette av tilstrekkelig arealer med god kvalitet til fysisk aktivitet, sosial integrasjon og rekreasjon.
- Ivareta eksisterende anlegg og arealer, og utvikle trygge og funksjonelle nærmiljøer som innbyr til fysisk aktivitet.
- Barnehager og skoler skal ha minstekrav til uteoppholdsarealer.
- Skolegårder utvikles til nærmiljøparker som blir lokalmiljøets sentrale møte- og aktivitetsområde.
- Utbygging og prioritering av nye anlegg skal skje på bakgrunn av behovsanalyser som tar høyde for levekår, bostedsattraktivitet og barn og ungdoms oppvekst.

Sikre fortetting med kvalitet og vektlegge god arkitektur og byplanlegging

- Det fysiske rom må utvikles i tett sammenheng med den sosiale dimensjonen.
- Byggesak og reguleringsplaner skal ha utomhusplaner som tilfredsstiller kommunale normaler for uteoppholdsarealer, lek, idrett og rekreasjon.
- Byrom må ivareta flerfunksjonalitet, universell utforming og tilrettelegge for økt aktivitet.

Å skape i Fredrikstad

Utnytte samskapingspotensialet i utviklingen av «smart kommune»

- Det skal være større fokus på flerfunksjonalitet, økt sambruk og samarbeid ved utvikling av nye anlegg og arealer til idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv.
- Det må være et bærende arealprisnipp å samle og styrke anleggene, fremfor å bygge stykkevis og delt.

Å møte fremtiden i Fredrikstad

Sikre og ivareta grønne korridorer fra elva til marka, et bynært friluftsliv og sammenhengende turmuligheter langs elv og kyst

- Grøntkorridorer fra elv og kyst til marka opprettholdes og videreutvikles i planperioden.
- Dersom offentlig grønnstruktur unntaksvis omdisponeres til utbyggingsformål, skal inntektene fra salget komme lokalområdet til gode i form av fysiske nærmiljøtiltak.
- Kommunen skal som eiendomsbesitter forvalte områder strategisk, samt ha mål om å erverve eiendom som er svært viktige for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv når disse kommer for salg.

Ivareta markagrensa og definere nye områder

- Arbeide for sterkere sikring av markaområdene.
- Markaområdene skal ha stort nok areal til å fungere som nærturterreng for lokalmiljøet.
- Ved rullering av arelplanen skal avsetting av ytterligere markaareal vurderes

Utvikle en by der de funksjoner innbyggerne trenger i hverdagen ligger i gang- og sykkelavstand.

- Bevare grønne lunger, smett og smug som skaper trygge og aktive forbindelser til og fra tilbud og tjenester.
- Tilrettelegging av urbane friluftslivsarenaer for lavterskel fysisk aktivitet og sosiale møteplasser i nærmiljøene og merking av løyper tilknyttet disse.