



Kunnskapsgrunnlag Idrett og friluftsliv

Regional strategi for kultur, reiseliv og opplevelser



SAMMENDRAG

Nasjonale strategier og styrende dokumenter viser en tydelig og samlet retning for å fremme fysisk aktivitet, inkludering og livskvalitet i befolkningen. Det legges vekt på å skape tilgjengelige og inkluderende arenaer for aktivitet – både gjennom idrett, friluftsliv og fritidstilbud – med særlig fokus på barn, unge og personer med funksjonsnedsettelse. Strategien understreker betydningen av tverrsektorielt samarbeid, frivillighetens rolle, og behovet for gode nærmiljøer og anlegg. Det er et mål at alle skal ha mulighet til å delta, uavhengig av økonomi, funksjonsevne eller bakgrunn. Fysisk aktivitet og fritid ses som viktige virkemidler for folkehelse, sosial inkludering og et godt oppvekstmiljø. Samlet gir dette et solid grunnlag for regional innsats, der lokale myndigheter, frivillige organisasjoner og statlige aktører sammen skal bidra til et mer aktivt, inkluderende og helsefremmende samfunn.

KUNNSKAPSGRUNNLAG

Rapporter og annet utvalgt kunnskapsgrunnlag idrett og friluftsliv – per sept. 2025

Nasjonale føringer:

FNs bærekraftsmål

All planlegging i Norge skal forholde seg til FNs bærekraftsmål. For denne strategien er det bærekraftsmål 3 «God helse og livskvalitet» og 5 «Bærekraftige byer og samfunn» mest vesentlig.

Bærekraftsmål 3

«God helse og livskvalitet» handler om å sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder.

Bærekraftsmål 5

«Bærekraftige byer og samfunn» handler om å gjøre byer og bosettinger inkluderende, trygge, motstandsdyktige og bærekraftige. Delmål 11.7 «Innen 2030 sørge for at alle, særlig kvinner og barn, eldre og personer med nedsatt funksjonsevne, har tilgang til trygge, inkluderende og tilgjengelige grøntområder og offentlige rom»

Nasjonal handlingsplan for fysisk aktivitet 2020-2029

Den nasjonale handlingsplanen 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 helsemessige anbefalinger om fysisk aktivitet er økt med 10 prosentpoeng innen 2025 og 15 prosentpoeng innen 2030.

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/sammen-om-aktive-liv/id2704955/>

Folkehelsemeldingen - Stortingsmelding 15 (2022–2023)

Norge har tre nasjonale folkehelsemål som det i mange år har vært bred tverrpolitisk enighet om:

- Norge skal være blant de tre landa i verden som har høyest levealder
- Befolkningen skal oppleve flere leveår med god helse og trivsel og reduserte sosiale helseforskjeller
- Vi skal skape et samfunn som fremmer helse i hele befolkningen



Folkehelsemeldingen — Nasjonal strategi for utjevning av sosiale helseforskjeller - har fem hovedinnsatsområder:

- De samfunnskapte vilkårene for god helse, levevaner og forebygging av ikke smittsomme sykdommer
- Psykisk helse og livskvalitet
- Vern mot helsetrusler og rett til et sunt miljø
- Kommunikasjon og innbyggerdialog
- Forebyggende arbeid i helse- og omsorgstjenesten

Stortingsmelding 26 (2011-2012) om den norske idrettsmodellen.

Fysisk inaktivitet er et samfunnsproblem, og idrett, trening og mosjon bidrar vesentlig til å nå nasjonale helsepolitiske mål. Idrett har en sentral rolle både som fellesskapsarena og som en mulig løsning for samfunnsutfordringer. Statens overordnede mål med idrettspolitikken er å realisere visjonen "idrett og fysisk aktivitet for alle." Dette innebærer å legge til rette for deltakelse i idrett og

Meld. St. 15 (2022–2023) - regjeringen.no Meld. St. 34 (2012-2013) God helse – felles ansvar

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/?ch=1>

Nasjonal idrettsstrategi «Sterkere tilbake – en mer inkluderende idrett»

Regjeringen besluttet våren 2019 å utarbeide en melding om idrettspolitikken, planlagt å bli presentert våren 2021. Pandemien førte imidlertid til endrede planer, da det manglet tilstrekkelig kunnskapsgrunnlag om de langsiktige effektene på idretten. Derfor ble meldingen utsatt til etter pandemien, når man kan evaluere konsekvensene og iverksette nødvendige politiske tiltak basert på den innsamlede informasjonen.

I stedet ble det utarbeidet en strategi, som ikke er en erstatning for en fullstendig idrettsmelding, med kortere tidshorisont hvor sentrale temaer som anlegg, toppidrett, og antidoping ikke drøftes. Målgruppene for idrettspolitikken inkluderer alle som ønsker å delta, særlig rettet mot barn/ungdom og personer med funksjonsnedsettelse.

Regjeringen vil gjennom strategien fremme mangfold og inkludering i idretten, med økt mangfold som en sentral prioritering. Mangfoldsbegrepet omfatter alle, uavhengig av sosial bakgrunn, etnisitet, religion, kjønn, kjønnsidentitet, seksuell orientering eller funksjonsnedsettelse. Likestilling er en forutsetning for mangfold, og tilgjengelighet og tilrettelegging er viktige elementer.

Strategien legger vekt på at alle som ønsker å drive idrett skal føle seg velkomne, med lave terskler for deltakelse og likeverdige muligheter for alle. Dette skal bidra til å styrke idretsaktiviteten etter pandemien.

[Sterkere tilbake – En mer inkluderende idrett](#)

Statlig idrettspolitikk inn i en ny tid. Rapport fra Strategiutvalget for idrett.

Regjeringen nedsatte Strategiutvalget for idrett 28. januar 2015 med følgende mandat: «Utvalgets mandat er å identifisere utfordringer og utarbeide forslag til strategier som kan bidra til å løse utfordringer på idrettsområdet.» Utvalget har utarbeidet en rekke anbefalinger innen blant annet anleggspolitikk, av relevans for denne planen. Utvalget anbefaler at det bør utarbeides en statlig overordnet politikk for å bedre behovsprøvingen og øke mangfoldet i bygging av anlegg. Spesielt med tanke på å nå statens mål om fysisk aktivitet og idrett for alle gjennom bruk av spillemidlene. Utvalget anbefalte at følgende prinsipper følges:

- Gjennomføre gode lokale og regionale behovsvurderinger basert på gode analyser og medvirkning
- Sikre idretts- og aktivitetsmangfold, herunder hensynet til mindre idretter, egenorganisert aktivitet, kjønn, alder og universell utforming
- Stimulere til at idrettsanlegg og områder for fysisk aktivitet i størst mulig grad plasseres ved skoler
- Stimulere til økt satsing på interkommunale anlegg



- Stimulere til nytenkning på anleggsområdet som i større grad imøtekommer aktivitetstrender
- Konsekvenser av disse prinsippene:
- Bedre lokale og regionale behovsvurderinger på bakgrunn av tydeligere overordnede statlige signaler
- Fordelingskriteriene til fylkeskommunene bør i størst mulig grad reflektere disse prinsippene
- Kunnskapsgrunnlaget for anleggsbruk og videreutvikling må styrkes og legges til grunn for fremtidig politikkutforming.

Utvalget anbefalte regjeringen å styrke ordningen med momskompensasjon for idrettslag som bygger eller rehabiliterer idrettsanlegg slik at ordningen blir forutsigbar, og at idrettslagene får dekket det de har betalt i moms ved byggingen. Siste punktet innen anlegg var at det bør gjennomføres et tiårig statlig svømmehall-løft, slik at alle barn og unge blir svømmedyktige innen de går ut av grunnskolen.

[Statlig idrettspolitik inn i en ny tid](#)

Idrettens nasjonale anleggsstrategi 2019-2023

Idrettens langtidsplan «Idretten skal» for årene 2019 til 2023 inneholder fire strategidokumenter, hvor anleggspolitikken har fått navnet «Idretten skal – flere og bedre anlegg». De tre andre er livslang idrett, bedre idrettslag og bedre toppidrett.

For å tilrettelegge for morgendagens aktivitetsbehov og –mønstre må flere og bedre anlegg utvikles, samt smartere bruk av dem.

[idretten-skal_anlegg-2019-2023---endelig-utgave.pdf](#)

[endelig-liste-over-strategisk-viktige-anlegg-for-sarforbund-og-idrettskretser.pdf](#)

Friluftsliv - Stortingsmelding 18 (2015–2016) om Friluftsliv - Natur som kilde til helse og livskvalitet

Med «Friluftslivsmeldingen» vil regjeringen bidra til at enda flere driver med friluftsliv, og får oppleve friluftsliv som en kilde til bedre helse og høyere livskvalitet. Meldingen omfatter tiltak og føringer innenfor både motivering og rekruttering til friluftsliv, og innenfor forvaltning av områder for friluftsliv. Regjeringen vil prioritere friluftsliv i nærmiljøet, slik at alle kan delta. Barn og unge er prioriterte målgrupper. Stortingsmeldingen fastsetter følgende nasjonale mål for friluftslivspolitikken:

1. Friluftslivets posisjon skal ivaretas og videreutvikles gjennom ivaretagelse av allemannsretten, bevaring og tilrettelegging av viktige friluftslivsområder, og stimulering til økt friluftslivsaktivitet for alle.
2. Naturen skal i større grad brukes som læringsarena og aktivitetsområde for barn og unge.

Nasjonal handlingsplan for friluftsliv (2018)

Nasjonal handlingsplan for friluftsliv inneholder en rekke tiltak og føringer, og omfatter både ivaretagelse og utvikling av arealer og motivering til friluftsliv. Handlingsplanen prioriterer friluftsliv i nærmiljøet, slik at alle skal kunne være fysisk aktive og oppleve naturen, på fritiden og i hverdagen. Handlingsplanen konkretiserer og utfyller en rekke av tiltakene og føringene i stortingsmeldingen 18 (2015-2016) om friluftsliv.

Konvensjonen om mennesker med nedsatt funksjonsevne

Norge har tilsluttet seg FNs traktat om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne (CPRD). Artikkel 9, om tilgjengelighet

Konvensjon om rettighetene til mennesker med nedsatt funksjonsevne



Nasjonale mål for barn og unges oppvekstmiljø

For å etterleve FNs barnekonvensjon, og ivareta og styrke barn og unges interesser i kommunal og regional planlegging, finnes det rikspolitiske retningslinjer for barn og planlegging. Målene og kravene her er av betydning for strategiens mål og tiltak knyttet til planlegging av blant annet anlegg og nærmiljø.

[Rikspolitiske retningslinjer for barn og planlegging - Lovdata](#)

Fritidserklæringen

Fritidserklæringen fra 2022 tar utgangspunkt i FNs konvensjon om barns rettigheter, og understreker at alle barn skal ha mulighet til å delta jevnlig i minst én organisert fritidsaktivitet sammen med andre.

[Fritidserklæringen](#)

Frivillighet og frivillig offentlig samarbeid

Stortingsmelding 10 (2018-2019) – Frivilligheta – Sterk, selvstendig, mangfoldig¹² gir føringer for utvikling av og tilrettelegging for frivillig sektor, ikke minst for samarbeid mellom det offentlige og frivillige. I kombinasjon med KS og Frivillighet Norges Plattform for samspill og samarbeid mellom frivillig og kommunal sektor løftes verdier og prinsipper og konkrete råd for hvordan best støtte frivillig sektor i sin samfunnsrolle og skape merverdi for alle.

[Meld. St. 10 \(2018-2019\) - regjeringen.no](#)



**Postadresse:**

Postboks 1213 Trudvang
3105 Tønsberg

Besøksadresse:

Svend Foyns gate 9
3126 Tønsberg

Tlf. 33 34 40 00
post@vestfoldfylke.no

