

Frisk og glad i friluft!”

Samhandling om friluftsliv som ledd i forebyggende helsearbeid

Prosjektbeskrivelse 2005-2007

Rapport for 2005/2006/2007/2008



INNHold

1.0 Bakgrunn.....	3
2.0 Nytten av prosjektet	4
3.0 Mål.....	5
4.0 Organisering.....	6
5.0 Gruppenes arbeid.....	7
6.0 Aktuelle samarbeidspartnere.....	8
7.0 Tiltak og aktiviteter I – IX.....	9
8.0 Kostnader og finansiering.....	27

1.0 Bakgrunn

Stortingsmelding nr. 16 (2002 –2003), "Resept for et sunnere Norge" (Folkehelsemeldinga) stiller folkehelsearbeidet i fokus. Folkehelsemeldinga peker ut fem innsatsområder knyttet til livsstilssykdommer: Fysisk aktivitet, ernæring, tobakk, rus og psykisk helse. Forebyggende helsetiltak er knyttet opp mot sunne livsstilsvalg med følgende stikkord: Folk i bevegelse, sunn mat - god ernæring, røykfritt miljø og kamp mot rusmisbruk. For å få folk i bevegelse er det fokus på sykkel som transportmiddel, økt fysisk aktivitet i skolen, fysisk aktivitet som ledd i HMS-arbeidet og tilrettelegging for aktivisering av fysisk passive. I tillegg til økt fysisk aktivitet i skolen er ernæring og skolemåltidet et viktig satsingsområde. I Stortingsmeldingen framheves også sammenhengen mellom arealforvaltning og mulighetene for å drive friluftsliv. Idrett og friluftsliv blir ansett som viktige alliansepartnere. En bedre oversikt over aktivitetene til ulike aktører innenfor feltet fysisk aktivitet og helse er ønskelig, blant annet med tanke på synergieffekter ved samordning av aktiviteter.

Naturens betydning for folkehelsa vies stadig større oppmerksomhet både nasjonalt og i europeisk sammenheng. I arbeidet med å legge til rette for et friluftsliv som kan føre til bedre folkehelse, vil ulike fagfelt som helse, arealforvaltning og oppvekst måtte samarbeide tett. Dessuten er det behov for å få grunneiere, både private og offentlige, med i et samarbeid. Evne til tverrfaglig samarbeid, utvikling av eksisterende og bygging av nye nettverk er helt nødvendig.

Fylkesmannen spiller en viktig rolle for å videreutvikle folkehelsearbeidet både som kompetanseorgan, og ved å formidle statlig politikk og nasjonale prioriteringer på folkehelseområdet. I 2003 etablerte Fylkesmannen i Sør-Trøndelag et permanent samarbeid mellom de fem avdelingene i embetet. En egen arbeidsgruppe – folkehelsegruppa - ble etablert, med representanter fra hver avdeling. *Barn og unge og fysisk aktivitet* er fellesnevnerne for folkehelsegruppas videre arbeid - et samarbeidsområde mellom avdelingene som må ses i sammenheng med Fylkesmannens øvrige innsats i folkehelsearbeidet.

Det er inngått en samarbeidsavtale mellom fylkesmannen i Sør-Trøndelag og Sør-Trøndelag fylkeskommune, der folkehelse er et av samarbeidsområdene. Det er gitt prioritet til tiltak som stimulerer økt fysisk aktivitet og forebyggende innsats i forhold til sykdommer relatert til tobakk, ernæring og rus. De prioriterte målgruppene og områdene er barn og unge, psykisk helse og kvinnehelse. Et av tiltakene er samarbeid om etablering av partnerskapsavtaler og faglige nettverk mellom regionalt nivå, kommuner, frivillig sektor, utdanningsinstitusjoner og næringsliv. FYSAK-samarbeid er etablert og er et satsingsområde i forhold til kommunene. FYSAK er et samarbeid mellom fylkesmannen og fylkeskommunen, St. Olavs Hospital, NTNU, Trondhjems Turistforening og Sør-Trøndelag idrettskrets.

Partnerskap om folkehelsearbeid er et initiativ fra Sosial- og helsedirektoratet med bakgrunn i folkehelsemeldinga. Partnerskap betyr tverrfaglig, sektorovergripende samarbeid på regionalt og kommunalt nivå med politisk forankring på alle nivåer. Innen folkehelsearbeidet er det viktig å betrakte stat og kommune, offentlig og frivillig sektor som partnere som skal dra i samme retning. Det regionale partnerskap skal bidra til utvikling av lokale partnerskap. Her har fylkeskommunen en koordinerende rolle. De frivillige organisasjoner vil være en viktig ressurs både på regionalt og lokalt nivå. De har erfaring og kunnskap, og kan bidra til å mobilisere befolkningen.

Fylkesplanen for Sør- og Nord-Trøndelag og Trondheim kommune har en ambisjon om at Trøndelag skal være et godt sted å bo og leve. I mål 2.6.3 *"Et inkluderende samfunn som ivaretar innbyggernes sikkerhet og helse"*, er det en egen strategi knyttet til friluftsliv – legge til rette for økt deltakelse i friluftsliv og fysisk aktivitet. En annen strategi under samme mål er å oppmuntre og støtte private aktører og frivillig innsats som kommer innbyggerne til gode.

Etter initiativ fra fylkesmannen i Sør-Trøndelag ble det i mai 2004 avholdt en dialogkonferanse og idédugnad med frivillige organisasjoner. Deltakerne på konferansen prioriterte følgende tema i forhold til nytten av et tverrfaglig samarbeid: Arrangement/ aktiviteter, økonomi, informasjon/ markedsføring og nettverk. Det kom fram mange ideer til konkrete tiltak under de prioriterte temaområdene, noen knytta til Friluftslivets År 2005, andre av mer langsiktig karakter. De ulike aktørene er i gang med en rekke gode tiltak, men ga uttrykk for at en samordning ville kunne gi de ulike tiltakene større effekt. I en forlengelse av folkehelsegruppas arbeid ønsket derfor Fylkesmannen i Sør-Trøndelag å etablere et nettverksprosjekt i fylket. Prosjektet *"Frisk og glad i friluft!"*, omfatter både frivillig og offentlig sektor.

Folkehelsemeldinga peker ut 5 innsatsområder: Fysisk aktivitet, ernæring, tobakk, rus og psykisk helse. Prosjektet *"Frisk og glad i friluft!"*, har til hensikt å bidra på innsatsområdet fysisk aktivitet gjennom å utvikle regionale og lokale nettverk innenfor friluftsliv. Økt fysisk aktivitet gjennom friluftsliv vil ha positiv virkning både fysisk og psykisk folkehelse.

Sør-Trøndelag har gode forutsetninger for å satse på friluftsliv i folkehelsearbeidet. Det er tradisjon for friluftsliv i fylket. De store friluftslivsorganisasjoner er godt representert, og 9% av den voksne befolkning i Trøndelag er medlem av en friluftslivsorganisasjon, noe som en stor andel i forhold til andre fylker. På grunneiersida er Statskog en stor aktør, og både private og kommunale grunneiere har delvis lang tradisjon og erfaring med tilrettelegging av friluftsliv. Det eksisterer også samarbeid og nettverk om friluftsliv mellom offentlige-, grunneier- og frivillige organisasjoner på ulike nivå.

2.0 Nyttet av prosjektet

- Bedre helse. De aller fleste former for friluftsliv innebærer fysisk aktivitet som bidrar til bedre folkehelse. Økt samarbeid mellom ulike aktører vil føre til at sammenhengen mellom friluftsliv og helse blir tydeligere for flere.
- Inaktive blir aktive. Prosjektet vil spesielt arbeide med å få flere inaktive til å drive friluftsliv. Det kan gi betydelig helsegevinst.
- Mer kunnskap om sammenhenger mellom friluftsliv og folkehelse.
- Et løft for organisasjonene. Prosjektet vil føre til økt oppmerksomhet rundt de ulike organisasjoners betydning for det forebyggende helsearbeid.
- Omfatter hele fylket. Prosjektet vil sørge for en mobilisering som omfatter hele fylket. Mange steder er de frivillige organisasjonene små og et samarbeid mellom offentlig og privat sektor kan være nødvendig for å oppnå ønsket aktivitet.
- Økt oppmerksomhet om sammenhengen mellom arealforvaltning og friluftsliv. Økt oppmerksomhet om arealenes verdi for samfunnet.
- Bedre helse for innvandrere. Dersom innvandrere tar til seg noe av norsk friluftslivstradisjon, vil det kunne gi helsegevinst hos en stor gruppe i befolkningen som er spesielt utsatt for de ulemper en inaktiv livsstil fører med seg. Mange friluftslivsaktiviteter har dessuten et sosialt aspekt som kan fungere positivt som ledd i integrering.

- Fremme opplevelse og glede heller enn konkurranse. Friluftsliv er en aktivitet som er lite preget av konkurranse. Opplevelse og glede er motivasjonen.
- Sterkere miljøbevissthet. Miljøbevissthet og naturglede henger sammen. Hvis flere barn og unge driver med friluftsliv, er det sannsynlig at de vil utvikle glede ved å ferdes i naturen og gjennom det utvikler en miljøbevissthet, som framtidens samfunn absolutt trenger.

3.0 Mål

3.1 Hovedmål

Hovedmålet er økt, regelmessig fysisk aktivitet i befolkningen gjennom å bygge opp under friluftsliv som et viktig bidrag i forhold til folks fysiske og psykiske helse.

Ny informasjon relatert til hovedmål

Spørreundersøkelse 2007 -Helsedirektoratet -Sammen for fysisk aktivitet

76% av befolkningen i fylket foretrekker turgåing/friluftsliv. Dette er lavere enn landsgjennomsnittet på 79%. 31% bruker treningssentre –landsgjennomsnittet er 24%. Mange i fylket er motiverte for å bli fysisk aktive- kun 4% sier de ikke har tenkt å bli fysisk aktive. 26% mener at fysisk aktivitet gir overskudd og at det er en viktig grunn for å være fysisk aktiv. Undersøkelsen viser videre at 48 prosent av innbyggerne i Sør-Trøndelag rapporterer at de har gått minst 10 minutter seks eller sju dager sist uke. 37 % av innbyggerne i fylket mener at bedre tilrettelegging fra arbeidsgiver vil føre til at de blir mer fysisk aktive. Sørtrønderne vet minst om anbefalingene om 30 minutters fysisk aktivitet for voksne og eldre i hele landet. På landsbasis er det dobbelt så mange som fikk kjennskap til dette fra 2005 til 2006.

Spørreundersøkelse 2008 –Helsedirektoratet -sammen for fysisk aktivitet

Kunnskapen om anbefaling om 30-minutters daglig fysisk aktivitet for voksen har økt fra 2006 til 2008.

Andelen regelmessig fysisk aktivitet har økt fra 2006 til 2008

Andelen fysisk inaktive har gått ned fra 2006 til 2008

Kvinner går fortsatt mer enn menn

Å gå tur og drive friluftsliv er den mest populære aktiviteten.

Hovedårsak til inaktivitet er sykdom, skader og tidsklemma

Fysisk aktivitet blant barn og unge i Norge 2008 –Helsedirektoratet

Konklusjon: ” De fleste 9-åringer i Norge er i tilstrekkelig fysisk aktivitet, men bare halvparten av 15-åringer er det. ”

Evalueringsordning for fysisk aktivitet 2008 - Helsedirektoratet

” Frå sofaen til sykkelsetet. Evalueringa frå Møreforskning inneheld erfaringar og vurderingar frå fylkeskommunen og frivillige organisasjonar. Ein har evaluert ordninga generelt og spesielt tilskota frå 2007 (9, 5 millionar) . Vidare har ein sett på om tilskota vart sett i samanheng med anna folkehelsearbeid, og om ein nådde ut til målgruppene ”.

Friluftsliv og helse – en kunnskapsoversikt 2007. Høgskolen i Telemark.

Høgskolen i Telemark har utarbeidet en oversikt over eksisterende norsk forskning.

Rapporten gir også perspektiv på behovet for økt kunnskap og forskning.

Rapporten diskuterer de omfattende begreper helse og friluftsliv. Den offentlige definisjonen av friluftsliv anses som for snever – den begrenser friluftsliv til fritid og tar heller ikke høyde for bruk av friluftsliv i helsemessig og pedagogisk sammenheng. Forståelsen av og meningen med friluftsliv varierer i tid og mellom sosiokulturelle grupper – friluftsliv er et begrep uten felles kjerne og faste grenser, hvor beslektede egenskaper, handlinger og verdier forekommer i ulike former for friluftsliv. Friluftsliv kan forstås som et uttrykk for menneskers forhold til relasjonen mellom natur-kultur-menneske-kropp/bevegelse.

Det ser ut til at troen på friluftsliv i helsesammenheng er stor – kunnskap om konkrete effekter på fysisk og psykisk helse er derimot mangelfull.

3.2 Delmål

3.2.1 Lang sikt: 2005, 2006 og 2007

Et bredt og variert tilbud om friluftslivsaktivitet over hele fylket. Etablere samarbeid og videreutvikle eksisterende og etablere nye nettverk som fremmer friluftslivsaktiviteten i befolkningen.

Prosjektet må betraktes som en prosess. Ved prosjektstart forelå allerede idéer og forslag til tiltak som måtte konkretiseres, bearbeides og prioriteres i løpet av prosjektperioden.

3.2.2 Kort sikt: Friluftslivets År 2005

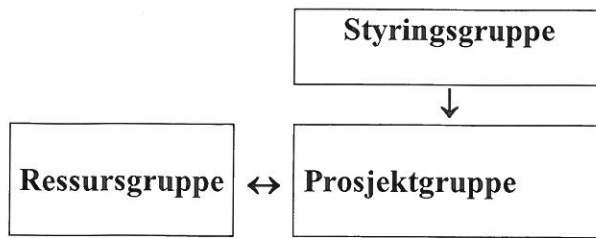
- *Få til en folkelig mobilisering i Sør-Trøndelag til gavn for friluftsliv i vid forstand.*
- *Et bredt og variert tilbud om friluftslivsaktiviteter og stor deltakelse*
- *Gjøre friluftslivets mangfold og samfunnsmessige betydning synlig*

Evaluerings av Friluftslivets År 2005. Rapport fra NINA

- 3% av Norges befolkning økte sin bruk av natur, 2% varig virkning.
- 4% av barna økte sin bruk av natur
- 6% av Norges befolkning deltok på FÅ2005- aktiviteter
- 16% fikk bedre kjennskap til friluftslivstilbud
- 80% pressedekning (hovedsakelig lokale media)
- 41% hadde kjennskap til FÅ2005 i 2005- 35% i 2006.
- Lyktes på målgruppe barn/familier, til en viss grad på ungdom, men svakere på grupper med annen etnisk bakgrunn og funksjonshemmede.
- 1/3 av mediaoppslagene var vinklet opp mot samfunnsmessig betydning (spesielt helse)
- Liten effekt opp mot politikere og offentlige myndigheter
- Mest kjennskap til friluftsansjoner DNT og NJFF

Sør-Trøndelag: Gjennom FRIFO ble det brukt 1,3 millioner kroner (11%) til 39 tiltak (6%) -34.200 i gjennomsnitt. Sør-Trøndelag var et av 3 fylker det ble brukt ekstra midler, og har sammenheng med større nasjonale markeringer, bl.a. avslutning av FÅ 2005 på Røros.

4.0 Organisering



Styringsgruppe

Regionale myndigheter:	Stein Arne Andressen, fylkesmannen i Sør-Trøndelag John Tore Vik, Sør-Trøndelag fylkeskommune
Grunneierorganisasjoner:	Inger Uvsløkk, Bondelaget i Sør-Trøndelag (2005/2006) Heide Kvernmo, Bondelaget i Sør-Trøndelag (ny) Knut Røst, Statskog
Frivillige organisasjoner:	Frøde Støre Bergrem, Forum for natur og friluftsliv Berit Vordal, Landsforeningen for hjerte- og lungesyke

Prosjektgruppe

Prosjektledelse:	Hans Chr. Brede, skogskonsulent Skogselskapet i Trøndelag
Medarbeidere	Hjørdis Ree, sekretær Forum for natur og friluftsliv -05/06 Alette Sandvik, sekretær Forum for natur og friluftsliv-06 Morten Ingebrigtsen, sekretær Forum for natur og friluftsliv-07 (Mildrid Rødseth Brede FNF/4H – 07/08)

Ressursgruppe

Folkehelsegruppa hos fylkesmannen:
 Avdeling for landbruk og bygdeutvikling, fagsjef Tor Morten Solem
 Miljøvernnavdeling, rådgiver Jan Erik Andersen
 Sosial- og helseavdeling, folkehelserådgiver Jorunn Lervik
 Oppvekst- og utdanningsavdeling, rådgiver Helen Bargel
 Kommunal- og beredskapsavdeling, rådgiver Grete Bakken Hoem
 samt
 Koordinator for partnerskap for folkehelse, John Tore Vik, Sør-Trøndelag fylkeskommune

5.0 Gruppenes arbeid

5.1 Styringsgruppas arbeid

Styringsgruppa har hatt følgende møter: 07.06.05, 29.08.05, 07.12.05, 07.02.06, 10.11.06, 10.05.07, 04.3.08

"Frisk og glad i friluft!"

Styringsgruppa ønsket et kort navn – et slagord med assosiasjoner til friluftsliv og helse, som kunne avløse slagordet for Friluftslivets År 2005 (Friluftsliv for alle – hver dag!). Prosjektet endret derfor navn fra "Trøndera fra sjø til fjell, hold dokk på topp med kåte sprell!" til "Frisk og glad i friluft!".

Profilering

Profilering av organisasjoner prioriteres fremfor profilering av prosjektet. Organisasjonene skal leve "evig" i motsetning til prosjektet. Langsiktighet har vært sentralt i diskusjoner i styringsgruppa.

Prioritering

Styringsgruppa foretok en prioritering av hvordan ressursene burde brukes, men ga prosjektledelsen relativt frie hender til å foreta endringer innenfor tiltaksgruppene. Styringsgruppa ville gi prosjektledelsen anledning til raskt å kunne bevilge midler til gode tiltak som dukker opp. Midlene betraktes som såkornmidler.

Avgrensing

Søknader om midler til tekniske tiltak henvises til tippemiddelordningen/STFK.

Ideer fra styringsgruppa (de prioriterte i kursiv)

- *Arbeide for at Friluftslivets Uke og Friluftslivets Dag markeres over hele fylket/ i flest mulig kommuner gjennom ulike åpne arrangement som vektlegger sammenheng helse-friluftsliv.*
- *Kompetansehevende tiltak overfor skoleverket.*
- *Til-topps-tiltak i FYSAK-kommunene.*
- *Flere medieoppslag om friluftsliv.*
- *Realisere tiltak overfor innvandrere.*
- *Involvere grunneiersida i prosjektet i større grad*
- Belønning og ros til enkeltpersoner/organisasjoner. Friluftslivspris.
- Nettverksamling retta mot organisasjoner på bygda.
- Gjensidig markedsføring av aktiviteter gjennom organisasjoners nettsider.
- Lenke prosjektet opp mot eksisterende nettverk – skape vinn/vinn situasjoner.
- Digital kartløsning for nærfriluftsområder i Trondheim rettet mot lærere-uteskole

5.2 Ressursgruppas arbeid

Prosjektmedarbeiderne har deltatt på møter i ressursgruppa, orientert om prosjektet og fått innspill og råd om videre arbeid.

5.3 Prosjektgruppas arbeid

- Utarbeidet prosjektbeskrivelse/søknad/rapporter/budsjett/regnskap
- Utarbeidet og sendt aktuelle organisasjoner og andre aktører tilsendt informasjon om prosjektet og invitasjon til å søke om midler til tiltak.
- Kontakt mot organisasjoner og aktører
- Deltatt i/ vært pådriver i forhold til arrangement/aktiviteter.
- Deltatt på en rekke arrangement, kurs, konferanse og møter ang friluftsliv og folkehelse.
- Hatt kontakt med media i forbindelse med ulike arrangement.

I 2006 avsluttet medarbeider i prosjektgruppa sitt arbeid i FNF og gikk over i annen stilling. Andre oppgaver i egne organisasjoner og sykemeldinger påvirket også prosjektgruppas arbeid i 2006. Fra 2007 ble det gjennomført en to-delning av prosjektet. FNF tok ansvar for en særskilt satsing mot etniske minoriteter, og Skogselskapet videreførte det generelle arbeidet. Prosjektperioden ble utvidet til og med 2008.

6.0 Aktuelle samarbeidspartnere

- Offentlige aktører
- Frivillige organisasjoner
- Grunneiere
- Forskningsmiljø

Foreløpig har offentlige aktører og frivillige organisasjoner vært mest involvert i prosjektet. Involvering av grunneiere har vært mer indirekte. Forskningsmiljø har ikke vært involvert direkte, men FÅ 2005 er evaluert av NINA og Sosial og helsedirektoratet har gjennomført spørreundersøkelser.

Ny informasjon knyttet til aktører:

Institutt for samfunnsforskning:

Frivillig sektor i Norge 1997-2004. Frivillig arbeid, medlemskap, sysselsetting og økonomi. (Sivesind, Institutt for samfunnsforskning 2007- Johns Hopkins Comparative Nonprofit Sector Project)

Frivilligheten i Norge er stor og betydelig større enn land vi kan sammenligne oss med. 58% av befolkningen deltok aktivt i 2004 – en økning siden 1997 (52%).

Kultur og fritid (inkl FRIFO organisasjoner) er størst og utgjør 54% av det frivillige arbeidet, sjøl om de har kun 30% av medlemskapene. (eksempel: den frivillige arbeidsinnsatsen i TT utgjorde 10.000 arbeidstimer i 2007)

Nasjonale økonomiske virkemidler-2007

Regjeringen utga en samlet oversikt over regjeringens satsing på barn og unge.

Følgende er nevnt i forhold til friluftsliv og miljøengasjement. Barn og unge må få oppleve naturglede, få kunnskap om og respekt for naturen. Gjennom friluftsliv dannes et grunnlag for miljøvernengasjement, bedre helse, økt livskvalitet og en bærekraftig utvikling. De ulike ordninger er som følger:

Miljøverndepartementet :

Tilskudd til friluftstiltak – forvaltes av DN. Målgruppe FRIFO, friluftsråd, FNF og andre landsdekkende organisasjoner med friluftsliv som arbeidsområde.

Tilskudd til miljøvernorganisasjoner. Inkluderer 4 barne- og ungdomsorganisasjoner i FRIFO, Blekkulf og Natur og ungdom.

Kultur- og Kirkedepartementet:

Tilskudd til friluftstiltak for barn og ungdom (Norsk Tipping). Målgruppe: FRIFO, Friluftsrådernes Landsforbund

Landbruksdepartementet:

Miljølæreprosjektet Lære med skogen (Skogbrukets Kursinstitutt

Organisasjonsstøtte Det norske Skogselskap-inkl aktiviteter rettet mot barn og unge.

Støtte til forvaltningsdrift Statskog – inkl. aktiviteter rettet mot barn og unge.

Kunnskapsdepartementet:

Nettverk for miljølære – Utdanningsdirektoratet. Samarbeid på tvers av departementene.

Frivillighet for alle – Stortingsmelding 39.

Friluftsliv og friluftslivets organisasjoner var utelatt i forarbeider til meldinga. Dette ble påpekt av FRIFO. Et nytt punkt om natur- og miljøvernorganisasjoner inkl friluftsliv ble tilføyd under behandlingen i Stortingets familie- og kulturkomite.

7.0 Tiltak og aktiviteter

Rapporten nedenfor om hva som er gjort, er strukturert etter mønster fra prosjektbeskrivelsen fra 2004, med to hovedmål, et på lang sikt med seks undergrupper (I-VI):

- I Styrke friluftsliv innenfor Fysak
- II Rekruttering barn og unge
- III Rekruttere nye brukergrupper- voksenopplæring
- IV Nettverkssamlinger
- V Web-basert aktivitetskalender
- VI Mediekontakt

- og ett kortsiktig mål i forbindelse med FÅ 2005 , med tre undergrupper (VII-IX):

- VII Bidra og delta i fellesarrangement
- VIII Støtte opp om og bidra med ressuser til nye og planlagte tiltak som gjennomføres som del av FÅ 05.
- IX Initiere tiltak i Friluftslivets År 2005 overfor kommunen i Sør-Trøndelag og andre aktører i offentlig og privat sektor.

I rapporten nedenfor bruker vi begrepene strategi, kommentar og tiltak, dette er nytt i forhold til den opprinnelige prosjektbeskrivelsen. Flere av tiltakene sorterer under flere undergrupper, og vil derfor bli listet opp flere steder i rapporten.

Oppsummering tiltak 2005-2007

Målgruppe	Antall tiltak
Alle	48
Barn, unge, familie	31
Flerkulturelle	3
Funksjonshemma	4
Inaktive	5
Organisasjoner	27
SUM	118

Deltakelse varierer fra 20 personer til 20.000

Befolkningen i Sør-Trøndelag er på 275.000. FÅ 2005 oppnådde 6% deltakelse i befolkningen. Gjennom prosjektet og FÅ2005 ligger nok dette tallet betydelig høyere i fylket – anslagsvis 10-15%. Ut fra rapportene er en passert 35.000 mennesker uten at alt er rapportert og eksl nasjonal avslutning av FÅ 2005 m.m. Turmål som tiltopps arrangement, trimposter og lignende bidrar til stor aktivitet. Slike tiltak kan karakteriseres som både billige, motiverende og langvarige (min 1 hel sesong). Oppnås varig virkning for 2% av fylkets befolkning jfr. NINA-rapport blir effekten stor i forhold til ressursinnsats. Fylkets store friluftslivorganisasjoner, NJFF-Sør-Trøndelag (7200)og Trondhjems Turistforening (15.000) har hatt medlemsvekst de siste åra. Det kan være en indikasjon på at folk har økt behov for tilrettelagte aktiviteter/tilbud gjennom organisasjoner.

7.1 Lang sikt 2005, 2006 og 2007

Jfr. delmål pkt. 3.2:1 Et bredt og variert tilbud om friluftslivsaktivitet over hele fylket. Etablere samarbeid og videreutvikle eksisterende og etablere nye nettverk som fremmer friluftslivsaktiviteten i befolkningen.

Strategi	I Styrke friluftsliv innenfor FYSAK og Partnerskap for folkehelse
Kommentar:	Samarbeid mellom det offentlige og lokale organisasjoner innenfor friluftsliv. FYSAK og Partnerskap og folkehelse er etablerte nettverk. Halvparten av kommunene i Sør-Trøndelag er knyttet til FYSAK og Partnerskap og folkehelse. Målretta satsing mot noen av disse kommunene i forhold til lokale frivillige organisasjoner/fylkesledd og grunneierorganisasjoner. TT er allerede inne i forhold til FYSAK . <u>FYSAK Ørland</u> <i>Ti på Topp -Historisk FYSAK</i> Ti på topp- Lerbern,Fosenfjellet, Kråkvåg, Storhaugen, Rusaset, Borgklintan, Gartviga. Postkassestativ,postkasser,kartbok, kjentmannshefte og toppmerker/kjentmannsmerke.Ti på topp har utviklet seg til et Historisk FYSAK som nå er under utarbeidelse. Skilting og informasjon på 9 historiske steder (Lerbern, Gartviga, Rønsholmen, Nøkkelhaugen, Sannanhaugen, Hovde, Viklem, Borgklintan, Gjeldvold). Egnet også som sykkelaktivitet bl.a. fra Ørlandet Kysthotell –et turisttilbud med skilting av 3 sykkelstier. Også planer om Trollskog ved Lerberen i forbindelse med stor barnehageutbygging. Samarbeid med grunneiere, historielag, forsvaret, fylkesarkeolog. Totalt et stort sammensatt prosjekt med kostnadsoverslag på 600.000. <i>Friluftslivets Uke/Aktiv Uke</i> Aktiv uke for kommuneansatte – skrittellere påmontert de kommuneansatte. Familiedag ved Lerberen. <i>Tiltak inaktive</i> Utstyr til dagsenteret for psykiatri pluss instruktør til trening <i>Tarzanskog i Utheimskogen/Lerbern.</i> Naturhinderløype i bergfurskogen til grunneier Kolbjørn Eggan. Tarzanskogen er i nærområdet til barnehage, skole og Lerbern (Historisk Fysak). I sykkelavstand fra Hårberg skole, som kun har et flatt uteområde og ønsker mer utfordringer. Fylkeskommunen har fra før støttet egen tusseløype for barnehagen i sitkagranskogen ved barnehagen. Tarzanskogen skal gi utfordringer til større barn og ungdom, og er et ledd i plan om Lerberen Folkehelsepark. Samarbeid mellom Forsvaret, Ørland kommune, Nordre Ørland Grunneierlag og FAU/skolene. (samlet kr 68.700 for 2005-2008 for alle tiltak) Kontakt: Karin Størseth, Ørland kommune

	<u>FYSAK Bjugn</u> FYSAK Bjugn jobbet i 2006 på tredje året. Sentralt i arbeidet har vært "Gapahukprosjektet". Gapahukene har vært knutepunkt for svært mange tiltak. 8 gapahuker er satt opp på dugnad i alle grender. (Vanntanken, Vallersund, Høybakken, Nes, Elveng, Lyngrabben barnehage, Kopparen, Lysøysund). I 2006 var besøkstallet i enkelte gapahuker opp mot 6.000 i en kommune med 4600 innbyggere. (samlet kr 55.000 for 2005 og 2006 for alle tiltak) <u>Helsestasjon - bæremeisgruppe</u> Motivasjonskampanje for å få småbarnsforeldre ut i frisk luft og på tur. Innkjøp av 5 bæremeiser for utleie. Flittig i bruk. <u>Nærmiljøtiltak i sentrum av kommunen- egenaktivitet</u> Motivasjon for beboere i omsorgsboliger og helsesenter til fysisk aktivitet. 16 benker satt opp på dugnad. Strategisk plassert slik at beboere ved egen hjelp (og evt. assistanse) kommer seg ut. "Med den fine sommeren ble dette en knallsuksess." <u>Eldre og funksjonshemmede i omsorgsboliger-aktivitetskontakter</u> Tilrettelagt aktivitet for å få brukere av omsorgsboliger ut på egen hånd og med assistanse. Gjennom FYSAK ble det satt opp sittebenker rundt omkring i nærmiljøet. Aktivitetskontakter: 2 hjelpepleiere – 10 timer pr uke i 3 mnd i en startfase. Mål om opptrapping for å få brukerne lengre ut fra nærmiljøet for opplevelser og fysisk aktivitet. 25 brukere har deltatt. Svært positiv respons fra brukerne– bedret livssituasjon. Hjemmesykepleien/fysioterapi og andre deler av tjenesten signaliserer forebyggende effekt både fysisk og psykisk og redusert behov for andre tjenester – " Vi er ikke tvil om at dette er veien å gå videre" sies det i rapport. Behov for flere aktivitetskontakter for å nå flere brukere i omsorgsboliger og ved sykehjem. Prosjektet utvides i 2007 og føres videre etter hvert med kommunale midler. <u>Livsglede for eldre og funksjonshemmede</u> Variert fysisk tilbud for 27 forskjellige brukere (48-103 år) – fra rullestol til selvhjulpne. 14 turer i 2006. Bruk av bl.a. gapahuker og andre turmål i Ørland og Bjugn kommune. Fokus på fysisk aktivitet, frisk luft og det sosiale. Turtilbudet varierte ut fra fysiske forutsetning til brukerne. Gode tilbakemeldinger fra brukere, personale og pårørende, og ble karakterisert som et kjempebra tiltak. Forebyggende effekt fysisk, psykisk, sosialt og åndelig. De fleste sitter alene i hver sin leilighet og det er behov for tilrettelagte aktiviteter som gjør hverdagen mer innholdsrik og positiv. <u>Barskingen</u> Samarbeid med idrettslagene – fotball, håndball, ski, orientering m.m. Triatlon for ungdommen arrangert 16.sept. 2006 der FYSAK sponset arrangementet. Kontakt: Inger Grete Skogen, Bjugn kommune
--	---

FYSAK Roan*Roan friluftskart*

Et samla kart for kommunen i stedet for 4 M-711 kart basert på eMaps friluftskartsmal. Øvrig innhold: 7 områdebeskrivelser, informasjon om kommunen, kart og kompass, fjellvettregler, ferdsel i naturen (allmannsretten), jakt og fiske m.m..

Arbeidet ble startet opp av kommunelegen i samarbeid med 9 friluftsentusiaster, og med hjelp av lokalkjente. Alt utført på dugnad.

Kostnader knyttet til proffesjonelt kartarbeid – budsjett på kr 95.000. Inntekter av kartsalg til oppdatering og videreutvikling av kartet.

Kart utformet i samarbeid mellom FYSAK, Roan kommune, Folkehelse Fosen og eMap.

Kontakt: Kari Solem, Roan Kommune

FYSAK Melhus*Finn Formen -livstilsendring for sykkelig overvektige*

24 deltakere sendt fra lege eller meldte seg selv etter omtale i avisa. Gruppetrening i 10 uker. 1 kveld stavgang i naturen, minimum 1 dag selvvalgt egentrening og 1 kveld bassengtrening pr uke. 1 time teori i forkant av hver trening.

Teoritema med flere foredragsholdere ekstern og internt:
Likemannsarbeid v/ deltakere overvektprosj. Røros Rehab.senter.

Stavgangteori

Bevegelsesglede-energiomsetning

Mat og følelser v/ psyk.spl

Ernæring v/overvektsteam Røros Rehab.senter

Fysisk aktivitet-helsegevinst

Ulike treningsformer

Hverdagsaktiviteter

Hva innebærer livsstilsendring v/ psyk. spl.

Overvektsforening

Tankemønster v/psyk.spl.

GymPuls

Orientering om turområder,turkart, ulike trimtilbud i kommunen

Evaluerings: Kun 1 deltaker som ikke gjennomførte opplegget. De fleste hadde gode resultater. Forskjellig ståsted i utgangspunktet både når det gjaldt fysisk form og teoretisk kunnskap. Enkelte oppnådde veldig stor vektreduksjon og betydelig formstigning (UKK-test). Mer overskudd og glede ved å være i aktivitet. Bedre kjent med turmuligheter og naturen omkring seg.

Oppfølging i etterkant av prosjektet. Gruppa har avtalt turer sammen hver uke. Bruk av turkart og turstier. Tilbud om videre bassengtrening

	en kveld i uka fra januar 07. 2 kvelder i mai 07- ny UKK-test og felles tur til Øyberget i Øyåsmarka. For fysioterapeutene har prosjektet vært interessant og lærerrikt. Stor motivasjon å få jobbe med denne brukergruppen med fokus på natur, friluftsliv og fysisk aktivitet som ledd i det forebyggende helsearbeid. Kontakt: Elisabeth Heggheim, Melhus kommune <u>Opprusting sti Nordgardsmyra – Gimse IL-trimavdelinga</u> Dugnad for å komme tørrskodd over myra i rundløypa til post nr. 1 av idrettslagets 10 trimpostert. Området er nærområdet til boligfeltene på Gimse og brukes svært mye året rundt. Tiltak: Brobygging, flislegging, rydding. 45 kbm med smelteverksflis prøves ut som bærelag – trilla ut på myra med trillebår. Flisa ble sponset av Industriflis Nord og dugnadsinnsats ble finansiert av Melhus kommune. Kommunen sørget for avtale med grunneierne i forkant. Medvirkning fra prosjektet i forberedelsene. Trimavdelinga har egne trimposter, og har ansvar for 3 av kommunens 30 Kjent-i-Melhus poster. Arrangerer også Gimsemarsjen der runden rundt Nordgardsmyra inngår. Fyldig omtale av trimavdelingas virksomhet i medlemsbladet "Gjømsingen 2006" Kontakt: Anne Mari Lund <u>Tarzanskog –Brekås skole</u> FAU fikk i oppdrag av kommunen å lage Tarzanskog. 50.000 kroner ble stilt til disposisjon av kommunen. Gapahuker, benker og bord, indianerleir, sjørøverskip, natursti, klatrevegg, div tauklating, balansestokker. Prosjektet bidro til påvirkning av materialvalg (lerk plantet av fru Lysholm i 1780, Havstein) og forebyggende tiltak mot slitasje på vegetasjon- hele området er furumyrskog og består av torvjord. Stier og tråkk ble flislagt med industriflis. Arbeid basert på dugnad, samt praksis for elever på Tiller videregående skole. Kontakt: Rektor Marit Volden <u>Trondhjems Turistforening</u> <i>Til Topps 2006</i> Arrangementet ble i år gjennomført for femte gang, og har befestet seg som et årvisst og populært friluftsarrangement i Trondheimsregionen. Anslagsvis deltakelse av 15 og 20.000 mennesker i løpet av perioden 8. mai til 10. oktober. Dette tiltaket er gratis å være med på, det eneste er pins, som vi krever selvkost på. Utgiftene til trykking av 30 000 brosjyrer, pins, annonser, informasjonstavler og arrangementskostnader, som premier til trekning.
--	--

	Eiendomsmegler 1 som er hovedsponsor, og arrangørene Trondhjem Skiklubb, Trondhjems Turistforening og Sør-Trøndelag mosjons og bedriftsidrettskrets yter en vesentlig innsats både på dugnadsbasis og økonomisk. <i>Rønningenprosjektet 2006/07</i> TTs satsing på Rønningen gård i Leinstrandmarka utenfor Trondheim. ▪ Trilletter, hver måned gjennomført turer for unge mødre inn til Rønningen, og så er det aktuelle tema inne på Rønningen, for eksempel babymassasje. Det viktigste er dog sosialt samvær for unge mødre i samme situasjon. I gjennomsnitt er det over 30 personer tilstede. Utvidet til 2 ganger pr mnd i 07. ▪ Kulturkvelder, med innslag av kulturell art som musikk, litteratur eller historiefortelling. 6 arrangement i 2006/2007. ▪ Strikkekafé, inviterte interesserte til en tur til Rønningen der det gis innføring i gammelt kunst- og brukshåndverk. Dette er ting som er i ferd med å gå i glemmeboken, og våre ildsjeler er glad for å kunne inspirere dagens unge til å videreføre disse tradisjonene. 2006/2007 ▪ Psykisk helse. Arrangement med Jacob Margido Esp som foredragsholder. Tema psykiske problem og selvdestruktive tanker i en alvorlig og humoristisk setting. 2007 ▪ Ulike kurs- soppkurs, GPS-kurs 2006/2007 Dette er aktiviteter der TT opplever stor respons. Tilbudene kombineres med den fysiske aktivitet som kreves for å komme frem til Rønningen. Ambisjoner om at aktivitetene på sikt skal komme i økonomisk balanse slik at tilbudene kan videreføres. (30.000, 25.000) Kontakt: Frode Bergrem, TT <u>ÅFJORD</u> <u>Kjentmannsmerke – Åfjord Idrettslag</u> 30 poster satt ut i kommunen pluss fellesturer hver onsdag sommerstid. Over 40 deltakere på enkelte av fellesturene. Materiellkostnader på ca. kr 13.000. 5000 i tilskudd fra prosjektet. <u>Sesongavslutning trimturer-Åfjord Idrettslag</u> Tiltak for økt oppslutning om fellesturer. Premiering av de som deltok på minst 3 fellesturer i løpet av sommersesongen. 75 personer deltok og 40 gjennomførte mer enn 3 turer. Nye folk rekruttert til turene. Sesongavslutning (siste helga i august) på ei av fjellstyrets hytter og loddtrekning på sportsutstyr – 27 deltakere. Finværet høsten 2006 førte til at fellestursesongen ble forlenga til starten på elgjakta. Gjennomføres også i 2007. Åfjord IL opplever tiltaket som en kjempesuksess. (3000) <u>Økt tilgjengelighet til lysløype Åfjord sentrum</u> Materialutgifter(7.500) til 4 broer i forlengelse av lysløype som gir bedre tilgjengelighet fra boligfeltene i sentrum. Lavvo som base for uteskole og en velforenings gapahuk ligger i området- broene øker
--	---

	tilgjengelighet fra flere retninger. Skiturer kan forlenges med 5 km en vei. Dugnadsinnsats på 100 timer. Kontakt: Aud Frønes, Åfjord IL. <u>HEMNE</u> Ti på Topp – Svana Idrettslag Ingen rapportering. <u>RENNEBU</u> <u>Rennebu IL</u> <i>Trimkasser i kommunen</i> Bøker tas inn en gang i året (april). Godt besøk under årets sesong og behov for skifte av bøker. Uttrekkspremie fra hver trimkasse. <i>Topptrim</i> 8 topper i samarbeid med Innset IL og Rennebu Turforening. Premiering og arrangering av fellesturer. 116 voksne og 22 barn i alderen 4-13 år deltok. Omtalt i medlemsblad <i>Turorientering</i> Postene stod ute hele sommeren. Barnevennlig og i opplæringsøyemed. 30 leverte inn registreringskort. Idrettskole benyttet den ene løypa til aktivitet for 50 barn under 10 år. Omtalt i medlemsblad. <i>Sykkellop</i> Samarbeid med FYSAK.- sykkelkarusell. 4 arrangement hvorav 60 deltok på alle. Samarbeid med historielag om historisk marsj under siste arrangement. Rennebunytt og medlemsblad <i>Budeia</i> 91 løpske budeier rundt Buvatnet med et par karer som hare. Premiering. Stort og underholdende oppslag i Oppdalingen. Omtalt i medlemsblad. Kontakt: Bodil Enget Rogstad, Rennebu IL. <u>"Lunk og Trask" familiedag- Gisnås og Havdal grendalag</u> Historisk vandring langs game Kongeveg med lokal guide med kunnskap om gamle boplasser og historikk langs den gamle ferdselsåra. Tur på over 2 timer med 20 deltakere. 70 stk samlet ved veis ende der det var servering av kaffe og mat. Samarbeid med Rennebu IL og FYSAK. Arrangementet totaldistribuert gjennom Rennebunytt. Første gang grendalaget organiserer en slik tur som en del av et større arrangement . Erfaringene udelt positive og de ønsker å gjøre det igjen. Kontakt: Christina Sabado <u>ORKDAL</u> Natursti – Rasmusrommets venner Kontakt : Kolbjørn Lorentsen
--	--

	Natursti- Berbu historisk vandring i jakt og fiske <u>FYSAK –Midtre Gauldal</u> Utarbeiding av turbok som skal beskrive 30-50 turer i Midtre Gauldal kommune. Mål om å stimulere til mer fysisk aktivitet og friluftsliv gjennom synliggjøring og tilrettelegging av et mangfold av turalternativ. Turalternativene vil også omfatte "lavterskelturer" for å legge til rette for den delen av befolkningen som mer sjelden benytter seg av friluftsområder i kommunen. Samarbeid mellom kommunen, Gauldal v.g.s. og Gaula Natursenter. Kostnadsoverslag på 200.000 og plan om finansiering fra flere hold pluss salgsinntekter. Prosjektet bevilger et beløp som bidrar til å dekke opp søknader til FNF, Fylkesmannens Miljøvernnavdeling, Den norske Turistforening og FRIFO. Ingen av disse har økonomiske ressurser til å bidra til finansiering i 2007. Kontakt: Arnfinn Solem/Bodil Brå Alsvik, Midtre Gauldal kommune <u>FYSAK Hitra</u> Gapahukprosjekt jfr Bjugn. Støtte til materiell til 2 gapahuker i startfase– arbeid på dugnad. Kontakt :Terese Sunde, Hitra kommune
--	---

Strategi:	II Rekruttere barn og unge
Kommentar:	Organisasjonene er viktige for rekruttering til friluftsliv. Turistforening, Jeger- og fiskeforeninger, 4H , Speider, Statskog, skogeierlag, Skogselskap m.fl. har arrangement og tiltak rettet mot familier, barn og unge. Samarbeid kan gi arrangement med større oppslutning og bedre kvalitet. I Sør-Trøndelag er det 430 barnehager med 15.000 unger og 1700 førskolelærere. Vi har 170 grunnskoler, 35.000 elever og 3.700 lærere. I tillegg er det 31 videregående skoler med 10.000 elever. Det finnes mye og godt materiell for skoleverket om friluftsliv, natur og naturbruk fra flere organisasjoner. Tilbudene overlapper og utfyller hverandre. Lærerne er den viktigste ressurs for å få økt friluftsliv og fysisk aktivitet inn i skolen. Det er behov for opplæring av lærere, å skape engasjement og å etablere kontakter. Felles innsats overfor skoleverk/barnehage og økt samarbeid om lærerkurs, kan være aktuelle tiltak. Det er behov for å støtte eksisterende nettverk av skolekontakter/bygge nettverk av skolekontakter. <u>Trondheimregionens Friluftsråd</u> Idépermer for 8.-10. klassetrinn til alle ungdomskoler i fylket – 73 permer.

Trøndsk Lærerstemne – Utdanningspolitisk konferanse 24.11.2005

Salten Friluftsråd v/Trond Loge innleid som en av innleiderne;
 ”Verdigrunnlaget for Uteskole ” – et lysbildeforedrag. 150 deltakere.
 Stand med materiell fra organisasjoner om friluftsliv/skole/barn og unge. Trondhjems Skiklub, Trondheim Turistforening, Sør-Trøndelag 4H, Trondheimregionens Friluftsråd og Skogselskapet i Sør-Trøndelag. Statskog bidro med 200 sitteunderlag som ble revet bort.

22.11.2006

Trondhjems skiklubb, Trondheimregionens Friluftsråd, Skogselskapet, 250 lærere påmeldt –til sammenligning har østlandske lærerstemne flere tusen lærere på kurs. (4000 til standleie)

2007

Ingen deltakelse – kollisjon med nasjonalt seminar ”Friluftsliv i skolen”. Utdanningsforbundet delte derimot ut Trøndskprisen til Bymarka Friluftsbarnhager for sitt pedagogiske arbeid-”Gjest i naturen”. En gledelig oppmerksomhet for de som arbeider med friluftsbarnhager.

Forum for friluftsliv i skolen

Et nasjonalt nettverk med ambisjon om tilsvarende lokal forankring. Nasjonal konferanse avholdt 2007 med DN som arrangør. Trondheimregionens Friluftsråd oppnevnt som regional kontakt for Sør-Trøndelag.

Nidelv 4H

Skoleskogdag – 70 deltakere. Av og med barn og unge. Arrangert i 2005 og ny under planlegging i 2006.

Sør-Trøndelag krets av Norges Speiderforbund

Fylkesleir 2005- ”Trønderspeidere i friluft”. 180 deltakere.

- småspeiderleir 6- 10 år
- kretskonkurranse 10-16 år
- leder og roveraktiviteter > 16år

St. Georgs Dag 2006

Norges Jeger og Fiskeforbund Sør-Trøndelag

Vinterleir 2006-Kruven Fjellheim Åfjord/Verran
 Tilbud i vinterferieuka. 23 deltakere mellom 10 og 15 år.
 Aktiviteter: revejakt,harejakt,(rypejakt), isfiske, isfiske med garn, skiturer/skileik, snøhuleturn og informasjon om samekultur på Fosen
 To aktivitetsledere med hver sin medhjelper deltok i gjennomføringa.
 Henvendelser og påmelding vitner om at tilbudet er etterspurt både blant unge og voksne. (kostnad 46.500 – tilskudd 10.500). NJFF-ST gjennomførte i tillegg 2 tilsvarende leirer sommeren 2006. Tiltakene blir videreført i 2007.
 Kontakt: Helge Dyrendal

Trollstien Åsbaret

Trollstien. Lavterskeltilbud til småbarnsfamilier, barnehager og skoler. (materiell: skilt, tau, plakater, maling, taustige, babydisse, turnringer, trinser, karabinkroker, lim, bord - 10.000)

Stor oppmerksomhet fra lokal media (Selbyggen, Nea Radio) – fulgt opp på nettsider på FM/FK til 1.2.30. Billedgalleri avisa Selbyggen.

Høytidelig åpning av FYSAK-uka/Friluftslivets UKE i Selbu på Åsbaret/Trollstien i september 2006.

Trollstien ble brukt som eksempel under Fylkeskommunens spillemiddelseminar i Selbu– fotogalleri.

Kontakt: Solbjørg Langnes

Sør-Trøndelag Idrettskrets/Lademoen Velforening/Statskog

Markaturer for Lademoens barn og unge.

Startet med et initiativ fra idrettskretsen og velforening. Statskog ble koblet på. Egen skoggruppe ble etablert sommeren 2006 for å få barn og unge i bydelen ut i skog og mark. Her inngår også Lilleby skole, Lilleby FAU og Arbeid og kompetanse i Tromdheim kommune.

Overnattingsturer arrangert høsten 2006. Gapahuk Herjuvatnet –døpt "Bjørnehiet". Statskog støttet innkjøp av utstyr.

Kontakt: Bjørn Lien, Lademoen Vel / Ivan Leraand, Sør-Trøndelag Idrettskrets

Trondheim Kajakklubb

Iladagene (leie av utstyr)

Friluftslivets Uke (leie av utstyr)

Sikkerhetsutstyr(materiell)

Årer for juniorpadling (materiell)

(5190)

Astma og allergiforbundet Sør-Trøndelag

Familieseminar m friluftslivsaktiviteter 2006. Oppdal

176 deltakere fra babyer til besteforeldre.

"Ut på tur aldri sur" – natursti for alle

Egen natursti for minigruppe (3-7 år).

Trimkarusell for midi (7-11)- og maxi (12 +)

Gode råd er grønne – om ute og inneplanter –allergi (Ramfjord)

Pluss generelle tema rundt allergi

Familieseminar m friluftslivsaktiviteter 2007. Oppdal

200 deltakere fra 2 mnd -75 år.

Samme opplegg som i 2006. Aktiviteter for barn og unge kombinert med forelesninger for foresatte.

Kontakt:Marianne Bjerke, NAAF

	<u>Sør-Trøndelag 4H</u> Fylkesleir Haltdalen- 500 deltakere Åpen dag,villmarkscamp, orientering, ljaslått, div. mat, klatring, bading, padling. Naturbruksdag Skjetlein -100 deltakere – villmarkscamp, knivsliping og kasting med fluestang. Friluftsliv er en viktig del av 4H arbeidet og inngår i 4Hs planer fremover. Utgir eget blad hvor aktivitetene synliggjøres for medlemmene. Kontakt: Brit Melting, 4H <u>Gimse Barneskole, Melhus, 2005,2006,2007,2008</u> Omstillingsprosjekt leirskole -7.klasse. 2005 to dager med skog- og kultursti, samt oppfølging fra Skogselskapet av leirskoleansvarlig. Fulgt opp i 2006 med informasjon til skole – 3 uker med leirskole der lærere og foreldre gjennomførte det praktiske. I 2007-2 feltdager med bl.a arkeologi - tjæremileregistrering og prøvetaking av plattinger for C14-datering. I 2008 - 1 feltdag tilpasset 1 funksjonshemmet på klassetrinnet. Kontakt: Frank Bjørklund, Gimse skole <u>Skoleprosjektet- Trondhjems Turistforening</u> Trondheim Turistforening har de senere årene jobbet aktivt for å skape et tilbud for skolene i fylket. Friluftsliv og fysisk aktivitet blant barn og unge er skjevt fordelt. Mange foreldre er flinke, mens andre ikke greier eller prioriterer å legge til rette for aktivitet og friluftsliv. Skolen er en arena hvor en treffer alle. Gjennom både kompetanse og egen infrastruktur kan TT påvirke til økt friluftslivsatsing i skoleverket. <u>Undervisningsopplegg</u> TT har utviklet et undervisningsopplegg for mellomtrinn- og ungdomstrinn. Fra klasserom via friluftsliv i nærområdet til overnattingstur på en av TTs hytter <u>Sponsing</u> Sponsing av skoleklasser ved bruk av TTs hytter i regi av skolen – 1000 elever i 2007 <u>Opptur</u> Tilbud om turdag for 8. trinn i Trondheim. 12 km løype i Bymarka. 1000 deltakere i 2007 <u>Samarbeid TT/skole.</u> TT vil utvikle samarbeidet med skoleverket. Tilby hjelp i satsing på friluftsliv gjennom kurs og undervisningsopplegg. Målsetting om 10 skoler i en startfase. Kontakt: Frode Bergrem, TT
--	---

	<u>Planlegging skoleskogdag 5. trinn Trondheim kommune 2008</u> Statskog og Det norske Skogselskap planlegger å gjennomføre skoleskogdag etter modell fra Sognsvann, Oslo. Felles søknad om både Sognsvann og Trondheim er bevilget kr 100.000 fra Landbruks- og matdepartementet. Alle trondheimsskoler skal tilbys en aktivitesdag knyttet til skog. Trondheim kommune er positive til tiltaket. Ytterligere samarbeidsparter på grunneiersida inviteres inn – ALLSKOG. Ikke gjennomført <u>Div. deltakelse</u> Høstdagen ved Haukvatnet – 2005-2008 Høstdag i Vassfjellet (2006-2007) 100-300 Familiedag på Ellingsvatnet(2006-2007-2008) 100-200 Landbruksdag i Melhus (Friluftskart Vassfjellet) - 200 Byggmessa –(friluftskart) – ingen god arena for friluftslivbudskap Rennebumartna 2007 – spikkeaktivitet – 300 unger Fosenmessa 2007- spikkekurs for elever – deltakere fra 8 skoler Gjør et spikk 2007 –spikkekurs for lærere -6 lærere Maurtuekonkurranse 2007,2008– Skog og landskap/Skogselskap - Kosekroken barnehage,Melhus og Singsås og Sokndal skole, Midtre Gauldal Mitt Tre 2007– radiokonkurranse NRK/Skog og landskap/Skogselskap Turdag Sandholtan 2007 – 1.trinn Brekkåsen skole
--	---

Strategi:	III Rekruttere nye brukergrupper
Kommentar:	Funksjonshemmede og folk som er svært lite aktive, trenger ekstra tilrettelegging,/stimulans for å komme i gang med friluftslivsaktiviteter. Prosjektet skal initiere nye tiltak og støtte, evt. videreutvikle eksisterende tiltak rettet mot disse gruppene. <u>Dronning Mauds minne høgskoleutdanning 10.09.2005</u> Flerkulturell dag på Frøset – innvandreramat på bål. 125 deltakere ønsker å videreutvikle arr. i 2006. Kontakt: Rune Storli <u>Hemne Jeger og Fisk</u> Fluebinderverksted, tilrettelagt for funksjonshemmede. Utvider fiske som hobby til å bli en helårsaktivitet. Kostnad 43.000 – tilskudd fra prosjektet 5.000 – flere sponsorer og egeninnsats. Ferdigstilt 2006 – høytidlig åpning under planlegging. <u>Høstdag ved Haukvatnet 2005, 2006,2007</u> Spesielt tilrettelagt for funksjonshemmede. 600 deltakere i 2005, 450 i 2006 og 450 i 2007 <u>FYSAK Bjugn/Fysak Ørland/Fysak Melhus</u> Se FYSAK <u>Etniske minoriteter og friluftsliv</u>

	I løpet av de første par årene hadde "Frisk og glad" gjennomført mange tiltak, og nådd de fleste målgruppene for prosjektet. Det stod imidlertid igjen resultater eller tiltak rettet mot etniske minoriteter som var en av målgruppene. Det ble dermed satt inn ekstra resurser til å skape delprosjektet "Friluftsliv og etniske minoriteter". Delprosjektet ble tillagt Forum for Natur og Friluftsliv (FNF) som er med i styringsgruppen i "Frisk og glad". Midlene har i hovedsak gått til å ansette prosjektleder/koordinator i 2 månedesverk som strekkes utover i tid, fra september 2007 til forsommer 2008. Målet med delprosjektet er å la etniske minoriteter i Trondheim få kjennskap til friluftsliv og de mulighetene området rundt Trondheim har å by på for å drive friluftsliv både på egenhånd, samt gjennom organisert tilbud. Dette søkes å oppnå gjennom å invitere forskjellige organisasjoner/instanser med link mot friluftsliv til samarbeid, og oppfordre dem til å sette i gang tiltak for at etniske minoriteter i Trondheim og omegn skal få kjennskap til de friluftsmulighetene som finnes. For å oppnå dette er det jobbet med å skape en kontakt mellom målgruppen og friluftslivstilbydere, slik at man i fellesskap kan komme fram til ønsker og muligheter. "Hva kan målgruppen ønske seg, og hva muligheter for dette finnes i Trondheim?". Ved å skape en møtearena håpes det å kunne komme fram til samarbeid, tiltak, arrangementer. Prosjektleders oppgave har dermed vært å fungere som en katalysator for å få slike prosesser til å skje i Trondheim og omegn. Målet er å oppnå langsiktige effekter av det tidsavgrensede prosjekt. Det er derfor prioritert å bruke en del ressurser på forarbeid. Det er jobbet med å kartlegge hva som er gjort på dette området tidligere i Trondheim, samt erfaring gjort andre steder i landet. Prosjektleder har gjennom dette blant annet deltatt på to konferanser; "Friluftsliv og etniske minoriteter" (NINA), "Friluftsliv i skolen" (DN). Mye av arbeidet har gått ut på å undersøke hvem som kan være potensielle samarbeidsparter på tilbud og mottaker siden, og opprette kontakt og engasjement hos partene. Det er jobbet mot å samle parter til et nettverksmøte hvor ideer, ønsker og muligheter kan deles, og tiltak skapes. Møtet skal holdes på forsommeren 2008. De parter som det hittil er etablert kontakt med er: Målgruppen: Flyktningeguiden, INN (introduksjonsprogrammet for flyktninger), SEVO (Senter for voksenopplæring). Friluftslivstilbydere: Statsskog, Norges Jeger og fisk Sør-Trøndelag, 4H Sør-Trøndelag, Friluftsrådet, Trondheim Turistforening og Trondheim Turistforenings Ungdomsgruppe, KIA (Kristent Interkulturelt Arbeid). Flere parter vil bli kontaktet før nettverksmøtet. Prosjektet har også vært involvert i et arbeid om å utvikle gårdsbesøktstilbud for barn og unge i Heimdal bydel, da dette i høy grad
--	--

	vil bli et tilbud for barn og unge med flerkulturell bakgrunn. Det jobbes pr 09.05.08 med muligheten om å videreføre "Friluftsliv og etniske minoriteter" til å bli et eget, eksternt finansiert prosjekt i regi av FNF. Dersom dette skjer vil delprosjektet av "Frisk og glad" stå som forprosjekt for det videre prosjektet i FNF. Kontakt : Mildrid Brede FNF/4H
--	---

Strategi:	IV Nettverkssamlinger, informere om prosjektet
Kommentar:	Todelt strategi – For det første ta initiativ til/arrangere en årlig fagsamling for aktuelle aktører. Skape en felles arena for offentlige aktører, grunneierorganisasjoner og frivillige organisasjoner der friluftsliv og folkehelse er tema. Bidra til gjensidig kunnskapsoverføring og samarbeid. For 2005 ble dette Inspirasjonskonferansen om friluftsliv, 3. mars 2005. . For det andre skulle prosjektgruppa delta aktivt på ulike fagsamlinger med informasjon om prosjektet og sørge for at friluftsliv og folkehelse ble poengtert. <u>NAFO-konferanse, NTNU 13.04.05</u> Fagkonferanse om friluftsliv og arealforvaltning. 30-40 deltakere. <u>Inspirasjonskonferanse FÅ 2005 03.03.05</u> Felles samling for alle friluftsansjoner m.fl. i forbindelse med FÅ2005. FM arrangør. 50-60 deltakere. Prosjektgruppa deltok i forberdelsene. <u>FNF-møte, Trondheim, 11.05.05</u> Fellesmøte for Sør-Trøndelag i forb. m planlegg av FÅ 05. Orienterte om prosjektet. FNF-sekretær. Ca. 15 deltakere <u>FNF-samling Hadeland, august 2005</u> Orientert om prosjektet til alle FNF-ansatte, samt ledelsen i Friluftslivets fellesorganisasjon (FRIFO). Ca 30 deltakere <u>Partnerskap for folkehelse, 20.09.05</u> Orientert om FNF og om prosjektet på styremøte. 12 deltakere. <u>Rørskonferansen 2005, 27. - 28.11.05</u> For landbruks og miljøforvaltningen i fylket. Fokus på bygdas verdier og kvaliteter knyttet til natur, bosted og kultur/identitet. Natur og helse et tema. Prosjektet v/Skogselskapet deltok. <u>Idéforum i forb. med Friluftslivets år 05, Oslo/ DNT, 08.09.05</u> Informerte om prosjektet. 30-40 deltakere fra hele landet <u>FYSAK-samling, Trondheim kommune 15.11.05</u> Orientert om prosjektet. 22 deltakere <u>Sammen for fysisk aktivitet, 17. - 18.11.05</u> Nasjonal konferanse i Stjørdal. Arr. Dronning Mauds minnes høyskole. Skogselskapet deltaker. Stand sammen med 4H og TT <u>Skogkveld, Skjetlein 29.11.05</u> For skogeierlaga i Trondheim, 80 deltakere. <u>Miljødag i Samferdsel-Areal og Miljøkomité – FYK ST 06.12.05</u> Temadag for fylkespolitikere om miljøutfordringer i Sør-Trøndelag. Friluftsliv og folkehelse var et tema på dagsorden. Orienterte om

	prosjektet. <u>Forskning i Friluft – FRIFO, 1. og 2. desember 2005.</u> Tema: Barn/ungdom og friluftsliv, friluftsliv og forvaltning, friluftslivs-verdier og livskvalitet, friluftsliv og folkehelse, Få 2005. Tilbød FNF-org og noen av helseorg. å delta på prosjektets regning. Ni deltakere fra frivillige organisasjoner i Sør-Trøndelag fikk prosjektmidler til dekning av konferanseavgift. <u>Ørland kommune-2006</u> Foredrag på det årlige møte mellom skolene/barnehager og grunneierlag pluss andre kommunale etater. Tema : Uteskole og forhold til grunneiere. Presentasjon av læremidler. Ca. 20 deltakere. <u>Trondheim Grønn Barneby-2006</u> Foredrag. Tema : Uteskole og forhold til grunneiere. Presentasjon av læremidler. Ca. 60 deltakere. <u>Samling FYSAK-koordinatorer – Ørland-2006</u> Deltakelse <u>Workshop –natur og helse- Sverresborg-2006</u> Deltakelse <u>Rørskonferansen-2006</u> Deltakelse <u>Seminar : Skog, tre og livskvalitet på BYGGMESSA</u> Arr: Fylkesmannen i Sør-Trøndelag, Trondheim kommune, Skogselskapet i Trøndelag – eksternt finansiert <u>Etniske minoriteter og deltakelse i friluftsliv-NINA, 13. nov 2007</u> Seminar arranger av NINA. Deltakelse fra FNF <u>Friluftsliv i skolen –DN. 12. nov 2007</u> Deltakelse.Nasjonalt seminar – nettverk for friluftsliv i skolen. Stjørdal <u>Skog og helse – Høyskolen i Hedmark/Det norske Skogselskap 14.nov 2007.</u> Deltakelse/foredrag <u>Seminar Trondheimregionens Friluftsråd – 30 års jubileum. 2008</u> Den 20. november 2008 ble 30-års jubileet til Trondheimsregionens friluftsråd feiret med en egen friluftskonferanse med mange spennende og tankevekkende innlegg. Innleggene dreide seg om tre hovedtema; politiske føringer, helsemessige sider ved friluftslivet og om behovet for flere friluftsråd. Under første bolk deltok også statsekretær i Miljøverndepartementet, Heidi Sørensen.
--	--

Strategi:	V Gjøre informasjon om aktivitetene lett tilgjengelig via informasjon på internett, bl.a. etablere web-basert aktivitetskalender.
Kommentar:	Aktiviteter i forbindelse med friluftslivets år ble lagt inn på hjemmesiden/aktivitetskalenderen til FÅ2005. Prosjektet valgte å være lojalt i forhold til FRIFOs opplegg for aktivitetskalender i 2005, og ikke arbeide med liknende kalender kun for Sør-Trøndelag i 2005. Ta initiativ til at de ulike frivillige organisasjonene har linker til hverandres nettsider.

	Friluftslivets Uke, Adressa. Ut på tur aldri sur", Byavisa. "Familiehygge ved Stavsjøen", Malvikbladet. "Mange på Vassfjellet", Trønderbladet. "Nytt liv i gammel dampmaskin", Trønderbladet. to sider om friluftsdag i Klæbu <u>Andre hendelser i FÅ 2005</u> Emnetreutstilling, radio, "Kulturbeite" P2 Lydvandring, radio, P3 Forhåndsomtale, Adressa, friluftsfest på Røros <u>Åpning av Sanatoriestien</u> "Tuberkulosesti åpnet på nytt", Adressa <u>Annerledes leirskole</u> Trønderbladet, kommuneavis, skoleavis. <u>Bymarka under barnehæl</u> Innlegg fra Skogselskapet i Adresseavisen, i forb med debatt som oppstod etter NAFO-konferanse om friluftsliv. <u>2006</u> Trollene slippes løs – Selbyggen m/fotogalleri + nettsideoppslag Rennebunytt – tema friluftslivsaktiviteter 2006. Budeia - Oppdalingen Mange folk i Vassfjellet – Trønderbladet Hjernetrim til Rasmusrommet – Sør-Trøndelag "Ut i naturen" – programforslag NRK Friluftsløven 50 år i 2007 "Ut i naturen"- programforslag NRK friluftsliv/psykisk helse. (Begge disse er det ikke blitt noe av) Barnehage på tur – Gaula Best uten gjerde – Adresseavisen Skog, tre og livskvalitet – Adresseavisa Skog er av viktig symbolsk betydning, Norsk Skogbruk Designerskog i bynære strøk?, Norsk Skogbruk Nettsideoppslag /linker: FM/FK/Statskog/ Friluftsrådet/GrønnBarneby/4H /1-2-30/ 4H- egne nettsider og medlemsblad. <u>2007</u> På skattejakt etter fisk-Adressas barnesider -Saintja (Lilleby skole/Statskog) www.lademoen.com - skoggruppa Jakter på Norges største maurtue-Adressas barnesider -Saintja Let etter maur – Trønderbladets barnesider Mitt tre – Nationen, NRK Trøndelag Nettsideoppslag/linker
--	--

7.2 Kort sikt: Friluftslivets År 2005

Jfr. delmål pkt. 3.2: 2:

- *Få til en folkelig mobilisering i Sør-Trøndelag til gavn for friluftsliv i vid forstand.*

"Frisk og glad i friluft"

Prosjekt om Nettverk og samhandling om friluftsliv som ledd i forebyggende helsearbeid

- *Et bredt og variert tilbud om friluftslivsaktiviteter og stor deltakelse*
- *Gjøre friluftslivets mangfold og samfunnsmessige betydning synlig*

Friluftslivets År 2005, ga folkehelsearbeidet knytta til friluftsliv en god start. Gjennom friluftslivsprosjektet kunne fylkesmannen i 2005 legge stor vekt på friluftsliv, og benytte året som en anledning til å gi folkehelsearbeidet et løft ved å sette friluftsliv i fokus.

Hovedhensikten med prosjektets tiltak i forhold til Friluftslivets år 2005, har vært å støtte opp under gode tiltak og alt det gode frivillige arbeidet som utføres. Prosjektet skulle ikke opptre på en slik måte, at det fratok organisasjonene initiativ eller ansvar.

Strategi:	VII Bidra til og delta i fellesarrangement
Kommentar:	Prosjektet støttet planlagte fellestiltak som ble gjennomført i Friluftslivets År 05.
Tiltak:	<u>Åpning av FÅ2005, 08.01.2005</u> Marinen, Trondheim. Mange organisasjoner. 4-500 deltakere. <u>Åpning av Sanatoriestien, 29.06.05</u> Ringvål, Trondheim. Statskog, Trondheimregionens Friluftsråd, ca 20 deltakere <u>Stillhetens dag –lydvandring 20.04.2005</u> Initiert av foreningen mot Støy. Et av hovedtiltakene i FÅ 05. Lydvandring mange steder i landet. I Trondheim.ca. 20 deltakere. <u>Grønn Folkefrokost 05.09.2005</u> Grønn Hverdag Midt-Norge – vandring og økologisk frokost i Trondheim i samarbeid med Trøndersk matfestival. 130 deltakere. FNF skaffet finansiering fra FRIFO. <u>Familiedag ved Ellingsvatnet 14.08.05</u> Melhus. Statskog, Trondheimregionens Friluftsråd, 4H, Barnas Turlag, Jeger og Fisk, Skogselskapet. 150 deltakere. <u>Åpning av Emnetreutstilling –Sverresborg, 12.08.05</u> <u>Høstdag ved Haukvatnet, 04.09.05</u> <u>Høstdag i Vassfjellet, 11.09.05</u> <u>Høstdag ved Sjulungen, september 2005</u> Arr. med Statskog og ungdomsskolene i Midtre Gauldal <u>Avslutning av FÅ 2005 Røros, 03.12.05</u>

Strategi:	VIII Bidra med ressurser til nye og planlagte tiltak som gjennomføres som del av Friluftslivets År 2005.
Kommentar:	Frivillige organisasjoner vil i løpet av neste år planlegge, og gjennomføre lokale tiltak og arrangement som en del av Friluftslivets År. Prosjektet bør stimulere til slike tiltak og i noen tilfeller bidra med økonomisk støtte. Prosjektet skal bidra til å synliggjøre den store frivillige innsatsen som utføres.
FÅ 05-tiltak som fikk midler:	<u>Fellesannonser</u> Helsides annonser i Adresseavisen om Friluftslivets dag/Friluftslivets Uke og avslutningen av Friluftslivets År på Røros. (kr. 62 500). <u>Trondheimregionens Friluftsråd</u> Høstdager i Trondheim, Melhus, Malvik og Klæbu – samarbeid mellom en rekke frivillige og andre organisasjoner. Totalt ca. 1800 deltakere.

	15 000 kr. <u>Husflidslaget i Sør-Trøndelag</u> "Gjør et spikk"-kampanjen. Spikkeaktiviteter for skolene i forbindelse med vandreutstillingen "Emnetre" på Sverresborg – 330 barn. Totalt deltatt på 15 arrangement og gjennomført aktiviteter for ca. 1200 barn, 450 voksne og lærerkurs for 30 lærere. (12.800 kr) <u>Konsert "Fara i fjell"</u> Grappa Glør avholdt åpen konsert på Sverresborg og Vår Frue kirke i forbindelse med pilgrimsvandring og FÅ2005. Sangtekster om natur/friluftsliv. (3.000 kr)
--	--

Strategi:	IX Initiere tiltak i friluftslivets år overfor kommunene i Sør-Trøndelag og andre aktører i offentlig og privat sektor.
Kommentar:	Bidra til frilftsrelaterte tiltak gjennom og etablerte samarbeid som FYSAK, Partnerskap for folkehelse og i forhold til skolene.
Tiltak:	<u>Invitert Fysak-kommunene til å søke midler.</u> <u>Tatt initiativ, eller fulgt opp spesielt, en del av de tiltakene som har fått bevilget penger fra prosjektet.</u>

8.0 Kostnader og finansiering.

	Regnskap				
	2005	2006	2007	2008	Sum
Personalkostnader	152 000	90 000	45 000		287 000
Driftskostnader	15 401	12 273	10 370	1 614	39 658
Aktivitetstilskudd/såmidler	129 503	101 490	320 400	193 200	744 593
Aktivitetstilskudd/såmidler – disponert - ikke benyttet					15 000
Avvik mellom regnskap og budsjett					-1 251
SUM					1 085 000
Finansiering					
Fylkeskommunens Partnerskapsmidler	310 000	310 000	210 000	100 000	930 000
Fylkesmannen i Sør-Trøndelag – Nasjonal kreftplan	55 000				55 000
Helse Midt-Norge	50 000				50 000
Fylkeskommunen		50 000			50 000
SUM	415 000	360 000	210 000	100 000	1 085 000

Ansvar for de disponerte aktivitetstilskudd som ikke er benyttet overføres til skogselskapet.

Dette utgjør kr. 15.000 og omfatter følgende beløp:

- Budsjetterte kostnader for organisasjoners deltakelse på konferansen "Forskning i Friluft" - kr 7.500 ble ikke benyttet
- Ti på topp i Hemne, Svana Idrettslag - 6.000
- St. Georgs Dag, Speideren - kr 1.500

De disponeringer som ble gjort for 2008 har ikke gitt rom for dekning av personalkostnader.

