



Vedtatt av Kommunestyret i Sigdal 13.12.2013.
Handlingsprogrammet rulleres årlig.

Temaplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2014 - 2024





Forord

Med dette foreligger temaplanen for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i Sigdal kommune. Den omfatter en langsiktig del på ti år fra 2014-2024 og et kortsiktig fireårig rullerende handlingsprogram for perioden 2014-2017.

De arealvurderinger som er gjort må tas inn i kommuneplanens arealdel for å få rettsvirkning. Det foretas en årlig rullering av handlingsprogrammet som går over fire år.

Kommunen har i år (2013) arbeidet med en ny revidert temaplan for utlegging til offentlig ettersyn. Plankravet er noe endret, det er ikke lenger krav om at det må være en kommunedelplan.

Med bakgrunn i dette er det valgt å lage en temaplan. Planstrategien for Sigdal kommune ble vedtatt 21.12.2012. Denne planen vil erstatte gjeldende kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2004-2013.

Temaplanen skal hindre at prioriteringer blir gjort ut i fra kortsiktige behov og på bakgrunn av press fra særinteresser. Sigdal kommune vil over fra søkerstyrt til planstyrt utbygging og bruk av midler.

Planen skal avklare Sigdal kommune og organisasjonene sine oppgaver og ansvar, økonomiske forpliktelser ved utbygging og drift av anlegg, og områder for idrett og friluftsliv.

Hilde Teksle Gundersen
Kultur- og ungdomsleder
Sigdal kommune

01.08.2013

Innhold

1. Innledning	5
1.1 Planprosessen	5
1.2 Planperioden	5
1.3 Hensikten med planen som styringsverktøy	5
2. Overordnende føringer og målsettinger	6
2.1 Statlig idretts- og friluftslivspolitikk	6
2.1.1 Tilgjengelighet for alle/universell utforming	6
2.1.2 Estetikk og miljøhensyn	7
2.2 Fylkeskommunale føringer	7
2.3 Kommunale føringer	8
2.3.1 Prinsipper for utbygging og tilrettelegging av aktivitet, anlegg og områder i Sigdal	8
2.3.2 Kommuneplan med arealdel	8
2.3.3 Planer som må ses i sammenheng med denne temaplanen	8
2.4 Lovverk	9
2.4.1 Lov om pengespill 1992	9
2.4.2 Lov om planlegging og byggesaksbehandling	9
2.4.3 Lov om friluftsliv 1952	9
2.4.4 Lov om forbud om diskriminering pga. nedsatt funksjonsevne	10
2.4.5 Lov om motorferdsel i utmark og vassdrag 1977	10
2.4.6 Kulturminneloven 1978	10
2.4.7 Kulturloven 2007	10
3. Status og utfordringer	11
3.1 Evaluering kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2004-2013	11
3.1.1 Overordnet målsetting for kultur i planperioden	11
3.2 Utfordringer – virkemidler og tiltak 2004-2013	11
3.2.1 Utfordringer	11
3.2.2 Virkemidler	11
3.2.3 Gjennomførte tiltak i perioden	11
3.2.4 Tiltak ikke gjennomført i perioden	12
3.3 Nærmiljø – friluftsliv – fysisk aktivitet	12
3.3.1 Gjennomførte tiltak i perioden	12
3.3.2 Tiltak ikke gjennomført i perioden	12
3.3.3 Gjennomførte tiltak som ikke stod i planen	12
3.3.4 Restultatvurdering	12
3.4 Spillemidler til bygging og rehabilitering av anlegg	12
3.4.1 Anlegg uten tilskudd fra friluftslivsmidler og anlegg uten tilskudd fra spillemidler	13
3.4.2 Kostnadsfri bruk av idrettsanlegg	14
3.5 Idrett	14
3.5.1 Idrettslag	14
3.5.2 Andre tilbud	17
3.6 Friluftsliv	17
3.6.1 Organisert aktivitet	18
3.6.2 Uorganisert aktivitet	18
3.6.3 Definisjoner på friluftsliv	18
3.7 Friskliv	19

3.7.1 Folkehelsearbeid	19
3.8 Fysisk aktivitet barnehage og skole	19
3.8.1 Barnehage	19
3.8.2 Skole	20
3.8.3 Aktivitetsdager	20
3.8.4 Leirskole på Knattholmen	20
3.8.5 Folkehelsedag	20
3.8.6 Skogdager	20
3.8.7 Aktiv 365	20
3.8.8 Utfordringer	20
3.9 Frisklivssentralen i Sigdal	21
3.10 Folkehelse og fysisk aktivitet	21
3.11 Drift og vedlikehold av eksisterende og planlagte anlegg	22
3.11.1 Avsatte driftsmidler i kommunens budsjett (2013)	22
3.12 Natur, miljø og estetikk	22
3.12.1 Utmarka og fjellet	22
3.12.2 Kulturminner	22
3.12.3 Trillemarka-Rollagsfjell naturreservat	23
3.12.4 Kulturminneplan	23
3.13 Utviklingstrekk i Sigdal kommune	23
3.13.1 Folkehelseprofilen for Sigdal 2013	23
3.13.2 Ungdom og fysisk aktivitet	24
3.13.3 Idrett og fysisk aktivitet hos voksne	24
3.14 Aktivitet, anlegg og områder	25
3.14.1 Idrettsaktivitet	26
3.14.2 Idrettsanlegg	26
3.14.3 Anleggssituasjon	26
3.15 Begrepsdefinisjoner	29
3.15.1 Idrett	29
3.15.2 Nærmiljøanlegg	29
3.15.3 Ordinære anlegg	30
3.15.4 Nasjonalanlegg	30
3.15.5 Rehabilitering av anlegg	30
3.15.6 Fiskekort	30

4. Målsettinger og strategier	31
4.1 Overordnet målsetting for kultur	31
4.2 Mål for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i Sigdal kommune	31
4.2.1 Delmål 1: Arealplanlegging – mulighet for alle i Sigdal til å være aktive	31
4.2.2 Delmål 2: Utvikle og rehabiliterer anlegg og områder	31
4.2.3 Delmål 3: Det skal stimuleres til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv til glede for alle som bor i og besøker Sigdal	32

Vedlegg

Vedlegg 1: Analyse over langsiktige oppgaver for tiltak, utbygging og tilrettelegging

Vedlegg 2: Handlingsprogram for aktivitet

Vedlegg 3: Prioritert handlingsprogram for anlegg 2014-2017

1. Innledning

1.1 Planprosessen

Hovedutvalget for oppvekst og kultur nedsatte i mars 2013 en arbeidsgruppe som skulle fremlegge forslag til revidert Temaplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet perioden 2014-2017 med en langsiktig del fra 2014-2024.

Arbeidsgruppen består av en representant fra:

- Sigdal idrettsråd.
- Rådet for mennesker med nedsatt funksjonsevne.
- Ungdomsrådet.
- Sigdal og Eggedal jeger- og fiskeforening.
- Hovedutvalget for oppvekst og kultur.
- Teknisk sektor planavdeling.
- Kultur og ungdomsleder – har også sekretærfunksjon.

Elevrådene ble bedt om å komme med innspill til planen. Det ble i 2013 foretatt en hytteeierundersøkelse av senter for reiseliv for Sigdal kommune, som innebefattet noen spørsmål som berører planen, og som vil bli tatt med i videre arbeid.

Arbeidsgruppens fremlagte utkast ble behandlet i hovedutvalget for oppvekst og kultur 21.08.2013 og sendt ut på høring med frist 10.10.2013. Det kom inn to høringsuttalelser i høringsrunden som det er tatt hensyn til i endelig utkast. Arbeidsgruppens endelige forslag ble fremlagt til behandling i Hovedutvalget for oppvekst og kultur 13.11.2013 og ble endelig vedtatt av kommunestyret 13.12.2013.

1.2 Planperioden

Temaplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet har en kortsiktig og en langsiktig del:

- Den kortsiktige delen, prioritert handlingsprogram, har et tidsperspektiv på fire år 2014-2017. Denne skal rulleres hvert år og knyttes opp mot kommunens økonomiplan og budsjett.
- Den langsiktige delen har et tidsperspektiv på 10 år. Anleggene står i uprioritert rekkefølge.

1.3 Hensikten med planen som styringsverktøy

Rundskriv v-35/93 er laget på bakgrunn av at det er viktig med samfunnsplanlegging som ivaretar interesser til idrett og fysisk aktivitet i arealforvaltningen. Kulturdepartementet har også satt krav om egne kommunalplaner for anlegg og områder for idrett og fysisk aktivitet for å kunne søke om spillemidler (rundskriv v-7/93). Dette for at anleggsutbyggingen skal bli gjenstand for klare behovsvurderinger i forhold til samfunnsmessige og idrettspolitiske mål. En temaplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet er også et styringsredskap for å oppnå kommunens målsetninger på feltet. Gjeldende kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk helse 2004-2013 i Sigdal kommune ble utarbeidet og vedtatt i kommunestyret 18.12.2003. I de påfølgende åra har kommunen oversendt handlingsprogram med prioritering av anlegg, som grunnlag for spillemiddelsøknader.

2. Overordnede føringer og målsettinger

2.1 Statlig idretts- og friluftslivspolitik

“Staten har som mål at alle skal ha mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet i form av trening og mosjon.”

Som begrunnelse for statlig medvirkning og støtteordninger til idrettsformål har det tradisjonelt blitt framhevet at idrett og fysisk aktivitet både har en egenverdi og en nytteverdi. Beskrivelsen av idrettens egenverdi tar utgangspunkt i at det sentrale er selve opplevelsen av å utøve aktiviteten. Glede og mestring er sentrale begreper i denne sammenhengen. Et annet hovedargument er at utøvelse av idrett ofte er ensbetydende med deltakelse i et fellesskap. Dette er verdifullt både for den enkelte og for samfunnet, gjennom etablering av nettverk og frivillige organisasjoner.

Fysisk aktivitet i befolkningen er viktig. Både i forhold til den enkeltes opplevelse av glede og velvære, og i forhold til de positive effekter trening har for den mentale og fysiske helse. Fysisk aktivitet har stor betydning for utvikling av barns motoriske ferdigheter. Staten har som mål at alle skal ha mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet i form av trening og mosjon. I *St. meld. nr. 26 (2011–2012) Den norske idrettsmodellen* er det framhevet at staten gjennom sin idrettspolitikk bør ha et særlig ansvar for gruppene barn (6–12 år) og ungdom (13–19 år). Det satses også ekstra på personer med nedsatt funksjonsevne og å bidra til målrettet satsing får å nå inaktive. Som det framgår av idrettsmeldingen vil det ved framtidig anleggspolitikk bli prioritert anleggstyper der det blant annet legges vekt på blant annet på brukspotensial, flerbruksmuligheter og å stimulere til et mangfold i aktivitetstilbudet.

Når det gjelder statlig / nasjonal friluftspolitik, har Miljøverndepartementet i august 2013 publisert *Nasjonal handlingsplan for statlig sikring og tilrettelegging av friluftsområder og nasjonal strategi for et aktivt friluftsliv*.

Som en følge av en endring av tippenekkelen tas det sikte på at satsingen på friluftsliv styrkes. Kulturdepartementet vil derfor prioritere anlegg for egenorganisert aktivitet. Dette er anlegg som har et stort brukspotensial, og som vil bidra til å nå grupper som ikke finner et tilbud innenfor den organiserte idretten. Således vil dette være et vesentlig bidrag for å styrke grunnlaget for egenorganisert fysisk aktivitet.

Gjennom rammefordeling av spillemidler til fylkeskommunene, søker departementet å legge til rette for at det skal være tilnærmet lik tilgang på anlegg for befolkningen, uavhengig av bosted. Hvilke anleggstyper som bygges vil i første rekke være et resultat av lokale og regionale behov og prioriteringer. Målet med anleggsutbyggingen er å gi flest mulig anledning til å drive idrett og fysisk aktivitet. Anleggstyper som harmonerer med aktivitetsprofilen til barn og ungdom prioriteres spesielt. Videre satses det på anleggstyper som kan brukes av mange og som gir mulighet for egenorganisert fysisk aktivitet. Selv om den primære målgruppen er barn og unge, er det også viktig å legge til rette for den eldre delen av befolkningen, som blir en stadig større og mer fysisk aktiv gruppe.

2.1.1 Tilgjengelighet for alle/universell utforming

I handlingsplanen *Norge universelt utformet 2025 Regjeringens handlingsplan for universell utforming og økt tilgjengelighet 2009–2013* presenterer Stoltenberg 1 sin visjon om at Norge skal være universelt utformet innen 2025.

Universell utforming er utforming av produkter og omgivelser på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpasning eller spesiell utforming. Dette motvirker diskriminering av personer med nedsatt funksjonsevne og gir bedre omgivelser for

hele befolkningen. Tilgjengelighet for alle utdyper hvordan kommunene gjennom planleggingen skal ivareta målsettingen om bedret tilgjengelighet for funksjonshemmede. Kulturdepartementet har utarbeidet en veileder for universell utforming av idretts og nærmiljøanlegg. Tilrettelegging er en forutsetning for tilskudd fra spillemidlene. Kulturdepartementet legger plan- og bygningsloven med forskrifter til grunn for godkjenning av ulike typer idrettsanlegg.

Regjeringens handlingsplan for økt tilgjengelighet for personer med nedsatt funksjonsevne (Arbeids- og sosialdepartementet og Miljøverndepartementet – 2004) legger vekt på at alle samfunnsborgere skal ha like muligheter til personlig utvikling og livsutfoldelse. Miljødepartementet har gitt ut veilederen Bygg for alle – Temaveiledning om universell utforming og planlegging etter plan og bygningsloven (2009) slik at byggverk i størst mulig grad blir utformet etter prinsippene om universell utforming.

2.1.2 Estetikk og miljøhensyn

Idrett - og friluftslivsanlegg har ofte en framtrødende og sentral plass i lokalmiljøet og landskapet. Det må derfor stilles store krav til utformingen av anlegg og områder. Ved forhåndsgodkjenning av planer for anlegg som bygges med offentlig støtte, skal de estetiske kvalitetene tillegges vekt, jf. V-0732 Bestemmelser – Om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet.

I 2001 ga Kultur og kirkedepartementet ut veilederen Idrettsanlegg og estetikk (V-0896). Departementet ønsker med denne veilederen og eksempelsamlingen å stimulere til at de estetiske aspektene blir bedre ivaretatt ved planlegging, prosjektering og bygging av idrettsanlegg. Tiltaks- haver (byggherre) har ansvar for at idrettsanlegget får en god estetisk utforming. Utforming av sentrale "signalbygg" bør vies spesielt stor oppmerksomhet. Utforming av nærmiljøanlegg betyr mye for folks velferd og opplevelse i det daglige. Lokalisering av nærmiljøanlegg, valg av materialtype (støydempende m.m.) må vurderes nøye i hver enkelt sak.

Kultur- og kirkedepartementet ønsker mer miljøvennlige idrettsbygg. For å stimulere til dette er det i heftet Miljøhensyn ved bygging og rehabilitering av idrettsbygg (V-0891) anbefalt enkelte miljømål for bygging og rehabilitering av idretts- og svømmehaller.

Utbygging av idrettsanlegg kan komme i konflikt med kulturminnevernet. Det er derfor viktig at fylkeskommunen/fylkeskonservator blir varslet om planlagte tiltak så tidlig som mulig.

Bevaring av biologisk mangfold er en overordnet målsetting i den nasjonale miljøpolitikken. I arbeidet med tilretteleggingstiltak for områder og anlegg for friluftsliv er det viktig å ta hensyn til dette. Det kan oppstå konflikter mellom naturvern og biologisk mangfold på den ene siden og idretts- og friluftslivsaktiviteter på den andre siden.

2.2 Fylkeskommunale føringer

Fylkeskommunen har tre planer / strategier som bør hensyntas i vårt utviklingsarbeid:

- Regional plan for universell utforming.
- Folkehelsestrategien og strategi for idrett og friluftsliv i Buskerud.
- Regional plan for universell utforming - Buskerud mot 2025.

Disse planene ble vedtatt i 2011 og har mål både for idrett- og friluftslivsanlegg. Folkehelsestrategien ble vedtatt i 2010 og har visjonen "Gode aktiviteter for alle i Buskerud". Strategi for idrett og friluftsliv i Buskerud vil i løpet av høsten 2013 sendes ut på høring der høringsutkastet vil ha følgende hovedmålsetninger:

- Et allsidig og synlig aktivitetstilbud.
- Attraktive areal og anlegg for hele befolkningen.
- Kompetanseheving, dialog og erfaringsutveksling.
- Styrking av frivillige organisasjoner.
- Knytte Buskerud opp mot prosjekter som bidrar til økt aktivitet.

2.3 Kommunale føringer

Gjeldende kommuneplan for Sigdal kommune har følgende visjon: *"I Sigdal kan du skape no' sjøl".* Overordnet mål: *Gjennom å være en pådriver i nærings- og reiseutviklingen skal vi gjøre Sigdal til en attraktiv kommune å bo i, investere i og flytte til. Kommunen skal tilrettelegge for "bolyst" slik at folketallet beveger seg mot 4000 i 2020.*

2.3.1 Prinsipper for utbygging og tilrettelegging av aktivitet, anlegg og områder i Sigdal

Følgende hovedprinsipp skal gjelde for utbygging av anlegg og andre tiltak innen idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i Sigdal:

- Stimulere til organisert og egenorganisert fysisk aktivitet.
- Behov for anlegg/tiltak skal være dokumentert.
- Nærhet til bomiljø skal vektlegges.
- Trafikksikkerhet og lett adkomst skal sikres.
- Skole, idrett, friluftsliv, reiseliv og næringsliv tas hensyn til.
- Tilpassing av samme anlegg til ulike brukergrupper.
- Estetiske og miljømessige hensyn skal vektlegges.
- Anlegg skal tilfredsstillere idrettens bestemmelser og krav til utforming og dimensjonering.
- Hovedutvalg for oppvekst og kultur godkjenner og prioriterer alle spillemiddelsøknader. Teknisk sektor bistår med den tekniske godkjenningen.

2.3.2 Kommuneplan med arealdel

Ny kommuneplan med arealdel vil foreligge i løpet av 2014. I forarbeidet til denne planen, blant annet i arbeidet med planstrategi, er det satt fokus på fem områder:

- Befolkningsutvikling.
- Sentrumsutvikling.
- Næringsutvikling og verdiskapning.
- Folkehelse.
- Infrastruktur.

Alle disse fem punktene er tatt hensyn til i arbeidet med denne temaplanen. Den nye kommuneplanen vil blant annet bygge på vedtatte temaplaner.

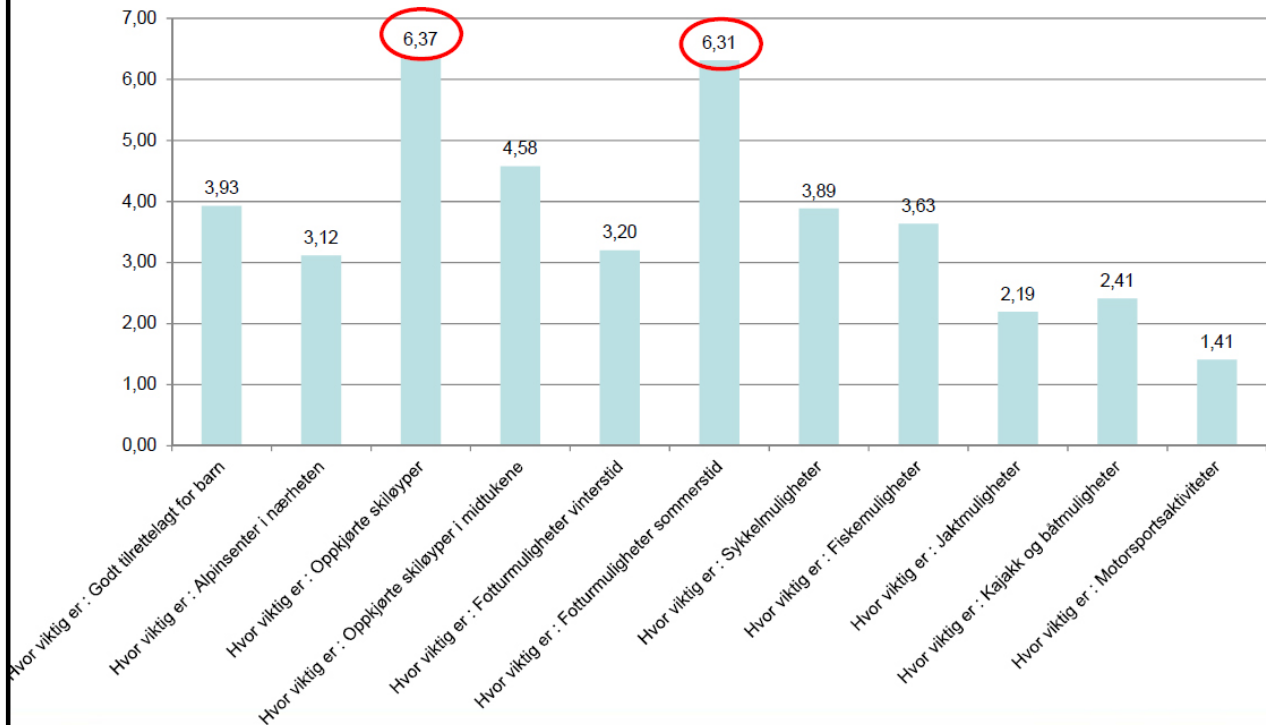
2.3.3 Planer som må ses i sammenheng med denne temaplanen

- Sti og løypeplan for Sigdal. Vedtatt i 2010.
- Handlingsplan for folkehelsearbeid og friskliv for 2011.
- Trafikksikkerhetsplan for Sigdal kommune. Vedtatt i 2009.

Hyttebrukerundersøkelsen foretatt for Sigdal kommune i 2013 av *Senter for Reiseliv* gir oss noen indikasjoner på hvor våre hyttebrukere ønsker at Sigdal kommune sammen med frivillige lag og organisasjoner og kommersielle krefter setter fokus (se illustrasjon neste side).

Undersøkelsen viser at tradisjonelt friluftsliv er viktig for bruk av hytta, og at det bør satses mer på tilrettelegging for ski- og fotturmogigheter. Sigdal kommune har i 2013 vedtatt å søke om å delta i Forsøksordning om etablering av snøscooterløyper, ofte kalt rekreasjonsløyper, i Sigdal. Det vil totalt velges ut 40 kommuner som får delta. Kommuner som velges ut til å delta, vil kunne etablere snøscooterløyper for kjøring med snøscooter gjennom arealplanlegging, etter plan- og bygningsloven. Hensikten med forsøksordningen er blant annet å undersøke virkningene for naturmangfold, friluftsliv og folkehelse når kommunen gis myndighet til å etablere løyper for fornøyelseskjøring med snøscooter. Departementet ønsker også å se på om åpning av fornøyelseskjøring påvirker kommunens dispensasjonspraksis på motorferdselområdet og eventuelle distriktpolitiske effekter ordningen har, herunder effekter for lokalt næringsliv.

Tradisjonelt friluftsliv viktigst for bruk



2.4 Lovverk

2.4.1 Lov om pengespill 1992

Spillemidler til anlegg for idrett og fysisk aktivitet er hjemlet i lov om pengespill m.v. (pengesoilloven) av 28. august 1992 nr: 103§10 der det blant annet står:

"Overskuddet fra spillevirksomhet i selskap og datterselskap fordeles med 45,5% til idrettsformål, 36,5% til kulturformål og 18% til samfunnsnyttige eller humanitære organisasjoner som ikke er tilknyttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite. Midlene til idrettsformål og samfunnsnyttige eller humanitære organisasjoner som ikke er tilknyttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komite fordeles av Kongen. Av midlene til kulturformål fordeles 2/3 av Stortinget og 1/3 av Kongen."

2.4.2 Lov om planlegging og byggesaksbehandling (Plan- og bygningsloven)

Plan og bygningsloven er et verktøy for samordnet bruk og vern av ressurser og skal fremme en bærekraftig utvikling til det beste for det enkelte individ, samfunn og fremtidige generasjoner. Planlegging og vedtak skal sikre åpenhet, forutsigbarhet og medvirkning for alle berørte interesser og myndigheter. Det skal legges vekt på langsiktige løsninger, og konsekvenser for miljø og samfunn skal beskrives. Prinsippet om universell utforming skal ivaretas i planleggingen og det enkelte byggetiltak.

2.4.3 Lov om friluftsliv 1957 (Miljøverndepartementet)

Formålet med denne loven er å verne friluftslivets naturgrunnlag og sikre allmennhetens rett til ferdsel, opphold m.v. i naturen, slik at muligheten til å utøve friluftsliv som en helsefremmende, trivselskappende og miljøvennlig fritidsaktivitet bevares og fremmes.

2.4.3.1 Allemannsretten

Allemannsretten er fundamentet for friluftslivet i Norge og er hjemlet i friluftsløven av 28.6.1957. Allemannsretten gir blant annet rett til fri ferdsel til fots og på ski i utmark.

2.4.4 Lov om forbud om diskriminering på grunn av nedsatt funksjonsevne (Diskriminering- og tilgjengelighetsloven) 2008

Loven trådte i kraft 1. januar 2009. Formålet med loven er å fremme likestilling og likeverd, sikre like muligheter og rettigheter til samfunnsdeltakelse for alle, uavhengig av funksjonsevne, og hindre diskriminering på grunn av nedsatt funksjonsevne.

2.4.5 Lov om motorferdsel i utmark og vassdrag 1977

Formålet med loven er ut fra et samfunnsmessig helhetssyn å regulere motorferdsel i utmark og vassdrag med sikte på å verne om naturmiljøet og fremme trivsel i marka.

2.4.6 Kulturminneloven 1978

Lovens formål er at kulturminner og kulturmiljøer med deres egenart og variasjon skal vernes både som del av vår kulturarv og identitet og som ledd i en helhetlig miljø- og ressursforvaltning. Det er et nasjonalt ansvar å ivareta disse ressursene som vitenskapelig kildemateriale og som varig grunnlag for nålevende og fremtidige generasjoners opplevelse, selvforståelse, trivsel og virksomhet. Når det etter annen lov treffes vedtak som påvirker kulturminneressursene, skal det legges vekt på denne lovs formål.

2.4.7 Kulturloven 2007

“Lova har til føremål å fastleggja offentlege styresmakters ansvar for å fremja og leggja til rette for eit breitt spekter av kulturverksemd, slik at alle kan få høve til å delta i kulturaktivitetar og oppleva eit mangfold av kulturuttrykk.”



Foto: Ingrid Solberg.

3. Status og utfordringer

3.1 Evaluering kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet 2004-2013

Planen ble utarbeidet av en tverrfaglig arbeidsgruppe med representanter fra Sigdal idrettsråd, Øvre Sigdal idrettsforening, Sigdal og Eggedal jeger- og fiskeforening, Hovedutvalget for oppvekst og kultur og idrett og ungdomsleder/kultursjef.

Planens handlingsprogram har vært rullert årlig. Ansvaret for dette har vært delegert til hovedutvalget for oppvekst og kultur.

3.1.1 Overordnet målsetting for kultur i planperioden

Sette barn og unge i sentrum og samarbeide med lag og organisasjoner om utvikling av nye kulturtilbud som gjør Sigdal til et godt sted å leve.

3.2 Utfordringer – virkemidler – tiltak 2004-2013

3.2.1 Utfordringer

- Øke den daglige fysiske aktiviteten og utnytte naturressursene i nærmiljøet.
- Utvikle idretten og friluftslivet i samsvar med generelle samfunnsmessige målsettinger.
- Sørge for samsvar mellom kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet og kommunens budsjett.

Når det gjelder nærmiljøanlegg og ordinære anlegg er noen gjennomført og andre ikke. Noen prosjekter har mottatt spillemidler og er fullfinansiert. Årsaken til at noen ikke er gjennomført er enten manglende økonomiske eller administrative ressurser eller andre hindringer.

Tiltak fra kommunedelplan 2004-2013 som ikke har fått spillemidler enda er tatt med i revidert plan for 2014-2017.

3.2.2 Virkemidler

- Utnytte skoleanleggene til fysisk aktivitet både i skoletiden og til allmenn bruk på kveldstid.
- Informere, utvikle og skilte naturstier, lysløper og aktivitetstilbud som kan benyttes til uorganisert aktivitet.
- Sikre tilstrekkelige arealer til idrett, friluftsliv og leik i arealplaner med god og trafikksikker adkomst.
- Drift/vedlikehold av anlegg må vies stor oppmerksomhet.

3.2.3 Gjennomførte tiltak i perioden

- Rehabilitering av skytteranlegg: Stjernen skytterlag og Sigdal skytterlag.
- Rehabilitering av gokartbane ved Sigdal motorsenter.
- Skileikanlegg ved Eggedal skole (nærmiljøanlegg).
- Balløkke på Flata (nærmiljøanlegg).
- Opparbeidelse av grøntareal ved Idretts- og ungdomshuset.
- Bedring av adkomst til badestranda på Sandsbråten – opparbeidelse av volleyballbane.
- Samarbeid mellom kommunen og idrettslaga om drift av idrettsanlegg tilknyttet skoleanleggene på Nerstad og i Eggedal.
- Gjennomgang av fiskerettighetene i Trillemarka.
- Rehabilitering av friidrettsanlegg Prestfoss idrettspark.
- Ballbinge Prestfoss og Eggedal (nærmiljøanlegg) i forbindelse med skole.

- Kultursti ved Haglebu og Lauvli.
- Ny grusbane Eggedal.
- Rideanlegg ved Sigdal Museum.
- Nytt klubbhus Eggedal.
- Skilting og merking av turveier/stier.
- Reviderte kart til orientering.

3.2.4 Tiltak ikke gjennomført i perioden

- Toppdekke avlastningsbane Nerstad.
- Lysløype i Nedre Eggedal.
- Rulleskibane Nedre Eggedal.
- Skateboardrampe på Nerstad.

3.3 Nærmiljø – friluftsliv – fysisk aktivitet

3.3.1 Gjennomførte tiltak i perioden

- Utarbeide sti og løypeplan.
- Kulturløyper universelt utformet ved Lauvli og Hagan.

3.3.2 Tiltak ikke gjennomført i perioden

- Bedring av adkomst til - og kvalitet - på badeplasser (herunder Kvennaberget i Eggedal og Slettelandet i Prestfoss.
- Etablere større felles fiskekortområder, i første omgang i nedre del av Simoa.

3.3.3 Gjennomførte tiltak som ikke sto i planen

- Frisklivscentralen tilbud til alle innbyggere med Blant annet kostholdskurs for alle alle alders grupper, slutt å røyke-kurs, "Go og Svett" samt trim i basseng.
- Faste turer for alle i kommunen i sommerhalvåret.

3.3.4 Resultatvurdering

Tiltak er gjennomført etter innspill fra frivillige lag og organisasjoner og i tråd med kommunedelplanens handlingsprogram. Det er en del anlegg på langtidsplanen fra 2004-2013 som ikke er realisert. Dette skyldes i hovedsak at lagene har prioritert andre anlegg. Rehabilitering av anlegg og opparbeidelse av nærmiljøanlegg til uorganisert fysisk aktivitet har vært prioritert. Prioriterte tiltak er gjennomført som planlagt og i samsvar med kommunens økonomiplan.

I tillegg til idrettsanlegg tilknyttet skoleanlegg, er det de senere år innvilget kommunale andeler i forbindelse med bygging av ny stang- skytebane for Stjernen skytterlag i Nedre Eggedal. Eventuell kommunal medvirkning ved søknad om spillemidler vurderes for hvert enkelt tiltak.

3.4 Spillemidler til bygging og rehabilitering av anlegg

Etter gitte kriterier gis det spillemidler til bygging og rehabilitering av anlegg for idrett og friluftsliv, samt nærmiljøanlegg. Staten har som mål å bidra til bygging og rehabilitering av infrastruktur, slik at flest mulig kan drive idrett og fysisk aktivitet (egenorganisert og /eller uorganisert aktivitet) De viktigste målgruppene for spillemidler er barn (6-12 år) og ungdom (13-19) år.

Anlegg i lokalmiljøet som stimulerer og tilfredsstillende barns behov for fysisk aktivitet i organiserte og egenorganiserte former prioriteres særskilt. Når det gjelder ungdom, er det et mål å utvikle anlegg som tilfredsstillende ungdommens behov for utfordringer og variasjon.

Det er viktig at ungdom gis mulighet til medvirkning i utforming av anlegg. Anleggene bør også fungere som gode sosiale møteplasser i samfunnet.

Tilskuddsordningen til nærmiljøanlegg er utvidet de siste årene. Det fokuseres sterkere på egenorganisert virksomhet og arenaer for denne type aktivitet. Anlegg i tilknytning til skolens områder går også inn under tilskudd for nærmiljøanlegg.

Spillemidlenes totale ramme varierer fra år til år, avhengig av overskuddet fra Norsk Tipping AS. Hovedregelen ved rehabilitering og nyanlegg, er en statelig støtte på 1/3 av byggekostnadene, begrenset oppad til kr. 1.000.000,-. Til større, kostnadskrevede anlegg (eks. svømmehaller/flerbruks-haller) er tilskuddbeløpet høyere. Nærmiljøanlegg får en statelig støtte på 50 %, begrenset oppad til kr. 200.000,-. Friluftsanlegg som turveier, stier og løyper får en statlig støtte på 50 % begrenset oppad til kr. 1.000.000,-.

Det er et stort etterslep på innvilgelse fra Norsk Tipping. Overskuddet fra Norsk Tipping AS er for lite til å dekke behovet. Det kan ta flere år fra førstegangssøknad til spillemidler blir innvilget. Dette kan føre til forsinkelser i anleggstart og at kommunens handlingsplan ikke blir gjennomført i det tempo som er vedtatt, med mindre en løsning med mellomfinansiering blir benyttet. Dette vil for de frivillige organisasjonene være svært kostnadskrevede og for mange urealistisk.

Tabellen nedenfor viser en oversikt over spillemidler kommunen er tildelt i perioden 2002-2013.

Søknad	Søknadsdato	Søker	Søknadssum	Tildelt
Søknad	20.11.2002	Sigdal kommune	58 000	58 000
Søknad	14.11.2003	NMK Modum og Sigdal	700 000	700 000
Søknad	26.01.2004	Eggedal IL	132 000	123 000
Søknad	07.07.2004	Nedre Sigdal IF	33 000	33 000
Søknad	21.10.2004	NMK Modum og Sigdal	679 000	679 000
Søknad	27.09.2005	Sigdal kommune	1 500 000	1 000 000
Søknad	27.09.2005	Sigdal kommune	200 000	200 000
Søknad	27.09.2005	Sigdal kommune	40 000	40 000
Søknad	27.10.2005	Øvre Sigdal IL	22 000	22 000
Søknad	26.09.2006	Sigdal kommune	40 000	40 000
Søknad	07.12.2006	Sigdal kommune	500 000	500 000
Eggedal sandvolleyballbane	28.12.2007	Eggedal IL	39 845	38 000
Prestfoss idrettspark- ny skytterhall	05.09.2008	Sigdal kommune	700 000	700 000
Ballbinge Eggedal	28.10.2008	Sigdal kommune	200 000	200 000
Eggedal Ballbinge - lys	03.11.2008	Sigdal kommune	40 000	40 000
Trøseng ridebane, Bygging av ridebane	13.11.2008	Sigdal og omegn hestesportlag	40 000	40 000
Sigdal museum ridebane ,mindre kostnadskrevede anlegg	16.03.2009	Sigdal museum	40 000	40 000
Nerstad Idrettspark beach håndballbane	19.04.2009	Nedre sigdal idrettsforening	40 000	40 000
Prestfoss idrettspark-delprosjekt elektroniske skiver	22.10.2009	Sigdal kommune	148 000	148 000
Haglebu kultursti kulvert	20.01.2010	Sigdal kommune	40 000	40 000
Haglebu natur og kultursti	20.01.2010	Sigdal kommune	40 000	40 000
Prestfoss strandområde. Tilrettelegging for friluftsområde	04.05.2010	Sigdal kommune	40 000	40 000
Eggedal grusbane -Lys	19.11.2010	Sigdal kommune	167 306	167 000
Eggedal grusbane -Rehabilitering	19.11.2010	Sigdal kommune	690 241	690 000
Eggedal mølle -Bru	27.04.2011	Sigdal kommune	40 000	40 000
Nerstad skole, balløkke	22.06.2011	Sigdal kommune	40 000	40 000
Felthurtig- og Stang -skytterbane	27.10.2011	Stjemen Skytterlag	588 300	588 000
Eggedal nærmiljøkart	28.02.2012	Sigdal kommune	40 000	40 000
Eggedal klubbhus	23.11.2012	Sigdal kommune	460 108	460 000
			7 297 800	6 786 000

Kommunens samlede budsjetterte investeringsmidler avsatt til anlegg for fysisk aktivitet i perioden 2003-2013 utgjør kr 9.041.200,- . I gjennomsnitt kr. 904.120,- i året. Denne summen er relativt høy grunnet større investeringer i perioden, som rehabilitering av friidrettsanlegg og ny grusbane i Eggedal.

3.4.1 Anlegg med tilskudd fra friluftslivsmidler og anlegg uten tilskudd fra spillemidler

Friluftslivsmidler er statlige midler som fordeles av fylket. Kommunen kan hvert år søke om tilskudd til sikring (oppkjøp av viktige friluftslivsområder / inngåelse av evigvarende servituttavtale) og tilrettelegging av områdene. I tillegg kan lag og foreninger søke om tilskudd til friluftslivsaktiviteter.

Tilskuddsordningen er omtalt på www.bfk.no. Anlegg uten tilskudd fra spillemidler gjelder i hovedsak anlegg i fjellet som ikke er spillemiddelberettiget.

3.4.2 Kostnadsfri bruk av idrettsanlegg

Kommunen tilbyr gratis bruk av kommunale anlegg til idrettslag og uorganiserte mosjonsgrupper. Dette gjelder samfunnshussal/gymsal/svømmehaller. Når det gjelder svømmehaller gjelder dette kun på hverdager unntatt fredag. Ordningen har en verdi for idrettslagene på ca. kr. 130.000,- .

3.5 Idrett

Innenfor området idrett, friluftliv og fysisk aktivitet er det svært få lovpålagte områder. Det har i Sigdal vært stor politisk vilje til å satse på dette området.

Anleggssituasjonen i Sigdal er forholdsvis god. De fleste idretter har tilgang på gode treningsanlegg og anlegg hvor det er mulig å arrangere konkurranser. Innspillene som er kommet til denne temaplanen gjelder i stor grad rehabilitering og vedlikehold.

I forslag om nye anlegg er det hovedsakelig videreutvikling av eksisterende anlegg. Det har i Sigdal vært tradisjon for at kommunen bidrar med en gitt sum til bygging/rehabilitering av anlegg. Kommunen har noen økonomiske utfordringer i henhold budsjett og handlingsprogram 2013-2016, som gjør at det vil være en utfordring for kommunen å gi tilskudd til større kostnadskrevene anlegg, som i tillegg har store driftsutgifter.

3.5.1 Idrettslag

Idrettsregistreringen 2012 viser at de 13 foreningene som er tilsluttet Sigdal idrettsråd har 1812 medlemmer. Fem av foreningene er fleridrettslag. Dersom medlemmene er aktive i to idrettsgrener i en forening, så er dette medlemmet talt to ganger. Det er i tillegg registret 3 skytterlag i kommunen.

Idrettsregistreringen viser at det er noe flere gutter enn jenter i alderen 0-25 år, som er medlemmer av et idrettslag. I alderen over 20 år er det nesten 24 prosent flere menn enn kvinner i idrettslag. Nyere forskning viser at stadig flere kvinner velger å trene på private treningssenter, fremfor i organisert trening via idrettslag.

3.5.1.1 Skytterlag

Det er tre skytterlag i Sigdal. Skytterlagene er ikke medlem i idrettsrådet. Mange av medlemmene driver jaktrelatert skyting. Alle skytterlagene har aktiviteter for ungdom. Sigdal skytterlag og Stjernen skytterlag har nylig oppgradert og rehabilitert sine anlegg. Det er nybygd innendørs skytebane på Prestfoss samfunnshus, samt felthurtig- og stangskytebane som Stjernen skytterlag nylig har oppgradert.

3.5.1.2 Ungdomshuset

Idretts og ungdomshuset har hatt tilbud om bruk av gymsal på ettermiddagen og ligger i umiddelbar nærhet til idrettsanlegg/ballbinge som kan benyttes av de som bruker huset. Ungdomshuset har også gått til innkjøp av kajaker som kan lånes ved forespørsel.



3.5.1.3 Fotball

Fotball er en stor aktivitet i Sigdal. Det er gressbaner på tre steder i bygda, i tillegg til to grusbaner. Sigdal kommune eier Prestfoss idrettspark som har både gressbane og grusbane. Eggedal IL og Nedre Sigdal IF eier og driver de andre banene med tilskudd fra kommunen. Sigdal skiklubb ønsker i samarbeid med kommunen å bygge kunstgressbane på Prestfoss idrettspark. Utover dette foreligger det kun planer for rehabilitering av nærmiljøanlegg.

3.5.1.4 Håndball

Sigdalshallen er den eneste idrettshallen i kommunen. Her er det meget stor håndballaktivitet hele uken. Det ligger inne i handlingsprogrammet å prioritere nytt gulv i hallen. Nedre Sigdal IF eier hallen og får tilskudd til energi fra Sigdal kommune.

3.5.1.5 Langrenn

Det er fire lysløyper i Sigdal. I tillegg kjøres det skiløyper rundt i hele kommunen. Alle løypene blir drevet av idrettslagene. Det gis støtte gjennom kulturmidler til drift. Nedre Sigdal IF ønsker å sikre lysløypa bedre ved å anlegge gjerde ned mot elva (400m), samt å utvide traseen slik at det blir lettere å drive med skøyte trening. Det er ønske om å asfaltere lysløypa, for å kunne bruke den til rullleski. Sigdal Skiklubb ønsker å utbedre lysløypa til helårsbruk. Øvre Sigdal IL ønsker å bygge en garasje på Hovsmoen, hvor løypemaskinen og annet utstyr, bl.a. til skøytebanen, kan lagres inne. Videre ønsker de å endre løypeprofilen, slik at man slipper å krysse plassen foran innkjøringen til Frydheim. Dette vil øke sikkerheten for utøverne. Det arrangeres årlig løp som Holmvassløpet, Stjernaløpet og Åsmund Aaslys minneløp. Disse arrangementene er viktige for å holde på tradisjonen og er viktige inntektskilder for idrettslagene.

3.5.1.6 Skileik

Det er to registrerte skileikanlegg i Sigdal nå i idrettsanlegg.no. Nerstad har i tillegg et skileikanlegg. Det er ønske fra flere idrettslag å utvide dette tilbudet ved en eventuell ombygging av nåværende anlegg (Gunnerudbakken, Slettebakken).

3.5.1.7 Skøyter

Øvre Sigdal legger til rette for skøytebane på Hovsmoen. Der er det uorganisert aktivitet.

3.5.1.8 Alpint

Det er fire alpinanlegg i Sigdal. To av disse ligger på henholdsvis Haglebu og Tempelseter, dette er kommersielle anlegg. Anleggene i bygda ligger i Eggedal og Prestfoss og driftes av Eggedal IL og Sigdal skiklubb. Det er den uorganiserte aktiviteten som er størst i alpinbakkene. Sigdal Skiklubb ønsker å få på plass en ny skiheis i Slettebakken og å forlenge bakken. Videre ønsker de å anlegge parkeringsplass knyttet til anlegget.

3.5.1.9 Hopp

Det er en hoppbakke som er i drift i Eggedal. Det er registrert flere anlegg på idrettsanlegg.no, disse er ikke formelt lagt ned. Øvre Sigdal IL ønsker å finne nye bruksområder for Gunnerudbakken.

3.5.1.10 Orientering

Nedre Sigdal IF O- gruppe er en gruppe som samarbeider mye med Modum O-lag. De gamle kartene blir fortløpende revidert av gruppen.

3.5.1.11 Kung Fu

Eggedal idrettslag har startet Kung Fu gruppe som har medlemmer fra hele bygda og er et attraktivt tilbud.

3.5.1.12 Friidrett

Prestfoss idrettspark har et flott fylkesanlegg som sto ferdig i 2008. Anlegget benyttes til regionale og nasjonale mesterskap, i tillegg til organisert/egenorganisert trening og bruk for skolene i området.

3.5.1.13 Svømming

Det er to svømmehaller i Sigdal. Eggedal og Prestfoss. Lag og foreninger benytter disse i stor grad til diverse trening. Det blir også arrangert rullekurs for kajakk. Det er åpent for folkebadning en gang i uken. Bassengene holdes stengt fra 1. mai til og med uke 40.

3.5.1.14 Sykkel

Mange syklistene bruker veinettet i kommunen. Sykling i skogen og ellers etter merkede sykkelstier/veier i forbindelse med Trillemarka er også attraktivt. Øvre Sigdal idrettsforening arrangerer årlig sykkelturen "Soneren rundt" som er et familiearrangement.

3.5.1.15 Motorcross

NMK Modum og Sigdal eier og drifter Sigdal Motorsenter. Dette er et tilnærmet komplett motorsportsanlegg med gokartbane, bilcross/rallycrossbane og motocrossbane. NMK Modum og Sigdal ønsker å utbedre og oppdatere gokart banen. Intensjonen er å lage et multifunksjonelt anlegg som skal brukes både til motorsport og til treningsanlegg for f.eks. rullleski. Ved å åpne anlegget for annen aktivitet enn motorsport, håper de å skape mer aktivitet ved anlegget. Videre ønsker de å sammenkople deler av rallycrossbanen inn på gokartbanen for å lage et treningsanlegg for racing/formelbiler. Dette vil bidra til at Sigdal motorsenter er det eneste anlegget innenfor en radius på 3-4 timer kjøretid som kan tilby dette. NMK Modum og Sigdal ønsker å anlegge ny trase for motocross løype, da dagens løype krysser bilcross/rallycross banen og umuliggjør trening eller konkurranser på begge baner samtidig.

3.5.1.16 Trim/Turgrupper

Idrettsforeningene legger til rette for turer i kommunen ved å merke å vedlikeholde stier. Utfordringen er at man ikke alltid vet hvor turene begynner. Gjennom prosjektet "God tur" som er et regionalt samarbeidsprosjekt i midt fylket er nå mange av turene lagt ut på www.ut.no. Det å ha et mål kan gjøre turen lettere. I Sigdal er det satt ut "postkasser" ved mange populære turmål. Besøk registreres ved at man skriver seg inn i en bok som ligger i kassa.

3.5.1.17 Drammen og Opland Turistforening

Drammens og Oplands Turistforening (DOT) er en medlemsforening i Den Norske Turistforening (DNT) og arbeider for å legge forholdene til rette for friluftsliv i skog og fjell både sommer og vinter. To av DOT sine hytter ligger i området i og rundt Sigdals fjell: Toveseter og Høgevarde turisthytte. Toveseter ligger på ruta Norefjell - Hardangervidda, mellom Haglebu og Høgevarde. Høgevarde turisthytte ligger på Norefjellryggen, 1400 moh, som første hytte på ruta mot Hardangervidda.



Foto: Ingrid Solberg.

3.5.1.18 4H

I Sigdal er det tre 4H-klubber: Rose, Andersnatten og Vad 4H. Tre aktive klubber med barn og ungdom i alderen 10 til 19 år. Slagordet i 4H er "å lære ved å gjøre det". Dette ønsker klubbene å legge til rette for. 4H-erne jobber gjennom året med et selvvalgt prosjekt innenfor ulike aktivitetsområder som f.eks. natur, husdyr, matlaging/baking, idrett og lagsarbeid. De jobber mye med friluftsliv og har bygget en gapahuk på "Gamlevæien til Lauvli" som er et flott turmål og utsiktspunkt. Sigdal fikk i 2013 egen 4H-gård Setra som ligger på Greenskogen.



Foto: Jonas Nikolaisen.

3.5.1.19 Jeger- og fiskeforeningen

Sigdal og Eggedal JFF samarbeider med grunneierne rundt Soneren og i vassdraget i Eggedal om samordning av fiske, dette skal gi bedre og enklere muligheter for fiske for alle. For å møte dagens krav til anlegg og fasiliteter, og for å ivareta den økte etterspørselen, ønsker Sigdal og Eggedal JFF å bygge en ny leirduebane integrert i anlegget på Hertåtangen. Sigdal og Eggedal jeger og fiskeforen-

ing er en aktiv organisasjon i Sigdal med egen ungdomsgruppe.

3.5.1.20 Velforeninger

Det fins noen velforeninger i Sigdal. Disse tar ofte ansvar for utvikling og tilrettelegging for aktiviteter i sitt boligområde.

3.5.1.21 LHL

LHL, Landsforeningen- for hjerte- og lungesyke, er en interesseorganisasjon for mennesker med hjerte- og lungesykdom og deres pårørende. Det lokale arbeidet er grunnstammen i LHLS virksomhet. LHL senteret i Sigdal gjennomfører flere aktiviteter som fremmer psykisk og fysisk helse

3.5.1.22 NaKuHel

NaKuHel er forkortelsen for begrepene NATur, KULTur og HELse. Tanken bak NaKuHel er å skape miljøer som er sammensatt, inkluderende og uformelle, der en kan spille ut forskjellige sider ved seg selv gjennom natur- og kulturaktiviteter i samspill med andre. Et nettverk av offentlige og private institusjoner, undervisningsinstitusjoner, aktører i næringslivet, frivillige organisasjoner og privatpersoner vil kunne ha et betydelig potensial i møte med utfordringer i samfunnet på områder som psykisk helse og sykefravær.

3.5.2 Andre tilbud

3.5.2.1 Kommersielle treningsentre

Det er to kommersielle treningsentre i Sigdal med lokalisering på to steder. Det er et overtall av kvinner som benytter seg av dette tilbudet.

3.5.2.2 Skole- og nærmiljøanlegg

Alle skolene er tilknyttet idrettsanlegg. Nærmiljøanlegg som ballbinge er det i Eggedal og Prestfoss. Nerstad ønsker å bygge ballbinge i nær fremtid. Det er sandvolleyballbane i Eggedal eid og driftes av Eggedal idrettslag og på Frydheim Grendehus som Øvre Sigdal idrettsforening eier og drifter.

3.6 Friluftsliv

Friluftslivet i Sigdal har gode forutsetninger. Det meste registrert under dette området kan betegnes som uorganisert fysisk aktivitet som ligger til rette for både innbyggere, hyttebefolkning og turister. Blant Sigdals særlige kvaliteter kan nevnes:

- Lett adkomst til skog, fjell og vann.
- God plass/attraktive turområder.
- Rike vilt, fisk, bær og soppressurser.

De største svakhetene ved friluftslivet i Sigdal i dag er:

- Få og små områder der allmennheten har tilgang på småviltjakt.
- Mangelfull informasjon om friluftslivstilbudene.
- For dårlig tilrettelegging for friluftsliv tilknyttet hovedvassdraget.
- For få tilrettelagte badeplasser (adkomst m.v.).

I tida framover kan følgende forhold få negative konsekvenser for friluftslivet i Sigdal:

- Forurensing/forsuring av vassdrag.
- Manglende vedlikehold av stier/løyper.
- Forringelse av turområder p. g. a. utbygging.
- Økende motorferdsel på vassdrag og i utmark.

For å møte trusler, redusere svakheter, ta vare på sterke sider og videreutvikle friluftslivet i Sigdal bør en:

- Ved større utbygginger i fjellet tidligst mulig kreve konsekvensutredning.
- Utbygging bør ikke tillates på oversiden av hovedskiløypa.
- Gjennomføre tiltak med sikte på å bedre/ta vare på vannkvaliteten i vassdragene (kalking, redusere lokale utslipp).
- Øke tilgang på småviltjakt for allmennheten.
- Øke tilgang på sportsfiske/færre (ett?)/større kortområder.
- Øke bruken av hovedvassdrag i friluftssammenheng bl. a. ved å gjøre vassdragene lettere tilgjengelig (stier, skilting m.m.) og ved å forsøke å bedre kvaliteten på fisken i vassdraget
- Plan for stier/løyper (prioritering/ansvar/standarder).
- Utarbeide informasjon (bl. a. friluftlivskart) til brukere og til de "offensive" interessene i utmarka (utbygging/skogbruk).
- Drive flerbruk (skog) og bevisst, langsiktig arealforvaltning.
- Holde motorferdsel i utmark innenfor akseptable rammer.

3.6.1 Organisert aktivitet

Det er organisert friluftsliv gjennom følgende organisasjoner.

- Sigdal og Eggedal Jeger og fiskeforening (ca 190 medlemmer)
- Drammen og Omegn Turistforening.

Jeger og fiskeforeningen disponerer fiske i diverse vann på Nerdalen og i Glessjøen og Vardåstjern i Holmenmarka. Foreningen disponerer også hytter og småviltjakt og rådyrjakt i Trillemarka. Turistforeningen organiserer lokale fellesturer i fjellområdene.

3.6.2 Uorganisert aktivitet

Det er stor friluftslivaktivitet i kommunen, dette dokumenteres i årsmeldinger fra idrettslagene og er synliggjort i skjema over aktiviteter. Viktige aktiviteter er turer til fots og på ski, jakt, fiske, bading, bær- og soppsanking m.m.

3.6.3 Definisjoner på friluftsliv

Friluftslivet defineres som "opphold og fysisk aktivitet i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse" (Miljøverndepartementet T-1474 "Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse"). Kulturdepartementet har valgt å la friluftsliv inngå i begrepet fysisk aktivitet. Fri tiden står i kontrast til arbeidslivet med stress, mas og forurensing. Da samler vi overskudd. De daglige bekymringene skyves til side og store problemer oppleves mindre. Friluftsliv er å komme bort i tillegg til å komme til noe.

Uansett hvor man har vært hvor man har vært på tur, har man opplevd natur- og kulturlandskap, sett dyr, planter, kulturminner eller gått langs gamle eller nye stier og veifar.

Historisk sett er friluftslivet i Norge blitt styrt gjennom den private sfære, der friluftslivets fremste talspersoner stor sett kom fra middel- og overklassen. Motstanden mot å gjøre friluftslivet til et statlig ansvar var stor. Det var ikke vilje til å søke offentlig, økonomisk støtte for å fremme og bedre friluftslivets betingelser. Det er nå økende oppfatning at den nære naturtilknytningen som har preget livet i Norden har satt dype spor i vårt følelsesliv. At mennesket påvirkes av å være i naturen, og at naturen har potensial både til forebygging og håndtering av stress, lindring av smerte, krisebearbeiding og mental oppbygging, har fått bred støtte og er vitenskapelig dokumentert (T-1474).

Eksempler på friluftsliv: fotturer, skiturer, bær- og sopplukking, bading, båtliv, fritidsfiske, jakt, skøyteløping, løpe- og joggeturer, turorientering, sykkeltinger, rideturer.

3.6.3.1 Friluftsområder

Store, oftest uregulerte områder som i hovedsak er i privat eie, og som omfattes av allemannsretten.

Det er ikke krav om parkmessig opparbeidelse, kun tilrettelegging for bruk. Områdene benyttes til turliv, jakt, fiske, fysisk aktivitet og trening. I kommuneplanens arealdel er friluftsområdene oftest vist som landbruks-, natur- og friluftsområder (LNF-område). I reguleringsplansammenheng kan friluftsområder avsettes til spesialområder for friluftsliv (jf. pbl. § 25, nr. 6).

3.6.3.2 Friområder

Er avgrensede områder med spesiell tilrettelegging og opparbeidning for allmennhetens uhindrede rekreasjon og opphold. Områdene er vanligvis ervervet, opparbeidet og vedlikeholdt av kommunen og kan være parkanlegg, turveier, lysløyper, lekeplasser, nærmiljøanlegg og badeplasser. Inngrepsfrie naturområder i nærmiljøet, f.eks koller, sletter og bakker kan også defineres som friområder. I kommuneplanens arealdel er friområder oftest vist som byggeområde på kartet, da de betraktes som en del av dette formål. I reguleringsplansammenheng er friområder en egen kategori (jf. pbl § 25, nr. 4)

3.6.3.3 Universell utforming

Utforming og sammensetning av ulike produkter og omgivelser på en slik måte at de kan brukes av alle mennesker, i så stor utstrekning som mulig, uten behov for tilpassing og spesiell utforming.

3.6.3.4 Lavterskeltilbud

Med begrepet "lavterskeltilbud" menes aktiviteter som egner seg for personer som i utgangspunktet er lite/ikke fysisk aktive, som ikke krever spesielle ferdigheter, som krever lite utstyr, har lav pris/er gratis og er lett tilgjengelig fysisk, sosialt og kulturelt.

3.7 Friskliv

Friskliv er tiltak innenfor levevaneområder fysisk aktivitet, kosthold og tobakk hvor målet er å gjøre det enklere for enkeltpersoner(0-100 år) eller grupper i befolkningen å ta helsemessig gode valg.

3.7.1 Folkehelsearbeid

Samfunnets totale innsats for å opprettholde, bedre og fremme folkehelsen. I dette ligger nødvendigheten av å styrke verdier som gir det enkelte individ og grupper muligheter for ansvar, delaktighet, solidaritet, menstring og kontroll over eget liv og situasjon.

3.8 Fysisk aktivitet barnehage og skole

3.8.1 Barnehage

Grunnlaget for aktivitetsvaner og god helse legges i tidlig barndom og oppvekst. De aller fleste barn går i barnehage, og barnehagen er derfor en egnet arena til å innarbeide gode vaner for fysisk aktivitet.

Barnehagene legger stor vekt på variert fysisk aktivitet gjennom hele året i tråd med rammeplanen. De har store og fine uteområder som innbyr til allsidig lekeaktiviteter og som utfordrer motoriske ferdigheter. Uteområdet brukes aktivt opptil flere timer hver dag, uansett årstid og vær.

Vinterstid er det gode muligheter for ski- og akeaktiviteter, da flere av barnehagen har flotte skileikområder nært opp til barnehagene. Barnehagene går turer i skog og mark og de har bla gapahu/lavo som brukes en til flere dager i uka. Barnehagene har mulighet til å benytte seg av gymsal en til flere dager i uken. I sommerhalvåret kan barna ha med sykkel i enkelte av barnehagene.

Barnehagene har store innearael og flere rom som innbyr til ulike typer aktiviteter. Når barna får leke, så rører de på seg, og i barnehagene utgjør leken en stor del av barnehagehverdagen og den fysiske aktiviteten.

Barna får bl.a. mulighet til å videreutvikle sin kroppsbeherskelse, rytme og motoriske følsomhet, gjennom "Mini-røris", et opplegg med musikk og bevegelse som barnehagene bruker aktivt. Det er viktig med et sunt og godt kosthold, og dette er noe barnehagene har fokus på. De har bl.a. smøremåltid med variert pålegg og noen av barnehagene har i tillegg faste dager med varm mat. Det serveres frukt og melk hver dag.

3.8.2 Skole

Skolen spiller en viktig rolle for idrett og fysisk aktivitet. Skolen samler alle og har derfor stor påvirkning gjennom holdninger i forbindelse med kroppsøving, lek i friminutter og som samlede faktor i nærmiljøet utenom skoletid. Utvikling av en god og sunn livsstil i barneårene er viktig for god helse i voksen alder. Fysisk aktivitet i skolen legger et viktig grunnlag for dette. Skolene arbeider for å gi elevene innblikk i ulike typer aktiviteter og idrett gjennom kroppsøvings-faget og en egen time med fysisk aktivitet for 5.-7.klasse, slik læreplanen legger opp til.

Elevene på ungdomsskolen får tilbud om gratis frukt.

Skolenes uteområder og nærmiljø gir gode muligheter for aktivitet i friminuttene. Det er store uteområder som innbyr til aktiviteter som fotball, håndball, slåball, sandvolleyball, paradiset, lek i sandkasse, m.m.

Barnetrinnene har gapahuk i nærheten av skolen som brukes aktivt til turer og uteskole. På to av skolene er det også innendørs svømmehall.

3.8.3 Aktivitetsdager

Skolene arrangerer ulike aktivitetsdager internt gjennom skoleåret. Dette kan f.eks være balldag for 5.-7. trinn hvor det er en turnering mellom barneskolene, skidager, friidrettsdager eller "toppturer" i nærmiljøet. Aktivitetsdagene ligger som en del av kroppsøvingsfaget.

3.8.4 Leirskole på Knattholmen

Her får 7. klasse elevene friluftsliv og naturopplevelser på land og sjø, og de får bla ta del i klatring, båtliv, padle kajakk, kano, seilbrett, flåtebygging m.m.

3.8.5 Folkehelsedag

Folkehelsedagen arrangeres i regi av Frisklivssentralen i samarbeid med skolen, Helsestasjonen, Tannhelsetjenesten og FAU med fysisk aktivitet, livsstil og helse. Målet med dagen er at elevene skal bli mer bevisst sitt eget kosthold og helse, og øke kunnskapen om sammenhengene.

3.8.6 Skogdager

I samarbeid med Skogbruksetaten arrangeres det Skogdag for 5.-7.klassene Det er lagt opp til natursti løype med poster og spørrekonkurranse etterpå

3.8.7 Aktiv 365

Utdanning av aktivitetsledere på ungdomsskolene i regi av prosjektet "Aktiv365", har som mål at disse elevene skal lede aktivitet på egen skole i friminutt og annen tid avsatt til dette. Dette tilbudet kan barneskolen benytte noen ganger i året.

3.8.8 Utfordringer

- Sigdal Ungdomsskole skal 2013/2014 videreutvikle kantinetilbudet sitt med bl.a. vekt på sunt kosthold.
- På Eggedal skole er det ønske om å bygge Tarzan-løype i skolegården, og de ser for seg at det kan bli et samarbeidsprosjekt med idrettslaget (=nærmiljøtiltak) etter hvert.
- Ferdigstillelse av uteområdet ved Prestfoss skole i samarbeid med skolens FAU.
- Ferdigstillelse av uteområdet ved Nerstad skole med vekt på trafiksikkerhet.
- Utvikling av uteområdet ved Sigdal Ungdomsskole

3.9 Frisklivssentralen i Sigdal

Frisklivssentralen i Sigdal har ikke egne lokaler, men driver sine aktiviteter rundt på ulike arenaer i kommunen. Administrativt ligger tjenesten under helsestasjonen med en fysioterapeut i 40 % stilling som koordinator.

Friskliv er et eget prosjekt under fysioterapi helsestasjon med virksomhetsleder for helsestasjonen som budsjettansvarlig. Sentrale føringer som samhandlingsreformen og Folkehelseloven ønsker å dreie fokus fra kurativ virksomhet over mot forebyggende og helsefremmende arbeid og frisklivssentralen skal være pådriver for en best mulig livsstil blant befolkningen.

Hovedoppgaven er å drive aktivt folkehelsearbeid innenfor områdene fysisk aktivitet, sunt kosthold, røykeslutt og psykisk helse og å forebygge livsstilssykdommer. Det har blitt arrangert følgende aktiviteter: "Go- og svett" intervalltrening, Trim på resept med stavgang og inneøvelser, Bassengtrening, Hjertetrim, Trim etter jobb, seniordans, kostveiledningskurs og røykesluttkurs.

Noen av aktivitetene har gått over til å bli selvdrivende (seniordans) og det kan også bli aktuelt for flere aktiviteter. I tillegg tilbys helsesamtaler og individuell røykesluttveiledning. Målgruppa er personer som har behov for hjelp til å lære å mestre og endre levevaner. Det å innarbeide gode levevaner for barn har også vært en prioritert oppgave og det har vært drevet aktivitetsgrupper og Folkehelsedager på alle de fire skolene i kommunen.

Frisklivssentralen samarbeider tett med helsestasjonen og andre ulike samarbeidspartnere som skole, Aktiv 365, frivillige organisasjoner, FAU, tannhelsetjenesten, m.fl. Det leies inn eksterne instruktører til en del av aktivitetene. Aktivitetene er lett tilgjengelige både for deltagere med frisklivsresept og andre. Frisklivsresept kan skrives ut av leger eller annet helsepersonell og gir mulighet for helsesamtale og deltagelse på frisklivssentralens aktiviteter. Det er ønskelig at det skrives ut flere resepter da det sikkert er mange som har behov for hjelp til livsstilsendring. De som får resept betaler kun en egenandel og har da mulighet til å kunne delta på flere aktiviteter.

Utfordringen er å drive aktivitetene innenfor budsjettet da egenandelene fra deltakerne ikke gir nok inntekter til å drifte aktivitetene. Sigdal kommune fikk tidligere øremerkede midler fra fylkeskommunen for å drive frisklivssentralen, men dette er det slutt på og folkehelsemidler tilføres kommunen innenfor ramma. Det er mulig å søke på prosjektmidler fra fylkeskommunen og helsedirektoratet, men dette er usikkert og lite forutsigbart m.h.t. inntekter. Det er derfor vanskelig å planlegge tiltak ut fra så usikre føringer. Det er vedtatt at alle kommuner skal ha et frisklivstilbud. Dersom dette tilbudet skal bestå i Sigdal må mer av folkehelsemidlene overføres til forebyggende helsearbeid for bedre folkehelse innenfor Frisklivssentralen.

3.10 Folkehelse og fysisk aktivitet

Med fysisk aktivitet forstås egenorganisert trenings- og mosjonsaktiviteter, herunder friluftsliv og aktiviteter preget av lek.

Sigdal har store naturressurser med både fjellområder og skogsareal med merkede turstier og løypenett for både sommer og vinteraktivitet. Disse benyttes til allmenn fysisk aktivitet av både innbyggere og turister. Tilbudene ligger spredt og omfatter en rekke ulike anlegg/områder fra overnattingshytter og preparerte skiløyper til turområder og bal-løkker/leikeplasser uten noen form for organisert tilrettelegging. Det er en rekke friluftslivstilbud i kommunen som dagens skiløype, og andre turer i regi av lag og foreninger.



3.11 Drift og vedlikehold av eksisterende og planlagte anlegg

Midler til drift og vedlikehold av kommunale anlegg er innlemmet i kommunens budsjett. Ved etablering av nye anlegg skal det vurderes de driftsmessige konsekvensene og hva som kreves av årlige vedlikeholdsmidler. Sigdal kommune yter årlige tilskudd til drift av private anlegg. For øvrig er driften anleggseiers ansvar.

3.11.1 Avsatte driftsmidler i kommunens budsjett (2013)

- Kr. 628.000,- til idrettsformål, til frivillige lag og organisasjoners aktivitet, anlegg og drift, leie av grunn og kr. 70.000,- til kommunale anlegg. I tillegg er det lagt inn midler (kr. 100.000,-) til vedlikehold av gressbanen på Prestfoss idrettspark hvert 3. år fra 2010.
- Kr 20.000,- til drift av andre kulturanlegg (skytteranlegg, grendehus m.v.).
- Kr. 200.000,- til løypekjøring i fjellområdene. Tileggeleggsbevilgning fra Trillemarkafondet på kr. 150.000,- kroner. Det vil si kr. 350.000,- totalt.

I tillegg er det avsatt midler til leie av arealet av badeplassen ved Sandsbråten og rengjøring av toalettet.

Kommunen tilbyr gratis bruk av kommunale anlegg til idrettslag og uorganiserte mosjonsgrupper. Dette gjelder samfunnshussal/gymsal/svømmehaller. For svømmehaller gjelder dette kun på hverdager unntatt fredag. Ordningen har en verdi for idrettslagene på ca. kr. 130.000,-.

3.12 Natur, miljø og estetikk

Det er nær sammenheng mellom natur, miljø og estetikk og idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet. Naturen er avgjørende for lokalmiljøet, for eksempel tilrettelegging i form av ferdeselsåre for myke trafikanter har en positiv effekt på både folkehelse og miljø, særlig i Sigdal der dette enkelt kan legges i tilknytning til grøntstruktur. Estetikken og opplevelsen av våre anlegg og friområder er avhengi av vedlikehold og skjøtsel.

3.12.1 Utmarka og fjellet

Sigdal kommune har store utmarks- og fjellområder. Både fjellet og utmarka gir mange opplevelser i form av turer på ski, sykkel eller til fots. I tillegg til skogbruksvirksomhet, har utmarka også verdi som allsidig matkammer med rikt innhold av bær, sopp, fisk og vilt, og byr på opplevelsen av stillhet og natur med rike muligheter til fysisk utfoldelse gjennom hele året.

De fleste av stiene, som vi i dag bruker til jogging og turgåing, er eldre veifar som har vært brukt i forbindelse med seter- og tømmerdrift.

3.12.2 Kulturminner

Kulturminner og kulturmiljøer er spor etter menneskenes tidligere virksomhet. De kryder tur og naturopplevelsen. Ved å følge de gamle veifarene føler vi nærhet til dem som vandret her før oss og som kanskje tilrettela dem med tørrmurer og kløpper. Det er en egen følelse å spise matpakken på en gammel setertuft eller husmannsplass hvor bygningene ennå står, og særlig hvis de holdes i hevd, for eksempel som dagsturhytte. Naturen og kulturminnene bidrar til nye sanseintrykk, kunnskap og tanker (T-1474). Spor etter fortidens mennesker har en styrke som formidler av historie, fordi kulturminnene gir mulighet til å komme fortiden nær. Mange steder knytter det seg også sagn og historier til.

I kommunen er det mange merkede stier. I tillegg er det stier og veifar som er blitt til i gammel tid. Flere har fått navn som knytter dem til historien. "Prestveien", "Gamleveien Bergan-Vik" og "Gamleveien til Lauvli". Noen er skiltet med kulturhistorisk informasjon. Idrettslagene i kommunen foretar vedlikehold og merking av de gamle veiene. Det er utarbeidet en liste over alle de merkede stiene og det jobbes gjennom "God tur-prosjektet" med ytterligere merking og med publisering på

nettstedet www.ut.no. I fjellområdene er det Eggedal Turlag som ivaretar at skiløyper blir kjørt og markedsført vinterstid.

3.12.3 Trillemarka-Rollagsfjell naturreservat

Naturreservatet ligger i de tre kommunene Sigdal, Rollag og Nore Uvdal og er landets største barskogreservat. Det er registrert i alt 265 kulturminner (enkeltobjekter) i området. Dette kan fordeles på 38 setervoller, 21 fløtningsdammer samt tømmerkoier, høyløer, kullmiler, gamle seterveier m.m. Kulturminnene i naturreservatet er både en kilde til kunnskap og en kilde til opplevelse for de som er på tur i området, og det må være en overordnet målsetting at de ivaretas gjennom skjøtsel slik at framtidige generasjoner også kan oppleve dem. "Bruk er det beste vern" er et godt motto for kulturminnene. Stiene er et godt eksempel på dette. De forsvinner når ingen går dem.

3.12.4 Kulturminneplan

For at folk som kommer etter oss skal kunne oppleve og forstå kulturhistorien, må de kulturhistoriske verdiene skjøttes. For at ikke naturen skal ta igjen kulturminnene, kulturmiljøene og kulturlandskapet, må vi ha en kulturminneplan som gir en oversikt over hvilke kulturminner vi har, hvor de er i landskapet og som også sier noen om hvordan vi skal passe dem (skjøtselsplan).

3.13 Utviklingstrekk i Sigdal kommune

Nasjonale undersøkelser viser at idrett og fysisk aktivitet drives i større grad av alle aldersgrupper i befolkningen. Barn og unge i alderen 8-19 år oppgir 3 av 4 at de trener eller driver fysisk aktivitet i mosjonshensikt minst en gang i uken. I aldersgruppen 8-12 år svare nesten 9 av ti det samme (Synovate, barn og ungdomsundersøkelsen 2009). En utfordring for idretten vil være å skape interessante og positive tilbud til ungdom, både de som ønsker å drive mer tradisjonell trenings eller konkurranseaktivitet, og de som ønsker en annen type aktivitetstilbud. I NIFs Idrettspolitiske dokument 2011 – 2015 er det et mål å bedre ivareta og beholde ungdomsgruppen gjennom å utvikle og tilrettelegge varierte aktivitetstilbud i tråd med ungdommenes egne forutsetninger, ønsker og behov. For å kunne utvikle slike tilbud vil det være nødvendig med mer omfattende og oppdatert kunnskap om årsaker til hvorfor ungdom slutter å trene i idrettslag, og ikke minst hva som kan motivere til fortsatt trening og organisasjonsdeltakelse

3.13.1 Folkehelseprofilen for Sigdal 2013

3.13.1.1 Om befolkningen

- Forventet levealder for kvinner er ikke entydig forskjellig fra det som er forventet i landet som helhet.
- Andelen eldre over 80 år er høyere enn i landet som helhet.
- Andelen i én-personhusholdninger er ikke entydig forskjellig fra landsnivået.

3.13.1.2 Levekår

- Andelen med videregående eller høyere utdanning er ikke entydig forskjellig fra landsnivået.
- Kommunen er ikke entydig forskjellig fra landet som helhet når det gjelder andelen personer i husholdninger med lav inntekt.
- Andelen uføretrygdede under 45 år er ikke entydig forskjellig fra landsnivået.
- Andelen barn med enslig forsørger er lavere enn i landet som helhet.

3.13.1.3 Miljø

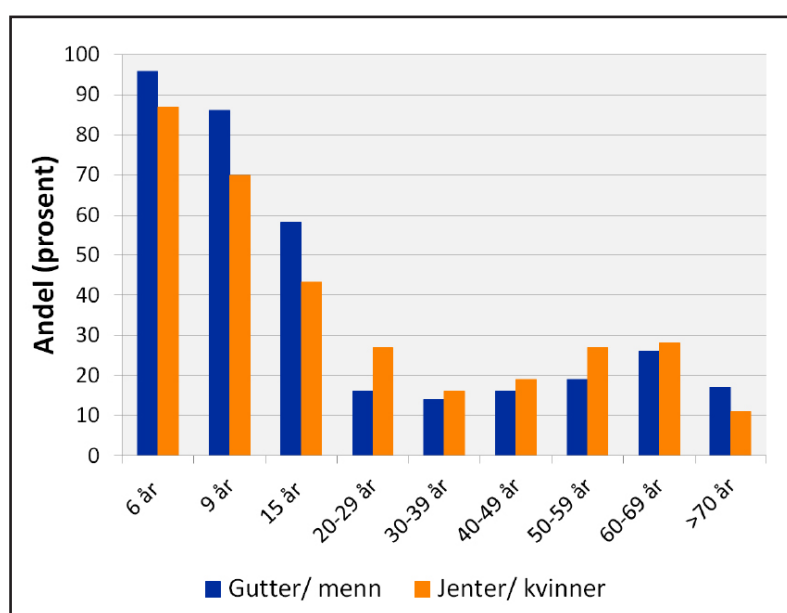
- Andelen personer tilknyttet vannverk med 12 analyserte prøver og med tilfredsstillende resultater mht. E. coli, ser ut til å være lavere enn landsnivået. Dette gjelder den delen av befolkningen som er tilknyttet rapportpliktig vannverk.
- Andelen som skades i ulykker er lavere enn i landet som helhet, vurdert etter sykehusinnleggelser.

3.13.1.4 Levevaner

- Røyking ser ut til å være et større problem enn i landet som helhet, vurdert etter andelen gravide som røyker ved første svangerskapskontroll. Vi har ikke tall for resten av befolkningen.
- Overvekt er ikke entydig forskjellig fra landet som helhet, vurdert etter andelen menn med KMI > 25 kg/m² på sesjon.

3.13.1.5 Helse og sykdom

- Andelen med psykiske symptomer og lidelser er lavere enn i landet som helhet, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.
- Andelen med hjerte- og karsykdom er ikke entydig forskjellig fra landsnivået, vurdert etter sykehusinnleggelses.
- Andelen personer med type 2-diabetes ser ut til å være lavere enn landsnivået, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.
- Plager og sykdommer knyttet til muskel- og skjelettsystemet ser ut til å være mindre utbredt enn i landet som helhet, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.



Figuren viser andelen som oppnår anbefalt minimum aktivitetsnivå i ulike aldersgrupper, målt ved hjelp av aktivitetsmålere.

Tallene i figuren er hentet fra kartlegginger av aktivitetsnivået i befolkningen som Helsedirektoratet gjennomførte i 2008-2011 (2,3).

Voksne og eldre anbefales å være i fysisk aktivitet i minst 30 minutter daglig, mens barn og unge anbefales minst 60 minutter daglig fysisk aktivitet.

Figuren viser at det er stor variasjon mellom de ulike aldersgruppene når det gjelder i hvor stor grad de oppnår anbefalt aktivitetsnivå.

3.13.2 Ungdom og fysisk aktivitet

Det generelle bildet på ungdom og treningsaktivitet er som tidligere vist at det er færre som ikke trener, og flere som trener mye. NOVAs undersøkelse fra 2011 viser at 45 prosent av ungdommene oppgir at de er medlem i et idrettslag, den samme andelen som sier at de har trent i et idrettslag den siste uken. Undersøkelsen viser at trening på treningssenter øker mest som treningsform blant ungdom. I 2010 oppga 32 prosent at de hadde trent på et senter, mot 16 prosent i 1992 (NOVA 2011). Når det gjelder trening i idrettslag ser vi en svak tendens til at flere oppgir å trene i idrettslag i 2010 enn i 1992. Undersøkelsen viser at egenorganisert trening fortsatt er den dominerende treningsformen blant ungdom. Hele 59 prosent oppgir å trene på egenhånd. Tallene viser, at selv om deltakelse i idrettslag går jevnt ned fra 13 til 17-års alder, er omfanget av trening og fysisk aktivitet langt mer stabilt. Det er derfor grunn til å stille spørsmål ved hvorvidt nedgangen i idrettslagenes oppslutning virkelig er et frafall, eller om det primært dreier seg om en overgang til andre former for fysisk aktivitet. Dersom det siste er tilfellet, er det fortsatt en utfordring for idretten, og for en statlig idrettspolitik som tar utgangspunkt i at det har en merverdi for barn og ungdom å utøve idrettsaktivitet innenfor rammene av et frivillig, sosialt fellesskap.

3.13.3 Idrett og fysisk aktivitet hos voksne

Idrett og fysisk aktivitet har også en sentral plass i mange voksnes liv. Tall fra Norsk Monitor viser at hele 74 prosent av den voksne befolkningen oppgir at de driver fysisk aktivitet i form av trening

eller mosjon på fritiden minst én gang i uka eller oftere. I 1985 svarte 58 prosent ja på det samme spørsmålet. Den klart største andelen av den voksne befolkningen som trener og mosjonerer regelmessig gjør dette i form av egenorganisert aktivitet, enten alene eller sammen med familie og venner. 80 prosent av treningsaktiviteten for befolkningen mellom 20 og 85 år er egenorganisert. I samme aldersgruppe er det om lag 27 prosent av mennene og 18,5 prosent av kvinnene som oppgir at de trener i et idrettslag.

3.13.3.1 Befolkningsutvikling i Sigdal

	2009	2010	2011	2012
Fødte	27	26	34	28
Døde	41	20	32	35
Innflytting	107	102	138	94
Utflytting	113	95	128	102
Innbyggere	3514	3524	3535	3538

(Kilde:SSB)

3.13.3.2 Befolkningsfremskrivning med aldersfordelig Sigdal 2008-2030

Årstall	I alt	0-5 år	6-15 år	16-19 år	20-24 år	25-66 år	67-79 år	80-89 år	90 år og over
2008	3 524	233	424	206	178	1 871	343	229	40
2015	3 561	223	440	190	214	1 869	417	165	43
2020	3 607	242	428	188	217	1 830	508	150	44
2030	3 734	252	451	172	217	1 815	556	235	36

(Kilde SSB)



Foto: Sigdal Friidrettsklubb.

3.14 Aktivitet, anlegg og områder

Dette kapitlet gir en beskrivelse av status for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i Sigdal i dag. Kapitlet danner grunnlag for analysen av hvor og hvordan aktiviteten bør forbedres.

I Sigdal ytes en stor dugnadsinnsats fra de frivillige lagene for å opprettholde aktivitetsnivået i alle

deler av bygda. Totalt er registrert rundt 94 frivillige lag i kommunen. Det prioriteres en desentralisert utbygging av anlegg og aktiviteter, og de fleste anleggene er private og drives av frivillige lag og organisasjoner. Kommunen har ett sentralidrettsanlegg som ligger i Prestfoss. For øvrig ligger anlegg til både organisert og uorganisert aktivitet tilknyttet nærområder i og ved bebyggelse (Prestfoss, Nerstad, Nedre Eggedal og Eggedal).

3.14.1 Idrettsaktivitet

Lagene har aktive utøvere i følgende idretter:

Lagidretter Lag i serie Lag i turnering/cup

Fotball	19	
Håndball	6	10 (6-11år)

Individuelle idretter

Antall aktive:

Gang- og turmarsj	9567
Fotball	196
Ski	376
Håndball	133
Skyting	506
Friidrett	174
Motorsport	303
Ridning	163
Volleyball	6
Hopp	16
Orientering	12
Kung Fu	15
Aktivitetstall i idrettskoler	73
Pistolklubb	62
Sykling	35
Svømming	60

3.14.2 Idrettsanlegg

Det er 120 registrerte idrettsanleggsenheter i Sigdal. Det kan registreres flere anlegg under Prestfoss idrettspark for eksempel. Anleggene ligger spredt i hele bygda, men med hovedtyngde i Eggedal, Nerstad og Prestfoss.

3.14.3 Anleggssituasjon

Anleggssituasjonen i kommunen er generelt god. Sigdal har et bredt spekter av godt vedlikeholdte anlegg som gjør det mulig å drive allsidig aktivitet. Oversikt over anlegg kan ses fra neste side.



Foto: Catapult Film



Foto: Bygdeposten

Sigdal kommune Kommunedelplan for idrett , friluftsliv og fysisk helse			
Eksisterende anlegg		28.1.2013	
Anleggstype	Plassering	Eier	Merknad
Fotball	Nerstad idrettspark	Nedre Sigdal IF	Fotball gressbane
	Nerstad idrettspark	Nedre Sigdal IF	Fotball grusbane
	Prestfoss idrettspark	Sigdal kommune	Fotball gressbane
	Prestfoss barneskole	Sigdal kommune	Fotball grusbane
	Frydheim idrettsplass	Øvre Sigdal IL	Fotball grusbane
	Eggedal Idrettspark	Eggedal IL	Fotball grusbane
	Eggedal Idrettspark	Eggedal IL	Fotball gressbane
Alpinanlegg	Tempelseter	Borgar Kolbjørnsrud. Drives av Tempelseter Fiendom	Skianlegg Alpinanlegg
	Haglebu	Haglebu skisenter AS	Skianlegg Alpin anlegg
	Prestfoss idrettspark	Sigdal kommune	Skianlegg Alpinanlegg
	Slettebakken	Sigdal skiklubb	Skianlegg
	Mokollen	Eggedal IL	Skianlegg Alpinanlegg
Ballbinge	Prestfoss idrettspark	Sigdal kommune	Ballbinge
	Eggedal skole- ballbinge	Eggedal IL	Ballbinge
Friidrettsanlegg	Nerstad idrettspark	Nedre Sigdal IF	Friidrettsanlegg
	Prestfoss idrettspark	Sigdal kommune	Friidrettsanlegg
Hoppbakke	Nerstad idrettspark	Sigdal kommune	Hoppbakke 20 Meter
	Eggedal skole- Hoppbakke	Eggedal IL	Hoppbakke K5, K13 og K24
	Gunnerudbakkene	ØSI	Hoppbakke 40m - 20m
Sandvolleyball	Frydheim idrettsplass, Hovsmoen	Øvre Sigdal IL	Sandvolleyballbane
	Eggedal idrettspark	Eggedal IL	Sandvolleyballbane
Lysløyper	Frydheim lysløype	Øvre Sigdal IF	Skiløype lysløype 1100 m
	Nerstad lysløype	Nedre Sigdal IF	Skiløype lysløype 1920 m
	Prestfoss lysløype	Sigdal Skiklubb	Skiløype lysløype 3700 m
	Eggedal skole	Eggedal IL	Skiløype lysløype 4200 m
Skileikanlegg	Eggedal skole skileikanlegg	Eggedal IL	Skileikanlegg
	Gunnerudbakkene	Øvre Sigdal IL	Skileikanlegg
Håndball UTE	Eggedal skole		
	Leikvang Håndballbane		
Idrettshall	Sigdalshallen	Nedre Sigdal IF	Flerbrukshall
Motorsport	Sigdal motorsenter	Halstenrud gokartutleie	Gokart bane.
	Sigdal motorsenter	NMK Modum og Sigdal	Motorsportanlegg
Orienteringskart	Haglebu	Eggedal IL	Orienteringskart
	Tovstjern	Eggedal IL	Orienteringskart
	Åbyåsen	Nedre Sigdal IF	Orienteringskart
	Finnerud	Nedre Sigdal IF	Orienteringskart
	Grefstadseter	Nedre Sigdal IF	Orienteringskart
	Stillingsås	Nedre Sigdal IF	Orienteringskart
	Vad	Neder Sigdal IF	Orienteringskart
	Prestfoss	Nedre Sigdal IF	Orienteringskart
Skøytebane	Nerstad idrettspark	Nedre Sigdal IF	Skøytebane/ulike aktivitetsanlegg
Skolekart/ Nærmiljøkart	Nerstad skole	Nedre Sigdal IF	Nærmiljøkart
	Eggedal skole	Eggedal IL	Nærmiljøkart
Rideanlegg	Stall gulsrud	Inger Helsing Hansen	Hestesportanlegg
	Trøsenq Ridebane	Sigdal hestesportlag	Hestesportanlegg
	Sigdal Museum ridebane	Sigdal museum. Drives av Helene Limås	Hestesportanlegg
Samfunnshus med idrettsfunksjon	Prestfoss samfunnshus	Sigdal kommune	Samfunnshus (idrettsdelen)
	Eggedal samfunnshus	Sigdal kommune	Samfunnshus (idrettsdelen)
	Nerstad samfunnshus	Sigdal kommune	Samfunnshus (idrettsdelen)
	Leikvang grendehus	Stjerna idrettslag	Samfunnshus (idrettsdelen)
	Frydheim grendehus	Øvre Sigdal IL	Samfunnshus (idrettsdelen)
Treningsrom	Sigdalshallen	Nedre Sigdal IF	Trimrom/helesstudio

Svømmeanlegg	Eggedal svømmehall	Sigdal kommune	Bad og svømmeanlegg
	Prestfoss svømmehall	Sigdal kommune	Bad og svømmeanlegg
Skyteanlegg			
Innendørs	Prestfoss idrettspark	Sigdal skytterlag	Skyteanlegg Innendørs skytterhall.
	Stjernen skytebane	Stjernen skytterlag	Skyteanlegg: Skytebane 100m
Utendørs	Stjernen skytebane	Stjernen skytterlag	Skyteanlegg: Skytebane ute
	Hertåtangen skytebane	Sigdal skytterlag	Skyteanlegg: Skytebane 100 m
	Stjernen skytebane	Stjernen skytterlag	Skyteanlegg: Skytebane 300m
Tennisbane	Prestfoss idrettspark	Sigdal kommune	Tennisanlegg
Idrettshus/klubbhus	Hertåtangen skytebane	Sigdal skytterlag	Idrettshus
	Eggedal skole	Eksisterende	Idrettshus
	Prestfoss idrettspark idretts- og ungdoms	Sigdal kommune	Idrettshus
	Prestfoss idrettspark /Folkemusikksentret	Sigdal kommune	Lager. Baneanlegget disponerer fritt garderobe/toalett i underetasje på Folkemusikksentret.
	Sigdal motorsenter	NMK Modum og Sigdal	Klubbhus
	Slettebakken	Sigdal skiklubb	Idrettshus
	Sigdal motorsenter	Eksisterende	Idrettshus
	Sigdal motorsenter	Eksisterende	Idrettshus, lager
	Eggedal idrettslag	Eggedal IL	Klubbhus
Friluftsliv - fysisk aktivitet			
Skiløyper preparerte	Eggedal vestfjell		
	Norefjellområdet		
	Bygda		
Område med fiskekort	Haglebu		
	Tempelseter-Gråfjell		
	Kodalseterområdet		
	Bølevann-Vestbygda		
	Nerdalen		
	Borofjelltjern		
	Simoa/Soneren /Kråkefjorden /Horgavassdraget		
	Finnerud		
	Lauvnesvannet		
	Glessjøen/vardåstjern		
Områder med salg av fiskekort til allmennheten			
	Tempelseter		
	Trillemarka	Sigdal og Eggedal jeger og fiskeforening	
Overnattingssteder	Haglebu Turistheim		
	Haglebu Fjellstue		
	Eggedal Borgerstue		
	Fritidstunet		
	Halvorseth camping		
	Folkemusikksentret		
	Toveseter turisthytte		
Turstier merkede 2012. Referer også sti og løypeplan		Parkering	
	Allmannsåsen, 345 moh	P Kirkemoen	
	Andersnatten, 733 moh	P v/Andersnattjern	
	Bergan-Vik	P Bergan	
	Berganvarden	P Bergan	
	Borofjell, 847 moh	P v/Grøset	
	Drotninggutunatten, 1233 moh	P v/Jareseter	
	Dugurdmålnatten, 426 moh	P v/Viking Tech.	
	Gamleveien Prestfoss-Halvorset		
	Gaulen, 765 moh	P Båsum-Helvete	
	Gislegard		
	Grøset-Nerdalen	P v/Grøset	
	Grågaltan (735 moh) om Biønnestillinga	P v/redskapshus	

	Haglebuvannet rundt m/kultursti		
	Hellerudflæa, 490 moh	P v/Lauvlia	
	Holmvassnatten, 1239 moh		
	Høgevarde, 1459 moh	P Tempelsetra	
	Kvernsteinsbruddet		
	Lauvlia	P Hørja	
	Lyubråtán		
	Løvnsvannet rundt		
	Madonna, 1020 moh	P v/Frøvollseter	
	Nedalsfjellet	P Dukeli hyttefelt	
	Nerdalen kultursti	P Nerdalsvaeien	
	Olhovd, 547 moh	P Gvilarhauget	
	Prestvegen (Bokkvegen)		
	Slettefjell, 950 moh	P v/Grøset	
	Skår langseter	P v/Grunntjenn	
	Skålasetra	P Fagerli	
	Snårsetra		
	Støvernsetra	P Hagafleta	
	Sykkelvei Halvorset-Grøterud t/r		
	Thales-Heslia-Runnskogen		
	Trilledalen - Vinnordvannet	P v/Skodøl	
	Tresåsen, 301 moh	P veikryss	
	Uksåsen, 319 moh	P v/Viking Tech.	
	Runde om gruve		
	Vinnordbrakka	P v/Grunntjenn	
Balløkke/leikeplasser	Flata nærmiljøanlegg	Sigdal kommune	Balløkke
	Prestfoss idrettspark	Sigdal kommune	Balløkke
	Kringstadbakken	Sigdal kommune	Gress avlastningsbane ved PIP.
	Holmenfeltet	Sigdal kommune	
	Tislebakkfeltet	Sigdal kommune	
	Nerstad	Sigdal kommune	
	Øverbyroa	Sigdal kommune	
Kanopadling	Solevannet		
	Horgesetervannet		
	Lauvnsvannet		
	Hovedvassdraget (Simoa- Kråkefjorden-Soneren)		
Fjellklatring	Andersnatten, 733 moh		
Utsiktspunkt	Haglebunatten, 1278 moh		
	Ranten		
	Gråqalten (735 moh) om Bjønnestillinga		
	Andersnatten, 733 moh		
	Dugurdmålnatten, 426 moh		
	Borofjell		
	Bjønnskortenatten/Madonnaen		
	Berganvarden		
	Olhovd, 547 moh		
	Nattjeråsen		
	Drotninggutunatten		
	Hellerudflæa, 490 moh		

3.15 Begrepsdefinisjoner

3.15.1 Idrett

Med idrett forstås aktivitet i form av trening , eller konkurranse i den organiserte idretten. Anleggskategori er definert som følger:

3.15.2 Nærmiljøanlegg

Gjelder anlegg eller områder tilrettelagt for egenorganisert fysisk aktivitet, hovedsakelig beliggende

i tilknytning til bo- og/eller oppholdsområder. Kan samlokaliseres med skoleanlegg/idrettsanlegg. Området skal være fritt allment tilgjengelig, primært for barn/unge.

3.15.3 Ordinære anlegg

De ordinære tilskudsberetigede anleggstypene er i hovedsak nært knyttet til konkurranse- og treningsvirksomhet for den organiserte idretten. De tekniske krav til mål og utforming av anleggene tar utgangspunkt i konkurransereglene til det enkelte særforbund. De benyttes også til uorganisert aktivitet

3.15.4 Nasjonalanlegg

Nasjonalanlegg er idrettsanlegg som tilfredsstillende tekniske og funksjonelle standardkrav for avvikling av relevante internasjonale mesterskap og konkurranser. Ordningen er meget begrenset, og det er Kultur- og kirkedepartementet som etter uttalelse fra Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité gir et anlegg denne statusen.

3.15.5 Rehabilitering av anlegg

Gjelder istandsetting av anlegg som gir en vesentlig funksjonell og bruksmessig standardheving i forhold til dagens situasjon. Det kan bety inngrep i anleggets struktur og utforming for å tilpasse det til nye funksjoner og bruksområder. Forutsetningen for å få spillemidler til rehabilitering av anlegg er at tiltaket gir bedre idrettsutøvelse og at ombygging ikke skyldes mangelfull planlegging, feil drift eller dårlig vedlikehold.

3.15.6 Fiskekort

Det er i dag mange fiskekortområder i Sigdal kommune. Fiskekort kan kjøpes hos bensinstasjoner, matbutikker og av privatpersoner. Det jobbes med å samordne fiskekortene til felles fiskekort. Nedenfor er det en tabell over de fiskekortsonene vi har oversikt over.

3.15.6.1 Fiskekortområder i Sigdal sogn

Område	Kontakter
Borofjell-området	Tore Gevelt 900 16 930 Aslak N.Ulberg 32 71 24 20
Grytevassdraget	Kristoffer Mørch 32 71 58 30 / 901 40 276 Jonn Rinden 92868192
Sonern, Kråkefjorden, Simoa	
Løvnsvannet	Kristoffer Mørch 32 71 58 30 / 901 40 276
Finnerudskogen	Hans Ole Wærsted 32 71 01 16

3.15.6.2 Fiskekortområder i Eggedal sogn

Område	Kontakter
Hønnsjøen	Paul Killand 32 71 39 44
Djupsjøen, Gamlesetervann, Sjusjøen og Fiskeløysingen	Anders Widding 416 22 667 Astri Teige Hølen 917 44 053
Istjern	Inger Marken 32 71 47 58
Åsvassdraget	Halvor Juvet 32 71 33 39
Sandvassetervassdraget	
Bekkerudsjøen	
(ikke salg av fiskekort)	Thor Åsland 32 71 33 36
Haglebu-området	Helje Medalen 32 71 33 31
Kodalsseter-området	Frode Kjernaas 957 67 717
Bølevatna	Ole John Bøle 32 71 39 10
Frøvdseter-området	Knut Båsen 32 71 18 50
Trillemarka-området	Leif Arne Skålvik 32 71 58 06 / 415 69 467
Nerdals-området	Leif Arne Skålvik 32 71 58 06 / 415 69 467

4. Målsettinger og strategier

4.1 Overordnet målsetting for kultur

Sette barn og unge i sentrum og samarbeide med lag og organisasjoner om utvikling av nye kulturtilbud som gjør Sigdal til et godt sted å leve.

4.2 Mål for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet i Sigdal kommune

En av de største utfordringene kommunen står ovenfor er befolkningens helse. Det er derfor et overordnet mål med en mer aktiv hverdag for befolkningen. Bedre fysisk og psykisk overskudd som følge av aktiviteter er viktig, ikke bare i forhold til den enkeltes opplevelse av glede, velvære og mestring, men også i form av en samlet helsegevinst for samfunnet.

4.2.1 Delmål 1: Arealplanlegging - mulighet for alle i Sigdal til å være aktive

Arealer til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv skal sikres i arealplanlegging og forvaltning.

4.2.1.1 Strategier:

- Viktige områder for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv skal sikres gjennom innløsning, regulering og/eller langsiktige bruksavtaler.
- Sikre skoleveier slik at flere kan gå eller sykle til fritidsaktiviteter og skole.
- Kommunen skal tilrettelegge for gode og tilgjengelige anlegg og områder, både for organisert og egenorganisert aktivitet i boligområder og ved anleggene knyttet til skole for at flest mulig skal være aktive hver dag.
- Skoleplasser som innbyr til aktivitet.
- Kommunen skal stimulere idrettslagene i bygda til økt samarbeid om bruk / nybygg / rehabilitering av anlegg.

4.2.1.2 I alle arealplaner skal følgende kriterier vurderes:

- Kvalitet på og tilgjengelighet til skogs- og fjellområder, idrettsanlegg i forbindelse med boligområder, hytteområder og ved innsjøer.
- Et variert aktivitetstilbud som favner mangfoldet i kommunen.
- Biologisk mangfold.
- Universell utforming.
- Kulturminner.
- Estetikk.
- Miljø.

4.2.2 Delmål 2: Utvikle og rehabilitere anlegg og områder.

- Kommunen skal stimulere frivillige organisasjoner og være pådriver i anleggsutviklingen.
- Kommunen skal utvikle idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet slik at dette bidrar til å gi innbyggerne i Sigdal en meningsfull tilværelse og gir barn og unge gode oppvekstvilkår, og at det også ligger til rette for turister og andre tilreisende.
- Det skal legges til rette for konkurranseidrett

Sigdal innbyggere skal ha tilstrekkelig med anlegg og områder for å møte behovet for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv.

I Sigdal er de største anleggene plassert i umiddelbar nærhet til skole. Andre anlegg er i nærhet til grendehus. Prestfoss idrettspark eies og driftes av kommunen, med mye frivillig innsats/dugnad fra brukerne. Drift og vedlikehold ved de andre anleggene blir gjort av idrettslaga/andre lag i kommunen. Der blir drifts og vedlikeholdsoppgaver løst med utstrakt brukermedvirkning, ved at det utføres en betydelig egeninnsats. Dette utgjør en stor verdi for kommunen.

4.2.2.1 Strategier:

Sigdals befolknings behov skal sikres ved:

- Rehabilitering av eksisterende anlegg.
- Bygging av nyanlegg.
- Vedlikehold og skjøtsel.
- Tilgjengelighet.

4.2.2.2 Ved rehabilitering / bygging av nye anlegg skal det tas hensyn til:

- Anbefaling fra idrettsrådet og helst et samarbeid mellom flere idrettslag eller interkommunalt samarbeid.
- Kvalitet.
- Universell utforming.
- Skjøtsel og vedlikehold/driftskostnader.
- Sambruk/flerfunksjonalitet.
- Brukermedvirkning.
- Breddeidrett.
- Kulturminner.
- Egenorganisert og organisert aktivitet.
- Miljø.



Madonnaen ved porten til Trillemarka. Foto: Ingrid Solberg.

4.2.3 Delmål 3: Det skal stimuleres til fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv til glede for alle som bor i og besøker Sigdal.

Regelmessig fysisk aktivitet er sentralt i menneskers utvikling og har avgjørende betydning for barns oppvekst. Fysisk aktivitet er forebyggende og gir økt selvtillit, mindre stress, bedre trivsel og helse. En satsing på dette området vil i så måte tjene samfunnet som helhet. Det er viktig at Sigdal kommune arbeider tverrfaglig og i samarbeid med lag og organisasjoner med bevisstgjøring og stimulering av allsidig fysisk aktivitet i befolkningen.

4.2.3.1 Strategier:

For å opprettholde og øke aktivitet i Sigdal befolkning er det viktig at:

- Det gis informasjon om anlegg og tilbud. Se www.ut.no og www.skisporet.no.
- Man samarbeider tverrfaglig mellom kommunen, idrett og frivillige organisasjoner.
- Man bruker kommunens hjemmesider og Sigdal.no aktivt i informasjon om aktivitets-tilbud.
- Det tilrettelegges for at flest mulig kan være aktive.
- Kommunen skal legge til rette for gode vilkår for idrettslag og frivillige organisasjoner.
- Kommunen skal legge til rette for et bra frisklivstilbud.