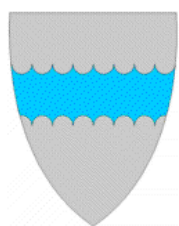


**Kommunedelplan for
fysisk aktivitet og naturopplevelse**

2013 – 2016

Alstahaug kommune



**Vedtatt av kommunestyret
06.02.2013**

Forord

Denne planen er utarbeidet etter veilederen ”*Kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet*” utarbeidet av Kultur- og kirke departementet i 2007. Det er et krav at kommuner som søker spillemidler må ha en vedtatt plan for idrett og fysisk aktivitet. I tillegg må hvert anlegg være registrert i et sentralt anleggsregister og prioritert i handlingsprogrammet for denne planen. Handlingsplanen rulleres hvert år med revidering hvert 4. år.

Fysisk aktivitet er en av flere viktige faktorer for god folkehelse. Alstahaug kommune ønsker med denne planen å være en pådriver og legge til rette for å få flere i gang med fysisk aktivitet. For å lykkes kreves det et samspill mellom frivillige organisasjoner og det offentlige. Kommunens engasjement og deltakelse utfordres av politiske valg og den økonomiske situasjon.

Vi vil takke alle som i denne runden har bidratt med innspill til planen, en plan som vi håper kan fremme og styrke de faktorer som kan stimulere til fysisk aktivitet og naturopplevelse for alle innbyggerne i kommunen og gi muligheter til flere leveår med god helse.

Svein-Harald Carlsen
Enhetsleder kultur

Innholdsfortegnelse

Forord	2
Innholdsfortegnelse	3
1.0 Innledning	4
1.1 Bakgrunn for planen	4
1.2 Om planprosessen	4
1.3 Evaluering av forrige plan	4
1.4 Klargjøring av begreper	7
1.5 Forhold til andre planer	8
2.0 Status i Alstahaug	9
2.1 Innledning	9
2.2 Folkehelseprofil for Alstahaug kommune 2012	10
2.3 Tilrettelegging for fysisk aktivitet og naturopplevelse	11
2.4 Oversikt over anlegg og områder for idrett og friluftsliv i Alstahaug kommune	13
2.5 Aktivitet og anlegg	15
3.0 Målsetting	17
3.1 Hovedmål	17
3.2 utfordringer	17
4.0 Handlingsprogram	19
4.1 Handlingsplan for aktivitetstiltak	19
4.2 Prioritert handlingsplan for anlegg	22
4.3 Prioritert handlingsplan for nærmiljøanlegg	23
4.4 Uprioritert langtidsplan for anlegg	24
4.5 Kart	25

1.0 Innledning

1.1 Bakgrunn for planen

Kultur- og kirkedepartementet stiller krav om at områder og anlegg det søkes om spillemidler til, må inngå i en kommunal plan for idrett og fysisk aktivitet. Bakgrunnen for dette planarbeidet er at anleggsutbygging skal bli gjenstand for klare behovsvurderinger i forhold til samfunnsmessige og idrettslige mål. Det er et mål at planen for fysisk aktivitet og naturopplevelse sees i en helhetlig sammenheng, der anlegg er et av flere virkemidler for å bidra til fysisk aktivitet blant innbyggerne i Alstahaug kommune.

Alstahaug kommune har i henhold til Plan- og bygningsloven § 11-1 ansvar for å ivareta både kommunale, regionale og nasjonale mål, interesser og oppgaver, og den bør omfatte alle viktige mål og oppgaver i kommunen. Kommunedelplan for fysisk aktivitet og naturopplevelse er et av virkemidlene for å oppnå dette.

1.2 Om planprosessen

Den 22. februar 2012 vedtok Fast utvalg for plansaker forslag til planprogram for revidering av Kommunedelplan for fysisk aktivitet og naturopplevelse 2013 – 2016. Forslag til planprogram ble sendt ut på høring, og i møte den 10. mai 2012 ble planprogrammet fastsatt.

Arbeidet med kommunedelplanen ble organisert i en arbeidsgruppe med Planutvalget som styringsgruppe.

Arbeidsgruppa har bestått av:

Svein-Harald Carlsen - Enhetsleder kultur (leder)

Sverre Rattsø - Kultursekretær (sekretær)

John Alvin Mardal - Planavdeling

Kari Mentzoni - Frisklivssentralen

Geir Roger Flatøy - Alstahaug idrettsråd

Kari Christensen - Folkehelsekoordinator

Omlag 55 lag / foreninger / politiske partier og offentlige myndigheter ble tilskrevet og bedt om å komme med innspill til planprogram og til selve planen.

Det ble avholdt møte med Alstahaug ungdomsråd og det ble gjennomført folkemøte for å sikre innspill til planarbeidet.

Planutkastet ble framlagt til politisk behandling og lagt ut til høring i november 2012.

1.3 Evaluering av forrige plan

Den forrige planen ble vedtatt av kommunestyret i 2005. Det har ikke vært gjennomført noen revidering av selve planen, men handlingsplanen har vært rullert vært år.

Målsettingen har vært å fokusere på fysisk aktivitet i bred forstand og å se anleggsbehovene i forhold til dette.

Hovedmålet i den forrige planen har vært:

Gi alle innbyggerne i Alstahaug kommune et tilbud om fysisk aktivitet og naturopplevelse ut fra egne forutsetninger og behov

Det er de siste årene bygd flere nye anlegg i kommunen. Dette har vært mulig å realisere gjennom mye dugnad og samarbeid med frivillige lag og foreninger.

Anlegg

Tiltak som er gjennomført i planperioden:

- **Klubbhus Starnes kunstgressbane** - Sandnessjøen idrettslag har bygd klubbhus med garderober og tribune
- **Gymsal / kulturbygg Ura skole**
- **Skytteranlegg i Novika** - Alstahaug Jeger- og fiskeforening
- **Rehabilitering av Starneshallen**
- **Nytt lagerbygg tilknyttet Helgelandshallen**
- **Ballbinge ved Søvik skole**
- **Elektroniske skiver ved skytteranlegget i Novika** - Sandnessjøen Skytterlag
- **Nærmiljøanlegg ved Ura skole**
- **Nærmiljøanlegg ved Søvik skole**
- **O-kart**
- **BMX-bane ved Sandnes skole**
- **Ballbinge ved Ura skole**

Tiltak som ikke er gjennomført i planperioden:

- **Bad i Sandnessjøen**
- **Ridehall og ridebaner** - Rideklubben trakk anlegget fra planen
- **Gymsal på Søvik** - Gymsalen har over flere planperioder hatt plass i planen, men det er ikke politisk avklart om salen skal bygges
- **Trialbane / Go-cartbane** - Anlegget har over flere planperioder hatt plass i planen
- **Rehabilitering av Radåsmyra**
- **Sandvolleyballbane ved Sandnessjøen Havsbad**

Aktivitetstiltak

Skole/barnehage/SFO

- I planperioden har det vært stort fokus på fysisk aktivitet i skolen, både fra sentralt og lokalt hold. Dette har bidratt til økt omfang av organisert fysisk aktivitet i skolene. Alle grunnskolene i Alstahaug tilbyr organisert aktivitet i større omfang enn det som er sentralt pålagt.
- Skolene i Sandnessjøen har iverksatt ”Trivselsprogrammet”. Dette har bidratt til mer aktivitet i form av lek i friminuttene.
- Det har ved alle skoler vært aksjoner for ”Aktiv skolevei”

Frisklivssentralen

Vi har utviklet en frisklivssentral (tidligere FYSAK) som fungerer bra. Det ble henvist ca 170 inaktive personer på frisklivsresept i 2011, de fleste er henvist fra lege. Vi har nå blitt frisklivssentral også for Leirfjord kommune. Frisklivsresepten har blitt et nyttig redskap både for å forebygge og behandle sykdom, og for å fremme god helse. Deltakerne som gjennomfører reseptperioden får betydelig bedre fysisk form og helse. Vi har vært med i et forskningsprosjekt som viste at deltakerne ble 10 år yngre fysiologisk etter 10 uker med trening. Deltakerne rapporterer også at de er i bedre humør, har mer overskudd, sover bedre og at de har mindre smerter og plager. Dette har mye å si for helsa til den enkelte og for de samlede helseutfordringer for Alstahaug kommune. Frisklivssentralen i Alstahaug blir trukket fram som et godt eksempel i Nasjonal Veileder for Frisklivssentraler.

Frisklivsresepten kan også være en invitasjon til å delta på inspirasjonskursene ”Bra mat for bedre helse” og ”Røykfrie sammen”.

Andre ting som er satt i gang og / eller videreført siden forrige planperiode:

- Aktivitetskampanjene ”Fit 4-ever”, ”Sykle til jobben” og ”Utfordringen”
- ”7 på tur”-trimkasser står nå ute hele året
- Aktivitetstilbud til inaktive i alle aldre
- Veiledningsgruppe for foreldre med overvektige barn i samarbeid med helsestasjonen
- Frisknærverprosjekt for kommunens ansatte
- Arbeidet med å spre informasjon og kunnskap om fysisk aktivitet og helse. Dette har vi gjort gjennom å stå på stand på ulike arrangement, gjennom lokalavisa og egen nettside.
- Partnerskap for folkehelse er etablert mellom kommunen og fylkeskommunen
- Kurs innen helseopplysning, blant annet seminar med Kari Jaquesson, og flere kurs i motiverende intervju med psykolog Jack Winberg og Magne Vik.
- Det er satt opp egen hjemmeside med aktivitetskalender og oversikt over tilbud ved Frisklivssentralen, se www.fysak.alstahaug.no

Mennesker med behov for særskilt tilrettelegging

Mennesker med behov for særskilt tilrettelegging har i forrige planperiode blitt avgrenset til mennesker med utviklingshemming. De har hatt tilbud om ”klubb” to dager pr uke. Tilbudet er åpent for alle, men brukes i hovedsak av brukere innen PU.

Alstahaug kommune, Solsiden dagsenter er åpent to dager pr uke. De har ikke tilbud om fysisk aktivitet organisert på dagsenteret, men de fleste har støttekontakter og tilbud om fysisk aktivitet sammen med støttekontakt.

Støttekontakter / fritidskontakter tildeles spesielt for at brukere skal kunne drive med fysisk aktivitet. De som har ledsagerbevis har tilbud om gratis deltakelse for ledsager, eventuelt til redusert pris. Dette kan gjøre det lettere å oppsøke ulike aktivitetstilbud.

Friluftaktiviteter, båtturer og kursing av støttekontakter har ikke blitt gjennomført i særlig stor grad. Heller ikke aktivitetsuke for utviklingshemmede.

Aktivisering av barn og unge (etter skoletid)

Sommerklubben har vært videreført siden forrige planperiode, men med redusert tilbud, som en konsekvens av mangel på fritidsleder. Sommerklubben har også hatt tilbud om vannsport for ungdommer. ”Åpen hall” har vært sporadisk arrangert. Klubb-cup arrangeres hvert år i regi av Ungdomsklubben, og er et populært og vellykket arrangement.

Aktivitetsgruppe for vintersport har vært prøvd, men ikke videreført. Islegging av minibane bak Helgelandshallen har ikke fungert. Friluftsguppe i regi av Ungdomsklubben er ikke etablert, men de arrangerer en del turer i løpet av året, gjerne i samarbeid med Utekontakten. Tilrettelegging og gjennomføring av aktiviteter knyttet til fritidsleders funksjon har i stor grad vært fraværende i mangel på denne ressursen. Tilrettelegging av lekeplasser, samt sikring og vedlikehold av disse har vært lavt prioritert.

Aktivitet for friluftslivet

Kommunen har utstyrssentral for utleie / utlån av noe utstyr til friluftformål, men dette tilbudet er lite kjent. Turløyper til toppene av de 7 søstre blir merket av turistforeninga. Det finnes en del stier, bålplasser og utsiktsplasser, men systematisk vedlikehold av disse mangler.

Informasjon og markedsføring

Turkart ligger tilgjengelig på kommunens nettside, med turforslag og løyper. Her kan man finne turbeskrivelse på ca 30 ulike turer. Lokalradioen ble tidligere benyttet for å markedsføre et turmål hver fredag. Tiltaket ble gjennomført første året i planperioden, men er ikke videreført.

Frivillig sektor

Lag og foreninger som aktiviserer barn og unge betaler fortsatt leie for treningstid i enkelte kommunale anlegg.

1.4 Klargjøring av begreper

Idrett - Forstås som den aktivitet i form av konkurranse eller trening som skjer i regi av den organiserte idretten

Fysisk aktivitet - All kroppslig bevegelse produsert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning av energiforbruket utover hvilenivå

Friluftsliv - Opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse

Universell utforming - Tilpasse et anlegg slik at personer med nedsatt funksjonsevne får de samme mulighetene til å ta del i idrett og fysisk aktivitet som funksjonsfriske

Grøntstruktur - Grøntstruktur er veven av store og små naturpregede områder i byen eller tettstedet

Spillemidler til idrettsanlegg - Kulturdepartementet fordeler hvert år tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet i kommunene. Tilskuddsordningen er søknadsbasert. Anleggene det kan søkes om tilskudd til, er delt inn i tre ulike søknadsgrupper.

Ordinære anlegg - Anlegg som vanligvis er nært knyttet til konkurranse og treningsvirksomhet for idrettsorganisasjonene. Har tekniske krav til størrelse og utforming i henhold til konkurransekraav fra de ulike særforbund.

Nærmiljøanlegg - Anlegg eller område for egenorganisert fysisk aktivitet, hovedsakelig i tilknytning til bo- og / eller oppholdsområder. Med nærmiljøanlegg menes kun utendørsanlegg.

Mindre kostnadskrevenne nærmiljøanlegg - Tilsvarende som nærmiljøanlegg, men med en kostnadsgrænse begrenset oppad til kr 80.000. Søknader kan rettes hele året.

Rehabilitering av anlegg - Utbedring av idrettsanlegg som gir vesentlig funksjonell og bruksmessig standardheving i forhold til nåværende tilstand. Rehabilitering kan også gå på tilpasning til ny funksjon og/eller bruksområder.

Regionale/interkommunale anlegg - Idrettsanlegg for to eller flere kommuner. En forutsetning at det er større kostnadskrevende anlegg, eks. svømmeanlegg eller flerbrukshall.

Helse - Å ha overskudd til å mestre hverdagens krav

Folkehelse - Med folkehelse menes befolkningens samlede helsetilstand og hvordan helse fordeler seg i befolkningen

Folkehelsearbeid - Folkehelsearbeid er samfunnets samlede innsats for å styrke faktorer som fremmer helse og trivsel, redusere faktorer som medfører helserisiko og beskytte mot ytre helsetrusler. Folkehelsearbeidet får på denne måten et sektorovergripende perspektiv og omfatter tiltak innenfor alle samfunnssektorer.

Helsefremmende arbeid - Definert som den prosess som gjør folk i stand til å styrke og bevare sin helse. Sentralt i helsefremmende arbeid er den enkeltes og/eller lokalsamfunnets mulighet for å ha aktiv innflytelse over sin egen situasjon. Arbeidet tar utgangspunkt i ressurser og positiv helse og har som mål å fremme deltagelse i befolkningen.

Helsefremmende arbeid omfatter i tillegg en styrking av faktorene som fremmer helse framfor å ha oppmerksomheten rettet mot sykdomsfremkallende faktorer.

Forebyggende helsearbeid - Tar utgangspunkt i kjente risikofaktorer for sykdom og svekket helse, og innebærer arbeid med å fjerne, redusere, begrense eller stenge slike faktorer ute.

1.5 Forhold til andre planer

Alstahaug kommunes overordnede styringsverktøy er Kommuneplanen som består av kommuneplanens samfunnsdel 2006-2016 med økonomiplan og kommuneplanens arealdel 2006-2016.

Kommunedelplan for fysisk aktivitet og naturopplevelse er en tematisk tverrsektoriell plan uten juridisk hjemmel når det gjelder disponering av arealer. Foreslåtte arealdisponeringer må derfor knyttes opp mot kommuneplanens arealdel eller reguleringsplan for å avklare juridisk hjemmel. For gjennomføring av tiltak er det viktig at disse gjenspeiles i kommunens økonomiplan som er styrende for bevilgninger til bygging og drift av anlegg.

Kommunestyret skal minst én gang i hver valgperiode, og senest innen ett år etter konstituering, utarbeide og vedta en kommunal planstrategi. Planstrategien omfatter en drøfting av kommunens strategiske valg knyttet til samfunnsutvikling, herunder langsiktig arealbruk, miljøutfordringer, sektorenes virksomhet og en vurdering av kommunens planbehov i valgperioden. Arbeidet med revisjon av Kommunedelplan for fysisk aktivitet og naturopplevelse er på grunn av hensynet til framdrift, igangsatt uavhengig av planstrategien.

For å få et best mulig helhetlig planarbeid i Alstahaug kommune, må denne planen også forholde seg til andre delplaner som for eksempel trafikksikkerhetsplan, helse- og sosialplan, energi- og klimaplan samt ulike sektorplaner.

Sentralt i dette står også pågående arbeid med ”Plan for sammenhengende hovednett for sykkeltrafikk i Sandnessjøen & omegn”, og da med særlig tanke på sikring av transport til og fra skole, arbeid og fritidsaktiviteter for gående og syklende.

2.0 Status i Alstahaug

2.1 Innledning

Sandnessjøen er i rask utvikling som baseby med industriutvikling, raske prosesser og press i boligmarkedet. Kommersielle interesser vil ikke alltid være i tråd med ønsket om å bevare og utvikle grøntområder. Politikere har et stort ansvar i beslutningsprosesser, men kan ha ulik kompetanse og erfaringsbakgrunn.

Fortetting av boligmassen som griper inn i naturlige friområder, og manglende vedlikehold av etablerte møteplasser, har vanskeliggjort kommunens evne til å ivareta barns behov for lek og fritidsaktiviteter. Dette rammer spesielt barn og unge som i liten eller ingen grad deltar i organiserte aktiviteter.

Kommunen opplever en økende tilflytting. Dette stiller krav om attraktive bomiljøer hvor det å søke nettverk og bygge opp relasjoner blir spesielt viktig. Det må skapes mange uformelle møteplasser som er attraktive for ulike målgrupper.

Utviklingen i folketallet 2003-2012 for Alstahaug kommune

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
Befolkning 1.1.	7445	7378	7398	7306	7225	7207	7208	7196	7296	7372
Fødte	83	81	58	74	67	64	69	74	74	
Døde	66	51	62	73	61	52	66	54	65	
Fødsels- overskudd	17	30	-4	1	6	8	3	20	9	
Innflytting	284	332	307	303	339	357	329	405	403	
Utflytting	374	353	389	389	368	362	347	328	337	
Netto innflytting	-90	-21	-82	-86	-29	-5	-18	77	66	
Folketilvekst	-73	9	-86	-85	-18	1	-12	100	76	

(Hentet fra årsmeldingen 2011 for Alstahaug kommune)

Folketallet er i perioden redusert med 73 personer. Fra 2011 til 2012 økte folketallet med 76 personer.

Folkemengde fordelt på alder 2003-2012 for Alstahaug kommune

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
0-5	563	556	531	484	463	462	449	445	451	469
6-15	1117	1108	1092	1077	1028	1023	1002	957	976	942
16-19	391	417	451	463	455	462	441	447	445	455
20-39	1976	1860	1785	1731	1700	1651	1633	1616	1617	1651
40-66	2568	2597	2678	2687	2694	2703	2755	2780	2818	2829
67-79	589	612	616	619	645	665	667	702	733	768
80-89	210	196	210	215	215	211	227	220	226	224
90 -	31	32	35	30	25	30	34	29	30	34
Sum	7445	7378	7398	7306	7225	7207	7208	7196	7296	7372

(Hentet fra årsmeldingen 2011 for Alstahaug kommune)

Tendensen er at befolkningen blir eldre. Spesielt har gruppene mellom 0-15 år og 20-39 år hatt en kraftig tilbakegang i perioden. De senere par årene har det vært en noe mer gunstig utvikling i de yngre aldersgrupper.

Statistisk Sentralbyrå mener kategorien ”middels” er den mest sannsynlige når vi snakker om befolkningsutvikling for Alstahaug kommune. Ut i fra det, vil innbyggertallet i kommunen ha økt fra 7372 i år 2012 og til 8166 i år 2040. Tallene for lav og høy befolkningsframskrivning er henholdsvis 7166 og 9703.

Framskrevet folkemengde					
Alstahaug kommune					
		2012	2020	2030	2040
Menn	0-5 år	253	281	272	257
	6-15 år	483	504	526	498
	16-19 år	227	198	207	213
	20-66 år	2251	2276	2241	2152
	67 år eller eldre	475	667	817	952
Kvinner	0-5 år	216	266	260	244
	6-15 år	459	449	501	473
	16-19 år	228	190	197	206
	20-66 år	2229	2256	2177	2102
	67 år eller eldre	551	732	911	1069
Totalt	0-5 år	469	547	532	501
	6-15 år	942	953	1027	971
	16-19 år	455	388	404	419
	20-66 år	4480	4532	4418	4254
	67 år eller eldre	1026	1399	1728	2021
		7372	7819	8109	8166

2.2 Folkehelseprofil for Alstahaug kommune 2012

Andel uføretrygdede under 45 år er høyere enn i landet forøvrig. Dagens velferdsordninger gir den enkelte et viktig sikkerhetsnett. Det kan samtidig være uheldig for helsa dersom man ikke lenger har et arbeid å gå til. Man mister blant annet det sosiale nettverket på jobben. Grupper som står utenfor arbeidsliv og skole har ofte dårligere psykisk helse og mer usunne levevaner enn personer som er i arbeid.

Det finnes i dag dokumentasjon på at mennesker med psykiske lidelser er i dårligere fysisk form enn befolkningen for øvrig og at dette skyldes inaktivitet. En rekke undersøkelser viser at fysisk inaktive har større sjanse for å utvikle depresjoner enn de som er fysisk aktive. (Helsedirektoratet 2012)

Personer med psykisk lidelser har lett for å trekke seg tilbake og/eller har vanskelig for selv å fylle hverdagen med et meningsskapende innhold. Aktiviteter sammen med andre gir sosialt felleskap og vil kunne styrke den enkeltes muligheter til å delta også på andre arenaer.

Parallelt med at det sosiale nettverket utvides, opplever mange å få styrket selvbilde gjennom fysisk aktivitet. Fysisk utfoldelse fører også til naturlig tretthet og kan redusere behovet for avslappende medikamenter.

Røyking ser ut til å være et større problem enn ellers i landet, vurdert etter andelen gravide som røyker ved første svangerskapskontroll. Røyking er en av levevanene som i dag har størst betydning for folkehelsen. Selv om andelen røykere har gått ned, røyker fortsatt en stor del av befolkningen. I tillegg ser vi en økning i bruken av snus.

Hos eldre ser vi at mange rammes av røykerrelaterte sykdommer som lungekreft, kols og hjerte- og karsykdommer. Forekomsten av slike sykdommer i kommunen sier noe om tidligere års levevaner.

Hjerte- og karsykdom ser ut til å være mer utbredt enn ellers i landet, vurdert etter antall pasienter behandlet i sykehus.

Kommunen har en lavere andel eldre over 80 år enn landsgjennomsnittet, men forventet levealder er ikke entydig forskjellig fra landsgjennomsnittet.

Beregninger fra Helsedirektoratet viser at det er betydelige helsegevinster på samfunnsnivå ved å øke det fysiske aktivitetsnivået i befolkningen. I et livsløpsperspektiv vil en fysisk aktiv person, som følger de nasjonale anbefalingene for fysisk aktivitet, i gjennomsnitt forventes å leve 3,25 år lengre enn en inaktiv person.

Når det gjelder overvekt og fedme, foreligger det ikke offentlige data fra kommunen vedrørende dette området, men i praksis ser en de samme utfordringene her som i resten av landet.

Fedme er en av de største helseutfordringene i verden. Generelt er de viktigste faktorene for å forebygge vektøkning fysisk aktivitet og sunt kosthold.

I 2010 var det 3 prosent flere tredjeklassinger med overvekt og fedme enn i 2008. Andelen er økt i gjennomsnitt fra 16 til 19 prosent. Det viser nye tall fra Barnevekststudien ved Folkehelseinstituttet.

Det er for tidlig å si om økningen er uttrykk for en trend.

2.3 Tilrettelegging for fysisk aktivitet og naturopplevelse

Målet med folkehelsearbeidet er å fremme fysisk, psykisk og sosialt velvære og helse. Vi skal legge til rette for at innbyggerne får flere leveår med god helse, og at det blir færre helseforskjeller mellom ulike samfunnslag, etniske grupper og kjønn.

Kommunal plan for fysisk aktivitet og naturopplevelse er et politisk styringsdokument i arbeidet med å utvikle et bredt tilbud for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv. For å fremme fysisk aktivitet og folkehelse, er tilrettelegging og tilgjengelighet til idrettsanlegg, aktivitetsarenaer og aktivitetstilbud for ulike grupper en vesentlig del av kommunenes helsefremmende og forebyggende arbeid.

Samfunns- og arealplanlegging legger vilkår for helsetilstanden i ulike grupper i befolkningen. God planlegging styrker folkehelsen gjennom å fremme faktorer som virker positivt på helse og livskvalitet, bidrar til en mer rettferdig sosial fordeling av faktorer som påvirker helsen og beskytter mot risikofaktorer.

Mens planene tidligere hadde et rent anleggspålegg, har utviklingen de siste årene vært at planene har et sterkere fokus på aktivitet. Det er viktig å diskutere hvilke andre virkemidler enn anlegg som vil kunne stimulere til aktivitet.

I plan- og bygningsloven defineres folkehelse som en del av bærekraftbegrepet og inngår derfor i formålsparagrafen. Her heter det at *”Loven skal fremme bærekraftig utvikling til beste for den enkelte, samfunnet og framtidige generasjoner”* (§ 1-1). Planer etter loven skal *”fremme befolkningens helse og motvirke sosiale helseforskjeller, samt bidra til å forebygge kriminalitet”* (§ 3), samt *”legge til rette for god forming av bygde omgivelser, gode bomiljøer og gode oppvekst- og levekår i alle deler av landet”*, noe som vil ha betydning for folkehelsen.

I ny folkehelselov heter det at *”Kommunen skal fremme folkehelse innen de oppgaver og med de virkemidler kommunen er tillagt, herunder ved lokal utvikling og planlegging, forvaltning og tjenesteyting”* (§ 4). Videre skal kommunen i sitt arbeid med kommuneplaner *”fastsette overordnede mål og strategier for folkehelsearbeidet som er egnet til å møte de utfordringer kommunen står overfor”* (§ 6). En drøfting av lokale folkehelseutfordringer bør inngå i kommunens planstrategi.

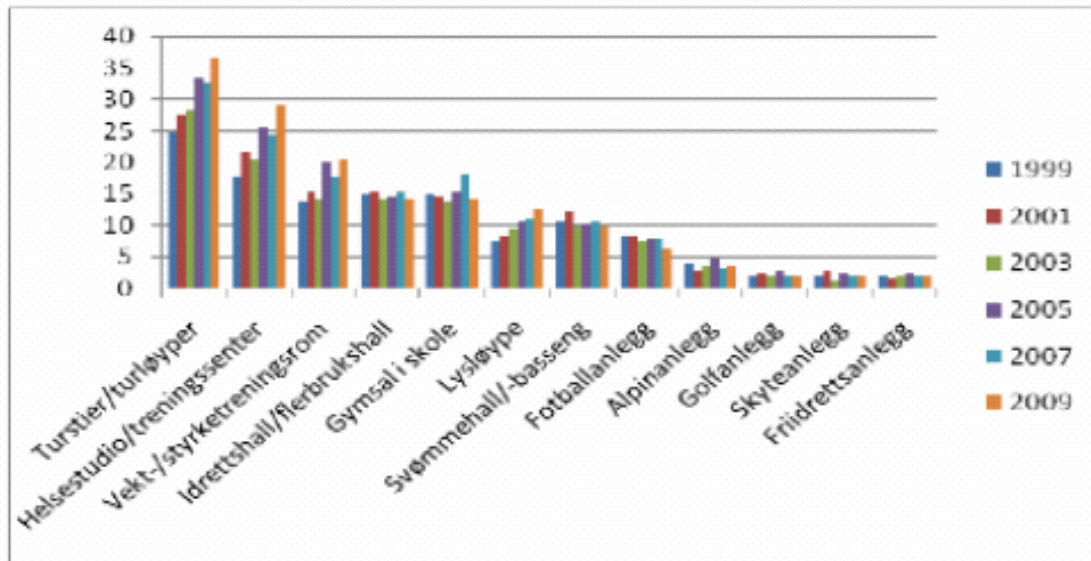
Det anbefales at folkehelseperspektivet skal gjennomsyre alle offentlige planer - *”Helse i alt vi gjør”* - for å legge grunnlag for en god helse i befolkningen, og unngå å forsterke sosial ulikhet i helse.

Et sentralt virkemiddel i det sykdomsforebyggende arbeidet er fysisk aktivitet. Forskning viser at fysisk aktivitet kan forebygge en rekke folkesykdommer som bl.a. overvekt og fedme, hjerte- og karsykdommer, type 2 diabetes, psykiske lidelser og muskel- og skjelettlidelser. Effekten av fysisk aktivitet i forhold til helse er godt dokumentert, men kun 20 % av den voksne befolkningen i Norge tilfredsstillende i dag nasjonale anbefalinger om 30 minutter moderat fysisk aktivitet daglig. For barn er anbefalingen dobbel dose, minimum 60 minutter. Gjennom tilrettelegging for fysisk aktivitet, gode nærmiljø og stimulering av sosiale aktiviteter fra tidlig barndom, kan kommunen påvirke folkehelsen på en positiv måte.

Tilrettelegging for bruk av eksisterende områder og anlegg er viktig. Dette vil omfatte parkering, merking av turområder, tilrettelagte turstier og trygge sammenhengende gang- og sykkelstier. Universell utforming og adkomst for funksjonshemmede må vektlegges.

Areal til nye aktiviteter i nærområdene sikres blant annet gjennom prosjektet *”Kartlegging og verdisetning av friluftsområder”*, *”Utviklingsplan for Radåsmyra”* og i Kommuneplanens arealdel. Sammen med *”Plan for sammenhengende hovednett for sykkeltrafikk i Sandnessjøen & omegn”* bør dette kunne ut i en kommunal sti- og løypeplan.

Uteaktiviteter må være tilgjengelig gjennom hele året. Vi bor i en region med variabelt klima, og det bør være en bredde i tilbud ut fra årstid.



Figur 25: Andel av den voksne befolkning som brukte ulike anleggstyper en gang pr. uke eller oftere 1999-2009.

Kunnskap om lokale forhold viser at interessen for lagidrett er meget stor, særlig blant barn og unge. Etterspørselen etter treningstid i haller og på spilleflater, både innendørs og utendørs, er derfor i perioder av året større enn tilbudet.

Treningsstudioer engasjerer mange, og er et viktig supplement.

Klimatiske forhold i vår kommune gjør at typiske vinteridretter har vanskelige forhold, og man reiser gjerne ut av kommunen for å finne gode nok forhold.

For øvrig er interessen for friluftsliv sterkt til stede, aktiviteter både på vann og på land. Turer i De Syv Søstre, turstia på Åsen og aktivitet knyttet til andre friluftsområder står her sentralt.

Sandnessjøen Bad har lenge stått øverst på Prioritert handlingsplan for anlegg. Når anlegget endelig står ferdig, forhåpentligvis i løpet av 2014, regner vi med at svømming vil engasjere mange. Da både som organisert idrett, men også som et godt tilbud til alle mosjonister. Og ikke minst med tanke på svømmeundervisning i skolen.

2.4 Oversikt over anlegg og områder for idrett og friluftsliv i Alstahaug kommune

Oversikt over idretts- og friluftsanlegg i Alstahaug kommune med kort vurdering av bruk og tilstand. Vurderingen er basert på den kjennskap vi har til anleggene.

Det er ikke vurdert tilgjengelighet til anleggene.

Tro	Bruk	Tilstand
Osen badeplass	Middels	Dårlig
Mindland	Bruk	Tilstand
Gressbane	Lite	God
Mindland skole gymsal	Middels	God

Tjøtta	Bruk	Tilstand
Gressbane	Lite	Dårlig
Sjømyra grusbane	Middels	God
Lysløype	Mye	Middels
Tjøtta skole gymsal	Middels	Middels (dårlige garderober)
Akebakke	Mye	Middels
Fotefar mot nord	Mye	Middels
Søvik	Bruk	Tilstand
Alstahaug VS gymsal	Middels	God (men mangler tilfredsstillende garderober og lagerrom for utstyr)
Søvik skole nærmiljøanlegg	Mye	God
Austbø	Bruk	Tilstand
Gressbane	Mye	God
Austbø skole gymsal	Middels	God
Sandnessjøen & omegn	Bruk	Tilstand
Radåsmyra gressbane	Mye	Dårlig
Radåsmyra kunststoffbane	Lite	Dårlig
Radåsmyra garderobeanlegg	Lite	Dårlig
Radåsmyra grusbane	Lite	God
Stamnes kunstgressbane	Mye	Dårlig
Stamnes kunstgressbane klubbhus	Mye	God
Stamnes tennisanlegg	Lite	Dårlig
Stamnes minibane	Lite	Middels
Stamneshallen	Mye	God
Stamneshallen aktivitetsanlegg	Middels	God
Helgelandshallen	Mye	Dårlig
Helgelandshallen lagerbygg	Mye	God
Milan pistolbane	Mye	God
Bjarnetjønna skole gymsal	Mye	God (men har kun ett dusjrom)
Bjarnetjønna skole ballbinge	Mye	Middels
Bjarnetjønna skole asfaltbane	Mye	Middels
Sandnes skole gymsal	Mye	Middels
Sandnes skole balløkke	Mye	Dårlig
Sandnes skole nærmiljøanlegg	Mye	Middels
Sandnes skole BMX-bane	Lite	Middels
Novika leirduebane	Mye	God
Novika skytteranlegg	Mye	God
Lyngåsen aktivitetsanlegg	Mye	Dårlig
Botn friluftsområde	Mye	Middels
Sandnessjøen Havsbad	Mye	God
Mølnhusaugen aktivitetsanlegg	Mye	Middels
Ura skole gymsal	Mye	God
Ura skole nærmiljøanlegg	Mye	God
Ura skole ballbinge	Mye	God
Nermarka nærmiljøanlegg	Lite	Middels
Uravolden nærmiljøanlegg	Lite	God
Segelbergan nærmiljøanlegg	Lite	Dårlig

2.5 Aktivitet og anlegg

Status i forhold til anlegg og aktivitet:

Fotball

- Radåsmyra gressbane er i dårlig stand og trenger rehabilitering
- Grusbanen på Radåsmyra er i god stand, men benyttes lite
- Stamnes kunstgressbane er utslitt og trenger nytt dekke
- Baner på Tjøtta, Mindland og Austbø er i ulik forfatning

Tennis

- Tennisanlegget på Stamnes er forfalt og trenger rehabilitering

Hallidrett

- Stammeshallen er rehabilitert og i god stand
- Helgelandshallen har et kunstgressdekke som trenger å skiftes ut
- Kapasiteten i hallene utnyttes i perioder tilnærmet maksimalt
- Tilgjengelighet for funksjonshemmede er best i Helgelandshallen

Orientering

- Det finnes orienteringskart for Åsen i Sandnessjøen, Søvikskaret og Tjøtta

Friidrett

- Løpebanene og øvrige anlegg på Radåsmyra er utslitt og trenger rehabilitering
- Løpebane i Helgelandshallen trenger rehabilitering
- Løpebane og lengdegrop på Søvik

Svømming

- Sandnessjøen mangler svømmehall, og skolene benytter hall i Leirfjord for svømmeopplæring
- Ny svømmehall planlegges åpnet i 2014

Golf

- Alsten Golfklubb sin bane (6-hulls) på Breimo er i dårlig stand

Klatring

- Ingen aktivitet etter at klatreveggen i Stammeshallen ble fjernet
- Mulighet for klatring i Leirfjordhallen

Skating

- Skateanlegget på baksiden av Helgelandshallen må flyttes dersom utvidelse av hallen

Ski

- Lysløypa på Åsen i Sandnessjøen er forfalt og lagt ned
- Bedre klima og løypeforhold gjør at mange reiser til Leirfjord for skigåing. Naturlig å støtte Leirfjord i arbeidet med løypevedlikehold.
- Lysløypa på Tjøtta ønskes rehabilitert og etter hvert forlenget

Skøyter

- Ingen organisert aktivitet. Planlagt is bak Helgelandshallen fungerer av ulike årsaker ikke, blant annet på grunn av varmluft i avløp og hærverk på isen. Sporadisk aktivitet på tilfrosne vann, særlig på Tjøtta.

Skyting

- Sandnessjøen Skytterlag og Alstahaug Jeger- & Fiskeforening har gode forhold på sine anlegg i Novika. Sandnessjøen Pistolklubb har en fin bane på Milan.

Sykling

- Organisert som aktiv idrett gjennom SOCK. Ingen baner, men landeveissykling.

Kajakk & kano

- Tømmervika Opplevelsessenter tilbyr padling i kajakk og kano innenfor trygge rammer, gjennom kurs og guidete padleturer

Nærmiljøanlegg

- Opparbeidede utearealer ved skoler og barnehager. Disse utearealene er viktige nærmiljøanlegg og lekeplasser for barn og unge i hverdagen og for innbyggerne i alle aldersgrupper på fritid. Der utearealet er oppbygd og vedlikeholdt er det derfor stor bruk av dette. Behov for rehabilitering av enkelte anlegg, også noen i privat regi.
- Ny ballbinge ved Ura skole åpnet i 2012
- På Sjøvik et flott anlegg med blant annet ballbinge, liten gressbane (5er og 7er) og løpebaner. Også sandvolleyballbane.

Naturopplevelser / Aktiviteter

- Turer i De Syv Søstre, tursti i Åsen og kultursti på Tjøtta
- Kystfriluftsliv, dykking og padling
- Sykling (også organisert gjennom SOCK som aktiv idrett)
- Hestesport (Solvoll 4H Gård & Hestesenter)
- Trimkasser og ”7 på tur”
- Geocaching. Ny GPS-orientering som også er etablert i vår kommune.
- Alstahaug Maraton er med på å inspirere til aktiv trening gjennom hele året
- Skålvær, der store deler er statlig sikret friluftsområde. Se www.skålværvel.no
- Tømmervika Opplevelsessenter tilbyr friluftaktiviteter med fokus på kommunikasjon, samarbeid og mestring, for barnehager, skoler og voksne
- Seniortrim og bedriftsidrett
- De ulike treningssentrene aktiviserer mange. Både egenorganiserte aktiviteter og grupper, f. eks. spinning og aerobikk.

3.0 Målsetting

3.1 Hovedmål

FREMME OG STYRKE DE FAKTORER SOM STIMULERER TIL FYSISK AKTIVITET OG NATUROPPLEVELSE FOR ALLE VÅRE INNBYGGERE OG GIR MULIGHET TIL FLERE LEVEÅR MED GOD HELSE

3.2 utfordringer

For å oppnå hovedmålet er det viktig at kommunens arbeid tar sikte på å stimulere til en livslang interesse hos innbyggerne for fysisk aktivitet og naturopplevelse. En frisk og vital befolkning er et nødvendig grunnlag for å skape en levende kommune og drive samfunnsutvikling videre i en positiv retning.

For å oppnå dette har kommunen følgende utfordringer:

- En mer aktiv befolkning krever bredt og stort engasjement fra politisk nivå så vel som et bredt tverrfaglig kommunalt samarbeid
- Gi tilbud om alternativ fysisk aktivitet for de som ikke deltar i organisert idrett
- Skoler, barnehager og SFO skal arbeide planmessig med fysisk aktivitet og naturopplevelser med sikte på å gi barn og ungdom gode opplevelser og et positivt forhold til slike aktiviteter. Det er en utfordring å få til at alle barn kan oppleve mestring og bevegelsesglede med fysisk aktivitet i kroppsøvingstimene. Videre at mange ungdommer ”ikke har” kroppsøving i skolen, eller at de har ”fritak” fra kroppsøving.
- Skolene og barnehagene sikres uteareal som stimulerer til fysisk aktivitet og naturopplevelse
- Helsesektoren i Alstahaug bør i enda større grad motivere sine brukere til fysisk aktivitet og naturopplevelse som ledd i forbedring av egen helse. Det er en utfordring å få nye inaktive grupper til å begynne med fysisk aktivitet.
- 20% av befolkningen følger nasjonale minimumsanbefalinger for fysisk aktivitet. Det vil si at 80% er definert som inaktive. Mye av hverdagsaktiviteten har blitt borte, og det brukes stadig mer tid på stillesittende aktivitet. Dette er både en nasjonal utfordring og en utfordring for Alstahaug kommune.
- Nasjonale rapporter peker på at dagens barn og unge er mindre fysisk aktive og i dårligere fysisk form enn barn og unge i tidligere generasjoner. Det er stor grunn til å tro at dette gjelder også for Alstahaug kommune.
- Det er sosiale ulikheter knyttet til fysisk aktivitetsnivå

- Manglende satsning på fysisk aktivitet, vil gi økte utgifter til behandling i fremtiden. Det vil også påføre den enkelte flere leveår med sykdom.
- Det er en høy andel uføretrygdete i kommunen og fysisk aktivitet kan hjelpe denne gruppen til bedre helse og økt livskvalitet. Dette vil også gi en samfunnsøkonomisk gevinst.
- Samarbeidet mellom kommunen og frivillig sektor utvikles og stimuleres med bl.a. fortsatt støtte i form av økonomiske tilskudd, og at det i tillegg ytes god administrativ service og bistand.
- Det er positivt at hallene er i bruk og at det er rift om timene, men det er en utfordring at etterspørselen til tider er større enn kapasiteten.
- En del kommunale anlegg er slitt og trenger renovering. Universell utforming må vektlegges.
- Manglende sammenhengende sykkel- og gangveinett i kommunen
- Det er en utfordring at andre interessenter ønsker å bruke friområder og grøntareal til for eksempel boligformål, med den følge at det vil forstyrre gjeldende grøntstruktur i kommunen.

4.0 Handlingsprogram

4.1 Handlingsplan for aktivitetstiltak

Alstahaug kommune vil i kommende planperiode prioritere følgende aktivitetstiltak:

Skole/barnehage/SFO

Barn og unge oppholder seg i stadig lengre tid i almindennende institusjoner (barnehage og skole). Disse institusjonene og deres utearealer har derfor fått økt betydning for fysisk aktivitet og derigjennom barnas helse og trivsel.

- **Opparbeide uteområder til gode aktivitetsarenaer.** Skolens/barnehagens utearealer kan innbyde til større grad av aktivitet ut fra hvordan disse er utformet og utstyrt. Disse arealene er viktige leke- og aktivitetsarealer også på fritiden, når de er attraktivt utformet.
Det er et mål at alle utearealer knyttet til skoler og barnehager i Alstahaug kommune skal være utformet og vedlikeholdt på en slik måte at de framstår som attraktive aktivitetsarealer på hverdag og i fritid.
Tiltaket forutsetter først og fremst driftsbudsjett for ordinært vedlikehold, og investeringsmidler for opprusting.
Stikkord for utearealene er: Tilrettelegging for aktivitet, sikkerhet og estetikk.
- **Mer fysisk aktivitet som integrert del av det daglige pedagogiske tilbudet.** Fysisk aktivitet er en naturlig del av det pedagogiske tilbudet i alle barnehager. Dette innbefatter både lek, spill og turer i ulikt terreng. Fokus på utvikling av fysiske ferdigheter skal være en naturlig del av barnehagens arbeid.
Skolene er pålagt å legge til rette for fysisk aktivitet i ulike former gjennom opplæringslov og læreplan. Omfanget av dette utgjør ca 2 kløkketimer pr uke i snitt gjennom grunnskolen. Alle skolene i Alstahaug har organisert for fysisk aktivitet utover minstekravet. Dette organiseres ulikt ut fra skolens rammer.
Fysisk aktivitet som en integrert del av undervisningsopplegget er et prioritert fokus.
- **Fysisk aktivitet og kjønn.** Skolene skal ha fokus på at gutter og jenter har ulike motivasjonsfaktorer for å drive aktivitet. Det er spesielt viktig at skolene har kunnskap og legger til rette for ulik aktivitet jo eldre elevene blir.
- **Fysisk aktivitet i SFO.** Skolefritidsordningen er i en særstilling i skolen for å kunne prioritere tid til fysisk aktivitet. Det er et mål at alle barn i SFO daglig skal være i fysisk aktivitet.
Det er ønskelig at idrettslag i større grad kan utvikle samarbeid med SFO.
- **Øke kompetanse for pedagogisk personell på området fysisk aktivitet, kroppsøving, helse og livsstil.** Alstahaug kommune tilbyr årlig ansatte i skoler og barnehager oppdatering i form av ulike kurs innen området fysisk aktivitet, kroppsøving, helse og livsstil.
- **Skoleveien som arena for fysisk aktivitet.** Skolene skal stimulere til at elevene går eller sykler til og fra skolen.

Frisklivssentralen

- Frisklivsresepten videreføres og videreutvikles
- Overgang fra Frisklivssentralen og til andre aktivitetstilbud gjøres enklere
- Videre oppfølging av barnehager, skoler og SFO, med tanke på økt fysisk aktivitet
- Arbeide for å følge opp tiltak rettet mot barn og unge, spesielt de som er inaktive og de som har overvekt
- Fortsette med veiledningsgruppe for foreldre til overvektige barn. Videreutvikle tiltak for å følge opp overvektige barn og deres familier på en best mulig måte.
- Fallforebygging - bidra til at eldre kan være mest mulig selvstendige
- Fortsette tiltak for å redusere sykefravær
- Motivasjonsgruppe i samarbeid med diabetesforbundet
- Aktivitetskasser på sykehjemmet

Mennesker med behov for særskilt tilrettelegging

- Utarbeide aktivitetsplan som oppdateres jevnlig
- Aktivitetsplan/aktivitetsdosett på sykehjemmet
- Som en del av det helhetlige tilbudet ved Solsiden aktivitetssenter, kan mennesker med psykiske lidelser få tilrettelagt tiltak for fysisk aktivitet
- Tildelingskontoret for støttekontakter har videreført aktiviteter for utviklingshemmede
 - Åpen klubb 2 dager pr uke i lokalene til ungdomsklubben (egen aktivitetsplan)
 - Ballaktiviteter i Helgelandshallen
 - 4-6 større arrangementer pr år, blant annet tur i svømmehall
 - Avtale med Nybrot gård med tilbud om ridning

Aktivering av barn og unge (etter skoletid)

- Tilsetting av Fritidsleder
- Økt tilgjengelighet i hallene
- Gratis trening for barn og unge i alle kommunale anlegg
- Ungdomsundersøkelse i 2013 for å finne ut hva ungdommen ønsker seg
- Starte samarbeid for å få til "Aktiv ung" – modell for å aktivisere inaktiv ungdom. Aktuelle samarbeidsparter kan være Utekontakten, U-klubb, koordinator for barn og unge med sammensatte behov og Frisklivssentralen.
- Sommerklubben, Åpen hall og KlubbCup videreføres
- Dansetilbud for ungdom
- Aktivitetsturer for ungdom
- Utvikle skateboard miljøet
- Utvikle BMX miljø

Aktivitet for friluftslivet

- Bedre merking av "7 på tur"
- Utarbeide system for vedlikehold av turstier, bålplasser og utsiktsplasser
- Utbedring av tursti Åsen
- Opparbeiding av tursti Kongshaugen - Haugsneset (Alstahaug)
- Etablere interkommunalt friluftsråd

Kompetanse og utdanning

- Kurs for lærere som har kroppsøving på barne- og mellomtrinnet. Viktig for at alle skal trives i kroppsøvingsfaget og få et positivt forhold til fysisk aktivitet.
- Folkehelseperspektivet skal inn i politikeropplæringen
- Kurse alle støttekontakter i forhold til fysisk aktivitet
- Kurs i motiverende intervju/endringsfokuset veiledning for helsesøstre, leger og fysioterapeuter for å øke kompetansen i møtet med brukere av våre tjenester

Informasjon og markedsføring

- Folkeopplysning om helsefordeler ved å være fysisk aktiv, kombinert med opplysninger om hvor og hvordan en kan gjøre det
- Utstyrssentralen gjøres bedre kjent

4.2 Prioritert handlingsplan for anlegg

	Anleggsoppgaver, tilrettelegging og tiltak	Prosjekteier	Sted	Antatt byggestart	Kostnad anlegg Med/uten moms (i 1000 kr)	Drifts- kostn.	Finansiering (i 1000 kr)											
							2013			2014			2015			2016		
							km	sm	pm	km	sm	pm	km	sm	pm	km	sm	pm
1	Sandnessjøen Bad	Alstah. kom.	Sentrum	2012	125.000 / 100.000	1.900		5.000			5.000							
2	Radåsmyra - Plan for utvikling	Alstah. kom.	Radåsen	2013	100 / 80													
3	Helgelandshallen – Ny spilleflate	Alstah. kom.	Stamnes	2013	21.000 / 16.800	300				15.500	5.500							
4	Helgelandshallen – Nytt dekke	Alstah. kom.	Stamnes	2013	1.800 / 1.440	100				1.320	480							
5	Tursti - Åsen	Alstah. kom.	Åsen	2014	1.400 / 1.120	100						700	700					
6	Stamnes kunstgressbane dekke	SIL	Stamnes	2013	4.500 / 3.600	250					1.200	3.300						
7	Stamnes kunstgressbane lys	SIL	Stamnes	2013	1.700 / 1.360	100					680	1.020						
8	Lysløype - Tjøtta	Tjøtta IL	Tjøtta	2013	850 / 680			425	425									
9	Tilstandsrapport for anlegg	Alstah. kom.	Hele AK	2015	150 / 120													
10	Tursti – Kongshaugen/Haugneset	Alstah. kom.	Alstahaug	2016	800 / 640	50										400	400	
11	Ballbinge 7er-fotball	Alstah. kom.	Stamnes	2016	1.200 / 960	70										720	480	
12	Radåsmyra – Ny kunstgressbane	Alstah. kom.	Radåsen	2016	4.500 / 3.600	250										3.300	1.200	
13	Idrettshall / Flerbrukshall	Alstah. kom.	Søvik	2016														

km = kommunale midler
sm = spillemidler
pm = private midler

4.3 Prioritert handlingsplan for nærmiljøanlegg

Anleggsoppgaver, tilrettelegging og tiltak	Prosjekteier	Sted	Antatt byggestart	Kostnad anlegg	Finansiering (i 1000 kr)											
					2013			2014			2015			2016		
					km	sm	pm	km	sm	pm	km	sm	pm	km	sm	pm
Skolegårdsprosjekt	Alstah. kom.		2013	800.000 / 640.000	600	200										
Skolegårdsprosjekt	Alstah. kom.		2014	800.000 / 640.000				600	200							
Hoppbakke K8	Alstahaug IL	Søvik	2014	400.000 / 320.000					200	200						
Skolegårdsprosjekt	Alstah. kom.		2015	800.000 / 640.000							600	200				
Skolegårdsprosjekt	Alstah. kom.		2016	800.000 / 640.000										600	200	

km = kommunale midler

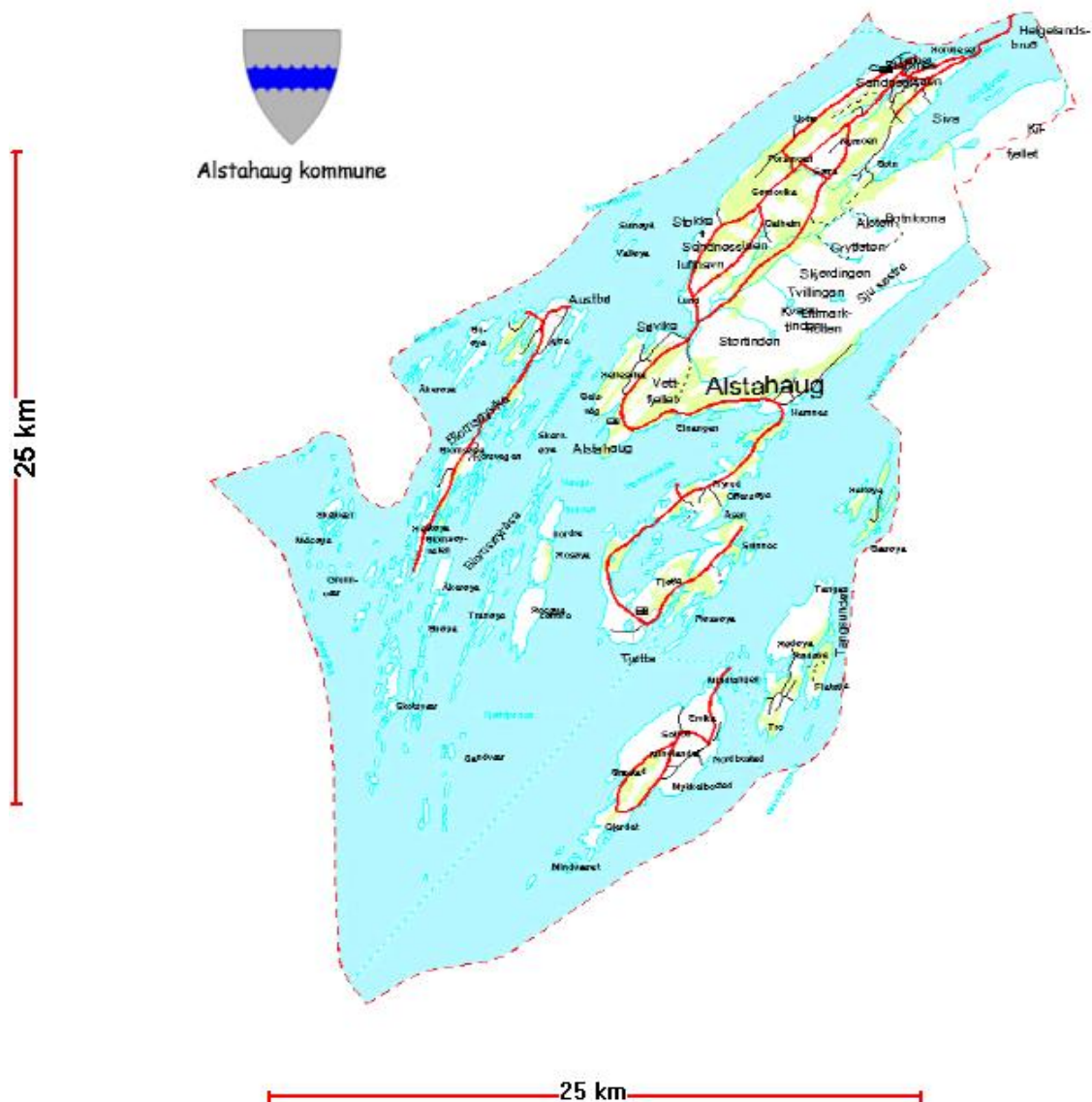
sm = spillemidler

pm = private midler

4.4 Uprioritert langtidsplan for anlegg

Anlegg	Sted	Eier
Rehabilitering av Radåsmyra	Radåsen	Alstahaug kommune
Rehabilitering av Sandnessjøen tennisanlegg	Stamnes	Sandnessjøen Tennisklubb
Sandvolleyballbane	Botn	Alstahaug kommune
Trailbane / Go-cartbane	Kleiva	Alstahaug kommune
Forlengelse av lysløype	Tjøtta	Tjøtta IL
Skytterbane Sandnessjøen ungdomsskole	Stamnes	Alstahaug kommune
Klatrevegg tilknyttet hallutvidelse	Stamnes	Alstahaug kommune
Toalettanlegg Helgelandshallen	Stamnes	Alstahaug kommune
Utvikle turområder Søvik / Hamnes	Søvik/Hamnes	Områdeutvalget for S/H
Kommunal sti- og løypeplan	Hele AK	Alstahaug kommune
Ishockeybane	Alstah. kom.	Alstahaug kommune

4.5 Kart



Kart som viser lokalisering av eksisterende og planlagte anlegg fremkommer av kulturdepartementets hjemmeside www.idrettsanlegg.no / søk etter anlegg.

Kart med GPS-merkede turstier med informasjon om den enkelte tur: www.turkarthelgeland.no

Friluftsområder i Nordland / Alstahaug: <http://friluftsliv.avinet.no/default.aspx?gui=1&lang=2>