

Norges miljø- og
biovitenskapelige
universitet

Masteroppgave 2018 30 stp

Fakultet for landskap og samfunn
Hovedveileder NMBU: Petter Næss

Helse i hver tur

En casestudie om tre sentrumsnære friluftslivsområder
i Kristiansund og deres verdi for folkehelse

Health in every walk

A case study of three outdoor recreation areas near Kristiansund city centre
and their value for public health

Kristin Hoel Fugelsnes

By- og regionplanlegging
Fakultet for landskap og samfunn



HELSE I HVER TUR

FORORD

Denne masteroppgaven markerer slutten på fem år ved NMBU, og studiene i By- og regionplanlegging. I løpet av disse fem årene har vi jobbet med og lært om mye variert innenfor fagfeltet. Begrepet bærekraftig utvikling har vært sentralt, og jeg fikk raskt en særlig interesse for sosial bærekraft.

Jeg har hatt et ønske om å skrive masteroppgave om hjemkommunen, og fikk umiddelbart positiv respons da jeg kontaktet kommuneadministrasjonen. Kommunens engasjement og vilje til å bidra betydde mye for motivasjonen. Da min far oppdaterte meg om situasjonen rundt de sentrumsnære friluftslivsområdene i kommunen, ble temaet valgt for denne oppgaven enkelt.

Jeg ønsker å takke min far for hans pådrivende rolle med gode innspill og synspunkter underveis i arbeidet.

Videre vil jeg rette en stor takk til Kristiansund kommune, og spesielt Jan Brede Falkevik. Jan Brede har stilt opp gjennom hele prosessen, både via e-post og ved to nyttige møter. De få gangene det dukket opp spørsmål han selv ikke kunne besvare hentet han inn riktig kunnskapskraft. Jeg vil også takke de som bidro i informantintervjuene.

Til sist til jeg si tusen takk til min veileder ved NMBU, Petter Næss, for konstruktive og raske tilbakemeldinger, verdifulle råd og god oppfølging gjennom hele prosessen.

Friluftslivet er en sentral del av nordmenns tradisjon og kulturarv, og er et lavterskeltilbud for befolkningen. Det er et nasjonalt mål å få flest mulig til å delta i friluftslivet, og en sentral strategi er å legge til rette for friluftsliv i nærheten av hvor folk bor. Fysisk aktivitet og naturopplevelser i nærmiljøet er av stor betydning for mange, og det er kjent at friluftsliv har helsefremmende og sykdomsforebyggende effekt. Å sørge for at så mange som mulig har muligheten til å drive med nært friluftsliv er derfor et verdifullt tiltak for folkehelse. Bynære grønne områder har lenge vært under press. Byer vokser og blir tettere. Dette fører til at nære friluftslivsområder, og også urørt kystlinje, reduseres og fragmenteres. Dette bidrar til å minske disse områdenes tilgjengelighet og verdi for folkehelse.

Denne problemstillingen er også aktuell for Kristiansund kommune. At byen ligger på øyer skaper naturlige begrensninger for sentrumsnær utbygging, og arealknapphet er en utfordring. Dette har ført til at de sentrumsnære friluftslivsområdene siden andre verdenskrig gradvis har minket i størrelse, og de er også i dag truet av ytterligere nedbygging.

Kristiansund kommer dårligere ut enn landet som helhet for flere folkehelseindikatorer. Bevaring av verdiene som friluftslivet representerer blir derfor desto viktigere.

Masteroppgavens problemstilling er: «Hvilken verdi har tre sentrumsnære friluftslivsområder i Kristiansund for folkehelse?»

For å svare på problemstillingen er det gjort en kartlegging av de tre friluftslivsområdene, og en dokumentgjennomgang av relevante regionale og lokale retningslinjer og planer. Som en del av kartleggingen er det foretatt intervjuer med ansatte i kommuneadministrasjonen i Kristiansund. Det er videre gjennomført intervjuer blant brukerne av de tre områdene. Resultatet av disse undersøkelsene legger grunnlaget for oppgavens drøftingsdel.

Det kom frem at de tre friluftslivsområdene har stor betydning som aktivitetsarenaer og sosiale møteplasser for både barn og voksne. I tillegg er de for mange en kilde til ro, stillhet, naturopplevelse og stedsidentitet. Områdenes fysiske forhold, størrelse, varierende naturlandskap og topografi er sentrale kvaliteter som gjør at ulike befolkningsgrupper trekkes dit.

Økt kunnskap og fokus på sammenhengen mellom friluftsliv og folkehelse, samt kartlegging og verdisetting av bynære friluftslivsområder, vil kunne bidra til økt bevissthet og et sterkere vern av slike områder.

Når det gjelder byplanlegging og forvaltning av friluftslivsområdene tilsier resultatene av undersøkelsene i denne oppgaven at ytterligere bygging i de tre områdene bør unngås. I tillegg bør tilretteleggingsgrad vurderes med hensyn til brukernes ønsker og naturens egenverdi.

Denne oppgaven har vært konsentrert rundt tre spesifikke områder, med mål om å kunne bidra til kommunens kunnskapsgrunnlag om disse. Tematikken er likevel relevant for flere kommuner i Norge, og temaene som tas opp her åpner mulighetene for videre forskning.

Outdoor life is an important part of Norwegian traditions and cultural heritage, and it is a low-threshold opportunity for the population. It is a national goal to increase participation in outdoor life, and a central strategy is to facilitate outdoor activities in close vicinity of where people live. Physical activity and experiencing nature in local areas are important to many people, and it is known that outdoor life leads to better health and prevents disease. To ensure that as many people as possible can pursue outdoor activities near their homes is an important measure to promote public health. Green areas close to city centres have long been under pressure. Cities grow and become denser. This leads to reduction and fragmentation of recreation areas and untouched parts of the coastline. This decreases their accessibility and value for public health.

This issue is also relevant for the municipality of Kristiansund. The fact that the city is situated on islands creates natural limitations for development near the city centre, and land shortage is a challenge. The outdoor recreation areas close to the city centre have gradually been reduced in size and are still threatened by further piece-by-piece downsizing.

Kristiansund municipality scores lower than the country as a whole on several public health indicators. Protecting the public health values represented by outdoor life therefore becomes even more important.

The Master's thesis research question is: "What is the value of three outdoor recreation areas near Kristiansund city centre for public health?"

To answer this question, an investigation of the three outdoor recreation areas has been made, as well as a document review of relevant regional and local guidelines and plans. As part of the investigation, interviews have been conducted with employees of the municipality administration in Kristiansund. Further, interviews were conducted among the users of the three outdoor recreation areas. The results of the investigation and the interviews form the basis for the discussion's part of the assignment.

The three areas are of significant importance as activity arenas and social meeting places for both children and adults. In addition, they are a source of calm, silence, nature experience and place identity for many. The physical conditions of the areas, such as their size, varied natural landscapes and topography are key qualities that attract a varied selection of people.

Increased knowledge of and focus towards the relationship between outdoor life and public health, as well as mapping and valuation of urban outdoor recreation areas, could contribute to increased awareness and stronger protection of such areas.

With regard to policy implications for urban planning and outdoor recreation area management, the results of the investigations conducted in this thesis indicate that further construction in the three areas should be avoided, and that the degree of facilitation should be assessed with regard to the users' wishes, as well as nature's inherent value.

The Master's thesis has focused on three specific areas, with the aim of contributing to the municipality's knowledge base regarding these areas. However, these topics are relevant to several municipalities in Norway, and they point out some directions for further research.

INNHold

Forord	4	3 METODE		5 FORTOLKNING AV INTERVJUMATERIALET	
Sammendrag	5	Forskningsdesign	23	Frekvens og tilkomst	50
Abstract	5	Kartlegging og dokumentgjennomgang.....	24	Tilretteleggingsgrad	51
		Informantintervju.....	24	Aktiviteter	52
1 INNLEDNING		På stedet-intervju.....	25	Motivasjon	53
Bakgrunn for oppgaven	8	Etikk og mulige feilkilder.....	25	Ønsker	54
Problemstilling	9				
Avgrensning og konkretisering	10	4 PRESENTASJON AV KOMMUNE OG		6 DRØFTING	
Sentrale begreper	10	CASEOMRÅDER		Hvordan brukes friluftslivsområdene?	56
Oppgavens oppbygging	11	Kristiansund kommune	28	Hvorfor brukes friluftslivsområdene?	59
		Caseområder: Vanndamman/Kringsjø,		Styrking og bevaring av verdiene	64
2 TEORI		Karihola og Folkeparken	33		
Friluftsliv	14	Turveier, turstier og turmål	38	7 AVSLUTNING	69
Det nære friluftslivet	16	Tilretteleggingsgrad	41		
Folkehelse	17	Caseområdene før og nå	42	Referanser	71
Sammenhengen mellom		Informantintervju	43	Figurer	73
friluftsliv og folkehelse	18	Rammer for folkehelse og friluftsliv	46		
Trusler mot det nære friluftslivet	19				

1 INNLEDNING

- BAKGRUNN FOR OPPGAVEN
- PROBLEMSTILLING
- AVGRENSNING OG KONKRETISERING
- SENTRALE BEGREPER
- OPPGAVENS OPPBYGGING

BAKGRUNN FOR OPPGAVEN

TEMA

Overordnet tema for oppgaven er det nære friluftslivet, og dets verdi for folkehelse. Jeg ser spesifikt på Kristiansund og de tre friluftslivsområdene som befinner seg på øya hvor byens sentrum er lokalisert. Gjennom litteratur og egen kunnskapsinnhenting vil jeg sette fokus på det nære friluftslivets verdi for fysisk og psykisk helse.

RELEVANS

Folkehelsebegrepet har endret seg fra primært å handle om tiltak gjennom helsevesenet, til i dag å være et anliggende som går på tvers av samfunnssektorer og -nivåer. Folkehelseloven legger opp til et systematisk folkehelsearbeid i kommunene, hvor kunnskap, mål, tiltak og evaluering skal sikre at befolkningens helsetilstand har en positiv utvikling.

Det er godt kjent at friluftsliv har positive effekter for folkehelsen. Opphold og aktivitet i naturlige omgivelser er helsefremmende, og øker livskvaliteten (Miljøverndepartementet, 2013a). Å sikre tilgangen til gode områder for friluftsliv nær der folk bor, er verdifulle tiltak for folkehelsen.

Bynære grønne områder er under press. Byer vokser og videreutvikles, og dette fører til at viktig grønnstruktur og nære friluftslivsområder reduseres og fragmenteres. Dette bidrar til å minske områdenes verdi og tilgjengelighet.

Denne problemstillingen er også aktuell for Kristiansund kommune. Kommunen har en unik beliggenhet. Byen er lokalisert på fire øyer ute i havgapet, koblet sammen av broforbindelser. En stor del av kommunens befolkning bor på øya hvor sentrum er lokalisert. Det er også på denne øya de tre friluftslivsområdene som er fokus for denne oppgaven befinner seg.

At byen ligger på øyer skaper naturlige begrensninger for sentrumsnær utbygging, og arealknapphet er en utfordring.

Friluftslivsområdene har siden andre verdenskrig gradvis minket i størrelse, og er også i dag truet av ytterligere nedbygging.

Ifølge folkehelsebarometeret ligger Kristiansund kommune dårligere enn landsgjennomsnittet for land og fylke for mange indikatorer i kategorien helse og sykdom, og enkelte indikatorer viser et signifikant dårligere resultat enn gjennomsnittet (Folkehelseinstituttet, 2018).

Med bakgrunn i kunnskapen som allerede finnes om friluftslivets helsefremmende effekter, er det klart at bevaring av de tre friluftslivsområdene vil være et verdifullt folkehelseiltak.

Det er ennå for lite kunnskap om landets friluftslivs-områder, noe som kan føre til videre nedbygging. Det trengs også mer kunnskap om friluftslivets helseeffekter (Miljøverndepartementet, 2013a).

FORMÅL

Målet med oppgaven er å finne ut mer om hvordan og hvorfor de tre friluftslivsområdene nær sentrum brukes, og knytte dette til fysisk og mental helse. I tillegg vil jeg undersøke hva folk mener kan bidra til å øke bruken av områdene. Jeg ønsker også å finne ut mer om hvordan kommunen jobber med problemstillingene rundt folkehelse og bevaring av områder for friluftsliv.

Oppgaven vil forhåpentligvis kunne gi en økt innsikt i områdenes bruk og betydning for lokalbefolkningen, og på denne måten bidra til å styrke deres bevaringsgrunnlag. I tillegg er det et mål å kartlegge hva folk savner, eller mener bør endres ved områdene, for å få flest mulig til å delta i friluftslivet så ofte som mulig.

MOTIVASJON

Erfaringer både gjennom studiet og på fritiden har skapt en interesse for temaene som tas opp i denne oppgaven. Deltakelse på Folkehelsekonferansen i 2015, som hadde «det nære friluftslivet» som tema, samt flere prosjektoppgaver i skolesammenheng, gav inspirasjon til å jobbe med dette feltet i en masteroppgave. Temaet er knyttet til sosial bærekraft, og gjelder forhold som har direkte innvirkning på folks liv og hverdag, noe som engasjerer meg.

Det har vært et ønske å jobbe med egen hjemkommune. Etter positiv tilbakemelding fra Kristiansund kommune, hvor flere har engasjert seg og vært villige til å bidra, var valget av tema enkelt.



PROBLEMSTILLING

Hvilken verdi har tre sentrumsnære friluftslivsområder i Kristiansund for folkehelse?

FORSKNINGSSPØRSMÅL

3 Hvordan brukes de tre friluftslivsområdene?

1 Hvilke kvaliteter ved friluftslivsområder fremmer deltakelse i friluftslivet?

4 Hvorfor brukes de tre friluftslivsområdene?

2 På hvilken måte bidrar bruk av friluftslivsområder til positive helseeffekter?

5 Hvordan kan bruken av friluftslivsområdene økes?

AVGRENSNING OG KONKRETISERING

CASENE

Caseområdene ble valgt av flere årsaker. De ligger på samme øy som bysentrum er lokalisert - den mest folkerike øya i kommunen. Hele øyas befolkning bor under en kilometer fra minst ett av caseområdene. De er av en størrelse som egner seg for friluftsliv, og alle har tilknytning til sjøen. De har variert tilretteleggingsgrad, både innad i hvert område og seg imellom. Dette gir muligheter for ulike typer friluftsliv. Alle tre områder har vært gjenstand for nedbygging, og er fremdeles truet i dag.

De tre områdene er i kommuneplanen angitt som LNF-område eller friområde. Jeg har valgt å bruke betegnelsen friluftslivsområde, som gjelder uavhengig av regulering. Mindre parkområder ellers på øya er ikke inkludert i oppgaven.

DATAINNSAMLINGEN

Det benyttes både teori og empiriske undersøkelser for å svare på problemstillingen. Det er gjort en litteraturgjennomgang i del 2, hvor relevante temaer er belyst. Det er også gjennomført to typer intervjuer.

I del 4, hvor byen og caseområdene presenteres, brukes informantintervju til å belyse kommunens arbeid med folkehelse, friluftsliv og bevaring av friluftslivsområder. Disse intervjuene inkluderes ikke i fortolkningen i del 5. I del 5 fortolkes intervjuene som ble gjort med personer som oppholdt seg caseområdene (på stedet-intervju).

Resultatene fra på stedet-intervjuene, informantintervjuene, samt teorien presentert i del 2, benyttes i del 6 for å svare på problemstillingen.

FOLKEHELSE

Folkehelse er et vidt begrep og mange faktorer spiller en rolle. Oppgaven begrenses til å omhandle fysisk og mental helse. Dette begrunnes med at disse kan settes i direkte sammenheng med deltakelse i friluftsliv.

FRILUFTSLIV

Friluftsliv vil her bety egenorganisert aktivitet. Organisert aktivitet inkluderes ikke i oppgaven. Idrettsanlegget som befinner seg i det ene caseområdet (Folkeparken), ekskluderes derfor fra studien.

SENTRALE BEGREPER

FRILUFTSLIV

«Opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden med sikte på miljøforandring og naturopplevelse» (Meld.st. nr. 18, 2016: 10).

DET NÆRE FRILUFTSLIVET

Deltakelse i friluftsliv i nærmiljøet - områder som ligger i nærheten av der folk bor (50- 1000 meter avhengig av alder) (Miljøverndepartementet, 2013a).

FRILUFTSLIVSOMRÅDE

Samlebetegnelse brukt i denne oppgaven, som inkluderer områder angitt som LNF og friområde i kommuneplanens arealdel.

FOLKEHELSE

Befolkningens helsetilstand, og hvordan helsen fordeles seg i en befolkning (Helsedirektoratet, 2018).

FYSISK HELSE

Effektiv funksjonalitet av kroppen og dens systemer, og fysisk kapasitet til å utføre oppgaver og fysisk

aktivitet (Engage Education Foundation, 2018).
PSYKISK HELSE

En tilstand av velvære der individet realiserer sine muligheter, håndterer livets normale stressituasjoner, arbeider produktivt og fruktbart, og kan bidra i samfunnet (WHO, 2014).

LAV GRAD AV TILRETTELEGGING

Områder med vilt naturpreg. Preget av skog, opptråkkede stier, svaberg og kystlinje.

MIDDELS GRAD AV TILRETTELEGGING

Områder hvor landskapet fremdeles har et vilt preg, men i større grad er tilrettelagt med turveier og møteplasser.

HØY GRAD AV TILRETTELEGGING

Områder med høyt preg av menneskelig inngripen, som parkområder og større sosiale møteplasser.

OPPGAVENS OPPBYGGING

DEL 1: INNLEDNING

Del 1 innledes med en beskrivelse av bakgrunn for oppgaven. Problemstillingen presenteres, og konkretisering og avgrensinger for studien gis. Sentrale begreper forklares kort.

DEL 3: METODE

Del 3 omhandler de ulike metodene som benyttes for å svare på problemstillingen. Metodene som er brukt og beskrives, er kartlegging og dokumentgjennomgang, informantintervju og på-stedet-intervju. Deretter reflekteres det over etiske problemstillinger og oppgavens reliabilitet.

DEL 5: FORTOLKNING AV INTERVJUMATERIALET

I del 5 gjøres en fortolkning av intervjuene gjennomført ute i caseområdene. Fortolkningen struktureres etter frekvens og tilkomst, tilretteleggingsgrad, aktiviteter, motivasjon og ønsker.

DEL 7: AVSLUTNING

Del 7 konkluderer og oppsummerer oppgavens prosess og resultat.

DEL 2: TEORI

I del 2 fremlegges oppgavens teoretiske grunnlag, inndelt etter temaer. Temaene som er inkludert er blant annet «det nære friluftslivet», «folkehelse og friluftsliv», samt «trusler mot friluftslivet».

DEL 4: PRESENTASJON AV BYEN OG CASEOMRÅDENE

I del 4 presenteres Kristiansund kommune, og de tre friluftslivsområdene kartlegges. En gjennomgang av kommunens planer for folkehelse og friluftsliv inkluderes, og informantintervju med ansatte i kommunen bidrar til å belyse tematikken.

DEL 6: DRØFTING

I del 6 diskuteres forskningsspørsmålene ved hjelp av funnene fra del 5, teori, samt kartleggingen av caseområdene og informantintervjuene gjort i del 4.

2 TEORI

- FRILUFTSLIV
- DET NÆRE FRILUFTSLIVET
- FOLKEHELSE
- SAMMENHENGEN MELLOM
FRILUFTSLIV OG FOLKEHELSE
- TRUSLER MOT DET NÆRE FRILUFTSLIVET

FRILUFTSLIV

Friluftsliv er en viktig del av vår tradisjon og kulturarv, med sterk tilknytning til vår nasjonale identitet. Den norske naturen gir oss store muligheter til å delta i friluftslivet på ulike måter. Et viktig prinsipp er at alle skal kunne benytte seg av disse mulighetene, uavhengig av bosted, fysiske forutsetninger og kunnskap. Allemannsretten, som sikrer fri og gratis ferdsel, er en sentral forutsetning for dette (Meld. St. 18, 2016).

Siden starten av 1970-tallet har friluftslivets oppslutning gradvis vokst. Flere og flere har tatt del, også grupper som tidligere var underrepresentert, slik som kvinner og eldre. Økningen er blant annet et resultat av voksende velstand, kjønnslikestilling og en utjevning av levekår mellom bygd og by (Meld. St. 18, 2016).

Fra 1990-tallet til nå, har friluftslivet utviklet seg fra å være dominert av noen få aktiviteter, til i dag å inkludere et mangfold av aktiviteter. I tillegg til økende velstand har også andre samfunnsendringer påvirket utviklingen av friluftslivet. Demografiske endringer som urbanisering, en voksende befolkning over 70 år, og mer sammensatte og varierte kulturelle, etniske og familiære forhold, har hatt betydning for utøvelsen av friluftsliv. Samtidig har endring i politiske forhold, utvikling av teknologi og økende kommersialisering hatt en effekt (Dervo et al., 2014).

Friluftsliv er en kilde til helse, livskvalitet, glede og personlig identitet. Det bidrar til gode opplevelser, kunnskap om og engasjement for naturen.

I 1987 ble friluftsliv i stortingsmeldingen om friluftsliv definert som «opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden, med sikte på miljøforandring og naturopplevelse». Denne definisjonen er videreført i senere stortingsmeldinger (Meld. St. 18, 2016).

FØRINGER OG SAMARBEID FOR FRILUFTSLIV

Som et grunnlag for de statlige mål og retningslinjer som bidrar til å beskytte friluftslivet, og naturområdene det er avhengig av, ligger lovgivningen. *Kongeriket Norges Grunnlov* §112 slår fast at «enhver har rett til et miljø som sikrer helsen, og til en natur der produksjonsevne og mangfold bevares. Naturens ressurser skal disponeres ut i fra en langsiktig og allsidig betraktning som ivaretar denne rett også for etterslekten» (Grunnloven, 1814).

Lov om planlegging og byggesaksbehandling er sentral for å sikre at natur og sosiale forhold hensyntas i planlegging og utvikling. Formålsparagraf §1-1 sier at loven skal «fremme bærekraftig utvikling til beste for enkelte, samfunnet og fremtidige generasjoner» (Plan- og bygningsloven, 2008). *Lov om forvaltning av naturens mangfold* er viktig for å sikre bærekraftig bruk og vern av natur, også som grunnlag for menneskers virksomhet, helse og trivsel (Naturmangfoldloven, 2009). *Lov om friluftslivet* har som formål å «verne friluftslivets naturgrunnlag og sikre almenhetens rett til ferdsel, opphold m.v. i naturen, slik at muligheten til å utøve friluftsliv som en helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlig fritidsaktivitet bevares og fremmes» (Friluftslivloven, 1957, §1-1).

I 2013 ble *Nasjonal strategi for et aktivt friluftsliv – En satsing på friluftsliv i hverdagen; 2014-2020* lagt frem av regjeringen. Her presenteres fire nasjonale mål med den statlige friluftslivspolitikken:

- Alle skal ha mulighet til å drive friluftsliv som helsefremmende, trivselsskapende, og miljøvennlig aktivitet i nærmiljøet og i naturen ellers.
- Områder av verdi for friluftslivet skal sikres og forvaltes slik at naturgrunnlaget blir tatt vare på.
- Allemannsretten skal holdes i hevd.
- Planlegging i kommuner, fylker og regioner skal medvirke til å fremme et aktivt friluftsliv og skape helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlige nærmiljø (Miljøverndepartementet, 2013a).

Knyttet til de nasjonale målene om at alle skal kunne delta i friluftslivet, la regjeringen i 2013 frem *Nasjonal handlingsplan for statlig sikring og tilrettelegging av friluftslivsområder*. Planen legger føringer for statlig sikring av friluftslivsområder fram til 2020, og øverste mål er å generere mest mulig friluftslivaktivitet. Kommuner og interkommunale friluftsråd kan gjennom ordningen søke om økonomisk støtte til kjøp av grunn til regionale og lokale friluftslivsområder. For lokale områder kan staten bidra med inntil 50 % av sikringskostnadene. Nærområder og turveier i byer og tettsteder har høyest prioritet, da disse områdene trekker størst befolkningsgrupper (Miljøverndepartementet, 2013b).

Regjeringen initierte i 2013 et kommunalt virkemiddel for å identifisere, utvikle og ivareta friluftslivsområder. Bakgrunnen for satsingen er at det ofte ikke finnes tilstrekkelig kunnskap til å vurdere verdien av friluftslivsområder, noe som kan føre til at viktige områder nedbygges. Miljødirektoratet utgav i 2014 en veileder kalt *Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder*. Målet er at kommunen skal sikre friluftslivsarealer for dagens og fremtidens brukere, øke kunnskapsgrunnlaget rundt kommunens friluftslivsområder, samt ivareta og utvikle god tilgang til områder, og tilrettelegge for friluftsliv. Det er en målsetting at flest mulig kommuner skal ha ferdiggjort kartleggingen innen 2018 (Miljødirektoratet, 2014a).

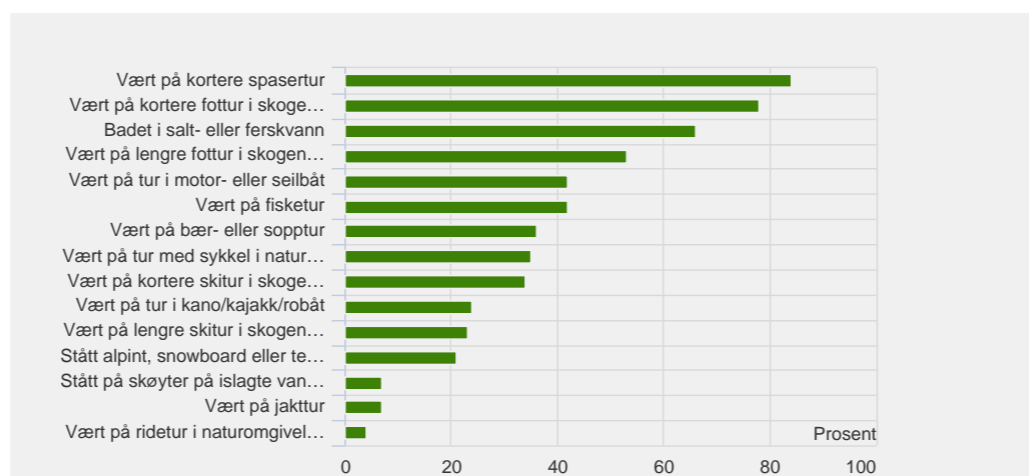
Den siste stortingsmeldingen om friluftsliv ble publisert i 2016, og heter *Friluftsliv – Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Denne retter fokus mot nærmiljøet som viktig arena for friluftsliv, og setter nasjonale mål for friluftslivspolitikken. Regjeringen ønsker at flest mulig skal drive friluftsliv jevnlig, og understreker at by- og tettstedsnære områder for friluftsliv bør ivaretas og tilrettelegges. Det presiseres at en helhetlig og god arealplanlegging etter plan- og bygningsloven er det øverste virkemiddelet for å sikre verdifulle friluftslivsarealer. Kommunene har dermed den viktigste rollen for å sikre at flest mulig har tilgang til gode områder for å drive friluftsliv. Ivaretagelse av naturområder bør være et premiss ved utvikling og utbygging i byer og tettsteder (Meld. St. 18, 2016).

FRILUFTSLIV

I Norge er det 29 interkommunale friluftsråd. Disse er samarbeidsorganer mellom kommuner som jobber for å fremme og sikre friluftslivet. De arbeider blant annet med å bevare, tilrettelegge, kartlegge og verdisette friluftslivsområder, samt utvikling av kartgrunnlag, informasjonstavler og aktivitetstiltak. De er også høringsinstans ved planer og byggetiltak som omhandler friluftslivet (Friluftsrådernes Landsforbund, 2017).

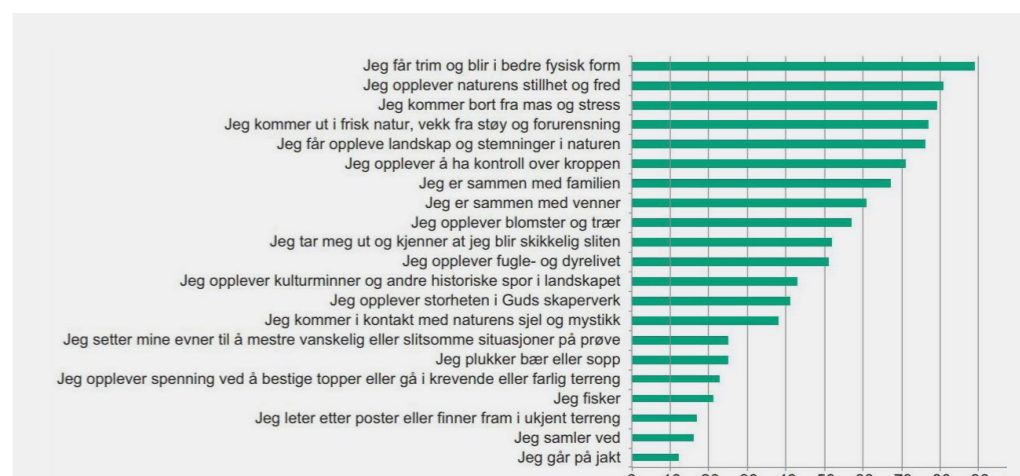
STATISTIKK

Gjennom levekårsundersøkelsen kartlegger Statistisk sentralbyrå hvert år nordmenns deltakelse i friluftsliv. 94 % svarer at de har deltatt i friluftsliv minst en gang det siste året, og gjennomsnittlig deltakelse er 104 ganger i året (Miljødirektoratet, 2017).



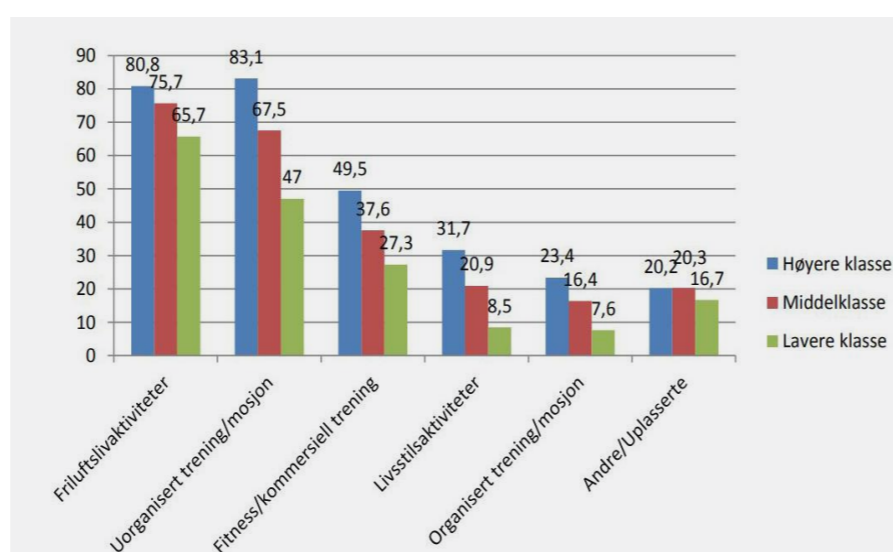
Figur 2: Andelen som har deltatt på ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd. 16 år og oppover (SSB, 2017)

I levekårsundersøkelsen deles friluftsliv inn i 15 kategorier (figur 2). Av kategoriene som inkluderes er spasertur den aktiviteten som flest gjør, med 84 %. Deretter følger kortere fottur i skogen eller på fjellet (under tre timers varighet), bading og lengre fottur i skogen eller på fjellet (SSB, 2017).



Figur 3: Motivasjon for å «gå tur» (St.meld. nr. 18, 2016).

Motivasjonen for å drive friluftsliv varierer, men de fleste deltar for å forbedre eller opprettholde fysisk form, for å oppleve ro og stillhet, og for å komme bort fra hverdagens stress og mas (figur 3) (Miljødirektoratet, 2017).



Figur 4: Tilhørighet til ulike klasser knyttet til aktivitetstyper. Alder 28-70 år (Breivik og Rafoss, 2017).

Deltakelse i friluftsliv har sammenheng med demografiske og sosiale forhold. Breivik og Rafoss sin rapport, *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet*, omhandler disse temaene. Denne undersøkelsen inkluderer færre aktivitetsformer under friluftsliv enn SSB. Enkelte av aktivitetene som inkluderes i SSBs undersøkelse under friluftsliv kategoriseres her som uorganisert trening.

Rapporten beskriver at kvinner er i flertall når det gjelder friluftsliv (fottur på fjell, vidde, skog og mark, skiturer), med 72,9 %, mot 65,7 % hos menn. Menn driver mer uorganisert trening (jogging, sykling, svømming, langrenn m.m) enn kvinner, med 66 %, mot 62,2 % hos kvinner. De mellom 25 og 59 år er mer aktiv i friluftslivet enn de yngre og eldre. For organisert trening synker deltakelsen med høyere alder. Deltakelse etter inntekts- og utdanningsnivå viser klart forskjellene mellom de sosiale gruppene. Lavere sosial klasse kommer dårligst ut innenfor alle kategorier, som vist i figur 4. Likevel er friluftsliv den aktiviteten hvor forskjellene mellom klassene er minst, med unntak av kategorien «andre» (Breivik og Rafoss, 2017).

DET NÆRE FRILUFTSLIVET

Regjeringen ønsker at terskelen for å delta i friluftsliv skal være så lav som mulig. Sentralt for å få flere mennesker til å utøve friluftsliv på jevnlig og varig basis, er å legge til rette for det i nærmiljøet. Regjeringen beskriver nærmiljø som «områder og ferdssårer som ligger i umiddelbar nærhet fra der folk bor» (Miljøverndepartementet, 2013a: 3). Der som friluftslivsområder skal brukes aktivt og ofte må de ligge nært, innenfor 50-1000 meter avhengig av aldersgruppe (se figur 5). Øker avstanden, minker bruken av områdene (Miljøverndepartementet, 2013a).

Opplevelser i naturen i nærmiljøet er av stor betydning for mange. Nærfriluftsliv fungerer som en integrert del av folks hverdag, og som avkobling fra daglige gjøremål. Mange setter pris på å komme tilbake til steder de kjenner, hvor de føler trygghet og ro. Muligheten til å se naturen forandre seg med årstidene, gjennom endring i farger, dyreliv, vegetasjon og stemning, er også et viktig aspekt.

Dette, sett i lys av målene om å forbedre folkehelsen, gjør at det er viktig å skape og opprettholde et lavterskeltilbud for friluftsliv i hverdagen (Derovo et al., 2014). For at det skal være enkelt og attraktivt å drive friluftsliv, er kunnskap om befolkningens bruk av områder for friluftsliv, samt om preferanser og behov, sentralt. Kunnskap om grønnstruktur og folks bruk av den, bør derfor være en del av faggrunnlaget i arbeidet med overordnede planer (Miljødirektoratet, 2014b).

TILGJENGELIGHET OG TILRETTELEGGING

God tilgjengelighet er avgjørende for at folk skal bruke områdene. Trygg atkomst via turveier, stier og gang- og sykkelveier bidrar til å øke bruken (Miljøverndepartementet, 2013a). Ulike grupper har ulike behov og forutsetninger, og forskjellig oppfatning av hva som er lett tilgjengelig. De mest motiverte er ofte villige til å reise lengre, og aksepterer kryssing av barrierer for å komme til et friluftslivsområde.

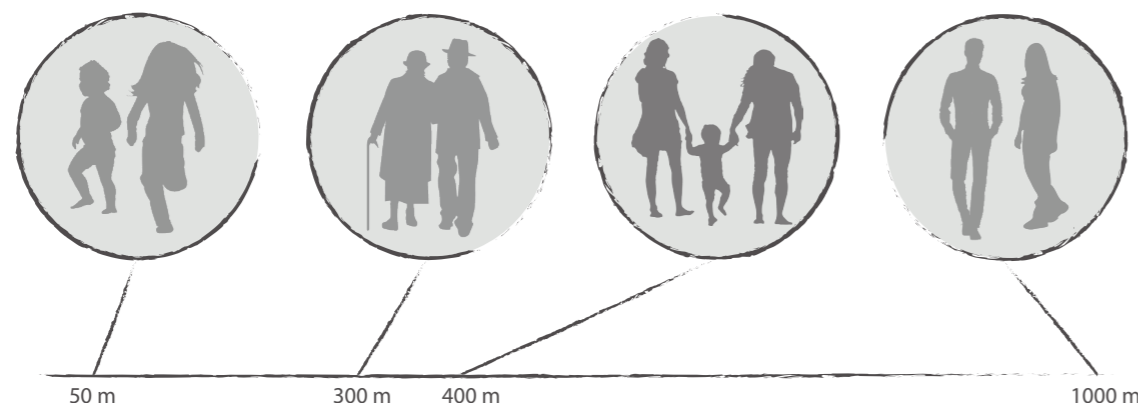
Barn, eldre og bevegelsehemmede er mer sårbare for avstand og barrierer. Dette begrenser deres mulighet til å delta i friluftsliv.

Mange er avhengig av bil for komme seg til områdene. Sammenhengende grønnstruktur, med turveier som binder sammen områder av ulik karakter, er et virksomt tiltak for å øke tilgjengelighet og deltakelse i friluftslivet (Miljødirektoratet, 2014b).

God tilgjengelighet og tilrettelegging av områdene, med møteplasser, stier og turveier vil bidra til flere og hyppigere besøk (Miljøverndepartementet, 2013a). Hva folk mener et friluftsområde bør inneholde vil likevel variere mellom brukergrupper. Noen ønsker høy grad av tilrettelegging, med anlegg for idrett, parker og sosiale møteplasser. Andre oppsøker friluftsområder for å finne stillhet, ro og naturlige omgivelser. Noen foretrekker bearbejdede grøntområder med urbant preg, mens andre helst vil besøke urørte områder med rikt dyre- og planteliv.

Felles for de fleste når det gjelder friluftsliv i nærmiljøet er at de ønsker områder som har et grønt preg, er fint tilpasset naturen og landskapet og ikke er veldig omfattende i størrelse (Miljødirektoratet 2014b).

Friluftsliv skal være tilgjengelig for flest mulig. Kommunene må derfor på kommuneplannivå fastslå rammer for hvordan tilrettelegging for ulike grupper skal ivaretas. For områder med høy grad av tilrettelegging bør kravene om universell utforming bidra til god tilgjengelighet for bevegelsehemmede, blinde og svaksynte, der terrenget gjør det mulig. Tiltak som skilting og belysning tilrettelegger for mer bruk, og bidrar til trygge og oversiktlige områder. Også skjerming mot trafikkstøy bør være et hensyn for å ivareta stille og rolige områder av ulik karakter. Andre bidrag vil være møteplasser for sammenkomster, lek og aktivitet, som sitteplasser, serveringssteder, bålplasser og lekeplasser (Miljødirektoratet 2014b).



Figur 5: Maksimal avstand til friluftslivsområde for ulike aldersgrupper for å sikre aktiv deltakelse.

FOLKEHELSE

Den første internasjonale konferansen om helsefremming ble holdt i Ottawa i 1986, i regi av World Health Organization (WHO, 1986). Ottawa-charteret som ble vedtatt her inneholder grunnprinsippene for helsefremming, og ble et viktig grunnlag for internasjonal folkehelsepolitikk (Hofstad, 2015).

Prinsippet om helsefremming henger tett sammen med det WHO skriver om folkehelse:

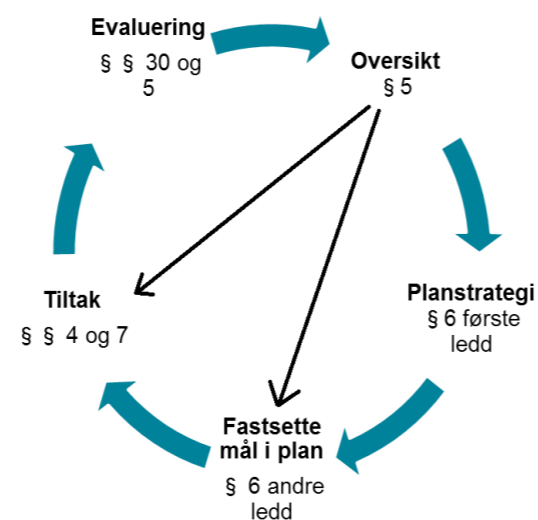
«Public health refers to all organized measures (whether public or private) to prevent disease, promote health, and prolong life among the population as a whole. Its activities aim to provide conditions in which people can be healthy and focus on entire populations, not on individual patients or diseases. Thus, public health is concerned with the total system and not only the eradication of a particular disease» (WHO, 2015).

I Norge har folkehelsearbeid hatt ulikt og variert fokus gjennom tidene, men det kan sies at det har skjedd en vitalisering av folkehelsepolitikken siden 2000-tallet. Det har skjedd en institusjonalisering av feltet, hvor nye ideer og ambisjoner støttet opp av nye juridiske og pedagogiske virkemidler, har kommet til (Hofstad, 2015). Dette kan sees gjennom et mangfold av nasjonale rapporter, retningslinjer, strategier og veiledere, utgitt av flere forskjellige direktorater og departementer, samt nye tilslag til lovboka.

FØRINGER FOR FOLKEHELSE

I 2002 ble Stortingsmelding nr. 16 publisert, ti år etter at forrige folkehelse rapport ble lagt frem (1992-1993). Den nye folkehelsemeldingen ble kalt *Resept for et sunnere Norge*. Regjeringen pekte her på at nye utviklingstrekk i samfunnet krever et løft for folkehelsearbeidet. Meldingen satte fokus på forebygging fremfor reparering, og vektla viktigheten av helhetlig og systematisk politikk rundt folkehelse (St. meld. nr. 16, 2002).

En milepæl for folkehelsearbeid i Norge kom i 2012, da *Lov om folkehelsearbeid* ble iverksatt som en del av Samhandlingsreformen (Hofstad, 2015). Lovens formål er å «bidra til en samfunnsutvikling som fremmer folkehelse, herunder utjevner sosiale helseforskjeller» (Lov om folkehelsearbeid, 2012, §1-1). Loven skal også legge til rette for systematisk og langsiktig folkehelsearbeid (figur 6), og sikre en samordnet virksomhet i kommuner, fylkeskommuner og for statlige myndigheter (Lov om folkehelsearbeid, 2012).

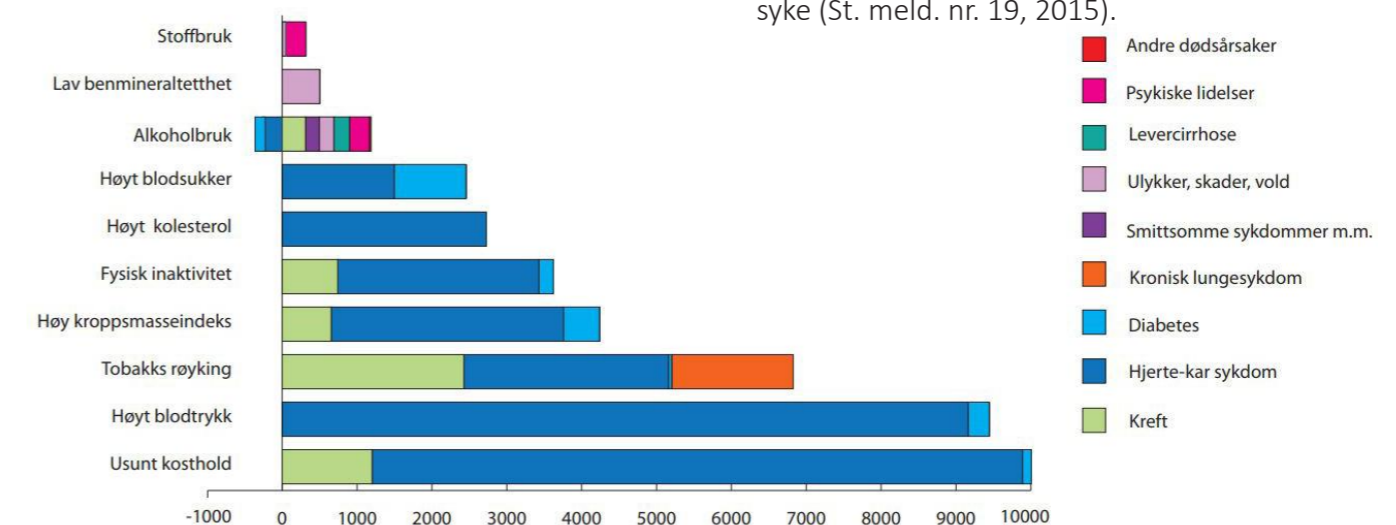


Figur 6: Det systematiske folkehelsearbeidet (Helsedirektoratet, 2017)

Loven legger stor vekt på kommunens oppgaver innen folkehelsearbeid. Kommunen skal sørge for et tverrsektorielt fokus på folkehelse, og at lovens formål følges gjennom lokal utvikling og planlegging. Det kreves at kommunene skal ha nødvendig oversikt over helsetilstanden i befolkningen, og faktorer som kan innvirke på helsetilstanden i negativ eller positiv forstand (Lov om folkehelsearbeid, 2012).

Med bakgrunn i loven har kommunene fra 2012 mottatt en årlig folkehelseprofil fra Folkehelseinstituttet som viser kommunenes plassering for flere indikatorer, sammenlignet med gjennomsnittet for fylke og land. Denne skal danne grunnlaget for en helhetlig helseoversikt i kommunen. Blant annet helsetilstand, fysisk og sosialt miljø, oppvekstvilkår og levekår, inngår i profilen (Hofstad, 2015).

Våren 2015 ble en ny stortingsmelding offentliggjort, kalt *Folkehelsemeldingen - Mestring og muligheter*. Regjeringen skriver her at de vil styrke det forebyggende arbeidet, og ha økt fokus på psykisk helse og livsstilsendring. Det understrekes at folkehelsearbeid handler om å redusere risiko



Figur 7: De 10 største risikofaktorene for dødelighet i Norge (Folkehelseinstituttet, 2014)

for sykdom og funksjonsnedsetting, og fremme trivsel og livskvalitet. Samfunnet skal legge til rette for psykisk helsefremming ved å tilrettelegge for fysisk aktivitet, samt gjennom omgivelser som gir mestring, tilhørighet og opplevelse av mening. God forankring i plan og politikk, og tverrsektorielt samarbeid, vektlegges (St. meld. nr. 19, 2015).

HELSETILSTAND

Folkehelsen i Norge er god. Levealder for kvinner og menn er henholdsvis 84, 17 og 80,61 år (SSB, 2017b). Det er likevel betydelige sosiale forskjeller. Levealderen har økt mest i befolkningsgrupper med høy utdanning og inntekt. Norge ligger fremst i verden når det kommer til velferd og trivsel. Likevel er psykiske plager en stor folkehelseutfordring. Nesten 25 % av voksne nordmenn har en diagnostiserbar psykisk lidelse, og mellom 33 og 50 % vil i løpet av livet gå gjennom minst én periode hvor de har en diagnostiserbar psykisk lidelse. Depresjon er den psykiske lidelsen som gir størst tap av leveår. De største grunnene til tidlig død og tap av leveår er likevel somatiske sykdommer, som hjerte- og karsykdommer, diabetes type 2, kroniske lungesykdommer og kreft (figur 7). En økende eldre befolkning vil også føre til at det blir flere kronisk syke (St. meld. nr. 19, 2015).

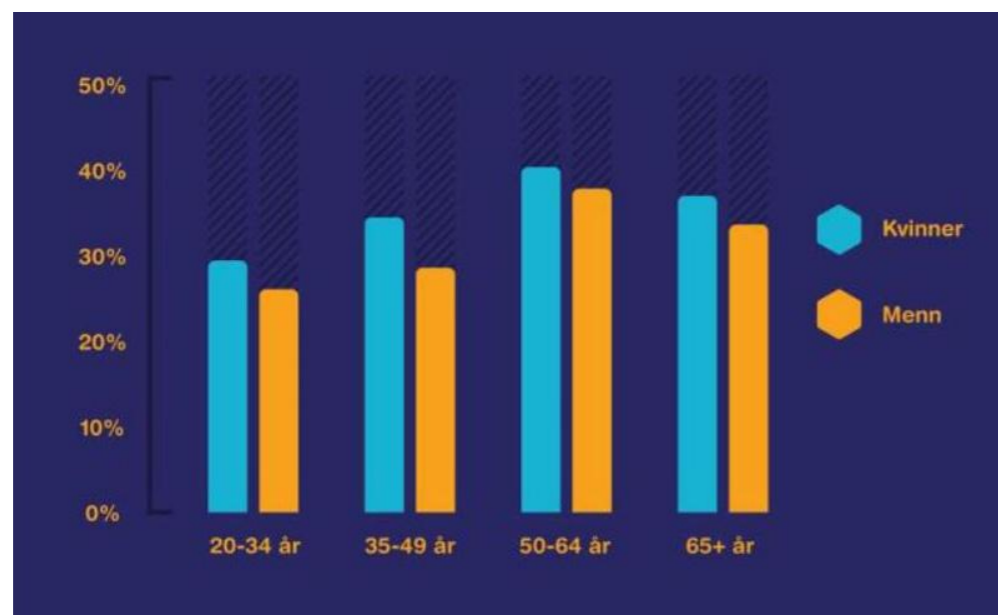
SAMMENHENGEN MELLOM FRILUFTSLIV OG FOLKEHELSE

Flere faktorer ved friluftsliv kan ha positiv innvirkning på helse. Opplevelse av mestring, frihet, stillhet og ro, estetiske opplevelser, dyre- og planteliv, oppdagerglede og fysiske fordeler, kan enkeltvis eller samlet føre til bedre helse og økt livskvalitet (Miljøverndepartementet, 2009).

Effekten av friluftsliv kan deles inn i fire grupper. Fysiske effekter, som blant annet har med utholdenhet, motorikk, styrke og balanse å gjøre. Psykologiske effekter, som omhandler selvbilde, selvtilit, selvrealisering og velvære. Læringseffekter, som naturforståelse, naturvern, verdikartlegging og ferdigheter. Og sosiale effekter, som handler om medfølelse, kommunikasjon, tilhørighet og samarbeid (Sjong, 1992).

Den mest direkte koblingen mellom folkehelse og friluftsliv handler likevel om å drive ulike former for fysisk aktivitet (Dervo et al., 2014). Det er godt dokumentert at regelmessig fysisk aktivitet fremmer psykisk og fysisk helse, og kan brukes som forebygging for mer enn 30 ulike somatiske og psykiske tilstander og diagnoser (Folkehelseinstituttet, 2014).

Inaktivitet er identifisert som den fjerde største dødelige faktor på verdensbasis (Calogiuri og Chroni, 2014). Befolkningen er i dag mindre fysisk aktiv enn ønsket, som figur 8 viser (Miljøverndepartementet 2013a).



Figur 8: Andelen som oppfyller anbefalt aktivitetsnivå. (Helsedirektoratet, 2016).

Voksne nordmenn bruker i gjennomsnitt 60 % av våken tid i stillesittende tilstand (Folkehelseinstituttet, 2014). Helsedirektoratet anbefaler minst 150 minutter moderat fysisk aktivitet i uken, eller minst 75 minutter med høy intensitet (Helsedirektoratet, 2016).

Sammenligner man de som er i dårlig form med de som er moderat aktive, så er risikoen for å dø av kreft og hjerte- og karsykdommer dobbelt så stor for de som er i dårlig form. Godt kosthold og 30 minutter aktivitet daglig kan halvere risikoen for diabetes type 2, og jevnlig fysisk aktivitet forebygger blant annet tykktarmskreft og brystkreft. Det har også klare fordeler når det gjelder overvekt og fedme (Folkehelseinstituttet, 2012). Fysisk aktivitet har dokumentert effekt når det gjelder blant annet depresjon, angstlidelser og stressmestring, både preventivt og behandlende (Miljøverndepartementet, 2008).

Miljøet fysisk aktivitet utføres i har stor betydning for opplevelsen og følelsene rundt aktiviteten, og også for viljen til å gjenta den. For eksempel ble gange i et naturbasert miljø assosiert med mer glede og positive følelser, og en sterkere intensjon om å gjenta aktiviteten, sammenlignet med å gå på en tredemølle innendørs (Calogiuri og Chroni, 2014).

Fysisk aktivitet har altså en klar sammenheng med både fysisk og psykisk helse. Men også egenverdien som ligger i å oppholde seg i naturen, uten nødvendigvis å utøve fysiske aktiviteter, er en del av friluftslivet, og har klare positive effekter for helsa. Gjennom opphold i natur lærer man bedre å håndtere belastninger, slik at psykiske problemer forebygges. I tillegg kan opphold i natur bidra til at man bearbejder stress og livskriser som oppstår på en mer effektiv måte (Miljøverndepartementet, 2008).

Friluftsliv har altså både en forebyggende og en rehabiliterende effekt, både når det gjelder fysiske og psykiske forhold. Disse effektene må ses i en helhet, sammen med sosiale effekter og læringseffekter. Det bidrar til å skape felleskap, og kulturell og stedlig tilknytning for befolkningen (Miljøverndepartementet, 2008).

Friluftsliv har betydning for enkeltindividets helse og livskvalitet, og gir også stor samfunnsøkonomisk gevinst gjennom å være et virkemiddel for å bedre folkehelsa.

Det er behov for mer forskning rundt helseeffekten av friluftsliv. Mer kunnskap behøves om verdien av ulike friluftslivsområder, hva som motiverer folk til å delta og hvilke barrierer som hindrer dem i å drive friluftsliv på jevnlig basis (Miljøverndepartementet, 2013a).

TRUSLER MOT DET NÆRE FRILUFTSLIVET

I 1987 ble Brundtlandkommisjonens rapport *Vår felles framtid* lagt fram, der begrepet bærekraftig utvikling ble lansert (WCED, 1987). Prinsippene om bærekraft førte i Norge til en tydeligere vektlegging av miljøspørsmål. Temaer som byspredning og grenser for by- og tettstedsvekst, fikk etter hvert større fokus (Næss et al., 2015).

Som et middel for å sikre en bærekraftig utvikling ble fortetting nasjonal utviklingsstrategi fra tidlig på 1990-tallet (Børrud, 2012). Denne strategien skal blant annet bidra til å beskytte natur- og friluftslivs-områder, og sørge for trygge og sunne bymiljøer for innbyggerne (Næss, 2012).

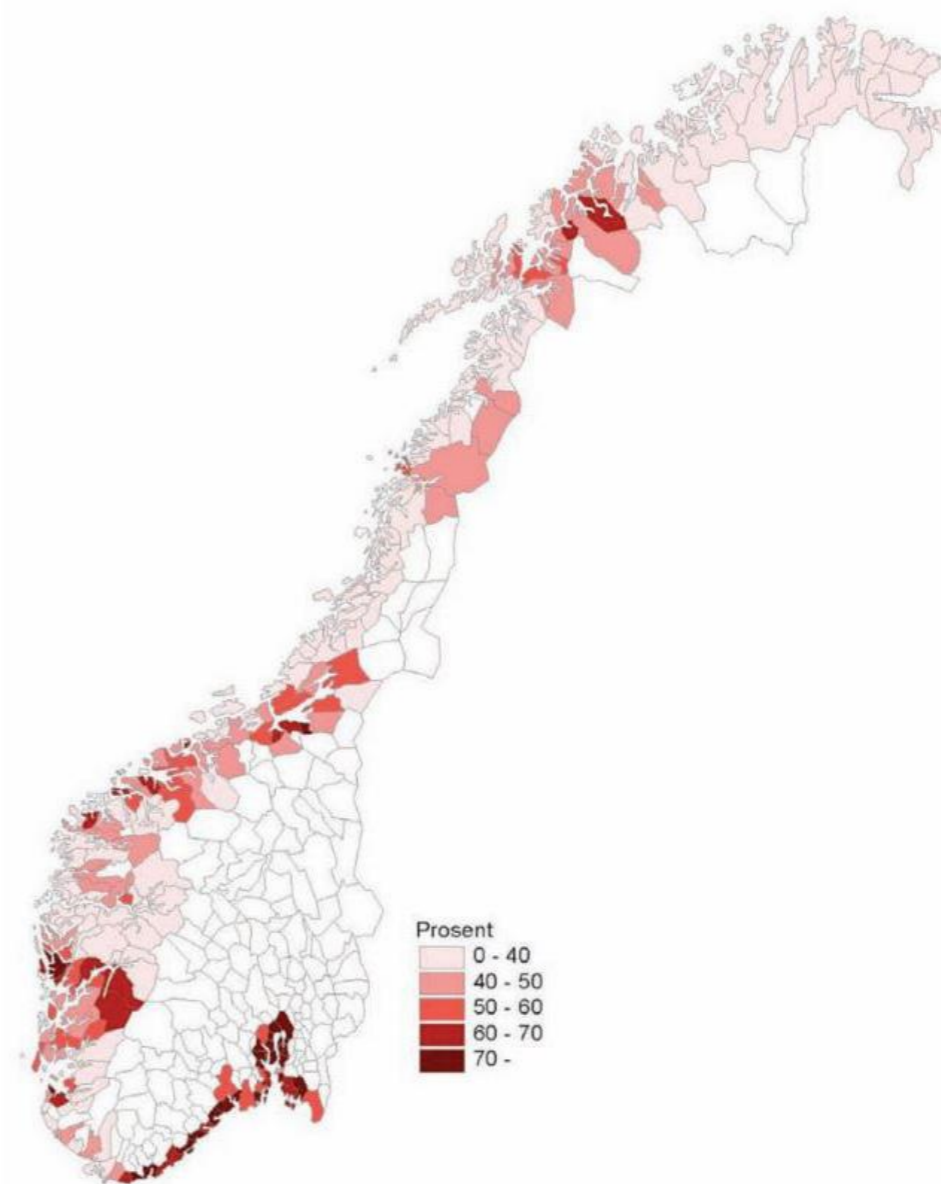
Kommunen er det viktigste forvaltningsnivået når det gjelder å bruke nasjonale føringer og mål i praksis. Det hevdes at det er tydelig avstand mellom idealer, målsettinger og strategier på nasjonalt nivå og virkeligheten ute i kommunene, hvor friluftsliv ofte har en uoversiktlig forvaltning, og en uklar posisjon (Dervo et al., 2014).

Arbeidet med friluftsliv er ofte spredt på ulike ansvarsområder, og risikerer derfor å være et haleheng på andre viktige forvaltningsområder. Dersom organisasjoner og lag deltar og medvirker i planprosesser som berører friluftsliv, kan det bidra til styrking av friluftslivsinteressene. Dette er ikke tilfelle for alle kommuner, eller i alle planprosesser. Resultatet kan derfor være sporadisk deltakelse, og svak innflytelse i den kommunale planleggingen.

Ofte er det utbyggingsinteressene som vinner i plansaker der friluftslivsområder berøres (Dervo et al., 2014).

Bærekraftig utvikling handler om å finne balansen mellom sosiale, miljømessige og økonomiske hensyn (Thorén og Saglie, 2015). Dette har ført til at utbygging og fortetting ofte har skjedd på bekostning av de sosiale og miljømessige verdiene som ligger i bynære friluftslivsområder. Ennå i dag pågår det nedbygging av grønne områder til fordel for tettere byer (Thorén, 2010). I perioden 1999 til 2004 ble 12,4 % av rekreasjonsarealer og nærturterreng nedbygget i Norge (Engelien et al., 2004). Årsaken er ofte utbyggingsprosjekter, som for eksempel boliger, parkeringsareal, næringsformål, vei og tilrettelegging for idrettsformål (Thorén, 2010).

Også nedbygging av strandsonen er størst i og nær byer. Disse områdene har stor betydning både for allmennhetens friluftsliv, og dyre- og planteliv. Gjennom lovverket skal kystlinjen være beskyttet mot nedbygging, men en liberal dispensasjonspraksis i kommunene har bidratt til en bit-for-bit-nedbygging av disse områdene (se figur 9). Fra 2001-2005 ble det årlig søkt om 1200-1600 dispensasjoner fra strandlovens regel om byggeforbud i strandsonen, og 75 % av disse ble innvilget. For landet som helhet var 25 % av kystlinja nedbygget i 2010 (Nilssen, 2010).



Figur 9: Andelen av kystlinja som ligger nærmere enn 100 meter fra bygninger, 2005. (Riksrevisjonen, 2007)

3 METODE

- FORSKNINGSDESIGN
- KARTLEGGING OG DOKUMENTGJENNOMGANG
- INFORMANTINTERVJU
- PÅ STEDET-INTERVJU
- ETIKK OG MULIGE FEILKILDER

FORSKNINGSDESIGN

Forskningsspørsmål	Nødvendig informasjon	Metoder for å innhente informasjon
Hvilke kvaliteter ved friluftslivsområder fremmer deltakelse i friluftslivet?	<p>Oversikt over de ulike kvalitetene</p> <p>Hvilke naturlige kvaliteter som finnes</p> <p>Hvilke menneskeskapte kvaliteter som finnes</p> <p>Hvilken rolle har nærhet</p> <p>Hvilken rolle har tilrettelegging</p>	<p>Gjennomgang av teori</p> <p>Kartlegging av fysiske forhold i friluftslivsområdene, ved hjelp av kartstudier og befaring.</p> <p>Informantintervjuer med ansatte i kommuneadministrasjonen i Kristiansund kommune</p> <p>Intervjuer med brukere av de tre friluftslivsområdene</p>
På hvilken måte bidrar bruk av friluftslivsområder til positive helseeffekter?	<p>Hvilke sammenhenger som finnes mellom friluftsliv og folkehelse</p> <p>Hvilke effekter friluftsliv har på fysisk helse</p> <p>Hvilke effekter friluftsliv har på psykisk helse</p>	<p>Gjennomgang av teori</p> <p>Intervjuer med brukere av de tre friluftslivsområdene</p>
Hvordan brukes de tre friluftslivsområdene?	<p>Aktiviteter som utføres som kan bedre fysisk helse</p> <p>Aktiviteter som utføres som kan bedre psykisk helse</p> <p>Hvilken tilretteleggingsgrad som foretrekkes</p>	<p>Befaring i friluftslivsområdene</p> <p>Informantintervjuer med ansatte i kommuneadministrasjonen i Kristiansund kommune</p> <p>Intervjuer med brukere av de tre friluftslivsområdene</p>
Hvorfor brukes de tre friluftslivsområdene?	<p>Individuelle motivasjonsfaktorer</p> <p>Hvilken rolle spiller tilretteleggingsgraden</p> <p>Hvilken rolle spiller naturens egenverdi</p>	<p>Befaring i friluftslivsområdene</p> <p>Informantintervjuer med ansatte i kommuneadministrasjonen i Kristiansund kommune</p> <p>Intervjuer med brukere av de tre friluftslivsområdene</p>
Hvordan kan bruken av friluftslivsområdene økes?	<p>Hvilke kvaliteter ved friluftslivsområdene som trekker folk</p> <p>Hvordan styrke kvalitetene</p> <p>Hvilke barrierer som finnes</p> <p>Hvordan redusere barrierene</p> <p>Hvilke tiltak Kristiansund kommune kan gjøre for å øke bruken</p>	<p>Dokumentgjennomgang</p> <p>Informantintervjuer med ansatte i kommuneadministrasjonen i Kristiansund kommune</p> <p>Intervjuer med brukere av de tre friluftslivsområdene</p>

KARTLEGGING OG DOKUMENTGJENNOMGANG

Oppgaven er en kvalitativ studie. Metodene som er benyttet for kunnskapsinnhenting om case-områdene og tematikken er flerdelt. Her beskrives hver av metodene, hvordan kunnskap ble innhentet og hvordan kunnskapen er benyttet i oppgaven.

I oppgavens del 4 presenteres Kristiansund kommune og de tre caseområdene: Vanndamman/Kringsjø, Kariholma og Folkeparken.

Områdenes fysiske forhold kartlegges, ved hjelp av kartstudier og befaring.

Temaer som Kristiansund kommunes status når det gjelder friluftsliv og folkehelse, samt områdenes topografi, turvei- og stinett, tilretteleggingsgrad og nedbygging tas opp her.

I denne delen av oppgaven inkluderes også en dokumentgjennomgang. Her gjennomgås Kristiansund kommunes planer og offentlige dokumenter som omhandler tematikken.

Kunnskapen innhentet i denne delen av oppgaven brukes også i del 6, hvor den bidrar til datagrunnlaget for å diskutere forskningsspørsmålene og svare på problemstillingen.



INFORMANTINTERVJU

Det er valgt å gjennomføre informantintervju via e-post for å gi innsikt i arbeidet med folkehelse, friluftsliv, byutvikling og utbygging. Informantintervjuene inkluderes i oppgavens del 4.

Informantene er valgt på bakgrunn av deres posisjoner i kommunen. De er ansatt i stillinger hvor de jobber direkte med områder som er relevant for oppgaven.

Informantene ble kontaktet med forespørsel om å delta, og fikk deretter tilsendt informasjonsskriv og spørsmål på e-post.

Informantintervjuene inngår ikke i fortolkningen i del 5, men brukes som en del av datagrunnlaget for å diskutere forskningsspørsmålene og svare på problemstillingen i del 6.

PÅ STEDET-INTERVJU

Alle caseområdene er viktige og populære turmål, og likestilles her som destinasjoner for utøving av friluftsliv.

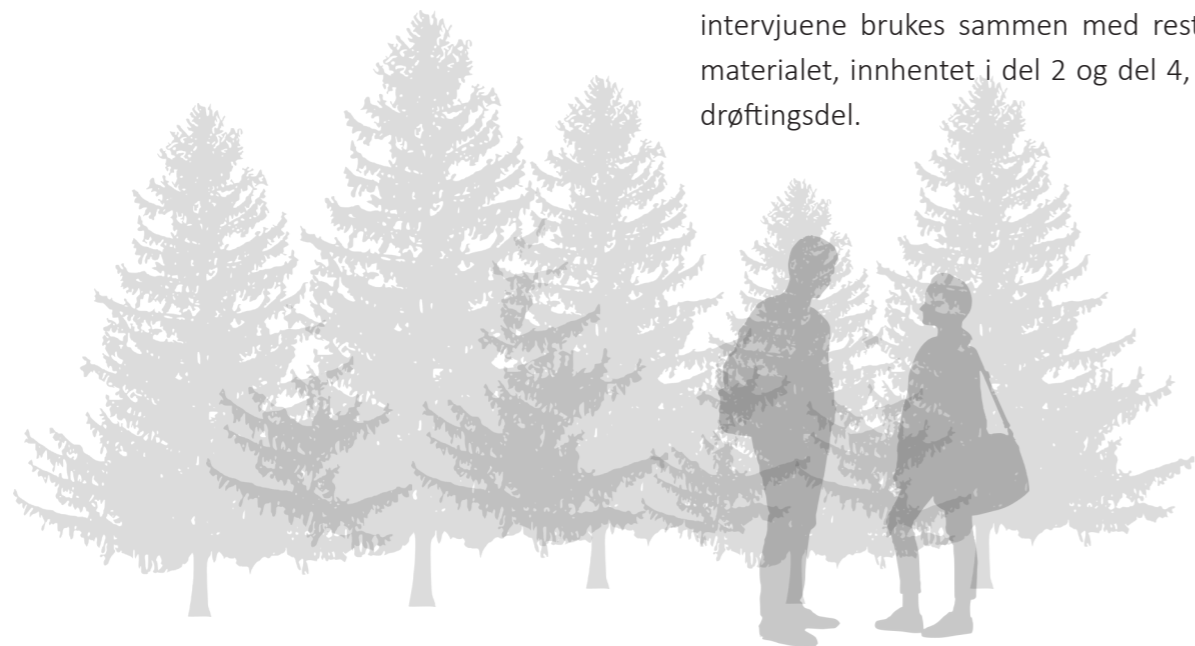
For å innhente data gjøres det intervjuer med mennesker som oppholder seg i hvert av de tre friluftslivsområdene, og utvalget fordeles etter tre grader av tilrettelegging: lav grad, middels grad og høy grad.

På stedet-intervjuene ble gjennomført som strukturert intervju. Det ble laget en intervjuguide med spørsmål, samt oppfølgingsspørsmål, for å oppfordre til utdypende svar. Antallet intervjuer ble ikke definert på forhånd. Intervjuprosessen pågikk så lenge mer informasjon var ansett som nødvendig. Det endte med et antall på 13 intervjuer.

Utvelgelse av intervjupersoner ble gjort med den hensikt å oppnå en jevn fordeling av alder og kjønn. Barn under 16 år og større grupper ble ikke inkludert som intervjuobjekter. Kun personer som bor på øya hvor caseområdene befinner seg (under 1000 meter fra et caseområde), er inkludert i utvalget. Alle intervjupersoner er anonymisert, kun alder, kjønn og yrke oppgis. Svar ble registrert med lydopptaker. Personene ble først spurt om de bor enten på Kirkelandet eller Gomalandet, og fikk deretter informasjon om studien. Alle personer, med unntak av én, ønsket å delta.

I oppgavens del 5 gjøres en fortolkning av data-materialet som ble samlet inn gjennom på stedet-intervjuene. Fortolkningen struktureres tematisk, basert på spørsmålene som ble stilt.

Kunnskapen som innhentes gjennom på stedet-intervjuene brukes sammen med resten av data-materialet, innhentet i del 2 og del 4, i oppgavens drøftingsdel.



ETIKK OG MULIGE FEILKILDER

ETISKE OVERVEIINGER

Informantene som har bidratt i oppgavens del 4 vil kunne identifiseres ved at arbeidssted og stillingstittel publiseres. Informantene gav sitt samtykke til å delta, og ble skriftlig informert om oppgavens innhold. De ble gitt muligheten til å lese oppgaven før publisering for å sikre at de blir korrekt gjengitt. Intervjupersonene i på stedet-intervjuene vil ikke identifiseres.

VALIDITET

Validitet handler om hvorvidt resultatene kan oppfattes som gyldige. Denne oppgaven dreier seg om en tematikk hvor ikke alle faktorer er direkte observerbare. Det er ikke garantert at informanters og intervjupersoners uttalelser representerer virkeligheten. Enkelte tematikker som tas opp i oppgaven kan oppleves som sårbare eller private, og informasjonen som gis kan påvirkes av dette. Det kan forekomme feilkilder i fortolkning av data som er samlet inn, spesielt med tanke på på stedet-intervjuene. I tillegg vil funn og konklusjoner ikke være en garantert gjenspeiling av faktiske forhold. Et eksempel på et usikkerhetsmoment kan være spørsmålet om preferanser når det gjelder tilretteleggingsgrad. En intervjupersons ønske om flere tilretteleggingstiltak kan komme i konflikt med en annen intervjupersons ønske om lav grad av tilrettelegging. Ved å ha en bevisst tilnærming til, og en kritisk refleksjon rundt disse temaene, er det forsøkt å minske mulighetene for usannheter og feilkilder, og å representere virkeligheten i så stor grad som mulig.

OVERFØRBARHET

Overførbarhet dreier seg om i hvor stor grad oppgavens funn kan generaliseres til annet og andre enn de konkrete caseområdene og intervjupersonene. Siden oppgaven bruker kvalitative metoder for å innhente data, vil ikke utvalget være stort nok til å kunne være representativt for en populasjon. Populasjonen vil i dette tilfellet være befolkningen på øya hvor caseområdene ligger. Når det gjelder teoretisk generaliserbarhet, vil en høyere grad være oppnåelig. Kristiansund er ikke den eneste kommunen hvor denne tematikken er relevant, og funnene i denne oppgaven kan være overførbare til andre kommuner. For å oppnå en så høy generaliserbarhet som mulig, er utvalget så stort som oppgavens omfang gav tid og plass til. Utvalget er gjort med tanke på å oppnå en jevn fordeling av kjønn og alder, samt oppholdssted inne i friluftslivsområdene. Informant-intervjuene uttrykker enkeltpersoners meninger og oppfatninger, og kan dermed ikke generaliseres til å gjelde hele kommuneorganisasjonen.

RELIABILITET

Reliabilitet handler om pålitelighet – i hvilken grad oppgavens resultater er påvirket av valg av metode, og måten datainnsamlingen og fortolkningen er gjennomført på. I en intervjusituasjon vil intervjuer og intervjuperson påvirkes av hverandre, noe som kan gi utslag i funn og konklusjoner (Jacobsen, 2016). Reliabilitet forsøkes oppnådd ved å bruke lydopptaker som registreringsmetode, og ved å unngå ledende oppfølgingsspørsmål som kan påvirke svarene til intervjupersonene.

4 PRESENTASJON AV KOMMUNE OG CASEOMRÅDER

- KRISTIANSUND KOMMUNE
- CASEOMRÅDER: VANNDAMMAN/KRINGSJÅ,
KARIHOLA OG FOLKEPARKEN
- TURVEIER, TURSTIER OG TURMÅL
- TILRETTELEGGINGSGRAD
- CASEOMRÅDENE FØR OG NÅ
- INFORMANTINTERVJU
- RAMMER FOR FOLKEHELSE OG FRILUFTSLIV



KRISTIANSUND KOMMUNE

Kristiansund kommune ligger i Møre og Romsdal fylke, helt ytterst ved kysten. Kommunen har et areal på ca. 87 km², og 24300 innbyggere. Byen er den nordligste av de tre største byene i fylket, og kan kalles et distriktssentrum for nordmørskommunene.

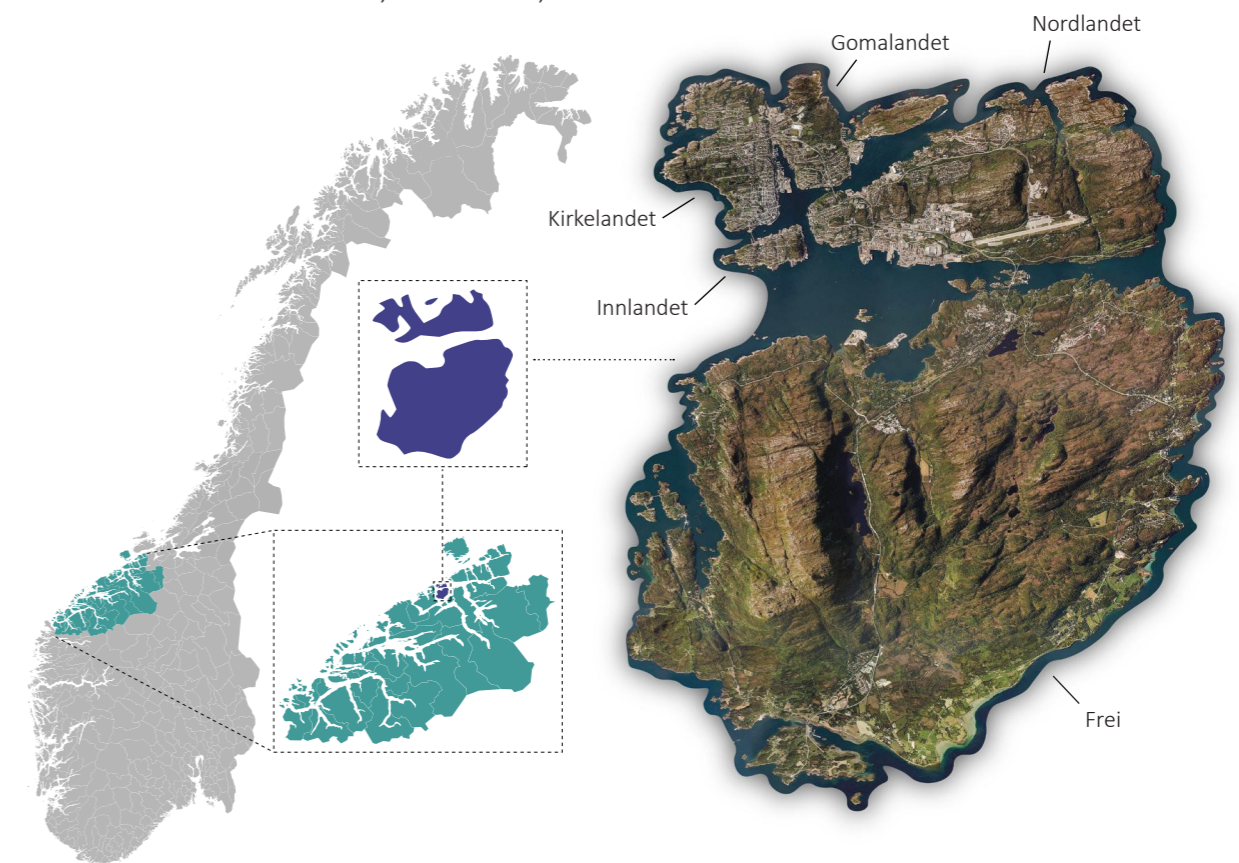
Kristiansund har en naturskjønn beliggenhet. Bebyggelsen er spredt på fire øyer, bundet sammen av tre broforbindelser. Øyene kalles Kirkelandet, Innlandet, Nordlandet og Frei. De tre nordligste øyene delt inn i fire «land». Øya Kirkelandet huser landene Kirkelandet og Gomalandet. De to andre landene heter det samme som øyene de ligger på: Innlandet og Nordlandet. Disse omslutter byens travle havn, hvor verdens eldste kollektive transportmiddel i fortsatt bruk, Sundbåten, i over

140 år har fraktet passasjerer fra «land» til «land».

Den sørligste og største øya heter Frei. Den ble en del av Kristiansund kommune ved kommunesammenslåing i 2008.

I 1992 åpnet Krifastforbindelsen. En tunnel, en hengebro og en flytebro erstattet tre ferger, og skapte fastlandsforbindelse for Kristiansund. Den undersjøiske Freifjordtunnelen går mellom Frei og Bergsøya i Gjemnes kommune.

I 2009 åpnet også Atlanterhavstunnelen, som skaper fergefri forbindelse fra Kirkelandet til Averøy, og videre over Atlanterhavsveien, til Romsdalshalvøya og Molde.



Figur 10: Kristiansund havn, utsnitt (Marinas.com)

Figur 11: Kristiansund kommune, beliggenhet (Kart: Wikimedia.no. Ortofoto: Norgebilder.no)

OM KRISTIANSUND

Det er tilknytningen til sjøen som har vært grunnlaget for liv og samfunn helt siden Kristiansund fikk bystatus i 1742. Byen utviklet seg til å bli en foregangsby for klippfisknæringen (Iversen og Iversen, 1999). Med økende klippfiskhandel økte også befolkningen, og nye bydeler med trehusbebyggelse vokste frem på øyene Nordlandet, Kirkelandet og Innlandet. Hovedsentrum ble lagt til Kirkelandet (Sylthe, 1992).

Kristiansund ble bombet under andre verdenskrig, og var den hardest rammede av alle krigsskadede byer i Norge. 843 av rundt 1300 bygg brant ned. Av alle «landene» var det Kirkelandet som ble led størst tap (Iversen og Iversen, 1999). Gjenreisningen varte frem til slutten av 1950-tallet, og fulgte som hovedregel planen fra Brente Steders Regulering, noe som gav byen et helhetlig uttrykk (Sylthe, 1991). I tiden etterpå begynte man gradvis å vike fra denne planen. Nye bygg i modernistisk stil ble reist i sentrum, og utover 1970- og 1980-tallet preges byen av en stor utvidelse av eksisterende boligområder (Sylthe, 1992).

I 1980 ble industriområdet Vestbase etablert på Nordlandet. Dette ble starten på et næringskifte i Kristiansund; fra fisk til olje.

Flere oljeselskap og underleverandører fikk base i byen, og det ble etter hvert stor oljeaktivitet (Borøchstein og Ingeberg, 2009).

Fremdeles er det sjøen som er bærebjelken for næringslivet i byen. Olje- og havbaserte virksomheter har en sentral rolle i arbeidssektoren. Etter en lang periode med vekst og verdiskapning, har det den siste tiden vært tilbakegang i petroleumssektoren. Mye av grunnen er oljenedturen, som gikk hardt utover arbeidsplasser innen oljenæringen i kommunen. Andre industriområder, blant andre innenfor fiskeri og havbruk, er fortsatt i vekst (Kristiansund kommune, 2017a). Vestbase er fremdeles knutepunktet for den offshore-relaterte virksomheten.

Kristiansund er regionssenter for Nordmøre, og spiller en viktig rolle for verdiskapning og bosetting i regionen. Gjennom samarbeidsplattformer som ORKidé – Nordmøre regionråd, byregionprogrammet og fylkeskommunens bysatsing «Byen som regional motor», har Kristiansund en sentral rolle innen regional utvikling (Kristiansund kommune, 2017a).

Siden 2010 har Kristiansund kommune brukt Kommunekompasset systematisk for å sette fokus

på egen forvaltningsdrift. Kommunekompasset er et strategiverktøy som måler kommunenes arbeid innenfor åtte fokusområder, blant annet «resultatfokus og effektivitet» og «kommunen som samfunnsutvikler». Resultatene herfra er svært gode. De viser at Kristiansund er tredje best blant de evaluerte kommunene, og at det er blitt arbeidet systematisk og godt med utviklingen av kommunens forvaltningspraksis (Kristiansund kommune, 2017a).

Befolkningsframskrivninger spår at folketallet vil stige, fra dagens folketall på 24300, til ca. 29500 i 2040 (SSB, 2018a). Veksten vil hovedsakelig skje gjennom innvandring (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2017). Kirkelandet og Gomalandet er de tettest bebygde og befolkede områdene i Kristiansund. Også Innlandet og vestsiden av Nordlandet er tett befolket. Nye boligområder er stadig under utvikling. Både på Kirkelandet, Nordlandet og Frei har det blitt etablert nye boligfelt den siste tiden.

Kristiansund sentrum ligger på Kirkelandet. I 2005 ble det reist et stort kjøpesenter her, gjennom renovring, utvidelse og sammenbygging av næringsbebyggelsen langs Storkaia. På Nordlandet finner man Løkkemyra, et voksende handelsområde med kjøpesenter, større butikkjeder og mer plass-

krevene handelsvirksomhet. Etableringen av kjøpesentrene har ført til at folk har trukket seg mer og mer ut av sentrumsgatene. Flere av butikkene som bidro til å gjøre sentrum til et levende sted er nå nedlagt, eller flyttet til et av kjøpesentrene. Kongens Plass, som ifølge gjenreisningsplanene skulle være en festplass for byens befolkning, blir nå i stor grad brukt til parkering og veiareal. At parkeringen på Løkkemyra, i motsetning til i sentrum, er gratis, bidrar også til at folk heller drar dit for å handle. For tiden gjennomføres det enkelte forskjønningstiltak i offentlige rom i bykjernen, som kan bidra til å gjøre sentrum mer attraktivt.

På Høgskolesenteret tilbys det studier i regi av Høgskolen i Molde, blant annet bachelorgrader innen havteknologi og petroleumslogistikk. Det satses også på å bygge nytt campus for høyere utdanning, for å styrke utdanningstilbudet i byen og bidra til kompetanseheving i regionen.

Kristiansund er en kulturrik by. Hvert år arrangeres det et mangfold av aktiviteter og festivaler, blant annet Operafestukene, Nordic Light fotofestival, Klippfiskfestival og Tahitifestivalen. Idretten står sterkt, og i tillegg er det store og aktive miljø innen dans og musikk. Det er registrert rundt 300 lag og foreninger i kommunen.



Figur 12: Kaibakken, sentrums hovedgate (tk.no)



Figur 13: Vestbase (Norsk oljemuseum)



Figur 14: Kristiansund sentrum (180.no)



Figur 15: Festiviteten, Kristiansunds kulturbygg (Visit Nordmøre og Romsdal)

FRILUFTSLIVET

Kristiansund kommune har mye å tilby friluftslivsinteresserte. Både fjell og kyst er tilgjengelig, både til fots, med bil, sykkel og kollektivtransport. Jo lengre fra sentrum man kommer, jo større sammenhengende naturområder finner man.

Det er et godt utvalg av steder for å gå fotturer, sykle, klatre, bade og fiske, m.m. For skigåing er mulighetene noe mer begrenset. Det kjøres opp løyper i området markert med 19 på figur 16, og det er en slalombakke rett sør for Bolgvatnet. Ønsker man større områder for skigåing kan man dra til nabokommunene.

Kommunen er medlem av Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal, et interkommunalt samarbeid mellom 16 kommuner. Friluftsrådet jobber med å fremme friluftsliv som kilde til livskvalitet og glede.

Oppgavene inkluderer blant annet å sikre tilgangen til friluftslivsområder, bygging av turløyper og skilting av turstier.

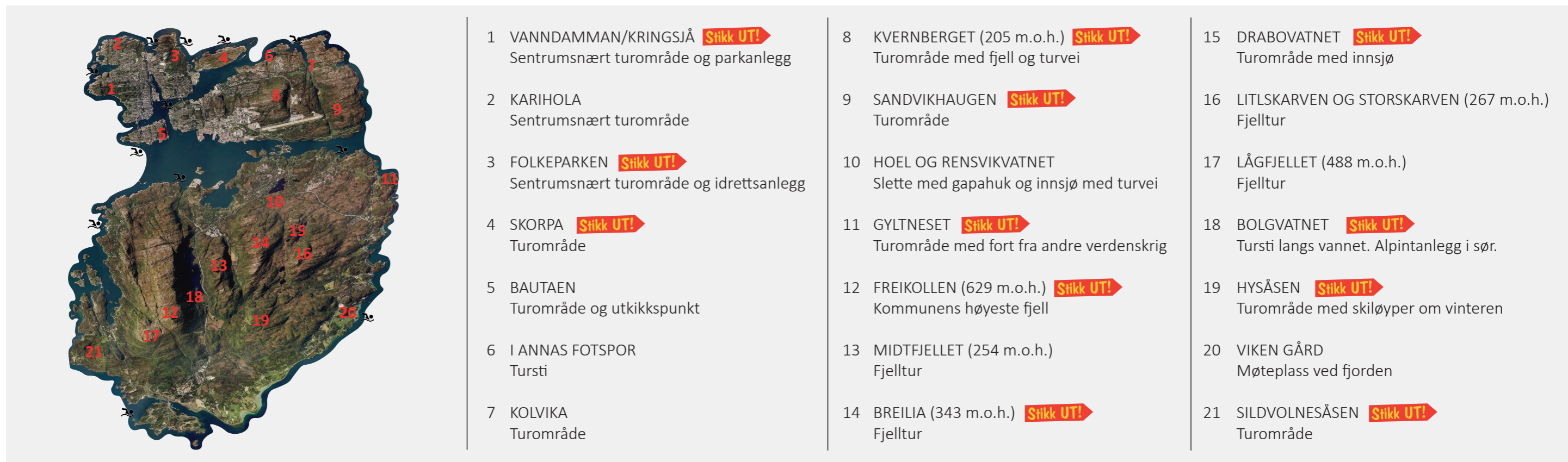
Friluftsrådet driver også turklassetrimmen Stikk UT. I 2017 var det 12 Stikk UT-turer i Kristiansund kommune. Turene er gradert etter vanskelighetsgrad, og har et elektronisk registreringssystem. Kristiansund kommune lå på toppen i Nordmøre og Romsdal i 2017, med 59079 registreringer. Klubba (i Kringsjø) var blant de aller mest populære turmålene.

Friluftsrådet driver også nærtursatsingen KULTUR. Løypene skal ligge i områder hvor folk bor, og oppfordre til økt friluftslivsaktivitet i nærmiljøet gjennom hele året. Det er foreløpig tre KULTUR-løyper i Kristiansund. En av dem går i området rundt Vanndamman, og langs løypa kan man se viktige deler av gjenreisningsarkitekturen og andre kulturhistoriske byelementer (Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal, 2018).

Det er per i dag 16 statlig sikrede friluftslivsområder i kommunen. Disse inkluderer, blant andre, en liten del av Vanndamman/Kringsjø-området (nr. 1 på figur 16), store deler av Folkeparken (3), Kolvika (7), Kvernberget (8), Rensvikvatnet (10), Gyltneset (11),

Bolgvatnet (18) og Sildvolnesåsen (21) (Miljøstatus, 2018).

De sentrumsnære friluftslivsområdene på øya Kirkelandet har vært gjenstand for en gradvis nedbygging. Spesielt i tiårene etter andre verdenskrig ble de kraftig redusert i størrelse. Det er nå en større forståelse for viktigheten av å bevare friluftslivsområder i nærheten av hvor folk bor. Som resultat har nedbyggingen av disse områdene bremsset, men likevel ikke stoppet helt. Fremdeles foregår det en bit for bit nedbygging av disse grønne lungene. Den tidligere og planlagte nedbyggingen av friluftslivsområdene på Kirkelandet (caseområdene) vises på side 42.



Figur 16: Turmål, turområder, badeplasser og Stikk UT-mål (2017) i Kristiansund kommune. (Ortofoto: norgebilder.no)

STATUS FOR FOLKEHELSE

Som nevnt i del 2 (teori), så er folkehelse i Norge god. Det er likevel variasjoner fra kommune til kommune. Folkehelseproblematikken er kompleks og sammensatt. Faktorer påvirker hverandre, og nedgang eller oppgang for én indikator kan påvirke og endre nivået til andre indikatorer.

Kristiansund ligger på og bedre an enn landsgjennomsnittet for flere indikatorer i folkehelseprofilen, spesielt innen temaet «skole» (Folkehelseinstituttet, 2018). Videre, har en større andel av innbyggerne i Kristiansund tilgang til rekreasjonsareal, (70 %) enn i fylket forøvrig (52 %).

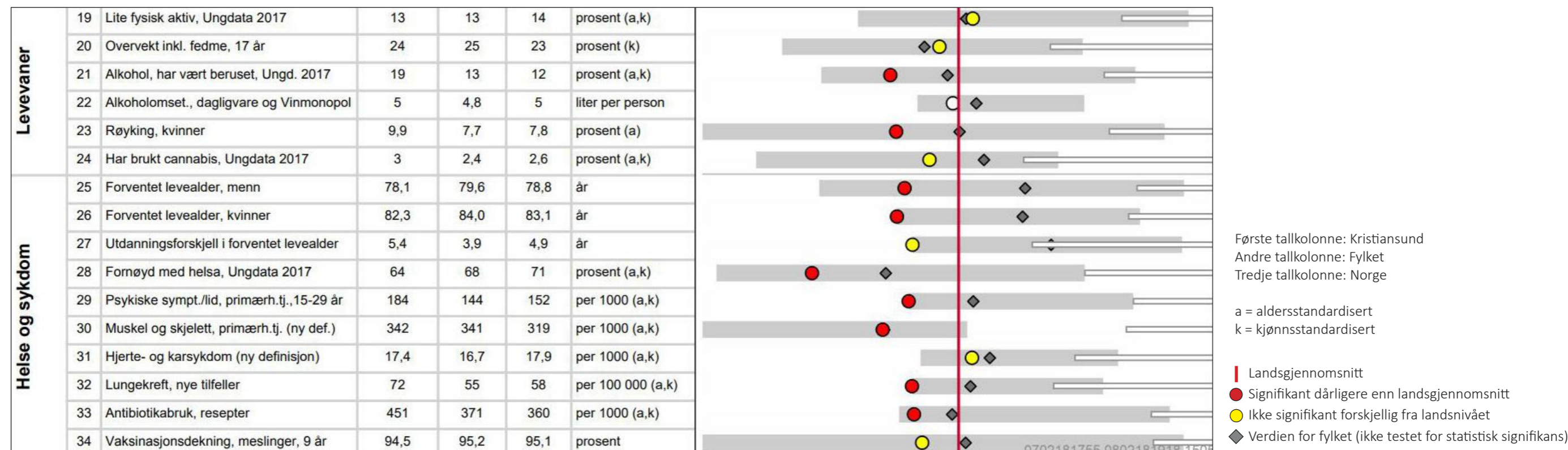
Der hvor kommunen ligger dårligere an enn landsgjennomsnittet, kan man se at utviklingen for flere indikatorer har vært positiv. For eksempel er det flere som gjennomfører videregående skole nå enn før, og flere tar høyere utdanning (Kristiansund kommune, 2016a).

Man kan altså se positive utviklingsmønstre for flere indikatorer. Likevel ligger Kristiansund ofte dårligere an enn landet forøvrig, særlig innenfor temaet «helse og sykdom».

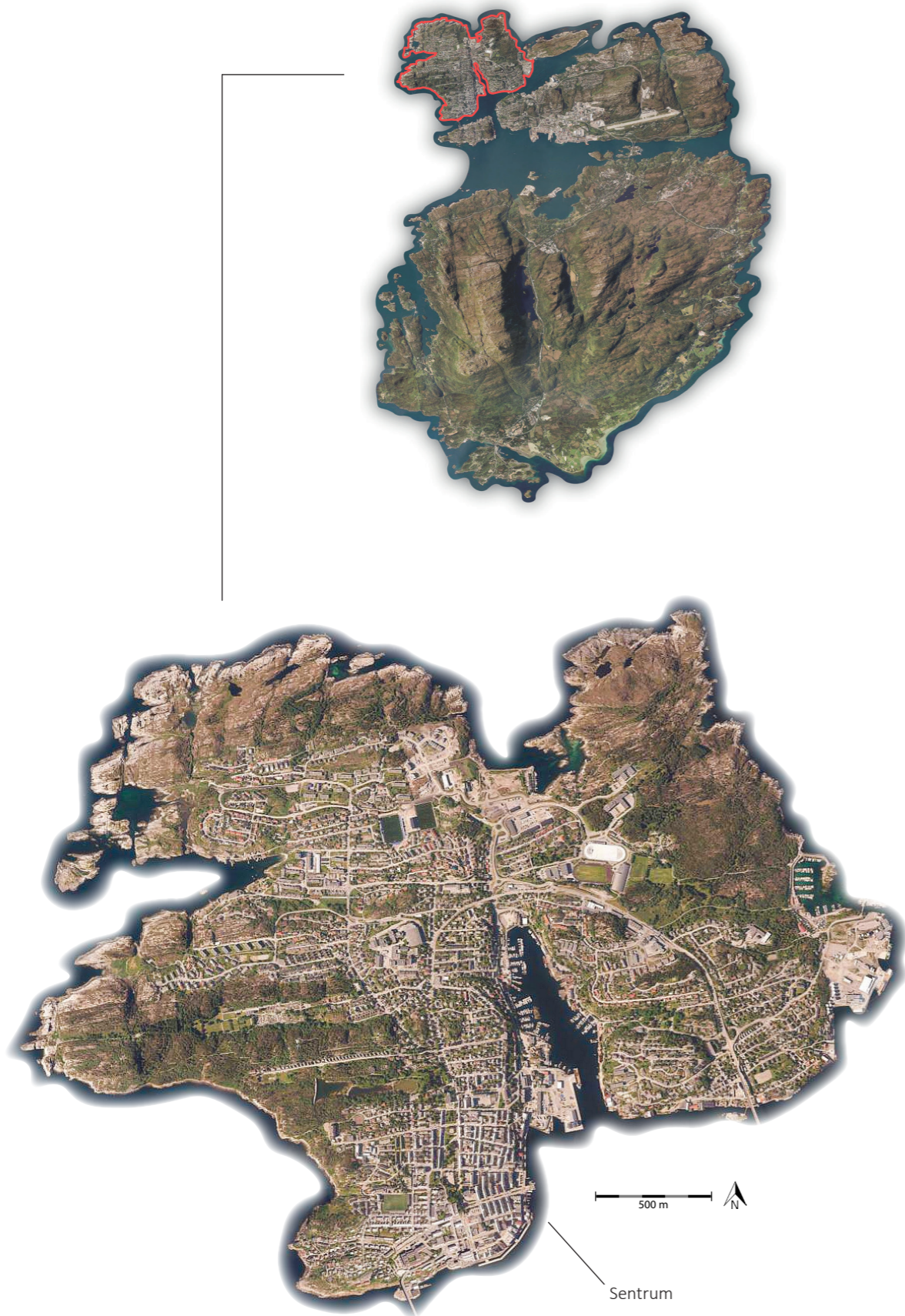
Når det gjelder røyking på videregående skole, ligger Kristiansund signifikant over landsgjennomsnittet (Kristiansund kommune, 2016a). Det samme gjelder for røyking blant kvinner (Folkehelseinstituttet, 2018).

Forventet levealder ligger under landsgjennomsnittet for både kvinner og menn. Dette har ikke én enkelt årsak, men er heller et resultat av nivåene for flere indikatorer. En større andel av befolkningen har psykiske symptomer og lidelser. Dette er også påvirket av andre indikatorer. Flere får lungekreft i Kristiansund, enn i landet ellers, og det skrives ut flere resepter for antibiotika.

Når det gjelder overvekt blant ungdom, ligger kommunen litt over gjennomsnittet for landet. For hjerte- og karsykdommer ligger Kristiansund under landsgjennomsnittet, men over fylkesgjennomsnittet (Folkehelseinstituttet, 2018).



Figur 17: Folkehelseprofilen for Kristiansund, utsnitt (Folkehelseinstituttet, 2018)



Figur 18: Kirkelandet/Gomalandet, beliggenhet (Ortofoto: norgebilder.no)

KIRKELANDET

Kirkelandet er øya hvor de tre friluftslivsområdene som er case for denne oppgaven, ligger. Siden det nære friuftslivet står sentralt i oppgaven gjøres utvalget for på stedet-intervjuene blant befolkningen som bor her, nært de tre friluftslivs-områdene.

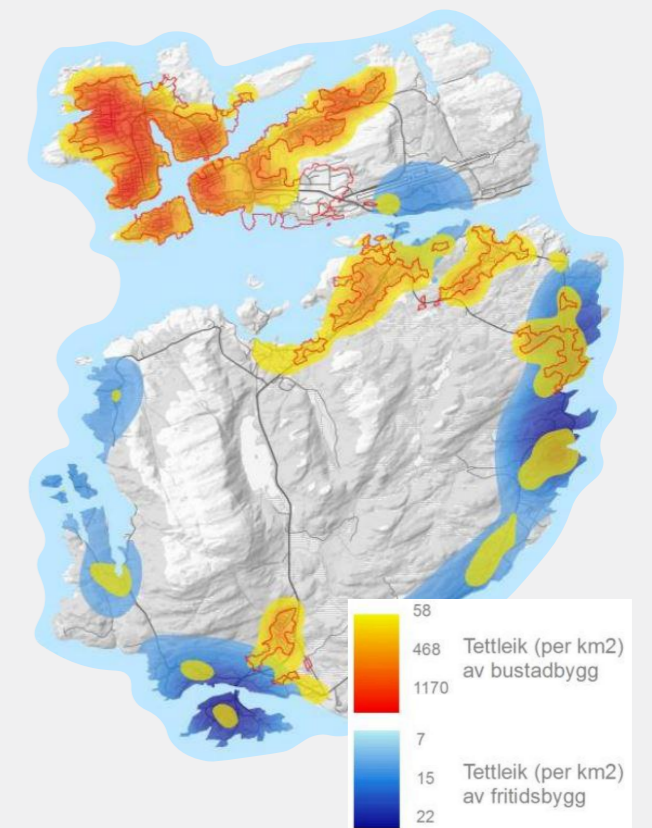
På øya Kirkelandet ligger bydelene Kirkelandet (vestre del) og Gomalandet (østre del). Kirkelandet er den tettest befolkede øya i Kristiansund kommune (se figur 24). Øya er ca. 6 km² og folketallet er 10968 (SSB, 2018b). Det gir en befolknings-tetthet på 1859 mennesker per km². 45,1 % av befolkningen bor på 6,89 % av kommunens areal.

Øyas bebyggelse består primært av bolig-bebyggelse. En stor andel er eneboliger, rekkehus og tomannsboliger, men mange bor også i leilighetsbygg og blokker. I sentrum, og i nærliggende områder, preges bebyggelsen av gjenreisningens arkitektur og byggestil, med tre- og fireetasjers leilighets- og kontorbygg, med næringslokaler i første etasje i sentrumsgatene.

Nærheten til sentrum og enkel tilgang til sentrale funksjoner som arbeidsplasser, handel, offentlige tjenester og kulturinstitusjoner gjør Kirkelandet til et attraktivt sted for boligutbygging.

Bebyggelsen har siden gjenoppbyggingen etter andre verdenskrig gradvis spredd seg utover, og nå er rundt 58 % øya utbygget.

Befolknings- og byggetettheten på Kirkelandet gjør at det er begrenset tilgang til grønne områder og rekreasjonsareal inne i, og i umiddelbar nærhet til mange av boligområdene. Det som er igjen av de tre friluftslivsområdene er derfor verdifulle grønne lunger i et ellers tett bo- og bymiljø.



Figur 19: Boligtetthet (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2017)



CASEOMRÅDER

VANNDAMMAN/KRINGSJÅ, KARIHOLA OG FOLKEPARKEN

Vanndamman/Kringsjå, Karihola og Folkeparken er tre friluftslivsområder på øya Kirkelandet. Alle områdene er mye brukt av lokalbefolkningen, spesielt Vanndamman/Kringsjå og Folkeparken. Den følgende delen av oppgavens del 4 vil omhandle friluftslivsområdene, og vise blant annet turmål, grad av tilrettelegging, nedbygging av områdene og informantintervjuer med ansatte i kommuneadministrasjonen.

VANNDAMMAN/KRINGSJÅ

Størrelse: ca. 0,9 km²

Kystlinje: ca. 3,75 km

Vanndamman/Kringsjå er området som ligger nærmest Kristiansund sentrum. Vanndamman ligger rett i utkanten av sentrum. Dette er et stort parkanlegg med blant annet kafé og fugledam. Videre vestover og nordover kalles området Kringsjå, og her er det turveier og turstier som blant annet fører ut til sjøen. Langs kystlinja er det flere bade- og fiskeplasser.

KARIHOLA

Størrelse: ca. 0,75 km²

Kystlinje: ca. 5 km

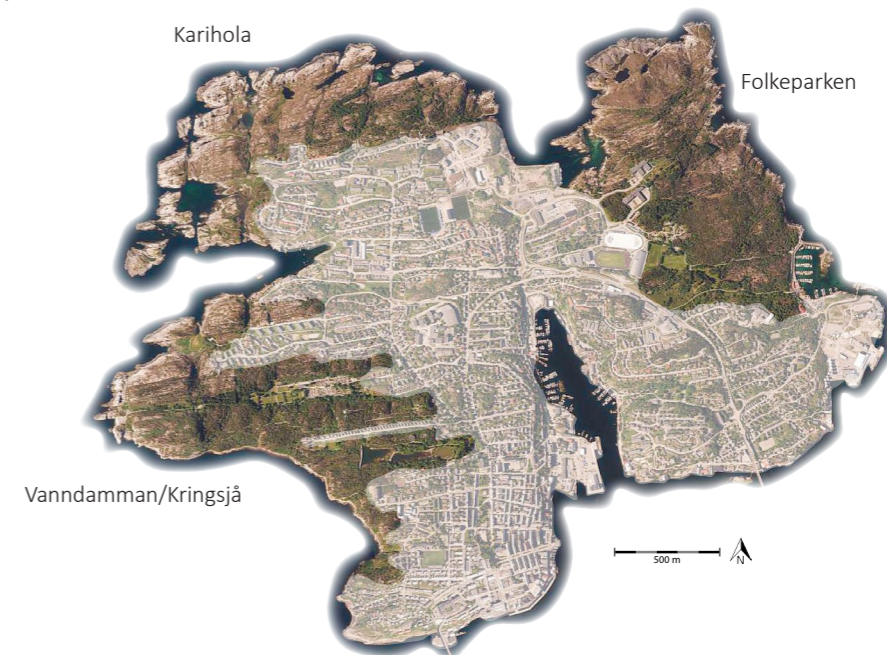
Karihola er det minst tilrettelagte og urørte av de tre områdene. Her finner man hovedsakelig turstier som leder ut mot svabergene, badeplasser og fiskeplasser. Er det stormvær er dette en populær plass for å oppleve naturelementene. Man finner også flere rester etter festningsanlegg fra andre verdenskrig i området.

FOLKEPARKEN

Størrelse: ca. 0,9 km²

Kystlinje: ca. 4 km

Store deler av Folkeparken er statlig sikret. Nærmest bebyggelsen finner man blant annet gressbaner, turveier og aktivitetsstasjon. Det går turveier og stier utover mot sjøen, og også her finnes rester etter andre verdenskrig. Det er flere fiske- og badeplasser i området.



Figur 20: Vanndamman (Foto: Hans Einar Ohrstrand)

Figur 21: Caseområdene (Ortofoto: norgebilder.no)

KOMMUNEPLANENS AREALDEL

Her vises hvordan friluftslivsområdene er regulert i kommuneplanens arealdel 2009-2020.

Den største delen av Vanndamman/Kringsjø har formålet friområde, med unntak av en nordlig del av området som er avsatt til LNF. Friluftsområdet grenser hovedsakelig til boligområder. Et unntak er sør i området, hvor det er regulert til offentlig bygning. I dette området er det sykehjem og helsehus. Midt i området ligger et gravsted. Dette inkluderes som en del av friluftslivsområdet i denne oppgaven, da det fungerer som en del av turveinettet. Østre del av Vanndamman grenser til riksvei 70, som er hovedinnsfartsåren til sentrum.

Karihola er angitt som LNF-område, med unntak av delen som grenser til boligbebyggelsen, som er friområde. I øst grenser området til Hagelin, som er regulert som kommunalteknisk anlegg. I øst er det regulert til fremtidig boligområde. Dette arealet er nå bebygd (figur 28).

Folkeparken er friområde, og grenser til boligområder, naustareal, riksvei, barneskole i sør. Inne i området er det plassert en ungdomsskole, en videregående skole og campingplass. Langs veien i sørvest er det idrettsanlegg med friidrettsbane, ishall, treningshall, badeland og treningssenter. I sørøst er det anlagt småbåthavn, og det ligger en barnehage her.

EIENDOMSFORHOLD

På kartet vises hvilke eiendommer som er i kommunal eie på Kirkelandet.

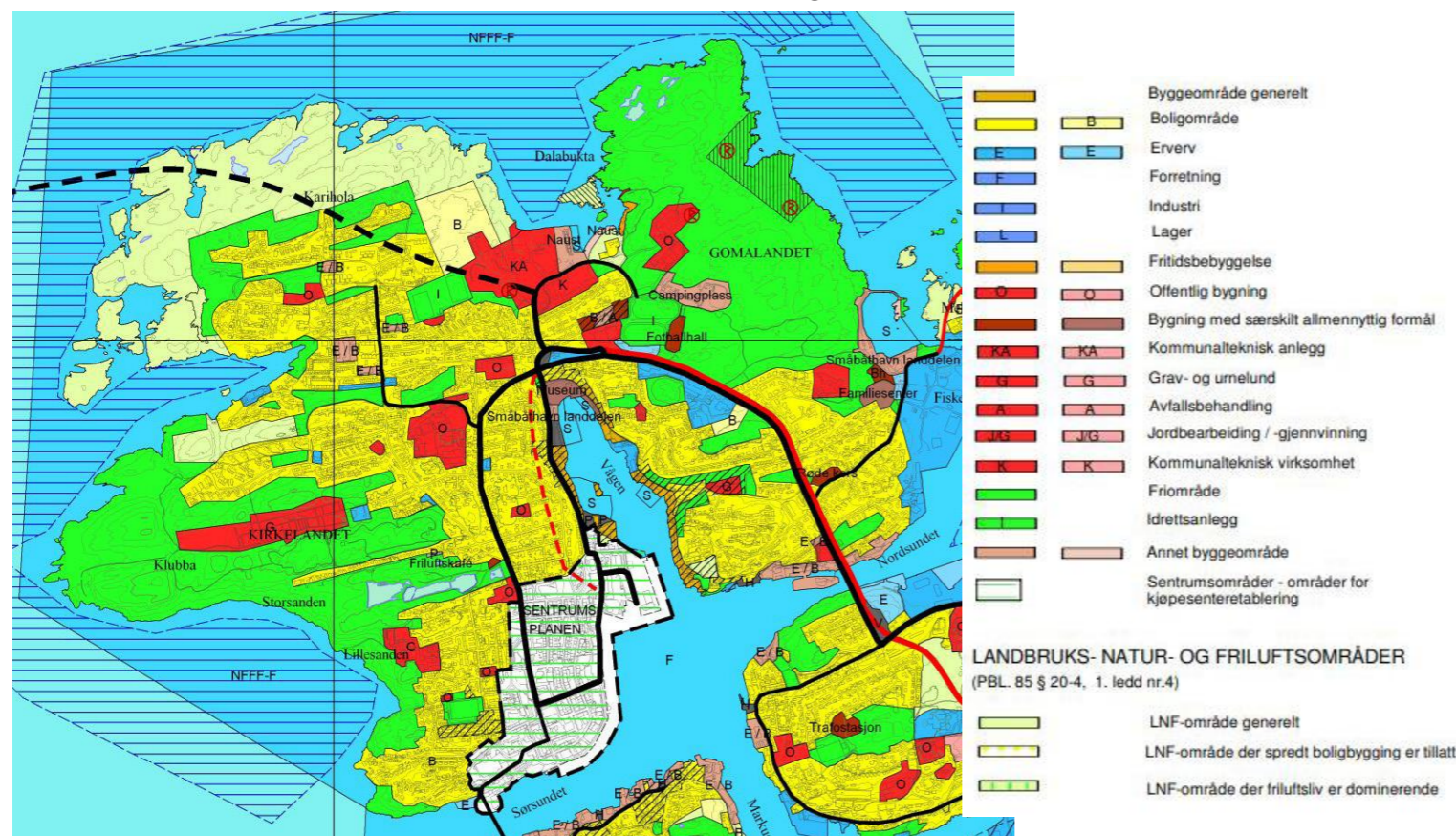
I Vanndamman/Kringsjø eier kommunen største del av arealet, med unntak av fire eiendommer. I nord er det et område i privat eierskap.

Gravstedet eies av Kristiansund sokn, og Klubbaområdet i sørvest eies av Kristiansund byselskap. I øst ligger Varden, og denne eiendommen er i privat eie.

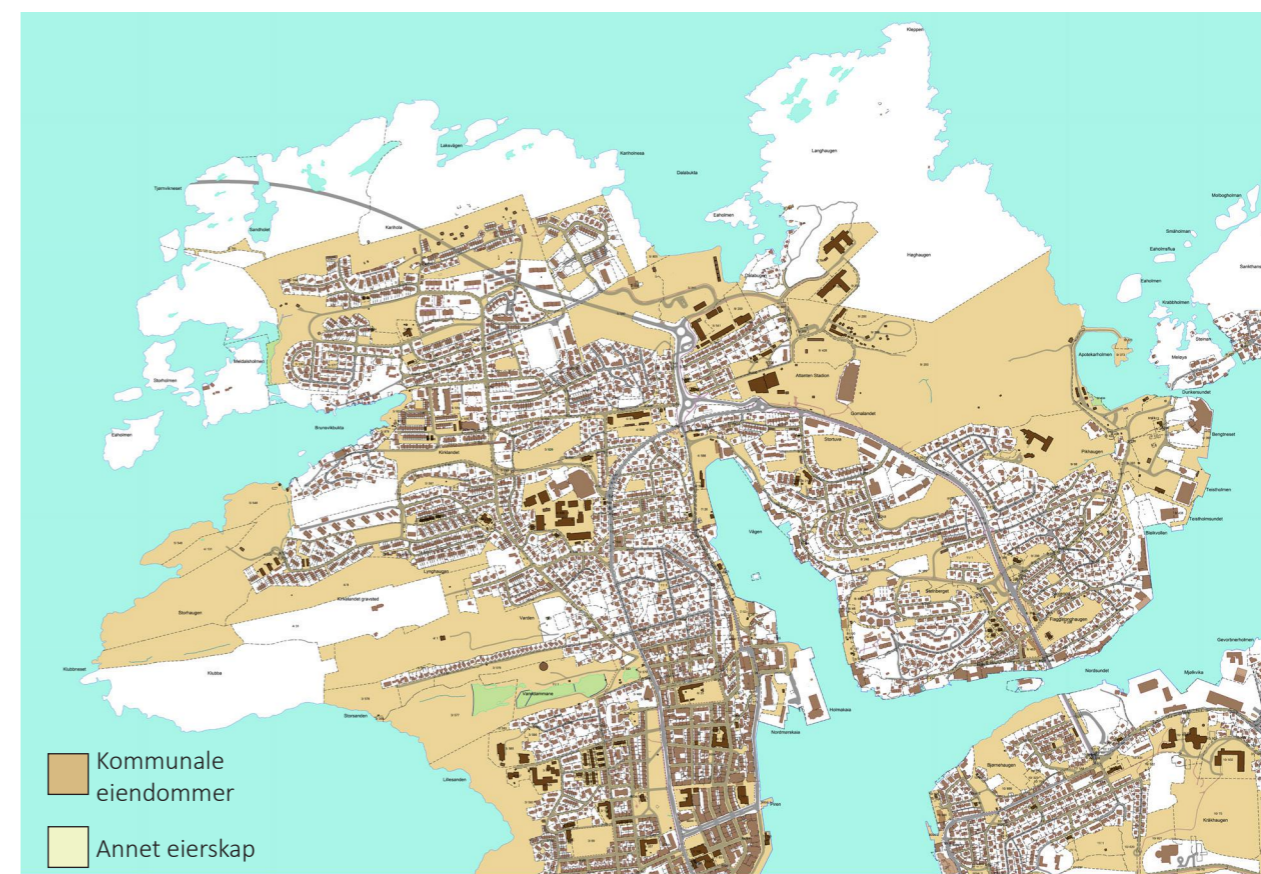
Av Karihola eier kommunen friområdet nærmest byggegrensen. Resten av området er i privat eie.

Folkeparken er hovedsakelig delt mellom kommunalt og statlig eierskap. Sørlig del eies av kommunen, og nordlig del ble statlig sikret gjennom erverv i 2007. Det statlig sikrede området kalles Atlanten, og er ca. 0,56 km². Helt i vest ligger det private eiendommer langs kystlinja.

Mange av de privateide eiendommene i Karihola og Folkeparken eies fremdeles av familiene som drev gårdsdrift i området, før utbygging skjøt fart i tiårene etter andre verdenskrig.



Figur 22: Kommuneplanens arealdel (Kristiansund kommune, 2011)



Figur 23: Kommunale eiendommer (Tilsendt fra Kristiansund kommune).

HISTORISKE SPOR

Det historiske aspektet er en del av friluftslivets trekraft for mange. Mange historiske spor ligger igjen i de tre friluftslivs-områdene, som gir et innblikk i tidligere bruk og aktivitet.

I Folkeparken ble det startet gårdsdrift på slutten av 1700-tallet. Jordbruket i området bestod for det meste av sauehold og melkeproduksjon. Under andre verdenskrig ble området og flere av gårdsbygningene på Dalen Gård brukt av tyskerne, og ute i parken finner man rester etter tyske forsvarsanlegg. I 1952 ble nedre del av gårdseiendommen ervervet av kommunen, og omgjort til folkepark. I dag er gårdens bygninger, hage og tun fredet. I 1962 var mange skolebarn i byen med på beplantning med gran i Folkeparken (Falkevik, 2001). Dette har ført til en dramatisk endring av det tidligere helt åpne kystlandskapet.

Også i Karihola står det igjen gårdsbygninger etter gårdsdrift i området. Under krigen ble alle i området evakuert, også familien på gården, da tyskerne skulle utvide festningsområdet med veier, bunkere og kanonstillinger. Man kan fremdeles se tallrike rester av dette i dag (Brunsvika.net, 2012).



Figur 24: Dalen gård, 1943 (Nordmøre museum)

Også i Vanndamman/Kringsjø kan man finne rester etter andre verdenskrig. Blant annet ligger det en bunker i Klubbaområdet som tidligere var en del av et tysk radaranlegg. Nær Vanndamman står det også et vardetårn, reist i 1983. Dette er en kopi av murtårnet som ble reist i 1892 og revet i 1976. Varden har blant annet fungert som vakttårn under første verdenskrig, og ble benyttet av tyskerne under andre verdenskrig. Det har vært, og er fremdeles, et samlingspunkt for befolkningen i byen (Kristiansund kommune, 2018). Blant annet går det et tradisjonsrikt fakkeltog til Varden på nyttårsaften.

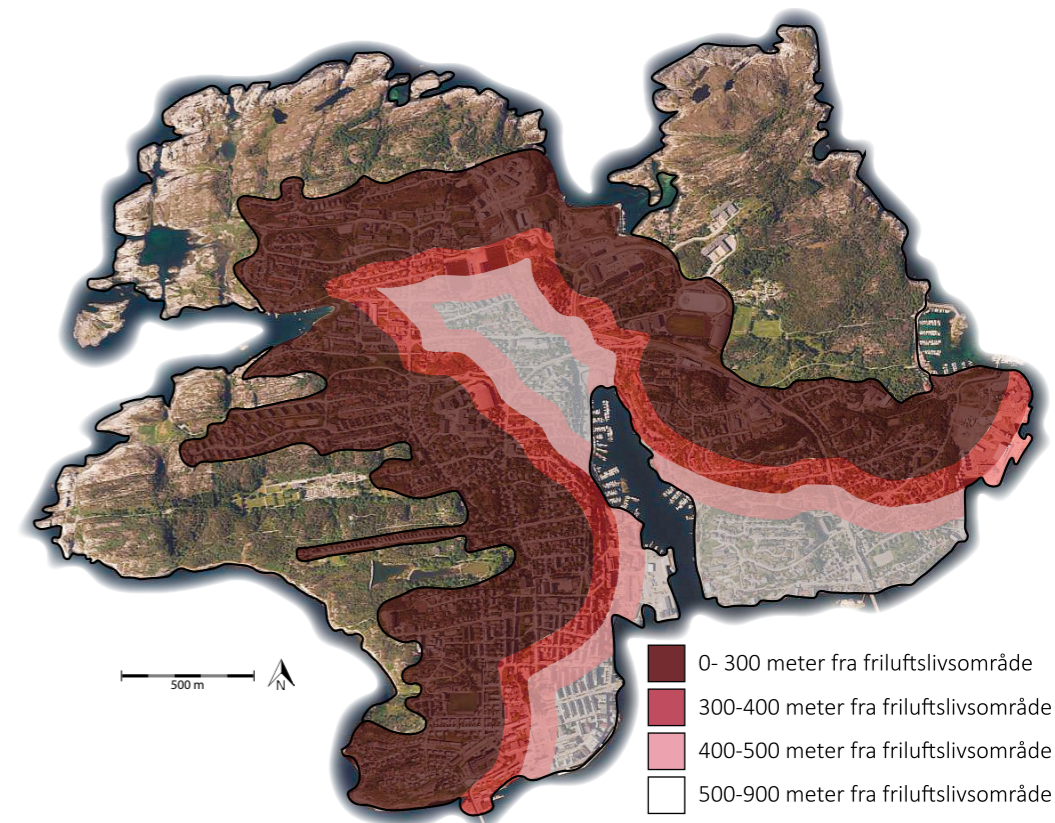
Vanndamman er i dag et populært park- og turområde, med blant annet fuglepark og kafé. Opprinnelig ble Vanndamman anlagt for å gi byen drikkevann. Rolighetsdammen (Svandedammen) fra 1860-årene er eldst. Deretter kom Mellomdammen, Vesterdammen og Gravemdammen (Kulturnett, 2006). Det ble også bygget vannrenner som skulle samle vann fra berget rundt Vardefjellet, og lede det til Vanndamman (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2018b). Disse ligger der fortsatt i dag. I likhet med Folkeparken er det også i Vanndamman/Kringsjø blitt plantet trær. Blant annet ble det på 30-tallet satt ned furu (Brunsvika.net, 2011).



Figur 25: Vanndamman 1910-1920, før beplantning (Nordmøre museum)

AVSTANDER

Kartet viser bolig- og byområder som ligger innenfor ulike avstander til friluftslivsområdene. Hele befolkningen på Kirkelandet bor innenfor en avstand på 900 meter i luftlinje fra minst ett av områdene. På bakkenivå vil disse avstandene øke, da ikke alle har strak vei til et av områdene. Man møter på ulike fysiske barrierer, som bilveier og boligfelt. Det er mangel på grønne nettverk for fotgjengere og syklistene, og de fleste må gå langs, og krysse, bilvei for å komme seg til friluftslivs-områdene. Likevel, som kartet viser, ligger boligområdene nær friluftslivsområdene, for mange innenfor 300 meter i luftlinje. Siden avstandene er korte, finnes det et stort potensial til å bedre adkomstmulighetene for mange mennesker, med tanke på både trygghet og attraktivitet.



Figur 26: Avstander (Ortofoto: norgebilder.no)

TOPOGRAFI OG STATLIG SIKREDE OMRÅDER

Kristiansunds landskapsformer bidrar til å gi byen identitet og tilhørighet, og kan også si noe om stedets opprinnelse. For Kristiansunds del har landskapsformene vært viktige for at det i det hele tatt har vært mulig å utvikle en by på et så vær- og vindutsatt sted.

Høydedragene som går i sørvest-nordøstlig retning har gjort det mulig å finne skjermede områder for bebyggelse i de mellomliggende «dalene», og gir også byen ei lun havn. Boligbebyggelsen har derfor, i områdene av byen hvor klimaet og storhavet merkes best, nesten utelukkende vært lagt nede i disse dalsøkkene. I Vanddamman/Kringsjø kan man tydelig se dette utviklingsmønsteret, med tre langstrakte boligområder som strekker seg inn i friluftslivsområdet. I senere tid har likevel arealmangel og ønske om utsikt ført til utvikling også oppover dalsidene, og oppå toppene av høydedragene (Falkevik, 2001).

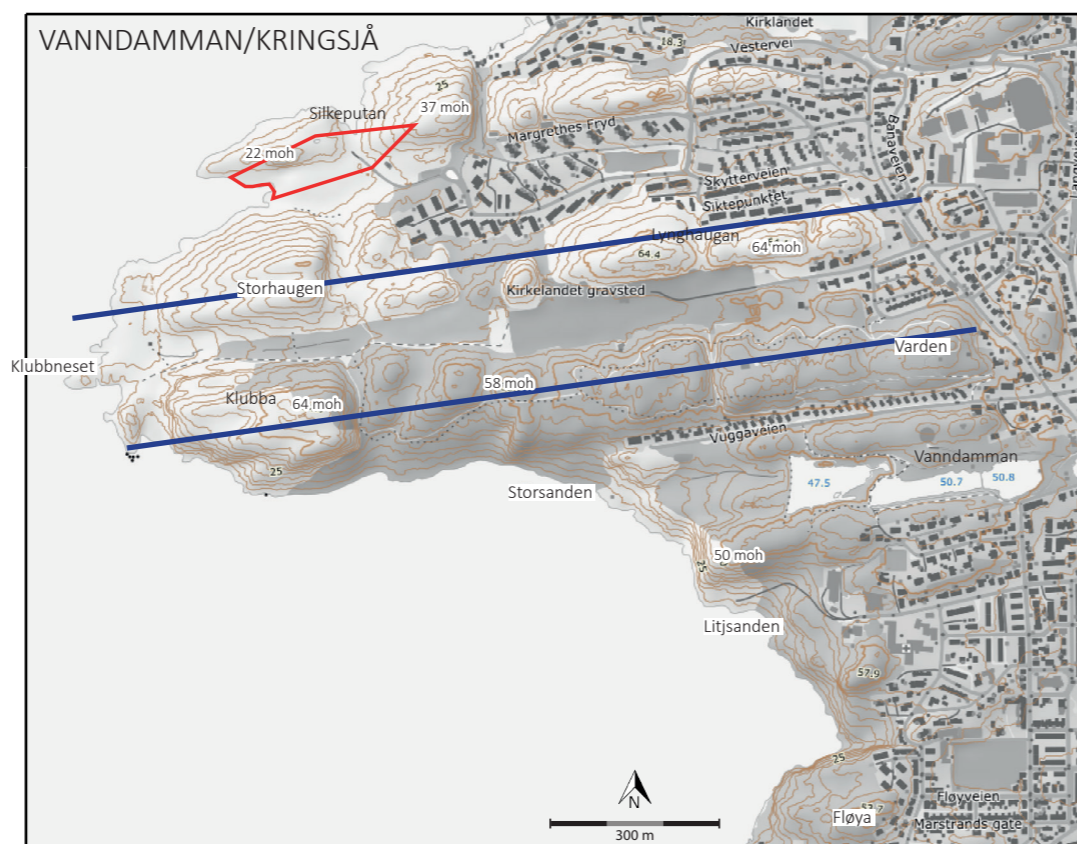
Disse høydedragene finner man også i Karihola og Folkeparken. Enkelte deler av friluftslivsområdene er derfor nokså ufremkommelige, både på grunn av høydeforskjeller og tett vegetasjon. Også langs strandlinja kan man stedvis finne svært bratte partier. For eksempel, ved Kleppen i Folkeparken er det nærmest klippelignende forhold. Langs hovedveien bidrar høydene til å skjerme friluftslivet fra trafikkstøyen (Falkevik, 2001).

Tre av kommunens 16 statlig sikrede friluftslivsarealer ligger på Kirkelandet. Det største av disse tre er nordre del av Folkeparken. Handlingsplanen for området understreker at det statlig sikrede arealet skal vurderes i en helhetlig sammenheng med resten av friluftslivsområdet.

Området er egnet for flere typer bruk, blant annet turgåing, sykling, bading, klatring og fiske. I senere tid er tursti mot Lasken blitt utbedret (2008), og det er opparbeidet ny turvei fra Lasken mot Dunkarsundet i 2012 (Kristiansund kommune, 2014).

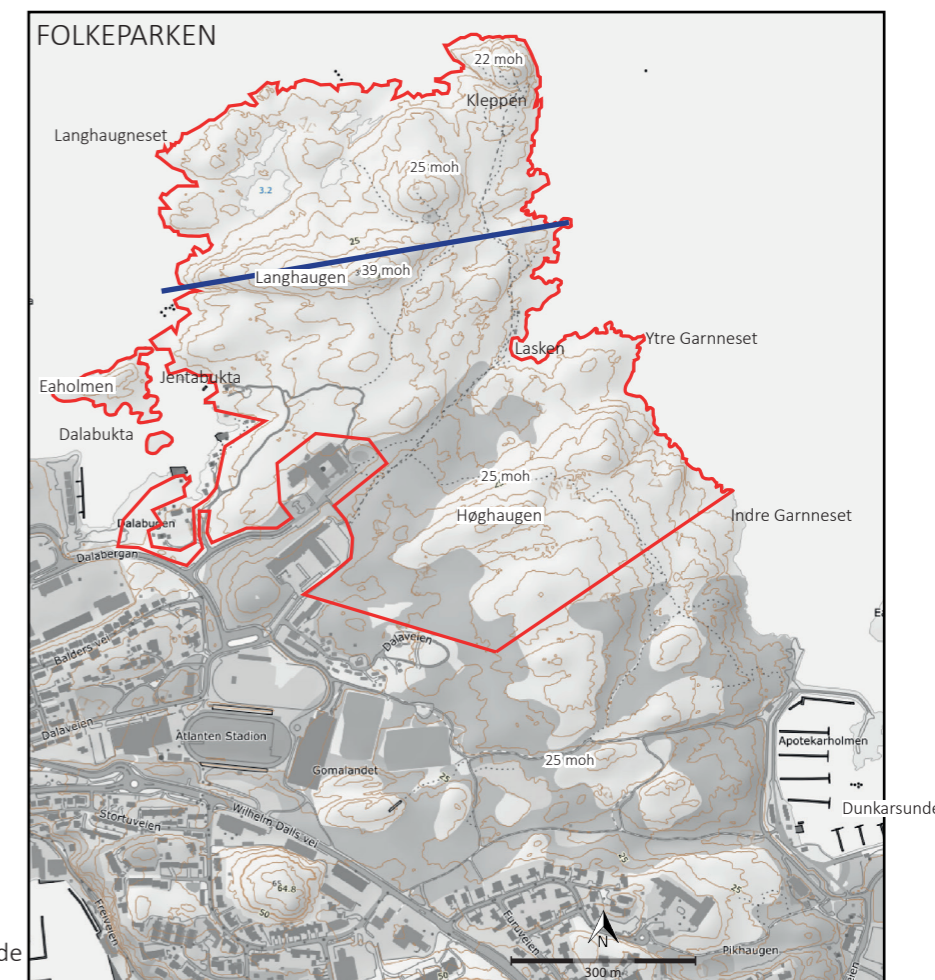
I Vanddamman/Kringsjø er deler av området kalt Silkeputan statlig sikret. Området er vurdert som svært viktig med bakgrunn i brukerfrekvens.

I Karihola er det ikke noen statlig sikrede arealer i selve friluftslivsområdet (som definert i denne oppgaven), men rett sør er det sikret et populært område hvor man finner badestrand og et lite parkareal.

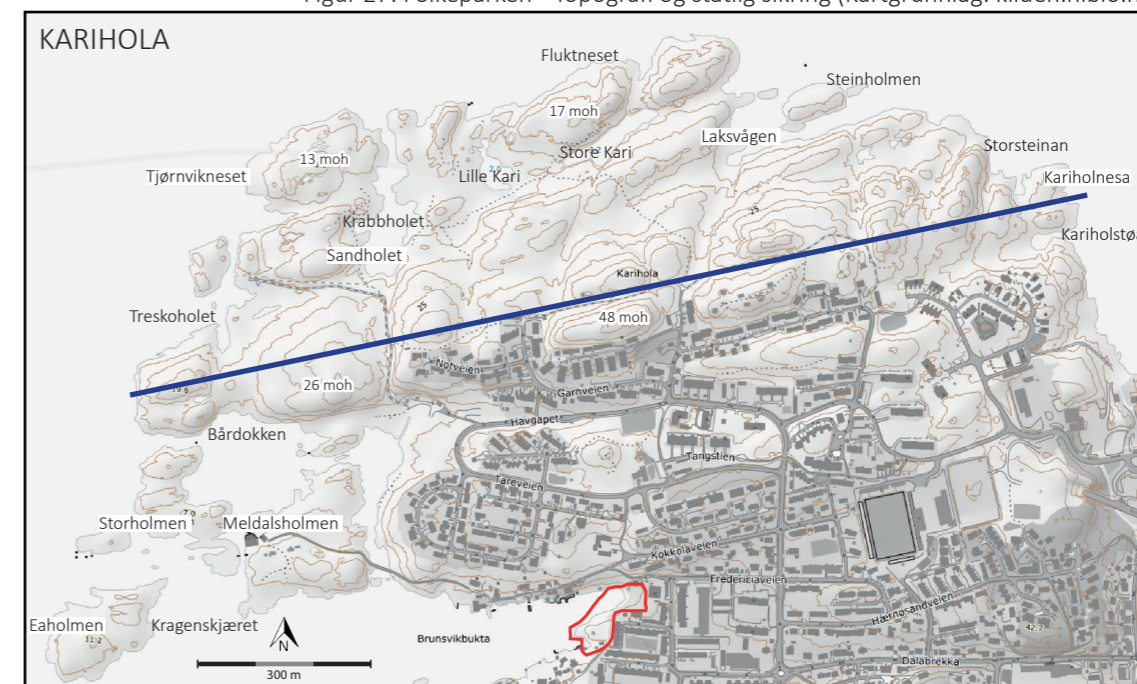


Figur 28: Vanddamman/Kringsjø - Topografi og statlig sikring (Kartgrunnlag: kilden.nibio.no)

— Høydedrag
 — Statlig sikret område



Figur 27: Folkeparken - Topografi og statlig sikring (Kartgrunnlag: kilden.nibio.no)



Figur 29: Karihola - Topografi og statlig sikring (Kartgrunnlag: kilden.nibio.no)

NATUR OG KULTURMINNER

Tidligere var friluftslivsområdene åpne landskap, preget av landbruk, snaumark og kystlynghei. I dag er naturlandskapet mer variert.

Etter beplantning på 1930- og 1970-tallet har det nå, i store deler av områdene, dannet seg skogsområder, og gjengroing er en utfordring.

Den største forandringen har nok skjedd i Vanddamman/Kringsjø hvor blandingsskog av gran, furu og løvtrær har krøpet lengre og lengre utover mot sjøen. Folkeparken preges av furuskogsmiljø, med innslag av løvtrær og noe gran. Karihola er det området som er minst preget av tett skog, men også her vokser og sprer sitkagrana seg.

Nærmer man seg sjøen så åpner landskapet seg, og man finner kystlynghei og svaberg. Kystlyngheimiljøet består av lyngarter, gressarter og vierarter. Denne vegetasjonstypen har tradisjonelt vært opprettholdt ved hjelp av beiting og lyngbranner. Siden det ikke er landbruk her lenger, vil også disse områdene etter hvert vokse igjen dersom man ikke setter inn tiltak (Falkevik, 2001).

Parkområder og gressdekke finnes i Vanddamman, hvor det er opparbeidet parkareal, og i Folkeparken, hvor man finner store sletter ment til idrettsbruk.

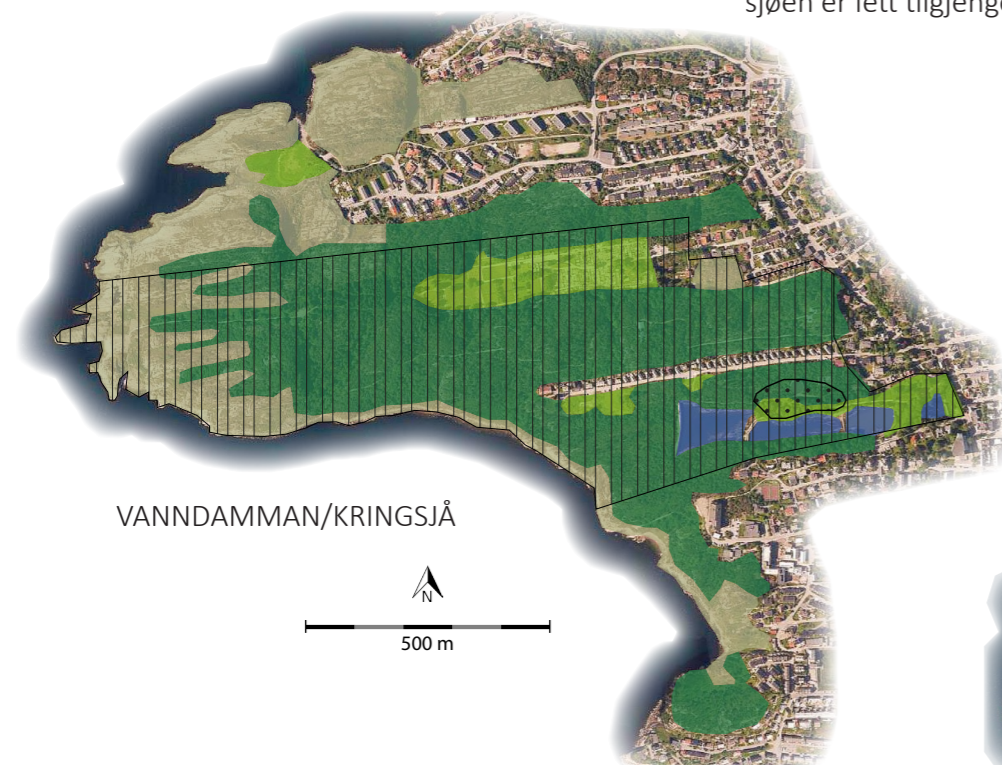
Man finner vannelementer i alle tre områder; naturlige innsjøer i Karihola og Folkeparken, de menneskeskapte innsjøene i Vanddamman, og sjøen er lett tilgjengelig langs de lange kystlinjene.

Viktige naturtyper er registrert i alle områdene. I Vanddamman er et område registrert som lokalt viktig med bakgrunn i enkelte rødlistearter, samt det lokale preget av natureng med middelaldrende ask. I Karihola er to områder registrert som lokalt viktig. Et er et område med tjernet Lille Kari, samt omkringliggende myr og sumpområder. Det andre er ei bukt hvor man finner strandeng og strand-sump. I Folkeparken er to områder registrert som lokalt viktig, kategorisert som brakkvannspoller (i nord) og naturbeitemark i Lasken (i vest) (Miljøstatus, 2018). Eaholmen i vest er regulert til naturvern-område.

De eneste kulturminnene i friluftslivsområdene befinner seg i Folkeparken. Begge disse er Stein-alderboplasser, og automatisk fredet.

Disse ligger i et område regulert til verneområde for skjulte kulturminner.

I Vanddamman/Kringsjø er et stort område registrert under kategorien «nasjonale interesser i by». Bakgrunnen er de kulturhistoriske verdiene som ligger her, samt områdets verdi for rekreasjon. Kulturmiljøet inkluderer vannoppsamlingsanlegget, Kirkelandet gravsted fra 1877, og turområdet som strekker seg utover mot sjøen i vest (Miljøstatus, 2018).



Figur 30: Vanddamman/Kringsjø - Vegetasjon, naturtype og nasjonale interesser i by (Ortofoto: norgebilder.no)



Figur 31: Karihola - Vegetasjon og naturtype (Ortofoto: norgebilder.no)



Figur 32: Folkeparken - Vegetasjon, naturtype og kulturminner (Ortofoto: norgebilder.no)

TURVEIER, TURSTIER OG TURMÅL

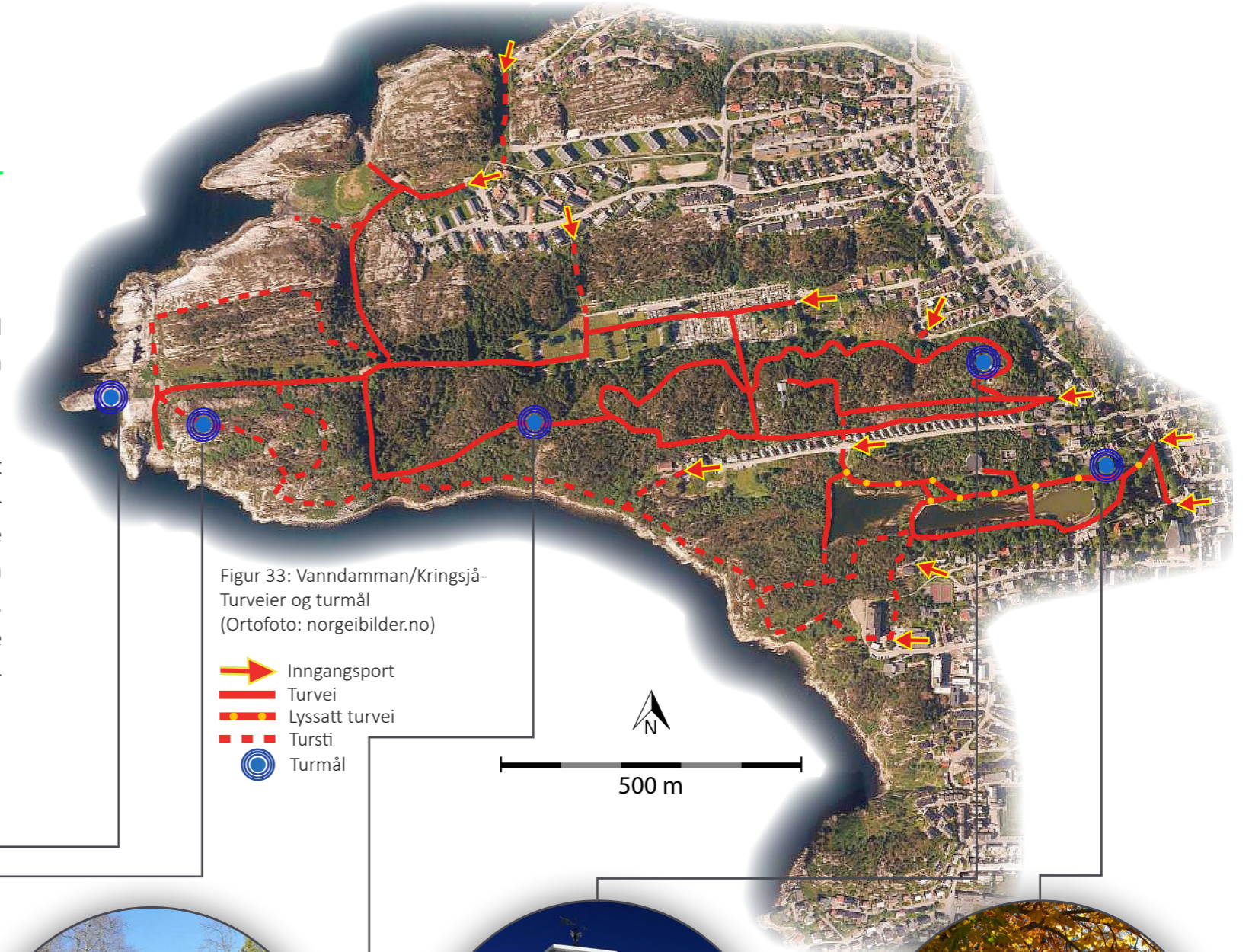
VANNDAMMAN/KRINGSJÅ

Vanndammen/Kringsjå er, sammen med Folkeparken, det mest brukte friluftslivs-området på Kirkelandet. Her er det et omfattende turvei- og stinett, og mange innganger inn til området. I tillegg til turstiene som vises på kartet, er det flere mindre stier som knytter turveiene sammen.

Det er også flere turmål enn det som vises på kartet. Blant annet er det fine plasser for fisking og bading langs svabergene i vest, og Litjsanden er en populær badeplass langs

østre del av Havstien. Rett før man kommer til Klubba er det en høyde med forsvarsanlegg fra andre verdenskrig.

Rett nord for enden av Vanndammen står det et informasjonsskilt med kart over turveier og turstier m.m. Det er også flere mindre skilt spredt rundt i området, som viser veien til turmål, informasjon om historiske tema, eller treslag. Benker er plassert langs mange av turveiene, og man finner også treningsapparater langs turveien mot Klubba.



Figur 33: Vanndammen/Kringsjå-Turveier og turmål (Ortofoto: norgebilder.no)

-  Inngangsport
-  Turvei
-  Lysatt turvei
-  Tursti
-  Turmål



KLUBBA

Populært turmål for resting, fisking og å oppsøke stormvær.

Figur 34: Klubba



HAVSTIEN

Sti langs kysten, med noen bratte og utfordrende partier. Langs ruta ligger badeplassen Litjsanden.

Figur 35: Havstien



TURVEI I KRINGSJÅ

Å gå tur i området er ofte et turmål i seg selv. Turveinettet er godt tilrettelagt, med unntak av noen få partier hvor det er noe ulendt.

Figur 36: Turvei i Kringsjå



VARDEN

Varden ligger på en høyde ikke langt fra Vanndammen, og er et populært turmål og samlingssted.

Figur 37: Varden



VANNDAMMAN

Parkområde med fugledam, turveier, kafé og lekeplass.

Figur 38: Vanndammen (Foto: Hans Einar Ohrstrand)

KARIHOLA

I Karihola går det en turvei i vest, og dette er området eneste turvei. Ellers er det et stort nettverk av stier. Stiene som ligger langs bebyggelsen er generelt bredere enn stiene som går utover mot sjøen.

Stinettet er større enn det som kommer frem på kartet, og i tillegg kan man gå langs svabergene. Man kan entre friluftslivsområdet flere steder, og ved inngangen midt på turveien er det tilrettelagt for parkering.

Karihola har et villere og mer naturlig preg enn de andre områdene, og sjøen kommer raskere på. Dette bærer også turmålene preg av, da det her, i enda større grad enn i de to andre områdene, ofte er kystnaturen i seg selv som er målet. På kartet er det markert eksempler på varierte turmål, som for eksempel fiskeplass og et sted som er populært for å oppleve stormvær. Det finnes flere slike steder langs kystlinja.



TRESKOHOLET
Et av flere steder i Karihola folk drar til for å se på stormen, og gå tur.



TURVEI I KARIHOLA
Dette er den eneste turveien i dette friluftslivsområdet. Veien har nylig blitt utvidet videre sørover.



TYSK FORSVARVERK
Det finnes rester etter tyske forsvarsverk fra andre verdenskrig flere steder i Karihola.



GAPAHUK
Et par hundre meter inn i friluftslivsområdet er det anlagt en samlingsplass med gapahuk, bålplate og enkelte lekeapparater, som tauslynge.



STORSTEINAN
Et av flere steder i Karihola hvor man kan fiske.

Figur 40: Treskoholet

Figur 41: Turvei i Karihola

Figur 42: Tysk forsvarsverk fra andre verdenskrig

Figur 43: Gapahuk og bålplate

Figur 44: Storsteinan

FOLKEPARKEN

Folkeparken har, i likhet med Vanndamman/Kringsjø, et omfattende turveinett. Også her er turveiene ofte et turmål i seg selv, og med etableringen av Norodd-løypa ble det en bedre sammenheng mellom områdets nordlige og sørlige del. I tillegg er det i nyere tid laget turvei fra skoleområdet og ned til det populære turmålet, Lasken.

Også her er det et større stinett enn det som kommer frem på kartet.

Turmålene som vises på kartet er et begrenset utvalg av populære steder. Det er flere turmål i området, for eksempel fiskeplasser og bade-plasser.

Rett ved inngangen ved den nye ishallen i vest er det plassert et informasjonsskilt, med kart over området. Ellers er det satt opp flere skilt inne i området, som viser veien til sentrale turmål og fakta om treslag.

Benker er satt opp langs flere av turveiene og turmålene, og treningsapparater er satt opp i den sørlige delen av området.



Figur 45: Folkeparken - Turveier og turmål (Ortofoto: norgebilder.no)



LASKEN
Populært turmål for bading og rasting.

Figur 46: Lasken



KLEPPEN
Endepunkt for turstiene.

Figur 47: Kleppen (Foto: Møre og Romsdal fylkeskommune)



NORODDLØYPA
Turvei fra Lasken mot båthavna i Dunkarsundet. Med etableringen av denne turveien er det nå dannet ei lengre rundløype i området. For det meste godt tilrettelagt, med unntak av noen dårligere partier.

Figur 48: Noroddløypa



JENTABUKTA
Bukt populær for bading og rasting. Her er det flytebrygge og naust.

Figur 49: Jentabukta



AKTIVITETSPARK
Område med treningsapparater, frisbeegolf og gresskledde sletter. Det er også en hoppbakke der som er populær for aking om vinteren.

Figur 50: Aktivitetspark

TILRETTELEGGINGSGRAD

Kartene viser inndeling av friluftslivsområdene etter tilretteleggingsgrad. Bakgrunnen for å gjøre en slik inndeling er, gjennom på stedet-intervjuer, å undersøke hvilken tilretteleggingsgrad befolkningen foretrekker. Kunnskap om dette kan gi en pekepinn på hvilke kvaliteter ved friluftslivsområdene som trekker folk, og hva som skal til for å øke brukerfrekvensen.

HØY GRAD AV TILRETTELEGGING

Områder med høy grad av tilrettelegging har gode, universelt utformede turveier, og er i stor grad opplyst om kveldene. Områdene er godt skiltet, og benker er plassert ut for å gi mulighet for hvile.

Vanndamman er det mest tilrettelagte friluftslivsområdet i kommunen. Her er det turveier langs alle vannene, kafé, lekeplass og fugledam. Det er plassert ut retningskilt og informasjonsskilt, og det er enkelt å finne steder å sitte.

Delen av Folkeparken som er mest tilrettelagt inneholder lyssatte turveier, to større gressklede sletter som er egnet til sportsaktiviteter, anlegg for frisbeegolf og utegym. Skilt og benker er plassert på sentrale steder. Rett utenfor området, i båthavna, er det etablert en fiskeplass som er tilpasset funksjonshemmede.

MIDDELS GRAD AV TILRETTELEGGING

Kriteriene er at det her skal være turveier, muligheter for å sette seg ned og hvile langs

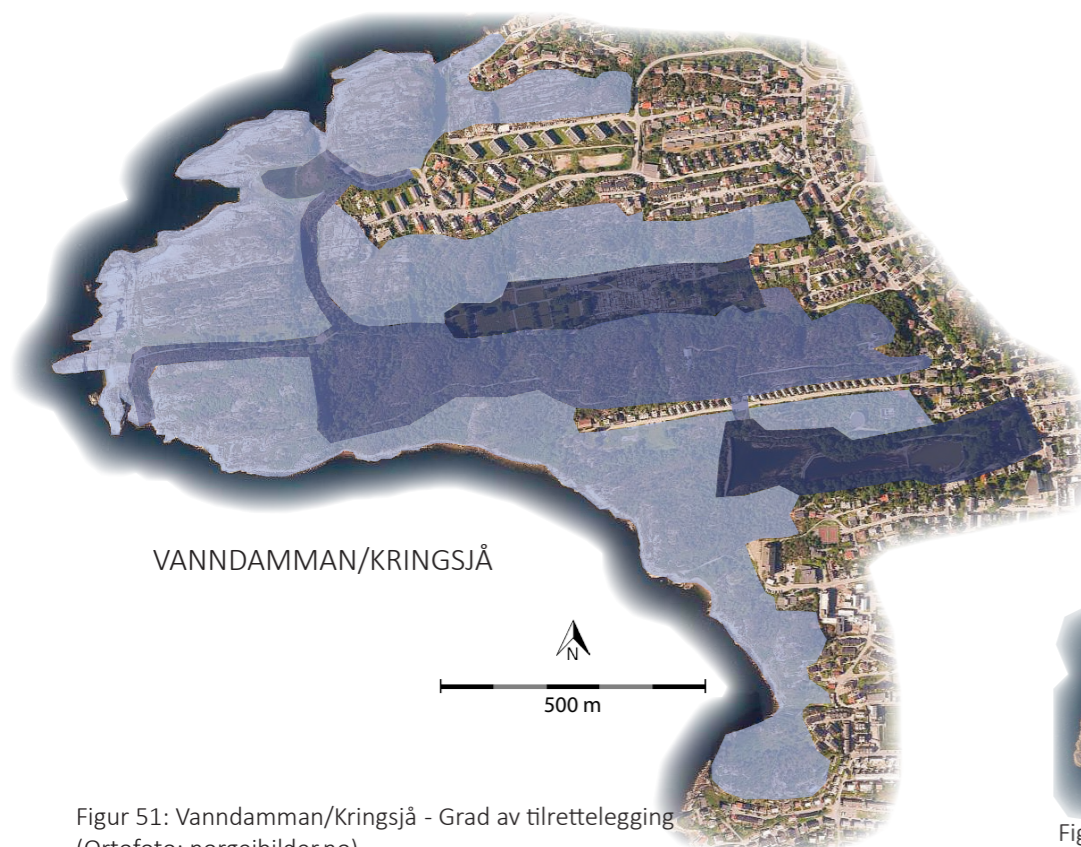
løypene, samt skilting som viser veien til sentrale steder i området. Turveiene er her for det meste tilgjengelig for alle, men enkelte partier er ulendte og bratte, noe som kan gi vanskeligheter for mennesker med funksjonshemming eller barnevogn. Et eksempel er Noroddløypa i Folkeparken, hvor særlig midtre del av strekningen kan være utfordrende å forsere for enkelte. I mange tilfeller finnes det likevel alternative ruter som fører til samme turmål, og som er bedre tilrettelagt.

I de middels tilrettelagte områdene er det flere steder plassert benker langs turveiene og ved turmålene. Enkelte steder kan det likevel være et stykke å gå før man kommer til neste benk. Retningskilt viser veien til de mest sentrale stedene.

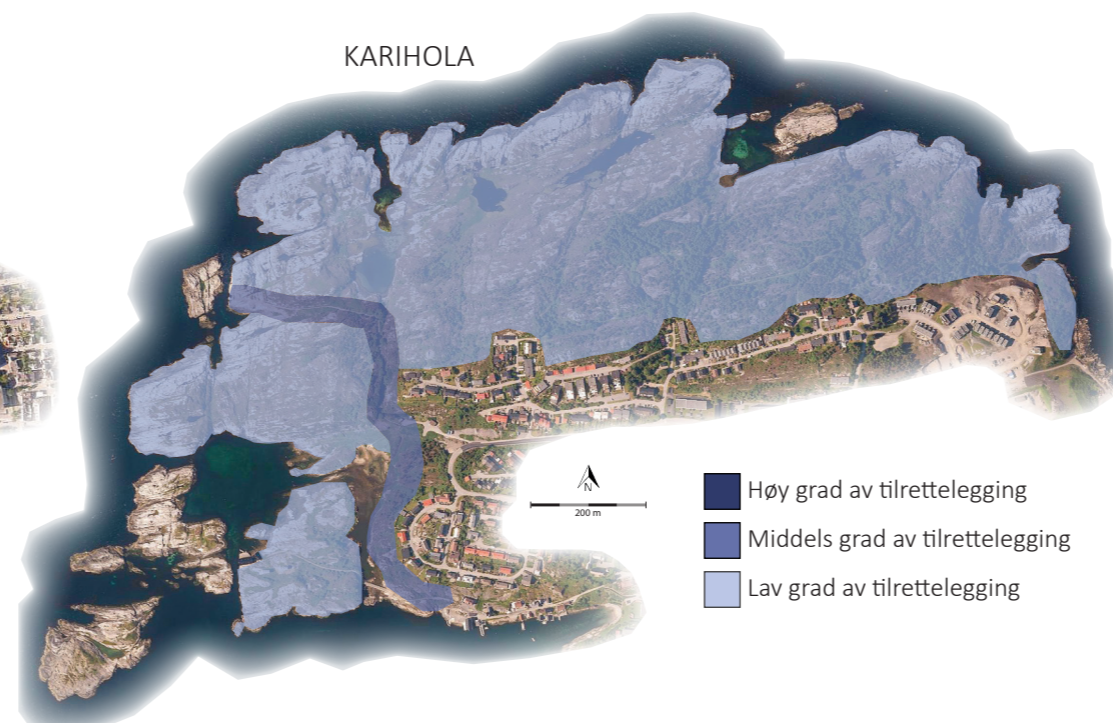
LAV GRAD AV TILRETTELEGGING

I disse områdene består løypenettet av stier. Her er det ikke lys, og få skilt og sitteplasser. Karihola skiller seg fra de andre friluftslivsområdene ved at det er det minst tilrettelagte av de tre, og derfor har en mer urørt og naturlig landskapskarakter. Her er det aller meste av området uberørt av større menneskelige inngrep.

Kystlinjene til de tre friluftslivsområdene er kategorisert som lite tilrettelagt. I både Kringsjø, Folkeparken og Karihola kan man gå langs svabergene mange steder. Andre steder er kystlinja preget av bratte, ulendte partier, som gjør tilgangen til sjøen utfordrende.



Figur 51: Vanndamman/Kringsjø - Grad av tilrettelegging (Ortofoto: norgebilder.no)



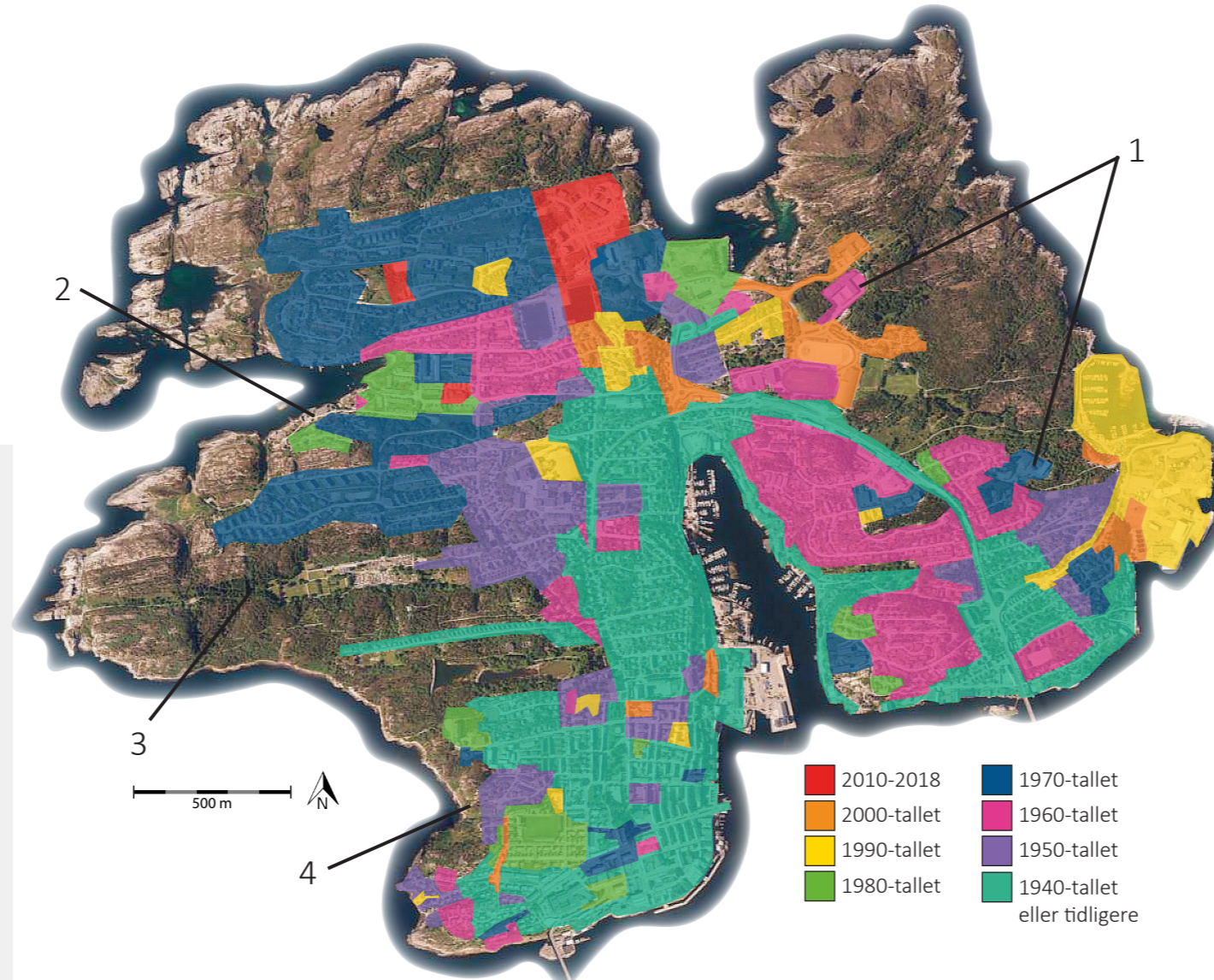
Figur 52: Karihola - Grad av tilrettelegging (Ortofoto: norgebilder.no)



Figur 53: Folkeparken - Grad av tilrettelegging (Ortofoto: norgebilder.no)

Fremstillingen viser utbyggingen på Kirkelandet, og nedbygging av friluftslivsområder fra 1940-tallet og frem til i dag. Under skrives det om planlagt og foreslått utbygging som vil eller kan gå ut over friluftslivsområdene.

- 1 Det er planlagt sammenslåing av to barne-skoler. Alternativer til lokalisering kan være å flytte videregående skole, eller å utvide eksisterende skole på Gomalandet og anlegge ny tilkomstvei. Begge alternativer kan medføre at man tar arealer fra friområdet. De to alternative lokasjonene er vist på kartet (figur 59).
- 2 Det er lansert planer om boligbygging langs strandlinja. Flere utbyggere er involvert, og det er snakk om rundt 50 boenheter.
- 3 Gravstedet er planlagt utvidet. Utvidelsen ligger som framtidig gravstedareal i kommuneplanens arealdel. Regulering er ikke startet per dags dato.
- 4 Kommunen gav i 2017 opsjon på tomt for utvikling av bolig i friområde, med dispensasjon fra gjeldende reguleringsplan. Tomten er delt mellom to utbyggere. Det er gjort forespørsel om oppstartsmøte for den ene tomten, og intensjonen er mellom 30 og 40 boenheter. På den andre tomten er planen å bygge eldreboliger.



Figur 54: Utbyggingen på Kirkelandet (Ortofoto: norgebilder.no)



Figur 57: Karihola, 2012 (Foto: Bjørn Arild Hansen)



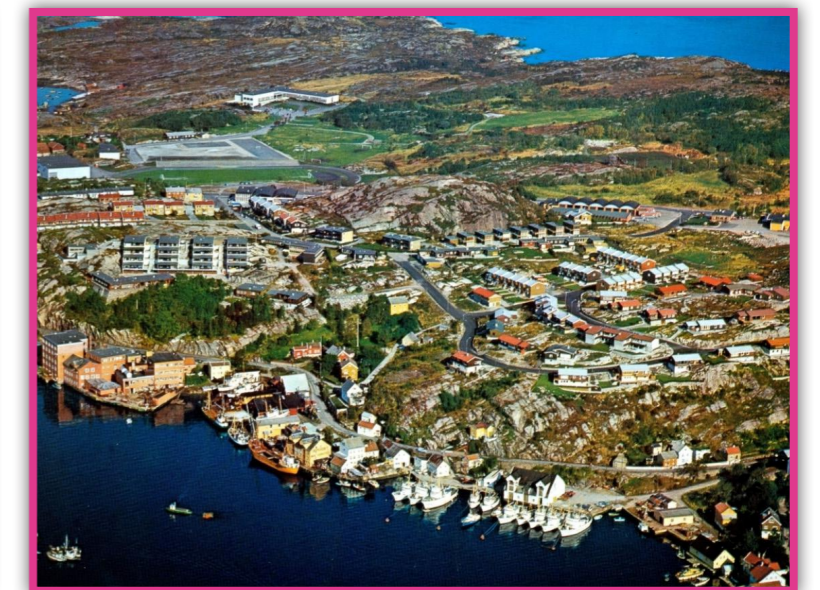
Figur 58: Kirkelandet, 1972 (norgebilder.no)



Figur 55: Kirkelandet, 1947 (norgebilder.no)



Figur 56: Karihola på 50-tallet (Nordmøre museum)



Figur 59: Gomalandet og Folkeparken, 1960 (Nordmøre museum)

INFORMANTINTERVJU

Hva er de viktigste årsakene til at folk bruker de tre friluftslivsområdene på Kirkelandet?

Fire ansatte i Kristiansund kommune deltok i informantintervjuet, via e-post. Disse er ansatt som

- Byplansjef - leder for samfunnsutvikling
- Avdelingsleder regulering
- Folkehelsekoordinator
- Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv

Spørsmålene er stilt selektivt, basert på hva informantene arbeider med.

Avdelingsleder regulering:

Nærhet til boligområdene. Lett tilgjengelighet. Kan gå rundturer/sløyfer - det vil si ikke inn og ut på samme punkt. At det er en viss størrelse på disse tre områdene. At de tross at de er nær byen, oppleves som stille. God plass. At det er opparbeidede gang- og turveier.

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

De ligger i nærområdet hvor folk bor. Man er ikke avhengig av transportmiddel for å komme dit. De blir brukt av folk i alle aldre, barnehager, skoler, mennesker med nedsatt funksjonsevne. Pårørende tar med seg sine på korte turer mens de er på sykehjem.

Folkehelsekoordinator:

Våre tre områder ligger nært store boligområder og nært sentrum av kommunen. Disse områdene kan nås ved både å gå eller sykle. At det er parkeringsmuligheter i nærheten er også en viktig årsak. At disse områdene har tilrettelegte turstier er viktig og like mye at en opplever å komme nær sjøen ved alle disse områdene.

Hvilke tiltak vil kunne føre til økt bruk?

Avdelingsleder regulering:

For økt bruk blant turister; Skilting og merking. For økt bruk blant innbyggerne; nedsetting av lys på enkelte strekninger for å øke bruken om kvelder/vinter. Rydding av enkelte områder - hindre gjengroing. Ivaretagelse av kulturminner (steingarder i Folkeparken, vannlevadaene i området), samt kartlegging og informasjon/beskrivelse av disse.

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

Sette ut benker så man kan ta noen hvilepauser, oppgradering av stier der det er nødvendig, bedre skilting/informasjonstavler der det er nødvendig og ikke er fra før. Kommunen jobber stadig med dette og søker midler en gang i året til slike tiltak.

Folkehelsekoordinator:

Informasjonstavler som viser turstier, lengde og utkikkspunkt. Bedre anvisning om hvor det kan parkeres eller hvor bussen stopper for å finne startpunktet på området. Tilrettelegging av turstier med mulighet for å trille vogn. Universell utforming på enkelte strekninger. Legge til rette for gapahuker, benker osv. Lyssetting i områder der det er naturlig. Brøyting og strøing om vinteren.

Hva er de største begrensningene for å gjennomføre slike tiltak?

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

Kunnskap og delvis økonomi. Det er mange ordninger man kan søke om midler fra til slike tiltak, men kommunen må da også sette av egne midler.

Hvilken betydning har det nære friluftslivet for folkehelse?

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

Det nære friluftslivet har stor betydning for folkehelsen. Det er et lavterskeltilbud for befolkningen som mange benytter seg av uavhengig av fysisk og psykisk helse.

Folkehelsekoordinator:

Det nære friluftslivet har stor betydning for folks helse. Å ha et nært friluftsområde hvor innbyggerne ikke trenger å bruke bil eller buss mener jeg øker brukerfrekvensen. Det nære friluftslivet gir oss muligheten til å være i bevegelse, nyte natur, ren luft og stillhet uavhengig av økonomi. Nært friluftsliv i vår kommune er med på å utjevne de sosiale skilnadene i befolkningen.

INFORMANTINTERVJU

Hvordan jobbes det med å sikre en bevissthet rundt folkehelse i kommuneadministrasjonen og blant politikerne?

Folkehelsekoordinator:

De siste årene har vi arbeidet med å strukturere planarbeidet vårt slik at det bidrar til at helhetlige folkehelsesatsinger tydeliggjøres. Ved all planoppstart skal folkehelseperspektivet synliggjøres, og planene sjekkes ut om de fyller intensjonen.

Et fokus på det tverrsektorielle folkehelsearbeidet har blitt løftet frem og, vår nye Samfunnsutviklingsenhet har bidratt til et større fokus og bevissthet rundt folkehelse både i plan og tiltak. Dette arbeidet bidrar også til at politikerne får en bevissthet rundt folkehelse.

Vil fortetningsstrategi og knutepunktutvikling rundt sentrum bidra til å bevare friluftslivsområdene, eller vil det øke utbyggingspresset også utenfor sentrumsgrensene på Kirkelandet?

Byplansjef:

Jeg tror, slik det er hensikten, at fortetting innenfor byggesonen vil forsterke vern av fri- og parkområder. Disse er en forutsetning for å kunne akseptere fortetting, siden vi må dokumentere at nye byggetiltak bl.a. vil forbedre byen som oppvekstområde for barn og unge.

Avdelingsleder regulering:

Jeg tror nok at det ikke blir boligbygging i de tre områdene Kringsjø, Karihola og Folkeparken, men at forsterkning av byen fremhever viktigheten av disse.

Men, se det jeg skriver om Folkeparken under neste spørsmål. Er man i beita for arealer til viktige tiltak, så vil man ta litt her og litt der, og «vipps» så er mye tatt.

Hvordan vektet utbyggerinteresser mot friluftslivsinteresser i kommuneadministrasjonen og i det politiske miljøet?

Byplansjef:

Jeg tror og mener at friluftslivsinteressene står svært sterkt i dag, både politisk og administrativt i kommunen. Det kommer av og til opp forslag og ideer fra utbyggere og andre om nye byggetiltak i grønnstrukturen, men disse møtes med krav om dokumentasjon/argumentasjon om tiltakets nødvendighet og samfunnsnytte dersom det eventuelt (som i de fleste tilfeller) skal settes i gang en planprosess for å endre arealbruksformål i eller dispensere fra gjeldende planverk.

Avdelingsleder regulering:

Det virker som man er veldig bevisst på å bevare/sikre disse områdene mot inngrep. Men, av og til, spesielt i Folkeparken/Gomalandetområdet, så ønskes det/kommer det opp forslag om etablering av større «offentlige» tiltak som skoler, brannstasjoner, parkeringsplasser for idrettsanlegg m.m. Da vurderes ofte randsonene til Folkeparken på grunn av at det ikke finnes noen andre områder i denne delen av byen til å etablere slike tiltak. For eksempel: ny barneskole skal etableres mellom skolene Dalabrekka og Goma. Vil deler av Folkeparken bli benyttet til skole eller veiframføringer?

Tror nok Kringsjø/Klubba har større vernestatus enn Folkeparken. Karihola er for utilgjengelig, og er mer sikret av den grunn.

INFORMANTINTERVJU

Bør områdene ha et sterkere vern mot nedbygging? Hvorfor/hvorfor ikke?

Byplansjef:

Jeg tror dagens planstatus er tilstrekkelig. Dersom det skal omdisponeres areal fra grønt til bygging i sentrumsområdene må det uansett være for å kunne realisere store samfunnsverdier for allmennheten, som skoler eller institusjoner. Og da vil enhver formell arealbruks- eller planstatus kunne utfordres. (Et eksempel som illustrerer poenget her kan være at fylkesmannen og fylkeskommunen kunne akseptere et sykehus på østsiden av RV 70 ved Storbakken, men et forslag om næringsbygg eller boliger aldri vil bli akseptert).

Avdelingsleder regulering:

Jeg synes alle områdene skal være eid av staten, ikke av kommunen. Da er de mer sikret og ikke så lett å forsyne seg av. Som for eksempel Folkeparken der halve eies av kommunen og halve av staten. Det er mye vanskeligere å etablere en skole i det som eies av staten, enn det som eies av kommunen, på grunn av at man må ha direktoratets godkjenning.

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

Ja. Deler av Folkeparken er statlig sikra friluftslivsområde, og kan derfor ikke «bygges ned». Manglende kunnskap om statlig sikra områder, verna områder, friluftsområder etc., er en fare for nedbygging av friluftsområder. Selv om kommunen har kunnskap om dette, blir slike områder stadig «trua» av utbyggere og manglende kunnskap hos politikerne om emnet. Kommunen er nå godt i gang med arbeidet om kartlegging og verdsetting av friluftsområder i Kristiansund som skal digitaliseres på kart. Dette vil være av betydning ved utbygging, selv om det ikke er juridisk bindende.

Folkehelsekoordinator:

Alle områdene er friluftsområder og merket i arealplan. Noen av områdene er også statlig sikret. Det er ikke et mål at alle områder skal være statlig sikret. Kommuneplanens arealdel sikrer vernet, og det trengs nødvendigvis ikke et sterkere vern. Vi må sørge for at dette vernet videreføres i ny kommunal arealdel.

Hvis ja på forrige spørsmål: Hva kan/bør gjøres for å sikre områdene mot nedbygging?

Avdelingsleder regulering:

Man bør vurdere å regulere de private områdene som er LNF-områder til friområder. Alle friområdene må få statlig eie, overføring til staten. Større fokus på områdenes verdi - studentoppgaver som dette er viktig.

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

Man bør forholde seg til kartleggingen nevnt under forrige spørsmål, samt å søke Miljødirektoratet om å få flere statlig sikra områder. Er områder statlig sikra, kan man ikke bygge disse ned.

Alle statlig sikra friluftsområder skal ha en forvaltningsplan, og man kan miste den økonomiske støtten man har mottatt, samt måtte betale tilbake det man har fått av staten, hvis man setter i gang tiltak som ikke er i forvaltningsplanen på slike områder.

Er det noe annet du vil legge til når det gjelder det nære friluftslivet i Kristiansund?

Byplansjef:

Vi har svært store kvaliteter for friluftsliv og folkehelse tett innpå byens boligområder, en av byens største attraksjoner. Dette fører også til stadig større grad av tilrettelegging med stier, benker og tekniske anlegg som er til stor glede for allmennheten.

En nærmere kartlegging og sikring av biologisk mangfold kan være på sin plass.

Avdelingsleder regulering:

Vi har få mindre nærtuområder. Disse store redder derfor situasjonen.

Rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv:

Kristiansund er heldig som har så mange flotte friluftsområder og disse må bevares.

RAMMER FOR FOLKEHELSE OG FRILUFTSLIV

REGIONALE OG INTERKOMMUNALE RAMMER

- ▶ Fylkesplan for Møre og Romsdal 2017-2020
- ▶ Regional delplan for folkehelse 2014-2017
- ▶ God Helse-partnerskapet
- ▶ ORKidé regionråd - Plan for Sjøområder
- ▶ Regional delplan for attraktive byer og tettsteder 2014-2020
- ▶ Friluftsrådets strategi for friluftsliv 2015

▶ *Fylkesplan for Møre og Romsdal 2017-2020* bidrar til å gi regionale og kommunale aktører et felles prioriterings- og avgjørelsesgrunnlag, og å medvirke til samarbeid og samhandling i fylket. I planen listes folkehelse som et av seks gjennomgående perspektiv for fylkeskommunens planarbeid, og det slås fast at folkehelsehensyn skal vurderes i alle planer og tiltak. Temaet er vurdert som så viktig at det også er laget en egen delplan for folkehelse.

Fylkeskommunen påpeker at det viktigste folkehelsearbeidet skjer i lokalsamfunnene, og at

deltakelse i sosiale fellesskap, og gode muligheter for fysisk aktivitet i nærmiljøet, er sentrale faktorer som påvirker helsetilstanden. Idrett og friluftsliv er viktig for innbyggernes livskvalitet (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2016a).

▶ *Regional delplan for folkehelse 2014-2017* legger et grunnlag for arbeidet med folkehelse i Møre og Romsdal. Planen retter fokus mot flere satsingsområder. Blant annet diskuteres viktigheten av barns og unges oppvekstmiljø, fysiske aktivitetsnivå og psykiske helse. En økning i fysisk aktivitet blant eldre trekkes også frem som et mål. Kvaliteten på, og omfanget av, turløyper nær der folk bor skal økes, og sammenhengende gang- og sykkelveinett skal bedres. Kompetansen hos kommunale planleggere på sammenhengen mellom folkehelse, universell utforming og kommunal planlegging skal styrkes.

Sentralt for gjennomføring av mål og strategier er samarbeid mellom fylkeskommunen og kommunene. Et viktig virkemiddel er samarbeidsarenaen God Helse-partnerskapet (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2013).

▶ *God Helse-partnerskapet* ble etablert i 2002, og er et samarbeidsforum for folkehelse mellom fylkeskommunen og kommunene i fylket. Det sentrale arbeidet består i å følge opp de nasjonale satsingsområdene for folkehelse, blant annet fysisk aktivitet, psykisk helse og sosiale forskjeller.

Målet med partnerskapet er å bidra til et folkehelsearbeid som fremmer helse og trivsel, forebygger psykisk og somatisk sykdom, og å redusere sosiale helseforskjeller. Kommunenes plikter gjennom God Helse-partnerskapet består blant annet i å inkludere alle kommunale sektorer i folkehelsearbeidet, utarbeide en oversikt over helsetilstanden i befolkningen, ansette en folkehelsekoordinator, og planlegge og initiere lokale prosjekt for folkehelse (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2018a).

▶ Et annet interkommunalt samarbeidsforum er ORKidé. Dette er et regionråd for ti kommuner på Nordmøre, hvor det arbeides med saker av felles interesse. Rådet består av ordførere og rådmenn, samt en politisk representant fra hver kommune.

Et pågående ORKidé-prosjekt er *Interkommunal kommunedelplan for sjøområdene for Nordmøre*. I planprogrammet er friluftsliv, befolkningens helse og oppvekstvilkår noen av temaene som tas opp. Det pekes på at, foruten de statlig sikrede friluftsområdene, preges planområdet av utdatert datagrunnlag.

Planarbeidet skal bidra til å styrke faktorer som er positive for folkehelsen, og legge til rette for fysisk aktivitet for hele befolkningen. Overordnede målsettinger i planarbeidet er å sikre friluftsområder, og å utvikle og ivareta tilgangen til dem.

Det understrekes at det er behov for nyregistreringer av friluftslivsområdene innenfor planområdene (ORKidé regionråd, 2014) Kristiansund kommune er nå i gang med kartlegging og verdisetting av friluftsområdene i kommunen, som initiert av Miljødirektoratet gjennom *Veileder for kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder* (Miljødirektoratet, 2014a).

▶ Gjennom *Regional delplan for attraktive byar og tettsteder 2014-2020*, legger fylkeskommunen blant annet frem mål om samordnet bolig, areal og transportplanlegging, i tråd med nasjonale retningslinjer. Her trekkes høy arealutnyttelse, fortetting og transformasjon frem som strategier for byutvikling. Gode uteområder, sammenhengende gang- og sykkelnett, og bevaring av lokale natur- og miljøkvaliteter, skal vektlegges (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2015).

▶ Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal har utarbeidet *Friluftsliv for alle hele året – Strategi mot 2015*. Dokumentet legger fram mål som skal prege Friluftsrådets virksomhet. Et av målene er at flere kommuner skal bli medlemmer i rådet. Overordnede oppgaver som listes opp, er å bedre friluftskulturen, stimulere til friluftsliv for alle, arbeide gjennom samordnede planer, sikre og tilrettelegge friluftslivsområder og øke forståelsen av nytteverdien til friluftslivet (Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal, 2015).

RAMMER FOR FOLKEHELSE OG FRILUFTSLIV

KOMMUNALE RAMMER

- ▶ Planstrategi for Kristiansundsregionen 2016
- ▶ Kommuneplanens samfunnsdel 2018-2030
- ▶ Kommunedelplan for Kristiansund sentrum
- ▶ Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011-2018
- ▶ Forvaltningsplan for statlig sikrede friluftslivsområder 2014-2018

▶ *Planstrategi for Kristiansundsregionen 2016* inneholder regionens satsingsområder for de nærmeste årene, og synliggjør hvilke planoppgaver kommunene skal prioritere. Sentralt står utvikling i næringslivet, attraktive og bærekraftige byer og tettsteder, folkehelse og bærekraftig utvikling.

I planstrategien presiseres det at folkehelse vil behandles som et gjennomgående perspektiv i kommuneplanens samfunnsdel, framfor i egne dokumenter (Kristiansund kommune, 2016b). For å sikre at tverrfaglige emner som folkehelse vurderes i alle planer, ble Samfunnsutviklingsenheten opprettet i 2016. Enheten består av byplanlegger, folkehelse- og miljøkoordinator og næringsrådgiver (Møre og Romsdal fylkeskommune, 2016b).

▶ I *Kommuneplan for Kristiansund 2018-2030 - samfunnsdelen* belyses kommunens utfordringer og bærekraftsmål. Det poengteres at folkehelsearbeidet skal være kunnskapsbasert og sektorovergripende, og forebygging i stedet for reparering vektlegges. Psykisk helse er et fokusområde, og en målsetting er å tilrettelegge for meningsfulle hverdager og tilgjengelige tilbud for denne befolkningsgruppen. En prioritet er å skape gode oppvekstmiljø som motvirker ulikhet.

Det satses på å utvikle Kristiansund som kompetanseby, ved blant annet å utvikle utdannings-tilbudet i kommunen, og å videreutvikle byens rolle

som regionscenter. Det skal legges til rette for mer miljøvennlig transport gjennom kollektiv, gange og sykling, og fortetting og transformasjon av arealer som allerede er utbygd skal prioriteres foran bruk av nye arealer.

Bedre klima- og miljøløsninger vil medvirke til å bedre folkehelsen, større trivsel og bedre levevilkår. En samordnet arealplanlegging vil bidra til å sikre natur- og kulturverdier, inkludert areal til rekreasjon og friluftsliv (Kristiansund kommune, 2017a).

▶ Forslag til ny kommunedelplan for Kristiansund sentrum ble høsten 2017 sendt ut på høring. I planbeskrivelsen er fortetting en sentral strategi. Det legges opp til å øke bolig- og næringsarealer gjennom fortetting, og å omforme eksisterende bebyggelse etter behov. Bevaring av de kulturhistoriske verdiene etter gjenreisningstiden er en viktig del av arbeidet. Regionalt attraktiv, urban og kompakt er sentrale stikkord (Kristiansund kommune, 2017b).

▶ *Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011-2018* har blant annet et mål om bedre folkehelse gjennom sikring og bevaring av areal og naturtyper som stimulerer til helsefremmende aktivitet. Det skal satses på et allsidig aktivitetstilbud til barn og unge gjennom flerbruksanlegg og areal for spenningsaktiviteter, som klatring og sykling. Mulighetene for friluftsliv skal videreutvikles ved å tilrettelegge for båtliv, fiskeplasser, badeplasser,

turstier, m.m. Belysning skal vurderes for å øke bruken av områdene. I løpet av planperioden er det et mål å utarbeide en «Markaplan» for å på best mulig måte verne mot omdisponering av friluftslivsområder til utbyggingsformål (Kristiansund kommune, 2010). En slik plan er ikke laget per dags dato, men skal, ifølge Kristiansund kommune, inkluderes som en del av Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv ved revidering i løpet av 2018.

▶ Det er laget forvaltningsplan for den delen av Folkeparken som er statlig sikret. Området kalles Atlanten. Planen viser hvordan området tenkes disponert, og tiltak for tilrettelegging som er planlagt gjennomført, både i kort og langt tidsperspektiv.

I *Forvaltningsplan Kristiansund: Atlanten 2014-2018* understrekes det at all videre tilrettelegging må vurderes i en helhetlig sammenheng i forhold til resten av Folkeparken. Området beskrives som byens viktigste og mest attraktive friluftslivsområde, og hele området skal skjermes mot inngrep som kan gå på bekostning av disse verdiene.

Planen beskriver tilretteleggingstiltak gjort før planperioden, som utbedringer av tursti til Lasken i 2008. Den angir også behov for tiltak, blant annet rydding av piggråd etter andre verdenskrig, videreutvikling av turveinett, informasjonstavler, benker og grillplass i Lasken (Kristiansund kommune, 2014).

5 FORTOLKNING AV INTERVJUMATERIALET

- FREKVENNS OG TILKOMST
- TILRETTELEGGINGSGRAD
- AKTIVITETER
- MOTIVASJON
- ØNSKER

FREKVENNS OG TILKOMST

Det ble gjennomført 13 intervjuer til sammen: fem i Vanndamman/Kringsjø, fire i Karihola og fire i Folkeparken. Sju var kvinner og seks var menn, og alder fordeler seg mellom 18 og 79 år. Alle bor enten på Kirkelandet eller Gomalandet. I denne delen av oppgaven fortolkes intervjuene ved å bruke kategoriene frekvens og tilkomst, tilretteleggingsgrad, aktiviteter, motivasjon og mangler.

VANNDAMMAN/KRINGSJÅ

De fleste bruker området opptil flere ganger i uken (fire intervjupersoner). Én bruker området hver dag. En annen er der rundt annenhver helg. Om vinteren går bruken ned hos samtlige intervjupersoner. Grunner som oppgis er at det da er glatt, kaldt og mørkt.

KARIHOLA

Også Karihola brukes flere ganger i uken av de fleste (3). Én bruker området rundt fire ganger i uken. En annen bruker det en gang i uken. Alle er der også om vinteren, men hos to av intervjupersonene går bruken ned da, på grunn av glatt føre. To bruker området like mye om vinteren, én for å trene og én for å lufte hunden.

FOLKEPARKEN

Intervjupersonene i Folkeparken bruker området et par ganger i måneden (2) og et par ganger i uken (2). Om vinteren er to intervjupersoner der ca. en gang i måneden, én er der en gang i uken, og én «veldig sjelden». Grunner som oppgis er at det er glatt og mindre trivelig om vinteren.

FLERE BRUKER FLERE AV FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

Nesten alle bruker i tillegg ett av, eller begge, de andre områdene (12). Spesielt gjelder dette Vanndamman/Kringsjø og Folkeparken. Fire av intervjupersonene i Vanndamman/Kringsjø, og tre i Karihola, bruker også Folkeparken. Alle intervjupersonene i Folkeparken, og tre i Karihola, bruker også Vanndamman/Kringsjø-området. To av intervjupersonene fra Vanndamman/Kringsjø, og to i Folkeparken, bruker også Karihola.

Hyppigheten varierer fra et par ganger i året til flere ganger i uka. Én intervjuperson forklarte at hun unngår Karihola fordi det virker som et fristed for å ha hunder løs. En annen sa hun unngår Kringsjø, da hunden hennes kan være aggressiv og turveiene er litt for trange i den forbindelse.

ANDRE FRILUFTSLIVSOMRÅDER I KOMMUNEN

Ti stykker svarer at de også bruker ett eller flere andre friluftslivsområder i kommunen. Steder som nevnes er Kvernberget (5), Kolvika (1), Gyltneset (1), Breilia (3), Freikollen (2), Skorpa (1).

DE FLESTE LAR BILEN STÅ

Fire intervjupersoner i Vanndamman gikk til området. Én sier hun av og til sykler. En annen kjørte bil til området, men sier hun ofte går dersom hun ikke kombinerer turen med ærender i byen. Alle intervjupersonene i Karihola gikk til området. Én sier han av og til bruker sykkel. Tre av intervjupersonene i Folkeparken gikk dit. Én person kjørte bil. En annen sier han sykler en gang i blant. Én sier hun noen ganger tar bilen om vinteren, og noen ganger for å slippe å gå langs bilvei for å komme til området.

Fem intervjupersoner sier de bruker å kjøre dersom de skal til et av de to andre områdene.

TILRETTELEGGINGSGRAD

VANNDAMMAN/KRINGSJÅ

Tre intervjupersoner i Vanndammen/Kringsjå sier de foretrekker at det er lav grad av tilrettelegging. Én (mann, 79) foretrekker turveiene i Kringsjå, og sier han synes de er godt tilrettelagt. Han benytter seg av benkene i området nesten hver dag. Han går også langs Havstien (lav grad av tilrettelegging) en gang i blant, men aldri alene, da han er redd for å falle. Han synes området er godt nok skiltet, og sier han er godt kjent og ikke behøver skilt.

Én (kvinne, 31) sier det kommer an på dagsformen hva hun foretrekker. Hun bruker sjelden Vanndammen (høyt tilrettelagt), men går ofte langs turveiene i Kringsjå og nedover mot Klubba.

Én (mann, 36) sier at nå som han ofte går med barnevogn er det flott å ha turveier lett tilgjengelig, men at han ellers foretrekker at det er mindre tilrettelagt.

KARIHOLA

I Karihola sier én (mann, 51) at han foretrekker det mest mulig naturlig. Han liker at det er stier og terreng hvor man får beveget seg mer enn man får på turveier, men at han bruker turveier når han jogger.

Én (mann, 58) foretrekker lav grad av tilrettelegging i sommerhalvåret, og middels grad i vinterhalvåret. En annen (kvinne, 27) forteller at hun liker ulendt terreng når hun skal trene, men foretrekker godt tilrettelagte områder, som parken i Vanndammen, dersom hun ønsker å være sosial.

Én (kvinne, 71) liker helst at det er en viss grad av tilrettelegging, men ønsker fremdeles et mest mulig naturlig preg. Hun forteller at hun med alderen har sluttet å gå «langt utpå haugene» i Karihola, og holder seg mest til turveien eller gode turstier. Hun er glad for at det finnes en benk i området, og bruker den ofte når hun går tur med hunden.

FOLKEPARKEN

I Folkeparken sier en intervjuperson (mann, 37) at han synes steder som Vanndammen (høyt tilrettelagt) er kjedelig, og vil heller være i mindre tilrettelagte områder hvor det er stille og rolig, og lite folk.

En annen (mann, 18) sier turveier passer best til å trene, men liker også godt tilrettelagte områder som Vanndammen når han møter venner.

To intervjupersoner sier de liker både lite og middels tilrettelagte områder, og bruker begge deler. En av dem (kvinne, 35) foretrekker at det ikke er for bratt og ulendt når barna er med på tur, og bruker da helst turveier. Den andre (kvinne, 65) sier at det kommer an på årstid og vær.

AKTIVITETER

De aller fleste bruker områdene hovedsakelig til turgåing (11). Tre stykker bruker områdene til å jogge. To av dem jogger i Folkeparken, en annen bruker Karihola. Fire intervjupersoner bruker å grille i enten ett eller i flere av områdene. Tre personer sier at de bader og soler seg, én i Karihola og to i Folkeparken. To sier de av og til sykler, og en annen er der hovedsakelig for å lufte hunden. Fire intervjupersoner bruker områdene til fiske, enten i Karihola eller i Klubba. To forteller at barnehagene ofte bruker friluftslivsområdet som ligger nærmest til både til turgåing, lek, fiske og rasting.

VANNDAMMAN/KRINGSJÅ

Fire intervjupersoner bruker kaféen i Vanndamman, og en (kvinne, 31) sier at hun, dersom hun er der med barn, bruker å mate fuglene i fugleparken og benytte seg av lekeplassen på stedet, i forbindelse

med kafébesøket. Hun går ofte innom gravstedet i Kringsjå på vei hjem for å besøke graven til et familiemedlem. Hun forteller at hun ofte ser barnefamilier som bruker benkene og svabergene i Klubba til grilling.

Én (kvinne, 42) sier familien noen ganger tar med mat og raster i parken i Vanndamman.

En annen (mann, 79) liker å sitte og sole seg på benkene i Kringsjå, og sier han ofte bruker å gå til Varden og sette seg på benkene der. Han bruker ikke kaféen i Vanndamman selv, men sier han ser at det ofte er fullt der. Han drar også frem plattingen, hvor det kan holdes konserter og liknende, som et godt initiativ for å samle folk.

KARIHOLA

Én (mann, 51) sier at han møter mange med hund i Karihola. Han forteller at mange unger bruker området, og at barnehagen har fast turplass i skogen, med gapahuk og aktivitetsområde. Videre forteller han at det ligger mye materiell fra andre verdenskrig i Karihola, og noen drar til området for å lete med metalldetektorer. Blant annet er det funnet granater i området.

Han forteller også at folk ofte drar til Karihola for å oppleve stormen og bølgene. Været kommer fra sør-vest, så vestsiden av Karihola og Klubba i Vanndamman/Kringsjåområdet er best for denne aktiviteten. En (kvinne, 71) drar også frem «å se på været» som en aktivitet hun driver med.

Én (mann 58) brukte Karihola mye til soling, bading, grilling og leting etter krabber da ungene var yngre.

FOLKEPARKEN

To intervjupersoner sier de, i forbindelse med gåtur eller joggetur, benytter seg av treningsapparatene i Folkeparken. En annen (kvinne, 35) sier familien som oftest har et mål med turen, som grilling eller bading i Lasken, leking i treningsapparatene, ballspill på gresslettene eller aking ved hoppbakken om vinteren. Én (kvinne, 65) tar noen ganger med seg kamera for å ta naturbilder under gåturer i Folkeparken.



Figur 60: Ordsky - Aktivitet

MOTIVASJON

Én (mann, 79) forteller at han, etter å ha blitt enke-mann, drar til området for å treffe folk. Han tenker også på den fysiske helsen, og sier at føttene blir mye bedre når han beveger seg nok. Nærheten til området bidrar til at han bruker det nesten hver eneste dag.

En annen (kvinne, 31) sier at den fysiske helsefor-delen kun er en liten del av det som er viktig for henne, og sier det er begrenset hvor mye trening man får av det lette terrenget i Kringsjø, som hun foretrekker å bruke. Hun sier hun synes det er godt å komme seg ut, og at det viktigste for henne er å finne roen, stresse ned og få et avbrekk fra hver-dagen. Hun kaller det en form for meditasjon. Det sosiale er også en viktig del av det, og det å gå tur i lettere terreng gjør det mulig å ha samtaler med kjæreste eller venner mens man går. Naturen spiller en stor rolle. Det å ha skog rundt seg, høre og se sjøen og slippe trafikkstøy er viktig. På grunn av at hun har problemer med knærne så er det viktig å ha et sted i nærheten som gir valgmuligheter med tanke på lengde og vanskelighetsgrad på turene. Hun forteller at nærhet spiller stor rolle for henne, og det at Kringsjø ligger kun fem minutter å gå fra boligen senker terskelen for å bruke området.

Én (kvinne, 57) bruker områdene mest for å få rørt på kroppen, og sier hun merker forskjell i de periodene hun ikke går like mye. Det er viktig for henne at hun kan trene i naturen, og opplever det som stressreducerende. Hun har ikke bil. Nærheten er derfor svært viktig.

Én (mann, 36) forklarer at å oppleve stillhet og ro er en stor del av det, i tillegg til helsefordelene ved å bevege seg. Nærheten spiller en stor rolle, da det gjør det mer lettvent å komme seg opp av sofaen og ut.

En annen (kvinne, 42) forteller at hun akkurat nå er i gang med en livsstilsendring, og har gått ned en del i vekt. Når været tilsier det ønsker hun å trene ute heller enn inne, og bruker da friluftslivsområdene i den hensikt. Det å koble av fra hverdagslivet, og å få slappe av, er også viktig, i tillegg til å tilbringe tid med familien.

Én (mann, 51) sier at helsegevinsten er det som teller mest, både den fysiske og psykiske. Det er viktig for han å komme seg ut i naturen og få ro i kroppen og koble av. Han forklarer at det å ha slike naturområder i nærheten av der han bor er avgjørende for trivselen.

En annen (mann, 58) trekker fram viktigheten av å ta vare på helsa, og sier at å gå tur i naturlige

omgivelser hjelper både fysisk og psykisk. Han trener også på treningsstudio, og for å få varia-sjon bruker han friluftslivsområdene mye, spesielt om sommeren. På grunn av stillesittende arbeid har han hatt problemer med skuldre, nakke og rygg tidligere, og sier at fysisk aktivitet i naturen har en forebyggende effekt. Han forteller at han tidligere bodde i nabokommunen til Kristiansund, en øykommune hvor avstandene gjorde at han var avhengig av bil for å utøve et variert friluftsliv. Nå som han bor på Kirkelandet setter han pris på nær-heten og valgmulighetene som finnes der.

Én (kvinne, 27) sier hun liker å trene kondisjon, og at hun helst løper eller går i ulendt terreng. Hun liker best Karihola siden det er nærmest der hun bor, og fordi det er færre folk her enn i de andre områdene.

En annen (kvinne, 71) bruker områdene for å luf-te hunden, og få mosjon. Hun er ute med hunden fire ganger hver dag, og drar ofte til Karihola for å la hunden løpe uten bånd. Naturen og dyrelivet er viktig, og når det er styggvær går hun av og til ut

til sjøen enten i Karihola eller i Kringsjø for å se på været og bølgene.

Én (kvinne, 35) bruker områdene for å lære barna å bli glad i friluftsliv. Derfor varierer de også stede-ne de drar til, og aktivitetene de gjør. Hun sier at det også er fin trim og at det er godt med frisk luft. Å komme seg ut i helgene, være aktiv og utforske naturen og dyrelivet sammen med barna, hjelper mot hverdagens stress. Oftest drar de til Folke-parken siden de bor så nært, og fordi området gir muligheter for å drive ulike aktiviteter.

Én (kvinne, 65) sier hun liker å komme seg ut, og at å gå tur i naturen og ved sjøen er en fin avkobling fra bylivet. Hun synes det er viktig å holde seg i fy-sisk bra form, og merker at det hjelper på kropp og sjel å gå på tur jevnlig.

Én (mann, 18) bruker områdene til fysisk trening, og for å få avbrekk fra trening på treningsstudio. Han sier det er fint å ha naturområder i nærheten, og at dette er den største grunnen til at han bruker området. Dersom han hadde vært avhengig av bil for å kunne trene i naturen, hadde han nok heller valgt å trene kondisjon på treningsstudio.

En annen (mann, 37) sier at han går tur i friluftslivs-områdene for å få mosjon, og at det er en viktig motivasjonsfaktor at det er naturlige omgivelser. Han liker at det er ulendt og steinete for å trene muskulaturen. At han har stinett lett tilgjengelig sier han er avgjørende for at han skal delta i friluftslivet. Andre faktorer han drar frem som viktig er frisk luft, avkobling og å ha utsikt utover sjøen.



Figur 61: Ordsky - Motivasjon

ØNSKER

Mange er fornøyd med tilretteleggingen av områdene, men enkelte ting som kunne vært bedre trekkes frem.

VANNDAMMAN/KRINGSJÅ

Det blir nevnt at kaféen i Vanndamman ofte er full, og det foreslås at det åpnes et serveringstilbud til i området. Én foreslår å sette opp flere skilt for folk som ikke er kjent. En annen bruker området mindre om vinteren siden det er mørkt, og ønsker seg flere lyssatte turveier i Kringsjå.

I Kringsjå kunne det vært ryddet skog slik at utsikten mot sjøen blir bedre. Mange steder ser man ikke sjøen på grunn av høy og tett skog. Én sier at det er et problem for farmoren hennes om vinteren, da benkene ved gravstedet tas inn. Farmoren og hennes venninne bruker å gå «fra benk til benk»,

og er helt avhengig av benkene for å komme seg til gravstedet til fots. Én sier at det enkelte ganger er fullt på benkene i Kringsjå, og skulle gjerne sett at det ble satt ut flere benker. Det samme sies om benkene med bord i Klubba, som ofte er opptatt av familier som griller om sommeren.

Manglende strøing kan være et problem om vinteren. Mange er klar over at det ikke alltid er strødd, og tar med seg brodder, men en intervju-person har enkelte ganger måttet snu da det har vært for glatt til å fortsette turen.

KARIHOLA

I Karihola forteller én at det er dårlig med parkeringsmuligheter for de som er avhengig av bil for å komme seg til friluftslivsområdet. Enkelte gangveier som er viktige ferdssårer inn til området har ikke

lys, noe som kan føre til en følelse av utrygghet for enkelte.

Én intervju-person mener at det burde vært satt opp flere avfallsdunker ved inngangene, og ved fiske- og møteplasser. Gjengroingen nevnes som et problem. En annen sier at tanken med beplantningen nok var god, men at det ble plantet feil type trær, Sitkagran, som sprer seg raskt.

Én mener at det kunne ha vært flere benker i området, gjerne oppå høydene, slik at man kan sitte og se på utsikten. Det samme gjelder langs turveien.

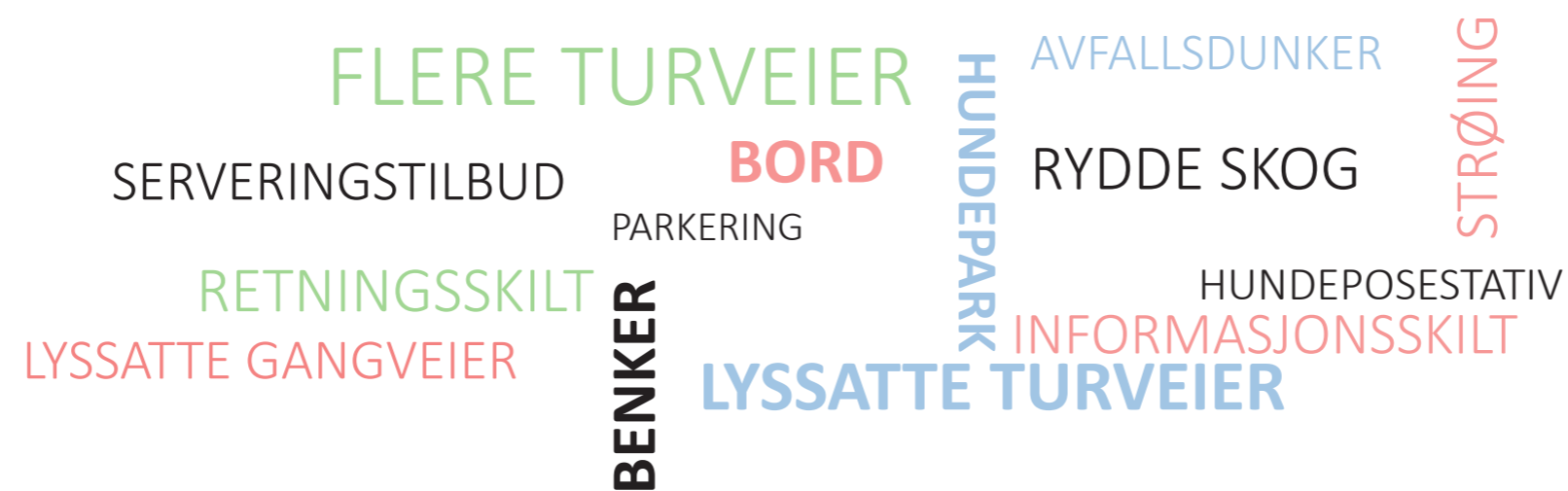
Én sier at hun er mørkredd, og når det er mørkt så tør hun kun å gå til et visst punkt på turveien før hun snur. Hun kunne tenkt seg at turveien var opplyst.

Det nevnes at folk ikke er så flinke til å plukke opp etter hundene sine, selv om det står posestativ ved den ene inngangen. Det foreslås flere posestativ langs turveien.

FOLKEPARKEN

I Folkeparken er det et ønske om flere sittemuligheter ved aktivitetsparken, gjerne benker med bord. Én vil ha flere turveier i området og et større løypenett. En annen mener området er litt uoversiktlig og sier at man kommer for raskt tilbake til bebygde områder.

Videre er det et ønske med en inngjerding hvor hunder kan springe løst. Én sier det hadde vært kjekt med flere informasjonsskilt om natur og historie. To stykker ønsker seg flere lyssatte turveier, mens en annen sier det er nok lys, og at gatelykter ødelegger det naturlige preget



Figur 62: Ordsky - Ønsker

6 DRØFTING

- HVORDAN BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE?
- HVORFOR BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE?
- STYRKING OG BEVARING AV VERDIENE

HVORDAN BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

Å måle verdien til et friluftslivsområde kan vanskelig gjøres i tall. Tar man utgangspunkt i bærekraftmodellen så ser man at friluftslivet har betydning for alle de tre dimensjonene, både den miljømessige, sosiale og den økonomiske, og disse styrkes og påvirkes av hverandre.


Biologisk mangfold er en verdi i seg selv, og å oppleve naturen oppgis som en av de viktigste grunn-

nene til at de tre friluftslivsområdene besøkes i på stedet-intervjuene. I tillegg til naturverdien er slike områder arenaer for fysisk aktivitet, og har en positiv effekt for psykisk helse. Altså har friluftslivs-områder betydning for sosial bærekraft gjennom å være et bidrag til en bedre folkehelse.

Den økonomiske dimensjonen av bærekraftig utvikling kan også knyttes til friluftsliv ved å se

på de samfunnsøkonomiske gevinstene av at folk er fysisk aktive. I 2014 gjorde Helsedirektoratet en beregning på velferdsgevinsten ved å få fysisk inaktive og lite aktive til å bli fysisk aktive. Den samfunnsøkonomiske verdien ble beregnet til å være 406 000 kvalitetsjusterte leveår (QALY) per år. Én QALY er av staten verdsatt til 1,12 millioner kroner (Norsk Friluftsliv, 2014).

Man vet at friluftslivsområder har en samfunns-
messig verdi gjennom å bidra til bedre folkehelse,
men de har også betydning for enkeltindividet
som en vei til bedre helse og livskvalitet. Friluftsliv
er et lavterskeltilbud for befolkningen, og noe av
appellen er valgfriheten og variasjonsmulighetene
det gir. Svært få av intervjupersonene driver
utelukkende med én aktivitet, og de fleste bruker
flere av områdene.



*«Når det er styggvær bruker jeg å gå ut til sjøen
og se på været og bølgene, både her i Karihola, og
noen ganger i Klubba»*

(Kvinne, 71, pensjonist)

HVORDAN BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

De tre friluftslivsområdene på Kirkelandet er mye brukt. Enkelte av intervjupersonene kommenterte at de ofte møter mye folk der; «jeg møter mange med hund i Karihola», «mange barn bruker området», «jeg ser ofte barnefamilier som bruker benkene i Klubba til grilling», «kaféen i Vanndamman er ofte full».

Asplan Viak gjorde i 2011, i *Reguleringsplan for Atlanten hotell og stadion*, et estimat på hvor mye brukt Folkeparken er. Estimaten baserer seg på prosentandelen av nordmenn som utøver friluftsliv hvert år, gjennomsnittlig antall ganger folk deltar i friluftslivet og folketallet for grunnkretsene rundt Folkeparken. De kom frem til var et årlig bruksnivå på 143 640 turer. Tallet er justert med tanke på mulige avvik (sosiale forhold, og usikkerhet rundt hvor stor andel av turene som skjer i Folkeparken, og ikke andre steder), og baserer seg på et «konservativt estimat» hvor ca. 50 % av turene skjer i Folkeparken.

Inkluderer man besøkende fra andre steder i kommunen antas det at området besøkes minst 150000 ganger i løpet av et år – 411 turer hver dag (Asplan Viak, 2011).

Gjør man samme regnestykke med dagens tall og samme nedjustering (50 %), for alle tre friluftslivs-områdene og grunnkretsene på Kirkelandet samlet, får man nærmere 540 000 turer, som tilsvarer ca. 1470 turer hver dag, fordelt på de tre områdene. Dette inkluderer ikke besøkende som bor andre steder enn på øya Kirkelandet. Nøyaktige tall er vanskelig å oppdrive, men et slikt estimat kan likevel gi et bilde av områdenes popularitet.

AKTIVITETER

Intervjuene viser at områdene gir muligheter til å drive mange forskjellige aktiviteter, og at de fleste driver med mer enn én aktivitet. 19 forskjellige aktiviteter ble nevnt. Flere av disse finner man i den nasjonale statistikken over de mest populære friluftslivsaktivitetene.

Korte spaserturer og fotturer er det de fleste driver med, og dette stemmer med resultatene fra på stedet-intervjuene. 11 av 13 intervjupersoner driver hovedsakelig med turgåing. Bading, fiske og sykling er andre aktiviteter som er nevnt både i statistikken og i på stedet-intervjuene.

Enkelte aktiviteter kan sies å være mer stedsavhengige. Eksempler kan være å grave etter materiale fra andre verdenskrig i Karihola, sole seg på svabergene og å dra ut til sjøen for å oppleve stormen.

Oppretting av nye turveier og turstier i senere tid har bidratt til å øke bruken av områdene. Havstien i Folkeparken er et eksempel på dette.

«Bruken her har tatt seg opp. I begynnelsen, når stien kom, så var det jo ikke så mye folk som gikk akkurat her. Men det har tatt seg opp voldsomt. Turistforeningen gjør en kjempejobb med å lage bruer og tilrettelegge for bruk»

(Kvinne, 57, jobber med psykisk utviklingshemmede)

På stedet-intervjuene inkluderer kun enkeltindivider og handler først og fremst om deres private bruk. I tillegg til denne typen bruk så finnes det flere eksempler på grupper som bruker områdene, og offentlige arrangementer og samlinger.

Barnehagene på Kirkelandet har faste plasser, som lavvo i Folkeparken og gapahuk i Karihola, som er mye brukt. Friskliv og Mestring er en kommunal tjeneste som blant annet tilbyr dagtrening i Folkeparken.

I Vanndamman arrangeres det jevnlig sosiale sammenkomster, som for eksempel utekino og allsang. I Klubba og ved Storhaugen (hvor Havstien starter, sør for Vanndamman) er det lagt til rette for klatring, noe byens klatreklubb benytter seg av. I Folkeparken er det blant annet blitt arrangert naturlostur og nisseløp. Dette er kun et lite utvalg av sosiale aktiviteter som de tre områdene muliggjør.

HVORDAN BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

VALGMULIGHETER

En av de viktigste grunnene til at områdene er mye brukt, er nok mangfoldet av valgmuligheter de gir. Muligheten til å velge mellom områdene, variere mellom ulike aktiviteter og gå ulike ruter når man ønsker det, bidrar til å gjøre Vanndamman/Kringsjø, Karihola og Folkeparken til attraktive og spennende utfartssteder. Kommunen har et mål om å videreutvikle mulighetene for ulike aktiviteter, som skrevet i *Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011-2018*, ved å bedre tilrettelegge for blant annet bading, fising og turgåing.

De tre områdene har mye til felles, som vegetasjonsforhold med skog og kystlynghei. Andre fellestrekk er de lange kystlinjene og boligområdene som omkranser dem. Men de skiller seg også fra hverandre på vis som gjør at folk ofte har en favoritt, eller mener ett av områdene passer bedre til de aktivitetene de ønsker å gjøre.

Nærhet spiller selvfølgelig en viktig rolle for hvilket område folk velger å bruke, men det er flere faktorer som spiller inn for de besøkende. Vanndamman/Kringsjø ligger rett utenfor sentrumsgrensen, og en bytur kan enkelt kombineres med en tur i parken eller et besøk på kaféen.

Karihola gir den mest umiddelbare opplevelsen av kystlandskapet som er en viktig del av byens identitet. Det naturlige er den største tiltrekningskraften. I Karihola er det også mer akseptert å la hunder løpe fritt, noe som er både positivt og negativt. En intervjuperson sa:

«Jeg er redd hunder, så jeg går sjelden tur i Karihola. Men jeg er jo for så vidt glad for at de løse hundene er samlet på ett sted. I Folkeparken og Kringsjø er det mer vanlig å ha hundene i bånd»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

Folkeparken har de beste forholdene for sportslike aktiviteter, med to store, gresslagte sletter og anlegg for frisbee-golf.

De ulike tilretteleggingsgradene bidrar til å skape muligheter for variasjon i aktiviteter og vanskelighetsgrad. Mange mennesker er avhengige av en viss grad av tilrettelegging for å kunne delta i friluftslivet, for eksempel rullestolbrukere og de med barnevogn. De fleste av intervjupersonene foretrekker enten lav grad eller middels grad av tilrettelegging. Det virker som at flere som oftest ønsker en størst mulig kontrast til bylivet. De mest tilrettelagte områdene, som Vanndamman, brukes mer til sosiale sammenkomster.

Høydeforskjellene er gjennomgående i alle tre områder på grunn av de langsgående høyde- dragene. Topografien i områdene gir muligheter for å finne mer utfordrende områder for de som ønsker det, og enklere partier for folk med nedsatte evner til bevegelse, eller som av andre grunner ønsker mer tilrettelagte turveier. Karihola, Kleppen (i Folkeparken) og Havstien (i Kringsjø) er eksempler på mer utfordrende områder, og flere av intervjupersonene oppga at de foretrekker denne typen forhold.

«Det fine med Karihola er jo at det er mer terreng, litt mere bevegelse enn du har på en vanlig tursti»

(Mann, 51, salgsleder)

Lavere vanskelighetsgrad, som turveiene i Vanndamman/Kringsjø og Folkeparken er også foretrukket av flere, av forskjellige grunner. Blant annet for enkelt å kunne prate mens man går tur, kunne gå alene uten å være redd for å falle, og for å kunne ha med barnevogn.

De tre områdene gir altså gode muligheter for et variert friluftsliv, både når det gjelder tilretteleggingsgrad, vegetasjon, tilrettelegging og aktiviteter. Folk har ulike ønsker og forutsetninger, og allsidighet og valgmuligheter er viktig for at friluftslivet skal kunne passe for så mange som mulig, både sommer og vinter.

«Når man har vært gift med noen i 55 år så er det rart å bli alene. Veldig rart. Da er det kjekt å kunne komme ut hit og treffe litt folk»

(Mann, 79, pensjonist)

— HVORFOR BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE —

Det er mange faktorer som påvirker folkehelsen i en kommune. For eksempel har utdanningsnivå, arbeidsmuligheter og sosial ulikhet innvirkning. Tilgang til, og bruk av, friluftslivsområder er også en faktor.

Til tross for enkelte positive utviklingstrender har Kristiansund kommune utfordringer når det gjelder helse- og trivselsnivå i befolkningen. Innenfor flere indikatorer for folkehelse ligger Kristiansund signifikant dårligere enn landsgjennomsnittet. Flere er psykisk syke, flere har muskel- og skjelettsykdommer, flere er overvektige, flere får lungekreft, flere røyker, og levealderen er lavere.

Mye kan gjøres for å bedre situasjonen, og det krever koordinert og langsiktig innsats fra flere samfunnssektorer og klare mål, strategier og tiltak. Ifølge folkehelsekoordinator i kommunen er mye blitt gjort innenfor folkehelsesatsing de siste årene, blant annet for å skape en bevissthet rundt problematikken i planadministrasjonen og blant politikerne.

Et satsingsområde for Kristiansund kommune er å legge til rette for friluftsliv og fysisk aktivitet. Å få flere til å ta del i det nære friluftslivet er et av målene.

Vi vet at friluftsliv er positivt for folkehelsen. Folkehelsekoordinatoren i Kristiansund kommune drar frem mulighetene friluftslivet gir til å bevege seg, nyte natur, ren luft og stillhet, uavhengig av økonomi, og sier det nære friluftslivet bidrar til å utjevne sosiale forskjeller i Kristiansund. Rådgiver for fysisk aktivitet og friluftsliv beskriver friluftslivet i byen som et viktig lavterskeltilbud, som folk benytter seg av uavhengig av fysisk og psykisk helse.

For å kunne vite hvordan å få flere til å delta i friluftslivet er kunnskap om motivasjonsfaktorer sentralt. Kommunen kan påvirke ytre motivasjonsfaktorer ved å bevare og styrke kvaliteter som fremmer bruk, i tillegg til å redusere barrierer som bidrar til å hindre folk fra å delta i friluftslivet. Folks indre motivasjon til å drive friluftsliv kan vanskelig påvirkes direkte, men kan styrkes gjennom å ta vare på, og forsterke, ytre motivasjonsfaktorer.

HVORFOR BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

INDRE MOTIVASJONAFAKTORER

Hva som motiverer enkeltpersoner til å drive med friluftsliv varierer fra person til person. Det er likevel noen motivasjonsfaktorer som ofte oppgis som viktigst. Å trene og bli i bedre fysisk form ligger på toppen i nasjonale undersøkelser når det gjelder grunner for å gå tur (St.meld. nr. 18, 2016), og dette samsvarer med resultatene fra på stedet-intervjuene. Helsefordelene ved å bevege på kroppen, og det å kunne gjøre det i naturlige omgivelser, dras av mange intervjupersoner frem som den viktigste grunnen til å delta i friluftslivet.

«Jeg er i gang med livsstilsendring, og har gått mye ned i vekt. Når det er fint vær, så liker jeg å trene ute heller enn inne, og da er det greit å ha slike naturområder i nærheten»

(Kvinne, 42, barnehageansatt)

Flere drar frem den forebyggende effekten av å være i aktivitet.

«Jeg har stillesittende arbeid, så det er viktig for meg å bevege meg på fritida for å unngå plager i skuldre, rygg og nakke. Jeg har hatt problemer før»

(Mann, 58, finansrådgiver)

Inaktivitet kan føre til en rekke sykdommer, som hjerte- og karsykdommer og diabetes. Befolkningen i Kristiansund er noe mindre fysisk aktive enn landsgjennomsnittet, og har større forekomst av overvekt, til tross for at kommunen gir et bredt utvalg av muligheter for å være aktive. Årsakene til dette er sammensatt, og det finnes ikke et enkelt svar eller en enkelt løsning på utfordringene. Å få flere til å være fysisk aktive er et fokusområde for kommunen, og det er et mål å sikre og bevare arealer som stimulerer til helsefremmende aktivitet. Kommunens innsats kan til en viss grad bidra til å få flere til å drive med friluftsliv, men til syvende og sist så er det hver enkelt persons motivasjon som avgjør hvor aktive man er.

I tillegg til de fysiske helsefordelene ved friluftsliv dras effektene for den psykiske helsa frem som en nesten like stor motivasjonsfaktor for intervjupersonene. Fysisk og psykisk helse har en klar sammenheng. De som er jevnlig fysisk aktive er mindre utsatt for psykiske lidelser som depresjon og angst, og det har også en rehabiliterende effekt for en rekke lidelser. Også andre sider ved friluftslivet enn de fysiske helsefordelene påvirker den psykiske helsa. Opplevelse av stillhet og ro, mestingsfølelse og naturopplevelse er eksempler på helsefremmende sider ved friluftsliv.

Ingen av intervjupersonene sa noe om at de bruker områdene for å rehabiliteres fra en konkret psykisk lidelse. Det kan være flere grunner til det. Det er ikke sikkert at noen av intervjupersonene lider eller har lidd av psykisk sykdom. Dessuten ses fortsatt psykisk sykdom som et tabubelagt tema for mange. Å dele egne erfaringer kan være utfordrende.

Flere dro likevel frem psykisk helse som et sentralt motiv for å bruke områdene. Uttrykk og ord som kropp og sjel, koble av, stresse ned, stillhet, ro og meditasjon ble nevnt.

Noen nevner det å gå alene som motivasjon.

«Det viktigste er å finne roen. Det er en form for meditasjon, spesielt hvis jeg går alene»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

Om Kariholia sier en:

«Her er det litt færre folk enn i de andre områdene, og jeg liker stillheten og roen»

(Kvinne, 27, butikkmedarbeider)

På en annen side er det sosiale aspektet et av motivene for å drive med friluftsliv. Sosial kontakt og aktivitet påvirker livskvalitet og psykisk helse.

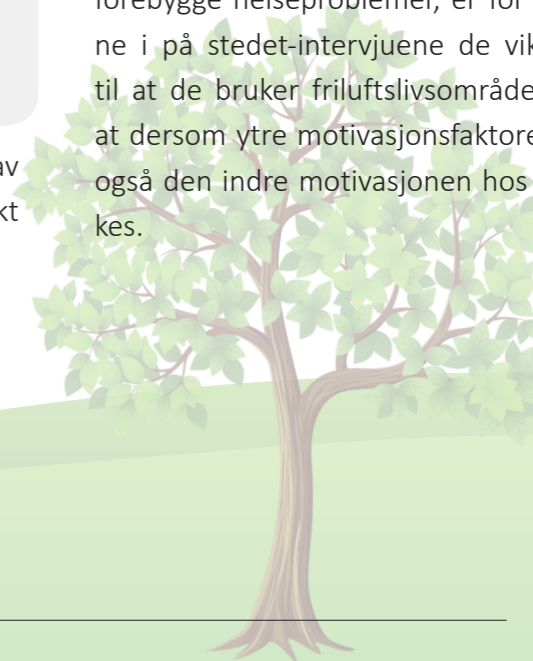
Å ha enkel tilgang til gode og trygge møteplasser er viktig (Helsedirektoratet, 2017). Friluftslivsområdene er arenaer for sosiale møter, og flere av intervjupersonene dro frem det sosiale som en motivasjonsfaktor.

«Det sosiale er også viktig for meg. Jeg går ofte tur sammen med kjæresten eller med venninner. Det at det er såpass lett terreng gjør at det går an å snakke sammen samtidig som man går tur. Hvis målet er å være sosial så er Kringsjø perfekt»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

En mann (79) som nylig hadde mistet kona si fortalte at han synes det er rart å være alene, og bruker Kringsjø nesten hver dag, blant annet for å treffe folk. Flere bruker kaféen i Vanndammen, og noen ønsker flere slike møteplasser i forbindelse med friluftslivsområdene.

Å forbedre den fysiske og psykiske helsen, og å forebygge helseproblemer, er for intervjupersonene i på stedet-intervjuene de viktigste grunnene til at de bruker friluftslivsområdene. En kan anta at dersom ytre motivasjonsfaktorer er til stede, vil også den indre motivasjonen hos hver enkelt styrkes.



HVORFOR BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

YTRE MOTIVASJONAFAKTORER

Som skrevet i kapittel 2, så har miljøet fysisk aktivitet utføres i stor betydning for motivasjonen til å gjenta aktiviteten. Et naturbasert miljø gir oftere en sterkere vilje til å gjenta aktiviteten, og skaper mer glede og positive følelser enn trening innendørs gjør (Calogiuri og Chroni, 2014). Også når det gjelder psykisk helse har et naturbasert miljø bevist effekt (Miljødepartementet, 2008). Kvalitetene som ligger i friluftslivsområder kan være bestemmende for hvor mye de brukes. Kvaliteter som nærhet, trygghet, natur, tilrettelegging og historiske spor trekker folk, og kan bidra til å øke enkeltpersoners motivasjon til å delta i friluftslivet oftere.

De tre friluftslivsområdene inneholder mange gode kvaliteter som er avgjørende for områdenes popularitet. Enkelte av disse kvalitetene ligger i naturlandskapet i seg selv, og andre er menneskeskapte. I tillegg til kvaliteter som bidrar til å trekke folk, så finnes det også barrierer som kan hindre eller redusere deltakelse.

Naturkvalitetene trekkes frem som en av de viktigste grunnene til at intervjupersonene drar til de tre friluftslivsområdene. Kirkelandet er en tettbebygget del av Kristiansund, og bilen er en stor del av bybildet. Det å koble av fra bylivet og få frisk luft oppgis som en viktig motivasjonsfaktor.

«Jeg bor jo i byen, og der er det jo tett mellom hus og folk, og mye trafikk. Det å komme seg ut i naturen og ned til sjøen er en fin avkobling fra bylivet»

(Kvinne, 65, pensjonist)

Områdene tilbyr flere ulike naturtyper, som park, skog, kystlynghei og kystlinje. Dette skaper valgmuligheter, og gjør at de fleste preferanser dekkes.

En motivasjonsfaktor som ofte dras frem er sjøen. Å se og høre sjøen nevnes av flere intervjupersoner, og også kommunens folkehelsekoordinator, som en av hovedgrunnene til folk drar til områdene.

Sjøen og kysten har alltid vært grunnlaget for byens liv og virke, med fiske og tørking av klippfisk på svabergene fra gammelt av, og oljevirksomhet i nyere tid. Dette gjør at det også er en viktig del av innbyggernes identitet, og er med på å definere hva det vil si å være en Kristiansunder.

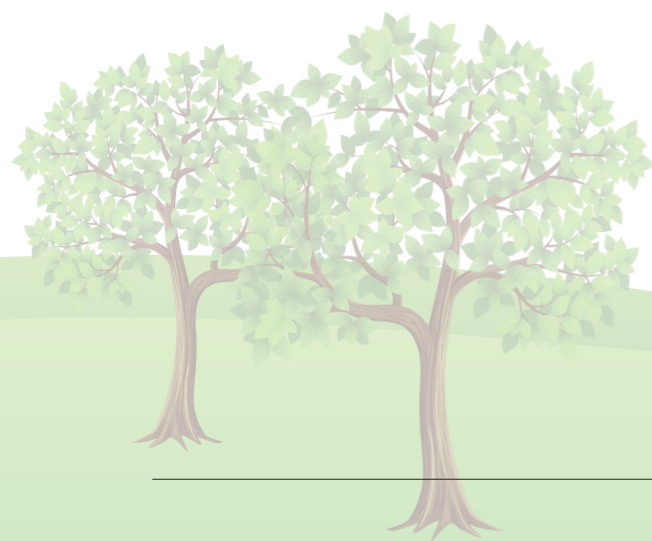
Mange av de mest sentrale turmålene i områdene ligger langs kystlinja, som for eksempel Klubba, Havstien, Lasken og Kleppen. For flere er å gå ut til, eller langs sjøen, selve målet med turen.

«Det at det er lett å komme seg til kysten er viktig for meg. Jeg liker å oppholde meg ved sjøen, og går nesten alltid ned til Klubba når jeg er i Kringsjø. Det gir en spesiell følelse av ro å høre bølgeskvulpet»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

Følelsen av tilhørighet kan være med å forklare hvorfor så mange av intervjupersonene drar frem sjøen som et sentralt motiv ved å besøke de tre områdene. En annen kvalitet ved områdene som bidrar til å skape stedsidentitet, er de historiske sporene man finner der. Vanndammen er et godt eksempel på dette, med vannmagasinene og vannrennene som fremdeles er der. Også restene etter andre verdenskrig, som man kan se i alle de tre områdene, er identitetsskapende.

Stedsidentiteten som ligger i friluftslivsområdenes naturkvaliteter og historie bidrar til å skape fellesskap, og en kulturell og stedlig tilknytning for befolkningen. Dette kan påvirke den psykiske helsen positivt (Miljøverndepartementet, 2008).



HVORFOR BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

Kystlinja er altså et svært viktig element for friluftslivet. De tre områdene har lange kystlinjer, men deler av den er vanskelig å nå på grunn av topografi og tett skog. Mellom områdene er kystlinja nedbygget. Dette skaper en barrierevirkning, og gjør at man må gå gjennom boligfelt eller langs bilvei for å gå fra ett område til et annet. Det er også planlagt videre utbygging langs kysten i et område sør for Vanddamman.

Det friske klimaet er også en identitetskapende faktor. Fire årstider på en dag er ikke uvanlig, og regn og vind er en del av hverdagen store deler av året. Det å oppleve styggværet er noe flere av intervjupersonene forteller at de bruker friluftslivsområdene til. Stormen kommer ofte inn fra Atlanterhavet fra sørvest. Derfor er Klubba i Kringsjø og vestsiden av Karihola de mest brukte stedene til dette formålet. I likhet med sjøen og kysten er klimaet med å forme byens identitet. Å dra ut og se på været kan også være med på å gi en følelse av tilhørighet til stedet, og dermed ha en positiv effekt på psykisk helse.

Naturkvalitetene, og følelsen av tilhørighet de er med på å skape, er kanskje den viktigste grunnen til at så mange bruker friluftslivsområdene. En annen sentral kvalitet er nærhet.

«Det er så lettvent. Jeg trenger ikke bilen for å komme hit, det tar bare fem minutter å gå. At området er lett tilgjengelig er alfa og omega for at det skal bli brukt»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

Det kommer tydelig frem i på stedet-intervjuene at områdenes nærhet er svært viktig for at de brukes. At man kan «gå rett ut døra» eller «rett over veien», og slipper å bruke bilen, senker terskelen for å delta i friluftslivet. En intervjuperson sier at det å ha områdene i nærheten er helt avgjørende for trivselen.

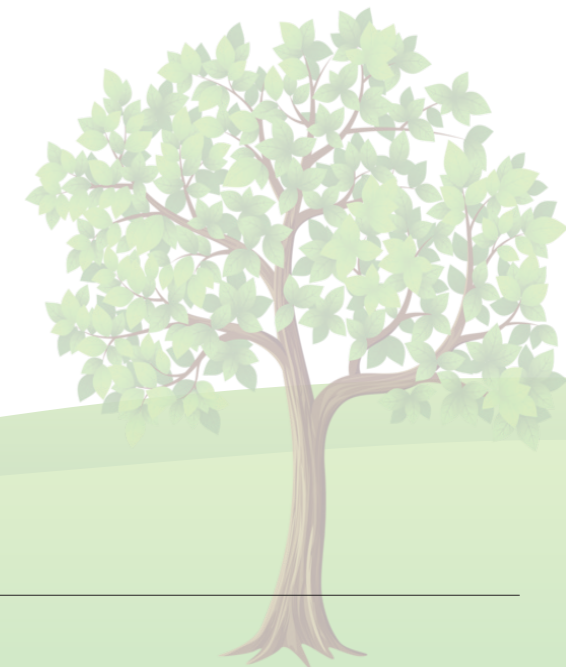
Alle som bor på Kirkelandet bor under en kilometer i luftlinje fra minst ett av områdene. Den reelle avstanden vil være noe høyere, på grunn av ulike barrierer på bakkeplan. Disse barrierene kan antas å sette hindringer for enkelte, som da muligens bruker områdene mindre enn de ellers ville gjort.

Det finnes få grønne korridorer som leder fra boligområdene og inn til friluftslivsområdene. Som regel må man gå langs bilvei, og en stor del av befolkningen må krysse veier, inkludert hovedinnsfartsåren til sentrum. Å gå langs bilvei kan oppleves som lite attraktivt, og enkelte steder utrygt.

«Jeg går til Folkeparken, men skal jeg til Kringsjø så tar jeg bilen for å slippe å gå i trafikken»

(Kvinne, 65, pensjonist)

Avdelingsleder regulering nevner i informant-intervjuet at også områdenes størrelse er en sentral årsak til at folk bruker de tre områdene. At det er en viss størrelse er viktig for å få byen på avstand, og for å unngå trafikkstøy. En intervjuperson fra på stedet-intervjuene fortalte at en av grunnene til at hun velger Kringsjø, er at hun der kan gå langt uten å møte på bebygde områder. I tillegg til størrelsen er områdenes topografi en kvalitet som bidrar til at de som ønsker det kan finne mer utfordrende områder for å gå eller løpe. Hadde områdene vært flate, kan man anta at treningseffekten hadde sunket for mange.



HVORFOR BRUKES FRILUFTSLIVSOMRÅDENE

En annen kvalitet som er viktig for mange er tilretteleggingen av områdene. Det er kjent at tilrettelegging av møteplasser og turveier øker bruken av friluftslivsområder (Miljøverndepartementet, 2013a). At det er turveinett tilgjengelig er for mange avgjørende for at de skal kunne bruke områdene.

Preferansene til intervjupersonene varierer veldig. Mange liker det mest naturlige og urørte, flere foretrekker turveiene, og noen ønsker høy grad av tilrettelegging for sosiale sammenkomster.

Kommunen skriver i *Kommuneplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011-2018* at mulighetene for friluftsliv skal videreutvikles ved økt tilrettelegging. Mer belysning skal også vurderes for å øke bruken av områdene. Ved spørsmål om hvilke tiltak som vil kunne føre til økt bruk trekkes ulike tiltak frem. Avdelingsleder regulering nevner skilting og merking for folk som ikke er kjent i områdene, lys på enkelte strekninger for å øke bruken, rydding av skog for å hindre gjengroing og ivaretagelse av kulturminner. Rådgiver fysisk aktivitet nevner flere benker og skilt som mulige tiltak, samt oppgradering av stier.

Folkehelsekoordinator foreslår flere informasjonstavler med oversikt over områdene, bedre anvisning for parkering, flere turveier og universell utforming av enkelte strekninger. Flere gapahuker, benker og lys nevnes også.

Flere av intervjupersonene i på stedet-intervjuene kommer med ønsker om økt tilrettelegging. For lite tilrettelegging kan føre til at færre bruker områdene. Dette gjelder spesielt befolkningsgruppene som kan ha problemer med å bevege seg i de mer naturlige områdene, som eldre, barn, funksjonshemmede og folk med barnevogn.

På en annen side kan mer tilrettelegging skape en slags barriere for de som ønsker områdene mest mulig naturlig. Økt tilrettelegging vil kunne stride mot ønskene til de som foretrekker at friluftslivet har et villere og mer urørt preg. For eksempel fører forslag om økt lyssetting til ulike meninger.

«Jeg er mørkredd, så når det blir for mørkt så tør jeg ikke gå lengre enn til huleinngangene som ligger et stykke inn på turveien. Jeg kunne tenke meg at hele turveien var opplyst»

(Kvinne, 71, pensjonist)

«Jeg syns ikke vi trenger mer lys her. Det at det ikke er lys, er en del av sjarmen»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

Det er også forskjellig syn på behovet for turveier.

«Vi bruker helst turveiene, og det kunne gjerne vært flere av dem. For ungene er det greiest at det ikke er for ulendt og bratt»

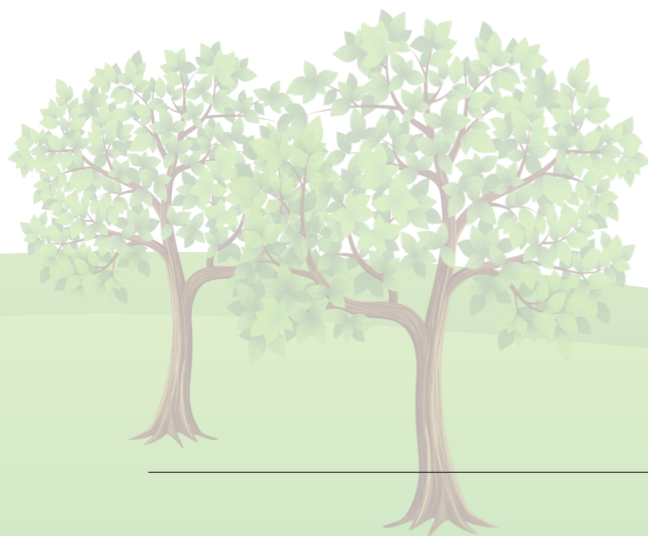
(Kvinne, 35, jobber i skolevesenet)

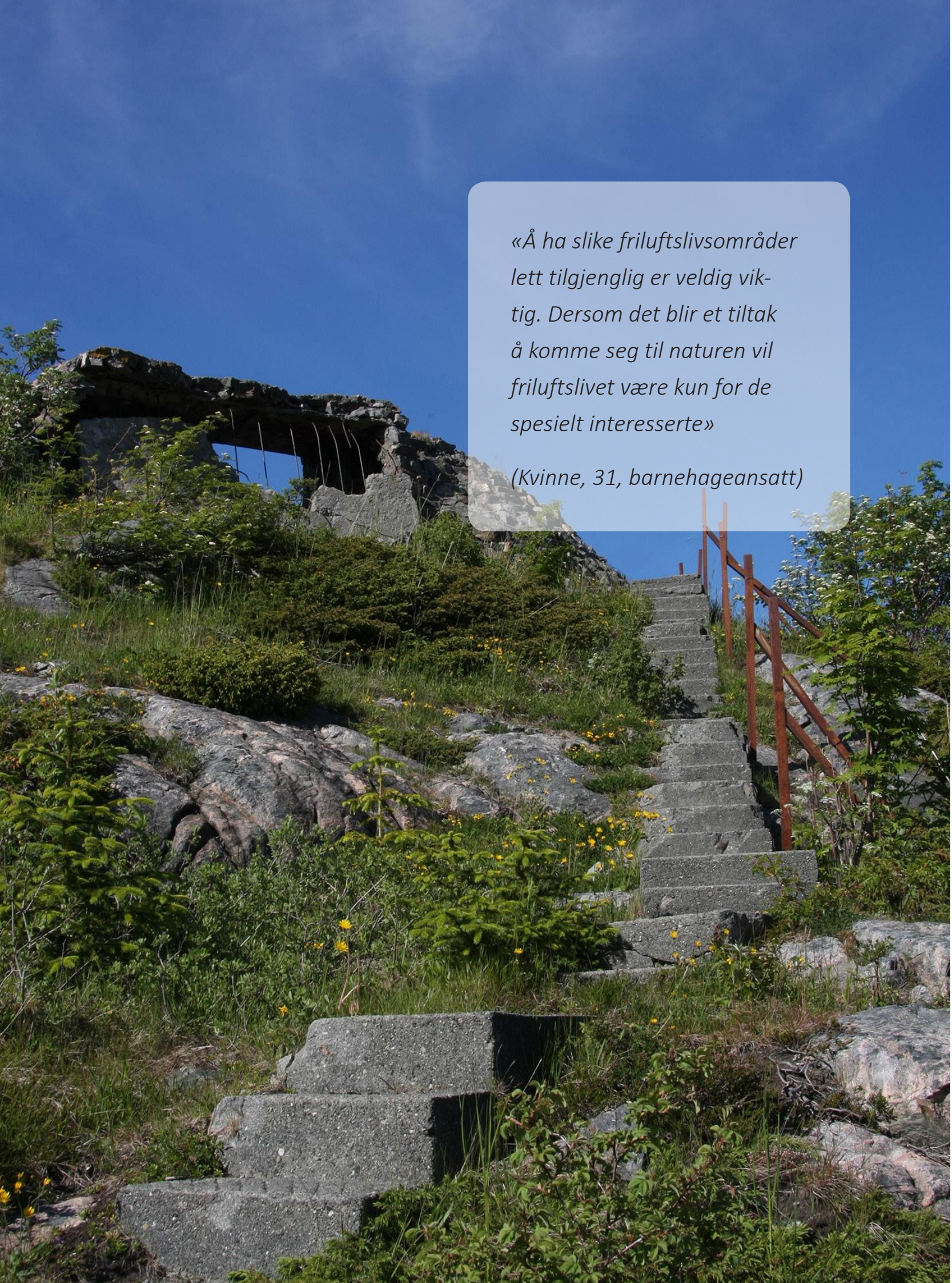
«Det er kjekt å ha noen områder som er mer uberørt, hvor det ikke er tilrettelagt og bygget veier»

(Mann, 51, salgsleder)

Store deler av områdene er allerede tilrettelagt. Særlig gjelder det Folkeparken og Vanndammen/Kringsjø. Ellers i kommunen finnes det et mangfold av muligheter for de som ønsker et mer vilt preg. Likevel vet man at det er de nære områdene som brukes mest, og man må derfor forsøke å møte alles behov og ønsker. Dette er en balansegang og nye tiltak bør vurderes nøye med tanke på denne problemstillingen.

De gode kvalitetene, som naturen, nærheten, historiske spor og tilrettelegging trekker folk. Jo flere folk som deltar i friluftslivet, og driver med helsefremmende og sykdomsforebyggende aktiviteter, jo større verdi har områdene for folkehelse. For å få enda flere til å bruke områdene bør det være et mål å redusere barrierer som hindrer folk fra å delta, og å styrke og bevare kvalitetene som allerede finnes.





«Å ha slike friluftslivsområder lett tilgjengelig er veldig viktig. Dersom det blir et tiltak å komme seg til naturen vil friluftslivet være kun for de spesielt interesserte»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

STYRKING OG BEVARING AV VERDIENE

De siste tiårene har folkehelsepolitikken endret seg. Fokuset er rettet mot forebygging, og nasjonale og juridiske retningslinjer legger grunnlaget for helhetlig og systematisk folkehelsearbeid. Folkehelseproblematikken krever koordinert og langsiktig innsats fra flere samfunnssektorer, og kommunen er det viktigste organet for å styre og koordinere dette arbeidet.

Kristiansund kommune har ingen egen kommunedelplan for folkehelse, men har temaet som gjennomgående perspektiv i kommuneplanens samfunnsdel. Planen gir overordnede mål og strategier for folkehelse. Dette impliserer at konsekvenser for folkehelse skal vurderes i all plan- og saksvirksomhet. Folkehelsekoordinatoren forteller gjennom informantintervjuet at kommunen har jobbet for å få til dette de siste årene, gjennom å strukturere planarbeidet slik at helhetlige folkehelsesatsinger tydeliggjøres.

Mange kommuner har en egen delplan for folkehelse. Dette kan muligens gjøre det enklere å beskrive utfordringer, mål og strategier, samt hvilke krav om kunnskapsinnhenting som gjelder, før beslutninger tas og tiltak gjennomføres. Arbeidet med å utarbeide og rullere en slik plan kan også bidra til en bedre forankring av temaet i ulike deler av kommunadministrasjonen og i det politiske miljøet.

Om en slik plan hadde vært en god idé for Kristiansund er usikkert. Det gis i informantintervjuet uttrykk for at folkehelsearbeidet i Kristiansund fungerer godt, gjennom økt tverrsektorielt samarbeid, og en samfunnsenhet som bidrar til å øke fokus og bevissthet rundt temaet.

At kommunen satser på folkehelse er positivt, for Kristiansunds resultater i folkehelsemeldingen viser at arbeidet for folkehelse må prioriteres. Det krever at planadministrasjonen tar opp folkehelse som tema ved all planlegging, og at bystyret prioriterer folkehelse ved behandling av tiltak. Avgjørelser må tas med bakgrunn i et solid kunnskapsgrunnlag om helsetilstand og utfordringer. Resultater og konsekvenser av tiltak må evalueres i etterkant.

Når mange sektorer og faggrupper må samarbeide ligger det en fare der for dårlig samordning og interessekonflikter, hvor sosiale og miljømessige forhold kan risikere å bli satt opp mot økonomiske. Slike prosesser kan ikke være avhengig av enkeltpersoners engasjement, men krever en felles innsatsvilje og dedikasjon.

Kommunens folkehelsearbeid inkluderer også å legge best mulig til rette for fysisk aktivitet og friluftsliv. Hovedmål i *Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011 – 2018* er «Idrett og fysisk aktivitet for alle». En av strategiene for å nå målet, er å sikre og bevare areal og naturtyper som stimulerer til helsefremmende aktivitet.

Figur 65: Forsvarsverk fra andre verdenskrig i Karihola (Foto: Hans Einar Ohrstrand)

STYRKING OG BEVARING AV VERDIENE

Forrige plans hovedmål var økt fysisk aktivitet, naturopplevelse og trivsel. I planens resultatvurdering dras det frem utfordringer med å dokumentere effekten av tiltak som ble gjennomført, og å måle utviklingen i folkehelse og trivsel (Kristiansund kommune, 2010). Å se klare resultater innenfor folkehelse er vanskelig, i alle fall på kort sikt. Oversikt over verdiene som allerede finnes, og kunnskap om hvilke tiltak som fungerer, er sentralt.

STYRKING AV VERDIENE

Når vi snakker om friluftslivets verdi for folkehelse så er det de antroposentriske verdiene som er i fokus. «Innenfor et antroposentrisk perspektiv tillegges naturen verdi kun i den grad den er til nytte og glede for menneskene» (Næss, 1992: s. 1). Kvaliteter ved friluftslivet, som at det gir mulighet til å drive fysisk aktivitet, er en kilde til avkobling, gir læringsmuligheter og en følelse av stedsidentitet, er noen av de antroposentriske verdiene.

På den annen side har blant annet miljøfilosofer argumentert for at naturen har en verdi i seg selv, ut over nytteverdien den har for mennesker, og at denne egenverdien gir grunn til å bevare også «unyttig» natur. At naturen har en egenverdi er noe som ikke bare filosofer, men også mange alminnelige mennesker trolig vil intuitivt være enige i.

Dette innebærer å se oss selv som en del av naturen, og ikke kun se naturen som en verdi vi kan utnytte, og å oppleve naturen i seg selv, sette pris på, respektere og beskytte den. Et slikt perspektiv på naturopplevelse er sterkt truet av vårt moderne og teknologipåvirkede levesett (Vetlesen, 2012).

Denne måten å se naturen på kan ha en verdi i diskusjonen rundt vernestatus for friluftslivsområdene. Det krever et endret tankesett rundt hva vårt forhold til naturen er og bør være, fra noe vi «eier» og kan bruke og misbruke til vår fordel, til noe vi er en del av, og må ta vare på.

Naturens egenverdi kan også være et aspekt i vurderingen av hvilken grad av tilrettelegging områdene bør ha. Faarlund sier at naturen er blitt en rekreasjonsressurs som forbrukes, og siden «konsumentene» ikke føler medansvar, så har det ført til tilrettelegging og forsøpling, samt forstyrrelser i de økosystemene som er mest etterspurt. Han kaller det for en «teknokulturforståelse av menneske – natur». Han fremmer en forståelse av friluftsliv hvor mennesket ikke står utenfor den, og ikke ser seg selv som «den privilegerte art». Mennesket skal ha medansvar i naturen, ikke føre en samvittighetsløs bruk. Selvrealisering skal ikke skje på bekostning av annet liv (Faarlund, 2003).

Det er allerede gjort relativt store inngrep i de tre områdene, både når det gjelder nedbygging av grønne arealer til blant annet boligformål, og når det gjelder tilrettelegging for friluftsliv. Flere tiltak er planlagt.

De antroposentriske verdiene vil nok fortsatt være avgjørende i beslutningsprosesser som omhandler de tre friluftslivsområdene. De økofilosofiske argumentene om naturens egenverdi bør likevel ha en plass i diskusjonen, og kan være til fordel for de som ønsker et mer naturlige og urørte omgivelser.

For å finne en balanse som tar hensyn til både naturens egenverdi og menneskelige behov bør man, heller enn tilrettelegge i større fysisk omfang, forbedre og styrke verdiene som allerede ligger der. Med mål om å få flere til å delta i friluftslivet må eventuelle barrierer kartlegges og reduseres.

Nærheten til boligområdene er en av de viktigste kvalitetene friluftslivsområdene har. I på stedet-intervjuene kom det frem at enkelte velger å bruke bilen for å slippe å gå langs bilvei i trafikken for å komme seg til områdene. Kryssing av bilveier og manglende lys langs enkelte gangveier øker barrierewirkningen. Å utvikle flere muligheter for trygg og attraktiv tilkomst fra boligområdene, og også langs kystlinja mellom de tre friluftslivsområdene, kan redusere denne virkningen, og bidra til økt bruk av områdene.

STYRKING OG BEVARING AV VERDIENE

Noen ønsker seg flere turveier. Dette kommer i konflikt med de som ønsker et mer naturlig preg. Tiltak bør derfor vurderes med bakgrunn i hensynene til de ulike ønskene. Kanskje en utbedring av eksisterende turveinett, samt bedre strøing om vinteren, er tilstrekkelig. Det samme gjelder lyssetting. Noen ønsker mer lys, andre mener det ødelegger det naturlige preget. Her må man vurdere hvilke hensyn som veier tyngst. Tiltak som benker, avfallsdunker, hundeposestativ og flere bord er andre ønsker som fremsettes. Disse kan karakteriseres som mindre grove inngrep dersom de plasseres på steder som allerede er tilrettelagte.

Flere serveringstilbud er et annet ønske som kanskje helst vil være aktuelt i Vanndamman-området, som ligger nært sentrum. Om dette vil være lønnsomt er vanskelig å svare på. Det finnes flere eksempler på serveringstilbud i sentrumsgatene som har måttet stenge etter relativt kort tid på grunn av for få besøkende. På en annen side så er kaféen i Vanndamman veldig populær. Det er mulig at de naturlige omgivelsene kan bidra til et økt kundegrunnlag, og at et tilbud til i dette området kan trekke flere

folk hit. Om slike tilbud vil fungere i de andre områdene er usikkert, og et slikt inngrep vil virke grovere i de andre områdene enn i Vanndamman, som allerede har en høy grad av tilrettelegging.

Å rydde skog kan bidra til å gjenopprette noen av de opprinnelige naturkvalitetene som lå i kystlandskapet før beplantningen startet. Gjennom på stedet-intervjuene ble dette nevnt som et ønske. Én ønsket utsikt til sjøen, noe som tett skog flere steder hindrer i dag. Avdelingsleder regulering nevnte også rydding av skog som et tiltak som vil kunne føre til økt bruk. Dette krever større ressurser og innsats, og man må starte nå for å hindre ytterligere gjengroing av de tre områdene. En intervjuperson i Karihola tok opp dette.

«Jeg skulle gjerne vært foruten beplantningen. Det gror igjen, og må ryddes maskinelt. Skal man gjøre noe så må man gjøre det nå, for jo lenger man venter, jo verre blir det»

(Mann, 51, salgsleder)

Kommunen har andre friluftslivsområder hvor tilretteleggingsgraden er svært lav. Dette kan være et argument for økt tilrettelegging i områdene på Kirkelandet. Hadde disse andre friluftslivsområdene ligget i gangavstand for befolkningen på Kirkelandet, så kunne det forsvart en høyere tilretteleggingsgrad i større deler av de tre områdene. Derimot vil de fleste som bor på Kirkelandet og Gomalandet være avhengig av bil eller kollektivtransport for å komme seg til mer naturlige og lite tilrettelagte friluftslivsområder ellers i kommunen.

Man vet at det er det nære friluftslivet som trekker flest mennesker. Og vi vet at folk har ulike preferanser og behov når det gjelder tilrettelegging. Derfor må områdene på Kirkelandet tilpasses disse ulike ønskene på best mulig måte, med både høyt tilrettelagte områder og lavt tilrettelagte områder. Områdene har et veldig godt utgangspunkt slik de er i dag, men en forbedring av kvalitetene, uten grovere inngrep som vil komme i konflikt med enkelte brukeres ønsker og naturens egenverdi, vil kunne trekke mer folk. Dette kan være med å styrke områdenes verdi for folkehelse.

STYRKING OG BEVARING AV VERDIENE

BEVARING AV VERDIENE

45 % av Kristiansund kommunes befolkning bor på Kirkelandet, og øya utgjør kun en liten del av kommunens totale areal. Dette gjør de tre områdene til de viktigste nærfriluftslivsområdene i kommunen. Folkeparken er omtalt som byens viktigste friluftslivsområde. Basert på enkelte kriterier, som antall besøkende, er nok dette korrekt. På en annen side; for at alle som bor på Kirkelandet-øya skal kunne sies å bo nær et friluftslivsområde, basert på definisjonen til Miljøverndepartementet (2013a), er de tre områdene like viktige. Det har derfor, etter min mening, ingen hensikt å rangere områdene etter viktighet. Alle områdene har verdi for folkehelse fordi de ligger nær boligområder, fordi de gir valgmuligheter når det gjelder grad av tilrettelegging, og på grunn av naturkvalitetene de innehar og stedsidentiteten de representerer. Dessuten har naturen en egenverdi som også bør tillegges vekt. Disse er gode grunner til å beskytte områdene mot inngrep og nedbygging som kan forringe disse verdiene.

Nedbygging av friluftslivsområder og strandlinje er den største trusselen mot friluftslivet. Utbyggerinteresser står ofte sterkt i plansaker som påvirker friluftslivsinteresser. Et eksempel på dette i Kristiansund er Skorpa.

Skorpa er ei øy som ligger øst for Gomalandet, og er tilknyttet Kirkelandet-øya via bro. Øya er stort sett ubebygget, med unntak av et boligfelt helt vest på øya, og er et svært viktig område for friluftsliv. Her er det planlagt et stort boligområde, og det er regulert ca. 370 nye boliger. Utbyggingen, som nå er i oppstartsfasen, har lenge vært et omstridt tema, og har ført til protester og underskriftskampanje. En så omfattende utbygging vil føre til at øya mister noe av det naturlige preget, og verdien som friluftslivsområde synker.

«Jeg har begynt å bruke Skorpa mer. Jeg må benytte meg av det nå, før de begynner å bygge mer utpå der og sjarmen forsvinner»

(Kvinne, 31, barnehageansatt)

Tar man utgangspunkt i de tre dimensjonene av bærekraft, så er det i dette tilfellet tydelig at økonomiske hensyn har veid tyngre enn eksisterende sosiale og miljømessige hensyn. Dette er ofte konkurrerende interesser, og det er vanskelig å finne løsninger som ender med positive konsekvenser for alle tre dimensjoner. Ofte vinner utbyggerinteressene, noe som har ført til at en stor del (25 % i 2010) av strandlinja, og mye friluftslivsareal i Norge er blitt nedbygd, og dermed har mistet mye av sin verdi for friluftsliv.

Hvilke hensyn som prioriteres høyest er en stadig avveining. Friluftslivsinteresser må ofte konkurrere mot økonomiske interesser. Om dette temaet sier byplansjef at friluftslivsinteressene står sterkt både politisk og administrativt, men at det likevel av og til kommer forslag fra utbyggere om nye tiltak i grønstrukturen. Disse forslagene må møte kommunens dokumentasjonskrav om samfunnsnytte dersom det skal igangsettes planprosess. Også avdelingsleder regulering mener at man i kommuneadministrasjonen og i det politiske miljøet er bevisst på å bevare friluftslivsområdene, men sier at det av og til kommer forslag om nye offentlige tiltak, som skoler, brannstasjon og parkering. Han sier at særlig randsonene i Folkeparken, på grunn av få andre alternativer, er utsatt når det gjelder denne typen tiltak.

Bevisstheten og kunnskapen rundt det nære friluftslivet har økt, og nedbyggingen har bremsset i takt med dette. Utbyggeres ønsker har nok likevel veid tungt i flere tilfeller når det gjelder friluftslivsområdene på Kirkelandet. Det finnes eksempler på at det har skjedd en bit-for-bit nedbygging, også de siste to tiårene.

Blant annet er det bygget ny ungdomsskole og campingplass i Folkeparken på 2000-tallet, og et nytt, stort boligfelt i Karihola nylig. Det er også planlagt boligutbygging i Kringsjø (sør for Vanndammen). Dette vil gå ut over et område som er populært for klatring, og har vært gjenstand for protester blant annet i lokalavisa. Det er planlagt en sammenslåing av to av byens barneskoler, og noen av alternativene som vurderes kan kreve at man tar arealer av Folkeparken.

Måten det skjer på, litt etter litt, gjør at det store engasjementet blant befolkningen for å bevare områdene ofte uteblir. Det er lett å tenke at dersom man kun tar en liten del av området, som kanskje ses på som mindre viktig, for å tjene andre gode offentlige formål, så oppveies den negative konsekvensen for friluftslivet. Ser man på utbyggingen som er skjedd i tiårene etter andre verdenskrig, så er det tydelig hva slik bit-for-bit nedbygging resulterer i. En liten bit her og der utgjør til slutt tapet av store områder. De planlagte fremtidige utbyggingsprosjektene viser at friluftslivsområdene fremdeles ikke har den statusen de trenger for å være helt sikret for fremtiden.

STYRKING OG BEVARING AV VERDIENE

Spørsmålet i informantintervjuene om de tre friluftslivsområdene bør ha et sterkere vern viser at det er delte meninger om dette i kommuneadministrasjonen. Byplansjef tror dagens planstatus er tilstrekkelig, siden eventuelle nye tiltak i områdene kun vil skje dersom de realiserer store samfunnsverdier for allmennheten. Også folkehelsekoordinator mener at kommuneplanens arealdel sikrer nødvendig vern av områdene, og sier det ikke er et mål at alle områdene skal være statlig sikret.

Avdelingsleder regulering mener derimot at private LNF-områder bør reguleres til friområder (forf. anm.: nesten hele friluftslivsområdet i Kariholma er privateid), og at alle områdene bør være eid av staten. Som eksempel nevnes Folkeparken, hvor halve området er statlig sikret, og den andre halvparten er kommunalt eid. Det vil være mye vanskeligere å etablere en skole i statlig eid areal enn i kommunalt eid areal. Også rådgiver fysisk aktivitet og friluftsliv mener områdene trenger et sterkere vern, og sier manglende kunnskap om statlig sikring, vern og friluftslivsområder i det politiske miljøet gir en fare for nedbygging av områdene.

Kommunen er nå i gang med kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder. Rådgiver fysisk aktivitet

og friluftsliv mener denne kartleggingen vil kunne bidra til områdenes vern. Selv om det ikke er juridisk bindende, så må man forholde seg til denne kunnskapen ved forslag om utbygging.

Et tiltak som kan bidra til å bevare friluftslivsområdene er å opprette en marka-grense. I *St.meld. nr. 40 – Om friluftsliv* ble store og mellomstore byer oppfordret til å opprette marka-grenser, for best mulig å verne om områder med stor betydning for friluftslivs- og naturverninteresser (Meld. St. 40, 1986). Dette kan være nyttig også for Kristiansund, hvor friluftslivsområdenes randsoner ofte er mest utsatt. I *Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011-2018* er det et mål å lage en «marka-plan» for å best mulig kunne verne friluftslivs- og naturverninteresser. En slik plan er ikke laget ennå, men skal ifølge kommunen utarbeides ved revidering i 2018.

Et annet middel for å beskytte natur- og friluftslivsverdier er fortetting. I forslag til ny kommunedelplan for Kristiansund sentrum er fortetting en sentral strategi. Byplansjef mener fortettingsstrategien vil øke friluftslivsområdenes vern siden fri- og parkområder vil være en forutsetning for å kunne akseptere nye byggetiltak. Avdelingsleder regule-

ring mener at fortettingsstrategien ikke vil føre til boligbygging på bekostning av friluftslivsområdene, men heller forsterke deres viktighet. Videre sies det at hvis man mangler arealer til viktige tiltak, så vil det kunne føre til at man tar biter av friluftslivsområdene, og «vips» så er mye tatt.

På Kirkelandet er det allerede relativt tettbygd, og det kulturhistoriske miljøet setter begrensninger for blant annet byggehøyder. Utbygging i sentrum vil etter hvert nå et metningspunkt. Likevel vil det fortsatt komme ønsker om å bygge nært sentrum, og det finnes få alternativer på grunn av en allerede høy tetthet på Kirkelandet. Slik som planstatus er nå, så vil det kunne tas arealer fra friluftslivsområdene så lenge tiltaket har høy nok samfunnsnytte. Skal man være sikker på at dette unngås bør de tre friluftslivsområdene gis et sterkere vern.

Det er nye boligfelt både på Kirkelandet, Nordlandet og flere steder på Frei, og det bygges stadig mer. Det ligger mange boliger for salg i kommunen, og flere har store problemer med å få solgt. Særlig gjelder dette eldre boliger. At det på tross av dette er planlagt mer boligbygging kan tolkes som at kommunen regner med at befolkningen vil øke relativt mye. En økende befolkning fører til et økt ansvar for å ta vare på verdiene som ligger i friluftslivet.

Fortsetter nedbyggingen av friluftslivsområdene, samtidig som befolkningen øker, kan man risikere at de til slutt blir for små, slitasjen øker, og områdenes verdi for folkehelse synker.

På stedet-intervjuene viser at Vanndammen/Kringsjø, Kariholma og Folkeparken har stor verdi for folkehelse. For å bevare og styrke denne verdien kreves det helhetlig og langsiktig innsats og engasjement. Samarbeid, medvirkning og kunnskap er viktige stikkord. Kristiansund kommune er den viktigste aktøren i dette arbeidet, men er helt avhengig av samarbeid, både tverrsektorielt innad i kommunen, samt med næringsliv, organisasjoner og lag. Befolkningens meninger og ønsker må aktivt innhentes, og gis innflytelse. Dette gjelder særlig befolkningsgrupper som i dag ikke er aktive deltakere i friluftslivet, samt utsatte grupper når det gjelder folkehelse. Dagens kunnskapsgrunnlag er godt, og med den pågående kartleggingen og verdsettingen av kommunens friluftslivsområder vil dette grunnlaget øke. I informantintervjuene fortelles det at bevisstheten rundt viktigheten av å bevare områdene er sterk. Med fortsatt samarbeid, aktiv tilrettelegging for medvirkning og økt kunnskap vil den kunne bli enda sterkere. Om dette fører til et sterkere vern av områdene vil tiden vise.

AVSLUTNING

Jeg har i denne oppgaven rettet søkelys mot temaene folkehelse og friluftsliv, samt sammenhengen mellom dem. Gjennom teori, kartlegging av områdenes natur- og friluftslivskvaliteter, samt intervjuer med ansatte i kommunen og brukere av friluftslivsområdene, har jeg arbeidet med å finne svar på hvilken betydning tre sentrumsnære friluftslivsområder i Kristiansund har for folkehelse.

Gjennom på stedet-intervjuene ble det klart at de tre friluftslivsområdene på Kirkelandet er mye brukt, og at de brukes til mye forskjellig. De har stor betydning som aktivitetsarenaer og sosiale møteplasser for både barn og voksne. Områdene spiller en viktig rolle for fysisk fostring og sosial omgang. I tillegg er de en kilde til ro, stillhet, naturopplevelse og stedsidentitet for mange. Områdenes fysiske forhold, deres størrelse, varierende naturlandskap og topografi er sentrale kvaliteter som gjør at ulike typer mennesker trekkes dit.

At områdene er delvis tilrettelagt er avgjørende for enkeltes mulighet til å bruke dem. Likevel må behovet for, og kommunens intensjon om økt tilrettelegging vurderes opp imot andre brukeres ønsker om et mest mulig naturlig og urørt friluftsliv.

Nærhet og tilgjengelighet er avgjørende aspekter for brukerne, og det bør være et mål å redusere opplevde barrierer for å gjøre terskelen for å delta i friluftslivet så lav som mulig.

Oppgavens problemstilling er relevant for flere kommuner i Norge. Å forbedre folkehelsen er et nasjonalt anliggende, og nasjonale retningslinjer slår fast at det viktigste arbeidet foregår i kommunene. Mye positivt har skjedd når det gjelder folkehelsearbeid den siste tiden, også i Kristiansund kommune. En helhetlig og langsiktig tilnærming har bidratt til en bedre forankring av temaet i kommunale prosesser. En forsterking av friluftslivets verdi for helsefremming og forebygging av sykdom er en del av fokuset.

Selv om kommunenes arbeid for folkehelse er forbedret, så pågår nedbyggingen av viktige friluftslivsområder fremdeles, til tross for en økende bevissthet rundt deres betydning for helse og trivsel i befolkningen. Bit-for-bit-nedbygging har også vært tendensen på Kirkelandet i Kristiansund, og det har ført til en betydelig reduksjon av friluftslivsareal siden etterkrigstiden. Også de siste årene, tross økt kunnskap om bynære friluftslivsområders verdi, og økt fokus på viktigheten av å forbedre folkehelsen, er grønne arealer benyttet til utbyggingsformål.

Det er attraktivt å bygge, drive næring og bo nær sentrum. Likevel må man ta i betraktning at tettheten av hus og folk allerede er høy. 45 % av befolkningen i kommunen bor på Kirkelandet og deres behov for grønne lunger og et godt bomiljø bør prioriteres. Nedbygging av grønne verdier er så godt som irreversibelt. Dette er et viktig argument for å velge andre alternativer framfor bygging i grønne områder.

En gang må nedbyggingen stoppe, for å unngå at kvalitetene som ligger i friluftslivsområdene mister mer av sin verdi. Politikerne representerer befolkningen, og har et ansvar for å gjøre det som er i folkets beste interesse. Økonomiske interesser bør komme i annen rekke når det gjelder forvaltningen av sentrumsnære friluftslivsområder.

At det stadig bygges ned friluftslivsarealer i Norge viser at det er behov for mer kunnskap og bevissthet omkring disse temaene. Denne masteroppgaven kan være en del av kunnskapsgrunnlaget rundt Kristiansund kommunens friluftsliv, og bidra til å belyse hvilke folkehelseverdier som ligger i Vanndamman/Kringsjø, Karihola og Folkeparken. Mer kunnskap om disse er nødvendig, og flere studier og publisitet rundt disse temaene kan bidra til å øke engasjementet i befolkningen når det gjelder folkehelse tiltak og bevaring av friluftslivsområder. Fokuset må opprettholdes, og for å oppnå målene for folkehelse må kommunen og politikerne være oppmerksom på utfordringene som eksisterer. Bevissthet og eierskap rundt folkehelse og bevaring av grønne verdier er nødvendig.

Arbeidet med denne oppgaven har vært interessant og givende. Informantene, både fra kommunen og i de tre friluftslivsområdene, var positive til å delta i studien.

Mange av intervjupersonene i på stedet-intervjuene var åpne og pratsomme. Andre intervjuer ble kortere i varighet. Grunnene til dette kan være flere, men jeg har inntrykk av at enkelte var tilbakeholdne når det kommer til temaer rundt psykisk helse og annen personlig informasjon. Grunnet omfanget av oppgaven ble det bare gjort på stedet-intervjuer med 13 personer. Med dette antallet kan det vanskelig sies at utvalget er representativt, men jeg mener likevel at informasjonen personene gav er relevant, og kan antas å gjelde flere av de som bruker områdene.

Oppgaven dreier seg hovedsakelig om hvilken verdi friluftslivsområder har for mennesker og menneskelige behov. Mer fokus på naturens egenverdi, og hvorfor denne er verdt å bevare, hadde vært interessant å undersøke videre.

Det trengs videre forskning om flere aspekter rundt folkehelse og friluftsliv. Større prosjekter, hvor tid og ressurser tillater mer omfattende og inkluderende utvalg, kan bidra til å belyse tematikken videre. Mer informasjon og kunnskap om friluftslivets betydning for folkehelse, både i kommunen, næringslivet, organisasjonsvirksomhet og befolkningen, vil kunne føre til et sterkere vern for sentrumsnære friluftslivsområder. Denne oppgaven kan forhåpentligvis være et bidrag i denne retningen.

REFERANSER

- Asplan Viak (2011) *Reguleringsplan med KU. Atlanten hotell og stadion*. Tilgjengelig fra: <http://docplayer.me/25993023-Reguleringsplan-med-ku-planforslag-atlanten-hotell-og-stadion-kristiansund.html> (lest 13.03.2018)
- Brevik, G. og Rafoss, K. (2017) *Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet*. Tilgjengelig fra: [https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1343/IS-0613%20Rapport%20Helsedirektoratet%20\(3a\).pdf](https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1343/IS-0613%20Rapport%20Helsedirektoratet%20(3a).pdf) (lest 13.02.2018)
- Brunsvika.net. (2011) *Kringsjå uten trær*. Tilgjengelig fra: <https://www.brunsvika.net/sok-i-brunsvika-net?searchword=kringsjå&searchphrase=all> (lest 15.03.2018)
- Brunsvika.net. (2012) *Litt om Fladvad-gården*. Tilgjengelig fra: <https://www.brunsvika.net/nyhetsarkiv-alle-artikler/10952-litt-om-fladvad-garden> (lest 15.03.2018)
- Brunsvika.net. (2014) *Fra Vanndamman*. Tilgjengelig fra: <https://www.brunsvika.net/historie/alle-historiske-artikler-liste/17108-fra-vanndamman>
- Brunsvika.net. (2016) *Gården Brunsvika og Karihola*. Tilgjengelig fra: <https://www.brunsvika.net/nyhetsarkiv-alle-artikler/21082-garden-brunsvika-og-karihola> (lest 15.03.2018)
- Børrud, E. (2012) Planlegging av en allerede bygget by. I: Aarsæther, N., Falleth, E., Nyseth, T., Kristiansen, R. (2012) *Utfordringer for norsk planlegging - kunnskap, bærekraft, demokrati*. Kristiansand: Cappelen Dam Høyskoleforlaget.
- Calogiuri, G., Chroni, S. (2014) The impact of the natural environment on the promotion of active living: An integrative systematic review. *BMC Public Health* 14/873. Tilgjengelig fra: <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/14/873> (lest 05.02.2018)
- Dervo, B.K., Skår, M., Köhler, B., Øian, H., Vistad, O.I., Andersen, O. og Gundersen, V. (2014) *Friluftsliv i Norge anno 2014 – status og utfordringer- NINA Rapport 1073*. Tilgjengelig fra: <http://www.nina.no/archive/nina/PppBasePdf/rapport/2014/1073.pdf> (lest 15.02.2018)
- Engage Education Foundation (2018) *Dimensions of health*. Tilgjengelig fra: <https://wiki.engageeducation.org.au/health-and-human-development/unit-3/area-of-study-1-understanding-australias-health/dimensions-of-health/> (lest 04.02.2018)
- Engelien, E., Steinnes, M. og Holst Bloch, V. V. (2004) *Tilgang til friluftsområder. Metode og resultater 2004*. SSB Notater 2005/15. Tilgjengelig fra: http://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/notat_200515/notat_200515.pdf (lest 13.02.2018)
- Faarlund, N. (2003) *Friluftsliv. Hva – hvorfor – hvordan*. Tilgjengelig fra: <http://www.naturliv.no/faarlund/hva%20-%20hvorfor%20-%20hvordan.pdf> (lest 26.04.18)
- Falkevik, J. B. (2001) *Kulturminner og kulturhistorie*. Dokument tilsendt fra Kristiansund kommune.
- Folkehelseinstituttet (2014) *Folkehelse rapporten 2014 – Helsetilstanden i Norge*. Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt. Tilgjengelig fra: http://www.fhi.no/eway/default.aspx?pid=239&trg=Content_6503&Main_6157=6246:0:25,5498&MainContent_6246=6503:0:25,5508&Content_6503=6259:113662:25,5508:0:6250:1:::0:0 (lest 05.02.2018)
- Folkehelseinstituttet (2015) *Om fysisk aktivitet*. Tilgjengelig fra: <https://www.fhi.no/historisk-arkiv/artikler/om-fysisk-aktivitet/> (lest 22.02.18)
- Folkehelseinstituttet (2018) *Folkehelseprofil 2018 - Kristiansund*. Oslo: Folkehelseinstituttet. Tilgjengelig fra: <https://khp.fhi.no/PDFVindu.aspx?Nr=1505&sp=1&PDFaar=2018> (lest 01.02.2018)
- Folkehelseloven- Lov om folkehelsearbeid (2012) *Lov av 01.01.2012 om folkehelsearbeid*. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29>
- Friluftslivsloven - Lov om friluftslivet (1957) *Lov av 01.07.1057 om friluftslivet*. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1957-06-28-16?q=friluftsliv> (lest 16.02.2018)
- Friluftsrådernes Landsforbund (2017) *Interkommunale friluftsråd*. Sandvika: Friluftsrådernes Landsforbund. Tilgjengelig fra: <https://www.friluftsrad.no/om-fl/vart-oppdrag/interkommunale-friluftsrad> (lest 18.02.2018)
- Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal (2015) *Friluftsliv for alle hele året – Strategi mot 2015*. Tilgjengelig fra: http://www.stikkut.no/site/img/720/Strategiplan_2010_-_2015.pdf (lest 04.03.2018)
- Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal (2018) *Friluftsrådet Nordmøre og Romsdal*. Tilgjengelig fra: <https://www.stikkut.no/nr> (lest 03.03.2018)
- Grunnloven- Kongeriket Norges grunnlov (1814) *Lov av 05.17.1814. Kongeriket Norges grunnlov*. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1814-05-17-nn?q=grunnloven> (lest 16.02.2018)
- Helsedirektoratet (2016) *Statistikk om fysisk aktivitetsnivå og stillesitting*. Tilgjengelig fra: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/fysisk-aktivitet/statistikk-om-fysisk-aktivitetsniva-og-stillesitting> (lest 18.02.2018)
- Helsedirektoratet (2017) *Psykisk helse og livskvalitet – lokalt folkehelsearbeid*. Tilgjengelig fra: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/veivisere-i-lokale-folkehelse tiltak/psykisk-helse-og-livskvalitet-lokalt-folkehelsearbeid#viktige-innsatsomr%C3%A5der> (lest 15.04.2018)
- Helsedirektoratet (2018) *Folkehelse*. Oslo: Helsedirektoratet. Tilgjengelig fra: <https://helsedirektoratet.no/folkehelse> (Lest 04.02.2018)
- Hofstad, H. (2015) *Folkehelse – vitalisering av sosial bærekraft i kompakt byutvikling*. I: Hanssen, G. S., Hofstad, H. og Saglie, I-L. (2015) *Kompakt byutvikling – muligheter og utfordringer*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Jacobsen, D. I. (2016) *Hvordan gjennomføre undersøkelser- Innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. 3.utg. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Kristiansund kommune (2010) *Kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv 2011-2018*. Kristiansund: Kristiansund kommune.
- Kristiansund kommune (2014) *Forvaltningsplan for statlig sikra friluftslivsområder Kristiansund for 2014-2018*. Forvaltningssplan Kristiansund: Atlanten. Kristiansund: Kristiansund kommune
- Kristiansund kommune (2016a) *Oversikt over helsetilstand i Kristiansund 2016*. Tilgjengelig fra: https://www.kristiansund.kommune.no/_f/p1/i40239fc0-00a3-450d-bade-b42db39735dd/2016-folkehelseoversikt-i-kristiansund.pdf (lest 02.03.2018)
- Kristiansund kommune (2016b) *Planstrategi for Kristiansundsregionen. Spesiell del: Kristiansund kommune 2016-2019*. Tilgjengelig fra: https://www.kristiansund.kommune.no/_f/p1/i0d842f7c-571c-4712-82e8-de9b0f4c0f93/planstrategi-for-kristiansundsregionen-ksu-vedtatt-28062016.pdf (lest 04.03.2018)
- Kristiansund kommune (2017a) *Kommuneplan for Kristiansund 2018-2030. Samfunnsdel- mål og strategier*. Tilgjengelig fra: <http://innsyn.kristiansund.kommune.no/RegistryEntry/ShowDocument?registryEntryId=393338&documentId=557882> (lest 03.03.2018)
- Kristiansund kommune (2017b) *Planbeskrivelse og konsekvensutredning. Kommunedelplan for Kristiansund sentrum*. Tilgjengelig fra: https://www.kristiansund.kommune.no/_f/p1/i1881abb3-a922-449a-8e29-63a36999efca/planbeskrivelse_kdp_kristiansund_sentrum_20170630.pdf (lest 04.03.2018)
- Kristiansund kommune (2018) *Varden*. Tilgjengelig fra: <http://www.gjenreisningsbyen.no/artikler/varden> (lest 13.03.2018)
- Kulturnett (2006) *Kristiansund kommune*. Tilgjengelig fra: <http://mr.kulturnett.no/kristiansund-kommune> (lest 13.03.2018)
- Maller, C., Townsend, M., Pryor, A., Brown, P., St Leger, L. (2005) Healthy nature healthy people: 'contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations. *Health Promotion International*, 21 (1): 45-54.
- Meland, A. (2006) Et kritisk blikk på norsk friluftslivsforvaltning. *Utmark - tidsskrift for utmarksforskning* 1/2006. Tilgjengelig fra: http://www.utmark.org/utgivelser/pub/20061/art/Meland_Utmark_1_2006.html (lest 13.02.2018)
- Meld. St. 16 (2002) *Meld. St. 16 (2002-2003) Resept for et sunnere Norge*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stmeld-nr-16-2002-2003-/id196640/?ch=1&q=> (lest 14.02.2018)

REFERANSER

Meld. St. 18 (2016) Meld. St. 18 (2015-2016). *Friluftsliv - Natur som kilde til helse og livskvalitet*. Oslo: Klima- og miljødepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/9147361515a74ec8822c8dac5f43a95a/no/pdfs/stm-201520160018000dddpdfs.pdf> (lest 01.02.2018)

Meld. St. 19 (2015) *Meld. St. 19 (2014-2015) Folkehelsemeldingen – Mestring og muligheter*. Oslo: Helse- og omsorgsdepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-2014-2015/id2402807/> (lest 14.02.2018)

Meld. St. 40 (1986) Meld. St. nr. 40 (1986-1987) *Om friluftsliv*. Oslo: Miljøverndepartementet Tilgjengelig fra: <https://www.stortinget.no/no/Saker-og-publikasjoner/Stortingsforhandlinger/Lesevisning/?p=1986-87&paid=3&wid=c&psid=DIVL483> (lest 28.04.2018)

Miljødirektoratet (2014a) *Kartlegging og verdsetting av friluftslivsområder*. Oslo: Miljødirektoratet. Tilgjengelig fra: <http://www.miljodirektoratet.no/Documents/publikasjoner/M98/M98.pdf> (lest 13.02.2018)

Miljødirektoratet (2014b) *Planlegging av grønnstruktur i byer og tettsteder*. Oslo: Miljødirektoratet. Tilgjengelig fra: <http://www.miljodirektoratet.no/Documents/publikasjoner/M100/M100.pdf> (lest 13.02.2018)

Miljødirektoratet (2017) *Nordmenns deltakelse i friluftsliv*. Oslo: Miljødirektoratet. Tilgjengelig fra: <http://www.miljostatus.no/tema/friluftsliv/nordmenns-deltakelse-i-friluftsliv/>. (lest 15.02.2018)

Miljøstatus (2018) *Statlig sikra friluftslivsområder*. Tilgjengelig fra: <http://www.miljostatus.no/kart/> (lest 10.03.2018)

Miljøverndepartementet (2008) *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse*. Rapport fra det nordiske miljøprosjektet «Friluftsliv og psykisk helse». Oslo: Miljøverndepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/vedlegg/rapporter/t-1474.pdf> (lest 16.02.2018)

Miljøverndepartementet (2009) *Naturopplevelse, friluftsliv og vår psykiske helse. Rapport fra det nordiske miljøprosjektet «Friluftsliv og psykisk helse»*. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/md/vedlegg/rapporter/t-1474.pdf> (lest 14.02.2018)

Miljøverndepartementet (2013a) *Nasjonal strategi for et aktivt friluftsliv – en satsing på friluftsliv i hverdagen; 2014-2020*. Oslo: Miljøverndepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/4061fdb13c834bccaebd8b-920f9e96b/t-1535.pdf> (lest 03.02.18)

Miljøverndepartementet (2013b) *Nasjonal handlingsplan for statlig sikring og tilrettelegging av friluftslivsområder*. Oslo: Miljøverndepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/f6af717dac1949179ab3b1e105d-34fa0/t-1534.pdf> (lest 16.02.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2013) *Regional delplan for folkehelse 2014-2017*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Plan-og-analyse/Regional-planlegging/Regionale-delplanar/Regional-delplan-for-folkehelse> (lest 04.03.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2015) *Regional plan for attraktive byer og tettsteder 2014-2020*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Plan-og-analyse/Regional-planlegging/Regionale-delplanar> (lest 04.03.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2016a) *Fylkesplan for Møre og Romsdal 2017-2020*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Nyheiter/Fylkesplan-2017-2020-vedtak-endeleg-plan> (lest 04.03.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2016b) *Årsrapport God Helse partnerskapet 2016*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/Folkehelse-fysisk-aktivitet/God-Helse-partnerskapet> (lest 04.03.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2017) *Kommunestrategikk- Kristiansund kommune*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Plan-og-analyse/Statistikk-og-analyser/Kommunestatistikk> (lest 03.03.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2018a) *God Helse partnerskapet*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Kultur/Folkehelse-fysisk-aktivitet/God-Helse-partnerskapet> (lest 04.03.2018)

Møre og Romsdal fylkeskommune (2018b) *Vanndamman og Roligheten*. Tilgjengelig fra: <https://mrfylke.no/Morotur/KULTUR/Vanndamman-og-Roligheten> (lest 13.03.2018)

Naturmangfoldsloven - Lov om forvaltning av naturens mangfold (2009) *Lov av 19.06.2009 om forvaltning av naturens mangfold*. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2009-06-19-100> (lest 16.02.2018)

Nilssen, J. P. (2010) *Nedbygging av kystnaturen. Et varsko for Skagerrakkysten*. I: Berntsen, B. og Hågvar, S. (2010) *Norsk natur – farvel?* Otta: Unipub.

Norsk Friluftsliv (2014) *Potensiell velferdsgevinst pr kommune – fysisk aktivitet*. Tilgjengelig fra: <http://www.norskfriluftsliv.no/potensiell-velferdsgevinst-ved-fysisk-aktivitet-pr-kommune/> (lest 13.03.2018)

Næss, P. (1992) *Miljøfilosofiske essays*. NIBR-notat 1992:115. Oslo: Norsk institutt for by- og regionforskning.

Næss, P. (2012) *Bærekraft og klimahensyn i planlegging*. I: Aarsæther, N., Falleth, E., Nyseth, T., Kristiansen, R. (2012) *Utfordringer for norsk planlegging- kunnskap, bærekraft, demokrati*. Kristiansand: Cappelen Dam Høyskoleforlaget.

Næss, P., Saglie, I-L og Halvorsen, K. (2015) *Ideen om den kompakte by i norsk sammenheng*. I: Hanssen, G.S., Hofstad, H. og Saglie, I-L. (2015) *Kompakt byutvikling. Muligheter og utfordringer*. Oslo: Universitetsforlaget.

ORKidé regionråd (2014) *Interkommunal kommunedelplan for sjøområdene på Nordmøre*. Planprogram. Tilgjengelig fra: <http://www.orkideportalen.no/files/dmfile/FERDIG-PLANPROGRAM-SJOMRDEPLAN-DESEMBER-20141.pdf> (lest 04.03.2018)

Plan- og bygningsloven - Lov om planlegging og byggesaksbehandling (2008) *Lov av 27.06.2008 om planlegging og byggesaksbehandling*. Tilgjengelig fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2008-06-27-71> (lest 16.02.2018)

Sjong, M-L. (1992) *Friluftsliv i behandlingen av belastede grupper- en oversikt over forskning og utredning*. Trondheim: Direktoratet for naturforvaltning. Tilgjengelig fra: <http://www.miljodirektoratet.no/old/dirnat/attachment/749/DN-rapport%201992-8.pdf> (lest 16.02.2018)

Skår, M., Stokke, K, B., Vindenes, E. (2008) *Hvem tar ansvar for friluftslivet i lokal planlegging og forvaltning? Utmark – tidsskrift for utmarksforskning 2/2008*. Tilgjengelig fra: http://www.utmark.org/utgivelser/pub/2008-2/art/Skaar_Stokke_Vindenes_Utmark_2_2008.html (lest 13.02.2018)

SSB (2017a) *Idrett og friluftsliv, leveårsundersøkelsen*. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/statistikker/fritid> (lest 15.02.2018)

SSB (2017b) *Døde, 2016*. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/befolkning/statistikker/dode/aar/2017-03-09> (lest 15.02.2018)

SSB (2018a) *Kommunefakta, Kristiansund*. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/kommunefakta/kristiansund> (lest 04.03.2018)

SSB (2018b) *Folkemengde og befolkningsendringer*. Tilgjengelig fra: <https://www.ssb.no/statbank/table/04317/?rid=d1cf04a1-1bd7-42f6-8495-929284432b69>

Thorén, K. H. (2010) *De grønne lungene som forsvant. Om tap av grønnstruktur i byer og tettsteder*. I: Berntsen, B. og Hågvar, S. (2010) *Norsk natur – farvel?* Otta: Unipub.

Thorén, K. H. og Saglie, I-L. (2015) *Hvordan ivaretas hensynet til grønnstruktur og naturmangfold i den kompakte byen*. I: Hanssen, G.S., Hofstad, H. og Saglie, I-L. (2015) *Kompakt byutvikling. Muligheter og utfordringer*. Oslo: Universitetsforlaget.

Vetlesen, A. J. (2012) *Technology, nature and ethics*. I: Bhaskar, R., Næss, P. og Høyer, K. G. (2012) *Ecophilosophy in a world of crisis*. Oxon: Routledge.

WCED - World Commission on Environment and Development (1987) *Our common future*. Tilgjengelig fra: <http://www.un-documents.net/our-common-future.pdf> (lest 15.02.2018)

WHO - World Health Organization (2014) *Mental health: a state of well-being*. Tilgjengelig fra: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/ (lest 05.02.2018)

WHO - World Health Organization (2015) *Public health*. Tilgjengelig fra: <http://www.who.int/trade/glossary/story076/en/#> (lest 15.02.2018)

FIGURER

Figur 1: Flyfoto over Kristiansund. Foto: Johan Wildhagen. Kilde: <http://www.visitmr.com/i-denne-byen-kan-du-be-soeke-fire-land>

Figur 2: Andelen som har deltatt på ulike friluftaktiviteter i løpet av de siste 12 mnd. 16 år og oppover. Kilde: SSB- Statistisk sentralbyrå (2017) Idrett og friluftsliv, levekårsundersøkelsen. <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/statistikker/fritid>

Figur 3: Motivasjon for å "gå tur". Kilde: St.meld. nr. 18 (2016) Friluftsliv- Natur som kilde til helse og livskvalitet. Oslo: Klima- og miljødepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/9147361515a74ec8822c8dac5f43a95a/no/pdfs/stm-201520160018000dddpdfs.pdf>

Figur 4: Tilhørighet til ulike klasser knyttet til aktivitetstyper. Alder 28-70 år. Kilde: Breivik, G. og Rafoss, K. (2017) Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet. [https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1343/IS-0613%20Rapport%20Helsedirektoratet%20\(3a\).pdf](https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1343/IS-0613%20Rapport%20Helsedirektoratet%20(3a).pdf)

Figur 5: Maksimal avstand til friluftslivsområde for ulike aldersgrupper for å sikre aktiv deltakelse. Egenprodusert. Kilde: Miljøverndepartementet (2013a) Nasjonal strategi for et aktivt friluftsliv – en satsing på friluftsliv i hverdagen; 2014-2020. Oslo: Miljøverndepartementet. <https://www.regjeringen.no/contentassets/4061fdb13c834bccaebd8b-920f9e96b/t-1535.pdf>

Figur 6: Det systematiske folkehelsearbeidet. Kilde: Helsedirektoratet (2017) Systematisk folkehelsearbeid. <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/folkehelsearbeid-i-kommunen/systematisk-folkehelsearbeid#m%C3%A5I-og-strategier>

Figur 7: De 10 største risikofaktorene for dødelighet i Norge. Kilde: Folkehelseinstituttet (2014) Folkehelse rapporten 2014- Helsetilstanden i Norge. <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/moba/pdf/folkehelse rapporten-2014-pdf.pdf>

Figur 8: Andelen som oppfyller anbefalt aktivitetsnivå. Kilde: Helsedirektoratet (2016) Statistikk om fysisk aktivitetsnivå og stillesitting. <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/fysisk-aktivitet/statistikk-om-fysisk-aktivitetsniva-og-stillesitting>

Figur 9: Andelen av kystlinja som ligger nærmere enn 100 meter fra bygninger, 2005. Kilde: Riksrevisjonen (2007) Riksrevisjonens undersøkelse av bærekraftig arealplanlegging og arealdisponering i Norge. https://www.riksrevisjonen.no/SiteCollectionDocuments/Dokumentbasen/Dokument3/2006-2007/Dok_3_11_2006_2007.pdf

Figur 10: Kristiansund havn, utsnitt. Foto: https://marinas.com/view/harbor/vwtppl_Kristiansund_Harbour_Kristiansund_Norway

Figur 11: Kristiansund kommune, beliggenhet. Kart: Wikimedia: https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Norway_municipalities_2012_blank.svg. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 12: Kaibakken, sentrums hovedgate. Foto: Tidens Krav Kilde: <https://www.tk.no/kultur/kino/kristiansund/i-helga-blir-det-utekino-i-kaibakken/s/5-51-229882?access=granted>

Figur 13: Vestbase. Foto: Norsk oljemuseum Kilde: <http://digitaltmuseum.no>

Figur 14: Kristiansund sentrum. Kilde: <https://www.180.no/firmavis/19616553294561.htm>

Figur 15: Festiviteten, Kristiansunds kulturbygg. Foto: Visit Nordmøre og Romsdal Kilde: <https://www.visitnorway.no/reisemal/vestlandet/nordvest/listings-northwest/festiviteten-operahus/26958/>

Figur 16: Turmål, turområder, badeplasser og Stikk UT-mål (2017) i Kristiansund kommune. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 17: Folkehelseprofilen for Kristiansund, utsnitt. Kilde: Folkehelseinstituttet (2018) Folkehelseprofilen 2018. <https://www.fhi.no/hn/helse/folkehelseprofil/>

Figur 18: Kirkelandet/Gomalandet, beliggenhet. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 19: Boligtetthet. Kilde: Møre og Romsdal fylkeskommune (2017) Kommunestrategiskikk - Kristiansund kommune. <https://mrfylke.no/Tenesteomraade/Plan-og-analyse/Statistikk-og-analyser/Kommunestatistikk>

Figur 20: Vanndamman. Foto: Hans Einar Ohrstrand

Figur 21: Caseområdene. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 22: Kommuneplanens arealdel. Kilde: Kristiansund kommune (2011) Kommuneplanens arealdel. https://www.kristiansund.kommune.no/_f/p1/ic4d0b1c5-c4eb-4214-9b5d-a11d5f1067ce/komplanvedtatt2011m15.pdf

Figur 23: Kommunale eiendommer. Kart tilsendt fra Kristiansund kommune.

Figur 24: Dalen gård, 1943. Foto: Nordmøre Museum. Kilde: <http://digitaltmuseum.no>

Figur 25: Vanndamman 1910-1920, før beplantning. Foto: Nordmøre Museum. Kilde: <http://digitaltmuseum.no>

Figur 26: Avstander. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 27: Folkeparken - Topografi og statlig sikring. Kartgrunnlag: kilden.nibio.no

Figur 28: Vanndamman/Kringsjø - Topografi og statlig sikring. Kartgrunnlag: kilden.nibio.no

Figur 29: Karihola - Topografi og statlig sikring. Kartgrunnlag: kilden.nibio.no

Figur 30: Vanndamman/Kringsjø - Vegetasjon, naturtype og nasjonale interesser i by. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 31: Karihola - Vegetasjon og naturtype. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 32: Folkeparken- Vegetasjon, naturtype og kulturminner. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 33: Vanndamman/Kringsjø- Turveier og turmål. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 34: Klubba.

Figur 35: Havstien

Figur 36: Turvei i Kringsjø

Figur 37: Varden

Figur 38: Vanndamman. Foto: Hans Einar Ohrstrand

Figur 39: Karihola- Turveier og turmål. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 40: Treskoholet

Figur 41: Turvei i Karihola

Figur 42: Tysk forsvarsverk fra andre verdenskrig

Figur 43: Gapahuk og bålpass

Figur 44: Storsteinan

Figur 45: Folkeparken - Turveier og turmål. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 46: Lasken

Figur 47: Kleppen. Foto: Møre og Romsdal fylkeskommune. <https://mrfylke.no/Morotur/Turar/Kleppen-Folkeparken>

Figur 48: Noroddløypa

Figur 49: Jentabukta

Figur 50: Aktivitetspark

Figur 51: Vanndamman/Kringsjø - Grad av tilrettelegging. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 52: Karihola - Grad av tilrettelegging. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 53: Folkeparken - Grad av tilrettelegging. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 54: Utbygging på Kirkelandet. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 55: Kirkelandet, 1947. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 56: Karihola på 50-tallet. Foto: Nordmøre Museum Kilde: <http://digitaltmuseum.no>

Figur 57: Karihola, 2012. Foto: Arkivfoto tatt av Bjørn Arild Hansen. Kilde: <https://www.tk.no/meninger/leserbrev/hva-skjer-med-bebyggelsen-her-i-byen/o/5-51-141366>

Figur 58: Kirkelandet, 1972. Ortofoto: <http://norgebilder.no/>

Figur 59: Gomalandet og Folkeparken, 1960. Foto: Nordmøre Museum. Kilde: <http://digitaltmuseum.no>

Figur 60: Ordsky - Aktivitet

Figur 61: Ordsky - Motivasjon

Figur 62: Ordsky - Ønsker

Figur 63: Klubba i ruskevær. Foto: Hans Einar Ohrstrand

Figur 64: Duer i Vanndamman. Foto: Hans Einar Ohrstrand

Figur 65: Forsvarsverk fra andre verdenskrig i Karihola. Foto: Hans Einar Ohrstrand



Norges miljø- og biovitenskapelige universitet
Noregs miljø- og biovitenskapelige universitet
Norwegian University of Life Sciences

Postboks 5003
NO-1432 Ås
Norway