



Norges miljø- og biovitenskapelige  
universitet  
Fakultet for samfunnsvitenskap  
Institutt for landskapsplanlegging

Masteroppgave 2015  
30 stp

## Byrom for fysisk aktivitet - støttet av norske spillemidler

Urban public space promoting  
physical activity  
-supported by the norwegian  
gaming funds

Even Bakken

MASTEROPPGAVE - 2015 - EVEN BAKKEN

# BYROM FOR FYSISK AKTIVITET

-STØTTET AV NORSKE SPILLEMIDLER





# BIBLIOTEKSIDE

**TITTEL: BYROM FOR FYSISK AKTIVITET  
-STØTTET AV NORSKE SPILLEMIDLER**

**TITLE: URBAN PUBLIC SPACE PROMOTING PHYSICAL ACTIVITY  
-SUPPORTED BY THE NORWEGIAN GAMING FUNDS**

**FORFATTER: EVEN BAKKEN**

**HOVEDVEILEDER: DENI RUGGERI FØRSTEAMANUENSIS VED  
INSTITUTT FOR LANDSKAPSPANLEGGING VED NMBU.**

**SIDEANTALL: 172**

**OPPLAG: 4**

**EMNEORD: FOLKEHELSE, NORSK TIPPING AS, BYROM,  
AKTIVITET, BYROMSIDRETT, IDRETT, MOSS, MØLLEBYEN,  
FYSISK AKTIVITET, SPILLEMIDLER.**

**KEYWORDS: PUBLIC HEALTH, NORWEGIAN LOTTERY FOUND,  
URBAN SPACES, ACTIVITY, CITY SPORTS, SPORTS, MOSS,  
MØLLEBYEN, PHYSICAL ACTIVITY, LOTTERY FOUNDS.**

# TAKK TIL



Figur 1.

## **DENI RUGGERI HOVEDVEILEDER**

- Jeg vil gjerne takk Deni Ruggeri, førsteamanuensis ved institutt for landskapsplanlegging ved NMBU, som har vært min hovedveileder i denne masteroppgaven. Deni hjalp meg med å finne riktig vinkling og størrelse på oppgaven, og har støttet meg og motivert meg når det har vært nødvendig.



Figur 2.

## **JAN BERNIGEROTH BIVEILEDER**

- Jan har vært min biveileder, og er førsteamanuensis ved institutt for landskapsplanlegging ved NMBU. Jan har kommet med gode råd og innspill underveis i arbeidet med design, og jeg har satt stor pris på hans entusiasme.



Figur 3.

## **ANDERS HUS FOLKEDAL KONTAKT ASPLAN VIAK**

- Årsaken til at jeg fikk en veldig god start på oppgaven tidlig i januar, var Anders sin fortjeneste. Jeg hadde problemer med å velge caseområde, og spurte derfor om Asplan Viak hadde en idé. Det hadde de, og Moss ble foreslått. Helt i starten av masteroppgaven fikk jeg en god introduksjon og materiale fra dem, samt tilbud om å sitte i Sandvika og jobbe. Det ble dessverre for langt å pendle, men har hele tiden vært en trygghet.



Figur 4.

## **ESPEN EVENSEN REINFJORD KONTAKT ASPLAN VIAK**

- Espen skrev i sin artikkel i Arkitektnytt om noe som jeg hadde tenkt lenge på - hvorfor ikke legge til rette for flere aktiviteter i sentrum av byene våre? Jeg avtalte et møte med ham nesten ett år før masteroppgaven skulle skrives, og lurte på om jeg kunne samarbeide med Asplan Viak. Espen hadde tro på meg, og sendte meg videre til Anders. Jeg er takknemlig for at Espen tok seg tid til å sende meg i riktig retning.



# FORORD

Denne masteroppgaven er skrevet ved Institutt for landskapsplanlegging (ILP) ved Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU), og markerer avslutningen på min seks år lange utdanning innen landskapsarkitektur og byplanlegging. Oppgaven utgjør 30 studiepoeng.

Tematikken er valgt på bakgrunn av min interesse for mennesker og fysisk aktivitet. Ideen om å legge idrett- og aktivitetstilbud inn i byrommene fikk jeg første gang på studietur i København. Byen har jobbet med byromsaktiviteter i lengre tid, og fungerer som et forbilde i denne sammenheng.

Jeg ønsket å lære om hvilke muligheter spillemidlene gir, og som landskapsarkitekt vil jeg bruke denne kunnskapen i framtidig planlegging. Jeg mener at vi som landskapsarkitekter vil kunne utforme bedre aktive byrom ved å ha kunnskap om spillemidlene.

Med oppgaven ønsker jeg å fremme ideen og potensialet til spillemidlene som økonomisk og helsefremmende gulrot i kommune-Norge. Selv om staten ønsker å bruke spillemidlene til nettopp dette, viser dagens praksis at man går glipp av flere potensielle nærmiljøanlegg i byrom, fordi kunnskapen om hvordan man kan benytte spillemidlene ikke er god nok. Jeg mener landskapsarkitekter kan og bør gripe muligheten til å benytte spillemidlene i planleggingen av aktive byrom.

Jeg vil benytte anledningen til å takke Maria Eugenie Gjølseth Buene for å ha hjulpet meg med å lese korrektur. Jeg vil også takke Vibeke Arnesen og Terje Pettersen på ByLab i Moss for all hjelp. Annette Thorgersen i Moss kommune har også vært en god støttespiller i forhold til spillemidlene. Takk til øvrige personer jeg har vært i kontakt med, og som har gitt meg kunnskap og forståelse. En stor takk rettes også til klassekamerater, venner og familie.

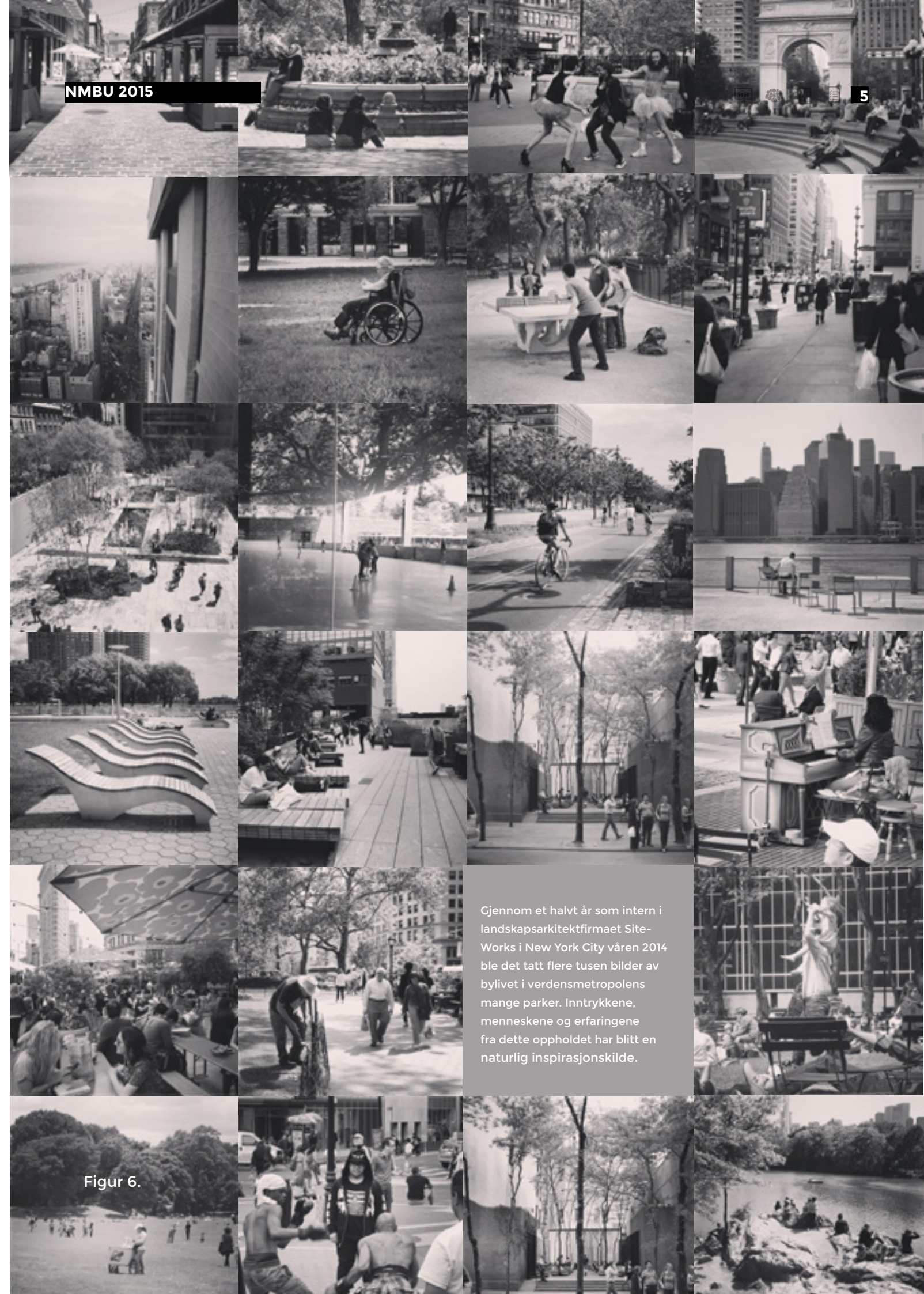
Ås, 15.05.2015



Figur 5  
Eve Pettersen

NMBU 2015

5



Gjennom et halvt år som intern i landskapsarkitektfirmaet Site-Works i New York City våren 2014 ble det tatt flere tusen bilder av bylivet i verdensmetropolens mange parker. Inntrykkene, menneskene og erfaringene fra dette oppholdet har blitt en naturlig inspirasjonskilde.

Figur 6.



# ABSTRAKT



Figur 7.

Fysisk aktivitet er et universelt tema i dagens samfunn, og både befolkningen og staten har et felles ansvar for folkehelsen. Gjennom spillemidlene delte den Norske stat ut 1860 millioner kroner til idrett og fysiske aktivitet i 2014. Det er i dag en hard kamp om prioriteringer og bruken av midlene. Fra 2013 til 2014 økte bevilgningene med 19 prosent. For å øke mangfoldet i aktivitetstilbudet til den norske befolkningen, må nye typer anlegg settes på dagsordenen. Denne oppgaven utfordrer de eksisterende holdningene og mytene om at spillemidlene ikke støtter annet en tradisjonelle idrettsanlegg som fotballbaner. Målet med oppgaven er å vise at ved å benytte spillemidlene til å utvikle nærmiljøanlegg i byrommene våre, vil man stimulere til økt fysisk aktivitet og bidra til bedre folkehelse. Som samfunn står vi overfor utfordringer i folkehelsearbeidet knyttet til ensomhet og fysisk inaktivitet.

"Byrom for fysisk aktivitet" skal være inspirerende, annerledes og inviterende. Velutformede nærmiljøanlegg i byrommene våre vil fungere som både sosiale og aktive arenaer. Landskapsarkitekter og planleggere har et ansvar for at ikke alle byens sosiale arenaer skal koste penger, noe

de mest populære private sosiale arenaene gjør i dag (kjøpesenter, organisert idrett, treningsstudio og kafe). Nye offentlige nærmiljøanlegg kan utfordre dagens situasjon ved å tilby en gratis arena hvor en kan delta uavhengig av økonomisk situasjon.

Gjennom et casestudie av Moss viser oppgaven tre forslag til mulige nærmiljøanlegg i byrom: et gateløp, en bakgård og en tradisjonell park. Moss har som mange andre mindre byer en utfordring med sentrumsdød, og nærmiljøanleggene kan også fungere som et ledd i prosessen med å snu den negative utviklingen. De tre forslagene har oppstått gjennom en bred medvirkningsprosess, der befolkningen i Moss har deltatt gjennom workshop, spørreundersøkelser og idéinnsamling. Idéforslagene er ikke ment som et endelig svar på design og form, men er et innspill til diskusjon og videre bearbeiding gjennom Moss kommunes ByLab.

Opgaven fungerer som et eksempel på hvordan landskapsarkitekter kan bidra til å skape et bredere og mer variert aktivitetstilbud i norske bymiljø gjennom bruk av spillemidler.

# ABSTRACT



Figur 8.

Activity and Public Health concerns many in today's society, including the state. Through lottery funds from the Norwegian Tipping, the Norwegian government has invested over 1.86 billion kroner for sport and physical activity in 2014. There is currently a fierce battle about priorities and use of the funds. From 2013 to 2014 appropriations have increased by 19 percent, but use of the funds has favored football as the dominant sport. This in spite of the government's desire to allocate money to a broader range of self-organized, informal physical activities. This thesis puts the spotlight on this issue from a landscape architect perspective. Challenging existing attitudes and myths that lottery funds only support traditional sports this thesis proposes to use these funds to facilitate active community life in under-used urban spaces and promote more active and healthier lifestyles.

Urban public space should be inspiring, diverse and inviting. As a society, where more and more people are struggling with loneliness and sedentary life, such active community spaces can serve as meeting place and social arenas. Through the case study of Moss, a medium size city, this the-

sis illustrates three visions for possible application of in lottery funds toward the creation of urban spaces intended to enhance physical activity for residents focusing on three underutilized spaces: a street, a backyard and a traditional park.

These three proposals have arisen through a broad participatory process, which sought to engage Moss residents through workshops, online surveys and a "pink piggy bank," a playful instrument used to solicit people's wants and needs with regard to social public spaces. The proposals are not intended to be finalized in its design and shape, but rather as ideas open for discussion and further development by the Moss municipality's ByLab. Like other small cities, Moss suffers from a dying downtown and this project suggests that Norsk Tipping subsidies may be needed to encourage more positive futures.

The project concludes with an example of how landscape architects can take more active roles in partnering with municipalities to redesign underused urban public spaces and enable greater physical and social health through lottery funds.

# INNHOOLD



Figur 9.

## 00 - INTRODUKSJON

- 02 – BIBLIOTEKSIDEN
- 03 – TAKK TIL
- 04 – FORORD
- 06 – ABSTRAKT
- 10 – PROBLEMSTILLING/MÅL
- 11 – METODE
- 12 – AVGRENSNING FOR OPPGAVEN
- 13 – BEGREPSAVKLARING & FORKORTELSER

## 14 - KUNNSKAP

- 16 – INTRODUKSJON
- 20 – FYSISK AKTIVITET
- 24 – STATISTIKK: BARN OG FYS. AKTIVITET
- 25 – STATISTIKK: VOKSNE OG FYS. AKTIVITET
- 26 – SPILLEMIDLENE GJENNOM NORSK TIPPING AS
- 28 – STATISTIKK: SPILLEMIDLENE
- 30 – POLITIKK FOR FYSISK AKTIVITET
- 32 – VEILEDER: KOMMUNAL PLANLEGGING

## 34 - MENNESKER

- 36 – NORSKE AVISER
- 38 – SPØRREUNDERSØKELSE TIL 20 KOMMUNER
- 40 – SPØRREUNDERSØKELSE TIL BEFOLK. I MOSS
- 46 – OPPSUMMERING AV SPØRREUNDERSØKELSE
- 47 – OPPSUMMERING AV INTERVJUER
- 48 – KONTAKT, NETTSIDE
- 49 – IDÉGRIS

## 50 - ANALYSE OG UTFORMING

- 52 – OPPGAVEOMRÅDE
- 54 – MOSS
- 56 – NØKKELTALL FOR MOSS
- 57 – HISTORISK TIDSLINJE
- 58 – FOLKEHELSEPROFILEN MOSS
- 60 – OVERSIKT
- 62 – REGISTRERINGER I MOSS
- 64 – MØLLEBYEN
- 66 – BILDER FRA MØLLEBYEN
- 67 – ELEMENTER FRA MØLLEBYEN
- 68 – BYROM TIL VURDERING
- 70 – TRE UTVALGTE BYROM

- 71 – SOL/SKYGGEANALYSE
- 72 – KOMMUNEDELPLAN SENTRUM
- 74 – SNITTOPPRIS
- 76 – EN NY BYAKSE
- 80 – WORKSHOP
- 82 – RESULTAT AV WORKSHOP
- 84 – REFERANSEPROSJEKTER
- 86 – KONSEPT
- 87 – UTFORMINGSPRINSIPPER
- 88 – HVA SKAPER ET GODT BYROM

- 90 – BYROM 1: BJELKEN (GATEN)
- 104 – BYROM 2: BRYGGERIPARKEN (PARKEN)
- 118 – BYROM 3: BAKGÅRDSKRATTET (BAKGÅRDEN)
- 137 – BYENS NÆRMILJØ

## 138 - SØKNAD

- 140 – BESTEMMELSER OM TILSKUDD
- 142 – SØK. FOR I. FUNKSJONELL FÅRHÅNDSGODKJENNING
- 146 – PERSPEKTIV
- 150 – ILLUSTRASJON
- 154 – OPPSUMMERING AV SPILLEMIDDELSØKNADER FOR 2014

## OPPSUMMERING

- 156 – OPPSUMMERING OG KONKLUSJON
- 158 – PROSESS
- 160 – KILDER
- 164 – FIGURLISTE



## PROBLEMSTILLING/MÅL

- 01** Kan byrom brukes som verktøy i statens folkehelsearbeid?
- 02** Hvilken rolle kan spillemidlene spille i utviklingen av aktive nærmiljøanlegg i byen?
- 03** Hvordan kan landskapsarkitekter bidra i prosessen med å søke spillemidler?

Målet med oppgaven er å svare på de tre spørsmålene ovenfor som omhandler aktive nærmiljøanlegg i byrom. Med aktive menes byrom som inviterer til aktiviteter der man kan bedrive uorganisert fysisk aktivitet. Spillemidlene til Norsk Tipping AS er et viktig verktøy for å øke den fysiske aktiviteten blant befolkningen, og det deles hvert år ut store summer for å gi den norske befolkningen anlegg til fysisk aktivitet. Dette trengs også i byene. Med stadig sentralisering og høyere arealutnyttelse i byene våre krever det også at vi legger bedre til rette for å bedrive fysisk aktivitet i byrommene.

Disse prosjektene kan være krevende å få til, og man må tenke kreativt og nyskapende. Som snart ferdig landskapsarkitekt visste jeg forbausende lite om hvilke muligheter som ligger i spillemidlene. Dette ønsker

jeg å bruke masteroppgaven til å gjøre noe med. Som landskapsarkitekt er det viktig å kjenne til hvilke muligheter som finnes, og spillemidlene er en av dem.

Måten vi bruker dagens byer på forandrer seg fra å være et sted man jobber og handler, til å bli et sted for fritid og sosialisering. Her kan nærmiljøanlegg støttet av Norsk Tipping AS være et alternativ. Ved å være støttet av spillemidlene, sikrer man at anlegget er tilgjengelig for alle, og at kommersielle krefter ikke tar over alle de sosiale arenaene i byene våre. Idretts-Norge er tuftet på dugnad, og det samme vil et nærmiljøanlegg være basert på, med god støtte fra den aktuelle kommune. Nærmiljøanlegg vil kunne sikre den sosiale og mestringsbaserte aktiviteten i byene våre og gi dagens ungdomskultur et attraktivt alternativ til skjermens mange aktiviteter.

## METODE

Oppgaven er delt inn i fire faser, og alle fasene skal gi et innblikk i mulig bruk av spillemidlene som verktøy og gulrot for flere og bedre aktive nærmiljøanlegg i byrom.

Fase en i oppgaven skal gi et bilde på dagens nasjonale folkehelse, politikken som føres og hvordan spillemidlene fordeles i dag. Det vil her fokuseres på folkehelsen og hvorfor det er viktig å bringe den fysiske aktiviteten inn i byen.

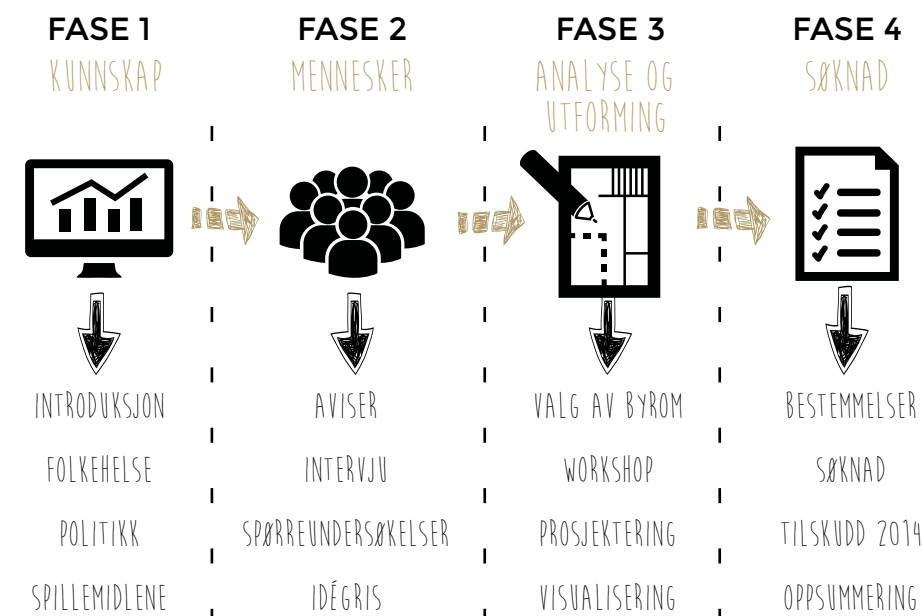
Fase to handler om mennesker og inneholder spørreundersøkelser, intervjuer og workshop gjort i forbindelse med oppgaven. Det er krav og utrolig nyttig å benytte medvirkning og vurderinger basert på brukerne og dem som arbeider med temaet.

I fase tre gjøres analyser, og det utformes idéforslag for tre ulike byrom i kommunen

som blir utvalgt ut som caseområde. Her undersøkes det hvilke muligheter og utfordringer som oppstår når man planlegger nærmiljøanlegg midt i en by.

Som en avslutning lages det en søknad i fase fire. Det vil være en søknad for forhåndsgodkjenning, slik at man får se hele prosessen fra idé til søknaden behandles av kommunen.

Helt avslutningsvis vil det skrives en refleksjon og oppsummering der det drøftes hvorvidt landskapsarkitektens rolle som en slags "spillemiddelsøknadskonsulent" er fornuftig og mulig. I oppgaven benyttes flere ulike dataverktøy for visualisering og fremstilling. Programmer som er brukt i denne oppgaven er hovedsakelig AutoCAD, SketchUp, Microsoft Excel og Word, Indesign, Photoshop og Illustrator og IndigoRender.



Figur 10.

## AVGRENSNING FOR OPPGAVEN

### NIVÅ

Detaljeringsnivået utvikler seg gjennom oppgaven fra overordnet til detaljert. Oppgaven starter med å se på folkehelsen i Norge som helhet, og gjør rede for hvilke mål og ønsker staten har satt seg i forhold til folkehelsearbeidet. Data fra rådataregisteret til Norsk Tipping er hentet inn og analysert for å få et innblikk i statusen i Norge generelt, men også spesifikt for caseområdet Østfold og Moss. Videre beveger oppgaven seg raskt ned på kommunenivået og caseområdet Moss. Her gjøres det ytterligere undersøkelser gjennom intervjuer, analyser og befaringer. Det har ikke vært mulig å gå ned på detaljnivå i utformingsfasen, men illustrasjonene og planene gir likevel et inntrykk og innblikk i hvordan det kan utformes.

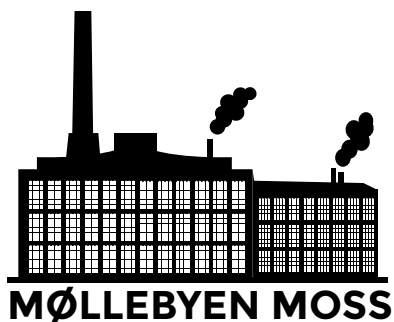
### GEOGRAFISK

I kunnskapsdelen tar oppgaven for seg Norge som helhet. Resten av oppgaven er konsentrert rundt Moss og bydelen Møllebyen som ligger nord i sentrum. Moss som caseområde ble anbefalt av Anders Hus Folkedal i Asplan Viak. Anders er, i tillegg til å være fra Moss, godt kjent i området etter å ha jobbet med prosjektet over elven omtalt som "Peterson-tomten". Jeg stod selv helt fritt til å velge hvor i byen jeg ønsket å jobbe, og etter møte med kommunen og flere befaringer kom jeg fram til at Møllebyen var en passende avgrensning. Møllebyen er et historisk prisbelønnet bymiljø, og er i tillegg hovedsete for kommunens kulturtilbud. På tross av dette mangler de "gode" uteområdene i bydelen.

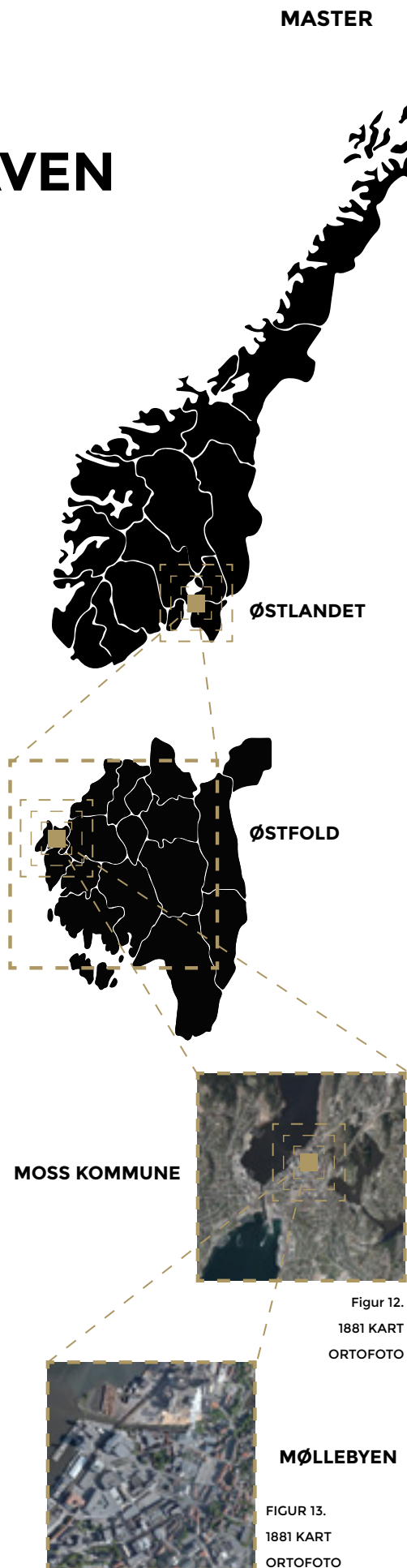
Jeg valgte også å jobbe med Møllegata fordi det kom fram at kommunen ønsker å binde dagens gågate bedre sammen med Møllebyen som en del av sentrumsaksen. Møllegata er et naturlig bindeledd, men fremstår i dag som lite innbydende og interessant. Det var viktig å finne tre ulike byrom, slik at de ulike forslagene viser størst mulig variasjon. Bakgården og Bryggeriparken ble valgt fordi de naturlig fører seg inn i reken av anlegg for fysisk aktivitet langs Mosseelva.

### TEMATISK

Hovedtema for oppgaven er bruken av spillemidler til nærmiljøanlegg i byrom. Hovedfokus har vært å lære og få kunnskap om hvordan man går fram fra et landskapsarkitektperspektiv. Utformingsdelen viser tre ulike muligheter i tre forskjellige byrom. En bakgård, en park og en gate. Landskapsarkitektens rolle er ikke et gjennomgående tema, men tas opp i refleksjonen som et mulig nytt område innenfor faget. Oppgaven konsentrerer seg om å vise hvordan det å sitte på kunnskap om bruk av spillemidlene er en fordel for landskapsarkitekter.



Figur 11.



Figur 12.

1881 KART  
ORTOFOTO

MØLLEBYEN

FIGUR 13.  
1881 KART  
ORTOFOTO

## BEGREPSAVKLARING & FORKORTELSER

**FYSISK AKTIVITET** - defineres som «all kroppslig bevegelse produsert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning av energiforbruket utover hvilenivå.

**NORSK TIPPING AS** - er et heleid statlig aksjeselskap underlagt Kulturdepartementet.

**SPILLEMIDLENE** - en betegnelse for det overskuddet som genereres fra de forskjellige spillene som administreres og drives av Norsk Tipping, og som fordeles til forskjellige allmenntilrette formål.

**IDRETT** - med idrett forstås organisert aktivitet i form av trening, eller konkurranse i den organiserte idretten.

### IDRETTSANLEGGSKLASSE

- i spillemiddelfordelingen opererer staten med følgende klassifisering av idrettsanlegg:

- nærmiljøanlegg
- ordinære anlegg
- nasjonalanlegg

**NÆRMILJØANLEGG** - med nærmiljøanlegg menes anlegg eller områder for egenorganisert fysisk aktivitet, hovedsaklig beliggende i tilknytning til bo- og/eller oppholdsområder. Med nærmiljøanlegg menes kun utendørsanlegg.

**AKTIVITETSANLEGG** - begrepet som er brukt i Norsk Tipping AS rådataregister for nærmiljøanlegg. Aktivitetsanlegg og nærmiljøanlegg betyr det samme, men går under to ulike navn.

**ANLEGGSTETTHET (ANLEGGSDKNING)** - anleggstetthet er en faktor som viser hvor god tilgang en person har til idrettsanlegg. I tillegg til antall anlegg, forsøker faktoren å ta hensyn til brukerpotensialet og kostnaden ved bygging av anlegget.

**MØLLEBYEN** - et historisk bymiljø i Moss sentrum som ligger ved Mossefossen, med det meste av bebyggelsen langs Mosseelva.

**IDRETTSKONSULENT** - legger til rette for idrett og fysisk aktivitet i samfunnet, og fungerer som rådgiver for det offentlige eller private.

### IDRETTSFUNKSJONELL FORHÅNDSGODKJENNING

- alle planer det skal søkes om spillemidler til trenger å forhåndsgodkjennes av kommunen. Dette omtales som idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning.

**ASPLAN VIAK AS** - et konsultantselskap som tilbyr tverrfaglig rådgivning og problemløsning, spesielt rettet mot endrings- og omstillingsprosesser i samfunnet.

**ACSM-KRITERIET** - innebærer enten fysisk aktivitet av moderat intensitet en halv time fem dager i uken, eller mer intens fysisk aktivitet av minst 20 minutters varighet tre dager i uken eller mer.

**NORSK MONITOR** - er en unik, omfattende, sosiokulturell studie som har blitt gjennomført annethvert år siden 1985. Den gir en grundig beskrivelse av det norske samfunnet ved å kartlegge

verdier, holdninger og adferd over tid.

**HELSEDIREKTORATET** - er faglig rådgiver, iverksetter av vedtatt politikk og forvalter av lov og regelverk innenfor helsesektoren.

**KULTURDEPARTEMENTET (KUD)** - har ansvar for den statlige politikken og forvaltningen på områdene kultur, kirke, medier, idrett, frivillig virksomhet, tros- og livssynssamfunn og pengespill og lotteri.

**HELSE- OG OMSORGSDEPARTEMENTET (HOD)** - har det overordnede ansvaret for at befolkningen får gode og likeverdige helse- og omsorgstjenester, uavhengig av blant annet bosted og økonomi. Departementet styrer helse- og omsorgstjenesten gjennom et omfattende lovverk, årlige bevilgninger og ved hjelp av statlige etater, virksomheter og foretak.

**AMFI DRIFT AS** - har drifts- og forvaltningsansvar for 76 kjøpesentre i hele landet.



# KUNNSKAP

- FYSISK AKTIVITET
- SPILLEMIDLENE
- STATISTIKK
- POLITIKK



I artikkelen "Bevegelse og aktivitet i en urban framtid" (2013) beskrev Espen Even- sen Reinford en tendens jeg ønsket å undersøke nærmere. Tema for artikkelen var fysisk aktivitet i det urbane rom og bruken av spillemidlene. Dette tente en interesse i meg, og ble grunnlaget for de undersøkel- sene og litteraturen jeg presenterer i denne kunnskapsdelen. I denne delen av opp- gaven er det samlet 18 figurer og tabeller (markert med blå tall). Disse beskriver og sier noe om hva jeg mener er viktig når man skal planlegge og legge til rette for fysisk aktivitet i byrom. Spillemidlene og den for- delingen som har vært gjeldende til nå blir også presentert og analysert. Min interesse for mennesker var grunnlaget for å lese de mange rapportene Helse- og omsorgsde- partementet har utgitt med temaet fysisk aktivitet. Denne informasjonen er viktig for å forstå dagens utfordringer og mulig-

heter i samfunnet. Hvis man skal klare å løse problemet med fysisk inaktivitet må man prøve å forstå hva som forårsaker det, og hva som er utslagsgivende. Hvordan kan vi motivere og engasjere folk til å være fysisk aktive i sitt nærmiljø? I dette kapitlet presenterer jeg statistikk med fordelingen av anlegg på landsbasis samt antall anlegg, hentet fra Norsk Tipping AS sitt rådata- register. I kampen om midler er det også viktig å se på hvordan forholdet er mellom den politikken som føres og interessene til den organiserte idretten. Aner man her en ulik agenda? Etter krav fra Kulturdepar- tementet skal alle kommuner i Norge ha en plan om idrett og fysisk aktivitet. Hva inne- holder denne, og tar den opp egenorgani- sert aktivitet i noen særlig grad? Hvis ikke idretten eller kommunen tar et ansvar for utvikling og tilrettelegging for nærmiljøan- leggene, hvem gjør det da?

Figur 14.

SKOLEKLASSEN TAR  
I BRUK HIGH LINE I UNDERVISNINGEN  
MANHATTAN, VÅREN 2014



# BEVEGELSE OG AKTIVITET I EN URBAN FREMTID

*Vi beveger oss for lite, og statlig støtte til organisert idrett ser ikke ut til å hjelpe det store flertallet. – Dagens ungdom velger uformelle, mestringsbaserte aktiviteter, ikke konkurranseidrett, sier Espen Evensen Reinjfjord. Folk bruker byrom og parker på nye måter, til lek og mosjon, og pengene må følge etter.*

AV ESPEN EVENSEN REINFJORD

Figur 15.

ARKITEKTURN 2013-04, SIDE 64

## SAMMENDRAG AV ARTIKKEL

### ARKITEKTURN 04/13

Det var først etter å ha lest artikkelen "Bevegelse og aktivitet i en urban fremtid" av Espen Evensen Reinjfjord i arkitekturtidskriftet ArkitekturN 04/13 i 2013, jeg fant ut hva jeg ønsket å bruke masteroppgaven til. Artikkelen omhandler aktivitet i det urbane rom og om mulighetene for å bruke spillemidlene fra Norsk Tipping AS til å aktivisere gater og byrom i norske byer. Etter å ha lest artikkelen ønsket jeg å lære mer om hvordan forholdet mellom spillemidlene og byrommene fungerer i dagens praksis. Som landskapsarkitekt ønsker jeg å videreutvikle konseptet med å legge aktivitetsanleggene i byen.

Artikkelen tar opp folkehelse, spillemidlene og politikk som sentrale temaer. Jeg bestemte meg for å undersøke utfordringene og mulighetene nærmere. Hva er egentlig statusen for aktivitetsanlegg i 2015? Hva ønsker egentlig befolkningen? Og hvordan fordeles spillemidlene?

I teksten beskrives statens ønske om bruke midlene til å holde befolkningen friske og sunne. Reinjfjord peker på at flere og flere ungdom som er aktive, velger idretter eller aktiviteter som er basert på mestrings fremfor konkurranse. (Reinjfjord, 2013, s. 66) Dette er et tema jeg brenner for og som jeg ønsket å lære mer om. Hvilke faktorer påvirker vår fysiske aktivitet? Hva slags aktiviteter er det bygget mest av i forhold til aktivitetsanlegg? Er det en forskjell på hva en ung/gammel eller kvinne/mann ønsker? Vil slike forskjeller føre til at noen faller utenfor?

Spillemidlene er en del av statens strategi for å holde befolkningen friske og sunne, men hvordan fungerer egentlig dette? Statens og kommunenes rolle i arbeidet med fysisk aktivitet nevnes i liten grad i artikkelen, og fikk meg til å undre over hvem som eventuelt skal søke midler til

noe som i utgangspunktet er uorganisert. Hvem tar ansvaret for denne typen aktivitet?

Reinskog (2013) nevner avslutningsvis fire prinsipper jeg mener man bør tenke på hvis man skal planlegge for aktivitetsanlegg i norske byer. Prinsippene er 1. *Samle areal og invisteringer*, 2. *Bruke områdets kvaliteter*, 3. *Jobbe med innholdet*, 4. *Kvalitet i design og utforming* (Reinjfjord, 2013, s. 68-70). For masteroppgaven ønsket jeg å jobbe videre med disse prinsippene. Jeg vil vise hvordan vi som landskapsarkitekter kan utvikle og planlegge for den egenorganiserte aktiviteten i byene våre.

Reinjfjord mener man må få opp øynene opp for mulighetene som ligger i krysningspunktet mellom spillemidler, uterom og aktivitet.

*"Får vi til det, vil vi kunne få en utvikling som vil gi et positivt bidrag til folkehelsen og som samtidig vil berike byene med mer levende, spennende og sosiale parker og byrom* (Reinjfjord, 2013, s. 71).

Med denne kommentarer oppsummer Reinskog sin artikkel og setter startskuddet for min masteroppgave.

Figur 16.

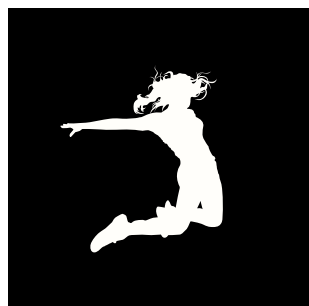
ARKITEKTURN 2013-04, SIDE 69

Figur 17.

ARKITEKTURN 2013-04, SIDE 67



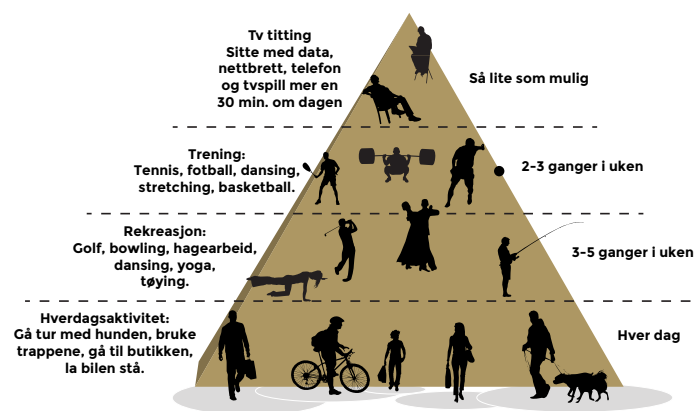




## FYSISK AKTIVITET

### 01 AKTIVITET OG BALANSE

Figur 18. Er inspirert fra USA er hentet fra The PEACH™ program, og viser en mulig modell for å oppnå en god fysisk helse. Her beskrives aktiviteter man bør drive med i ulik grad og det skilles mellom hverdagsaktivitet, rekreasjon og trening. Mange av disse aktivitetene kan man legge til rette for utendørs.



#### STATUS

For å kunne bedre folkehelsen gjennom aktive byrom er det viktig å gå gjennom hvilke utfordringer og endringer vi som samfunn går gjennom i forhold til fysisk aktivitet. I rapporten "Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon" (2012) peker Gunnar Breivik og Kolbjørn Rafoss på faktorer, data og statistikk som er viktig bakgrunnskunnskap for å legge bedre til rette de utfordringene vi som samfunn står ovenfor. Tallene fra rapporten er noen år gamle, men gir likevel et bilde på hvilke utfordringer vi står ovenfor i 2015. Helt i starten av rapporten legges det nasjonale ansvaret over på Helsedirektoratet:

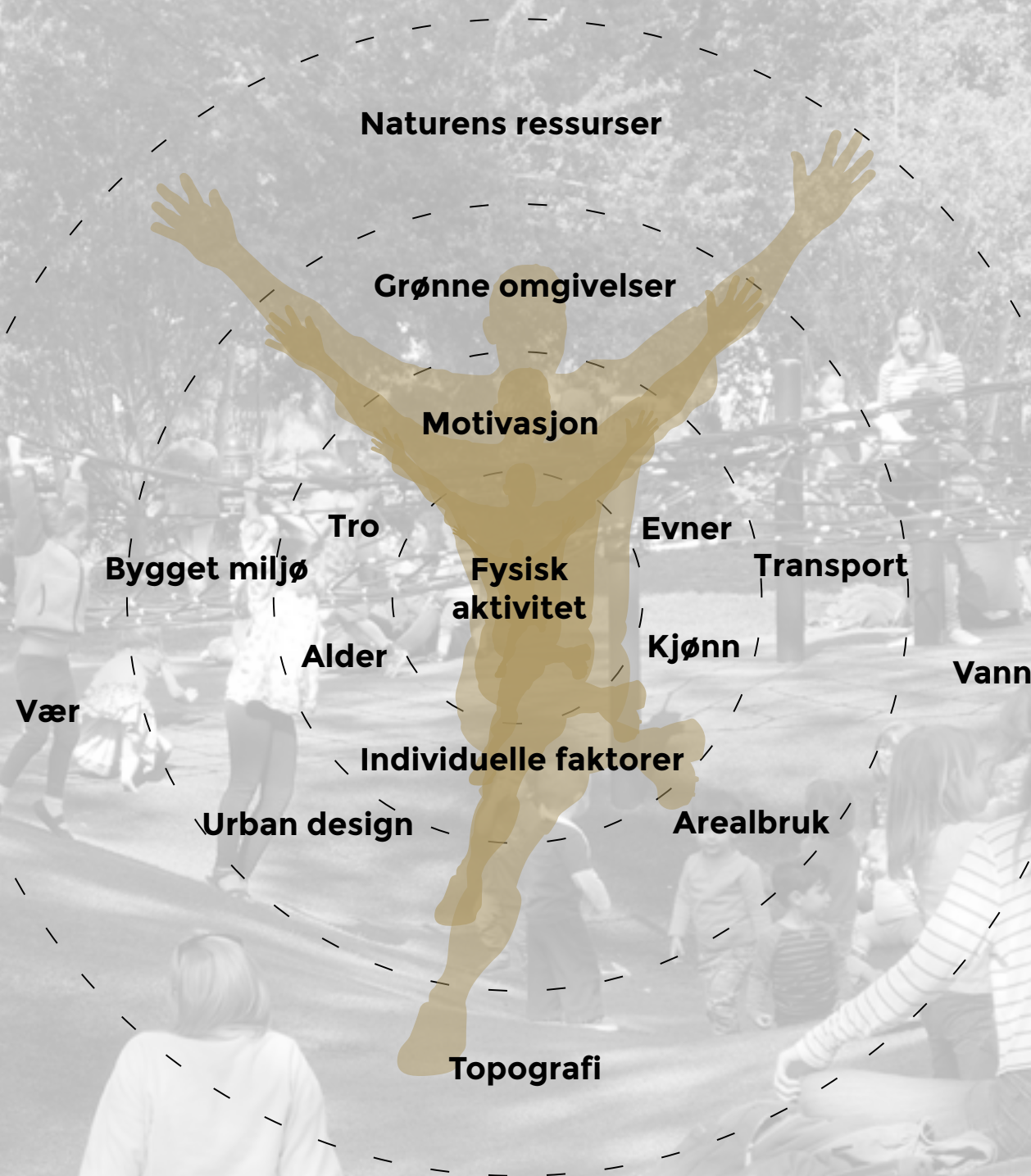
*Helsedirektoratet har et nasjonalt ansvar for å forebygge og behandle helseproblemer gjennom å stimulere befolkningen til økt fysisk aktivitet, bidra til bedre tilrettelegging for fysisk aktivitet, og bidra til utvikling av lokale aktivitetstilbud for mennesker som er lite fysisk aktive (Breivik og Rafoss, 2012, s. 9).*

I sitatet ligger det en stor utfordring, og planleggere og landskapsarkitekter må ta sin del av ansvaret. Samfunnet vil bli mer levedyktig dersom vi legger til rette for fysisk aktivitet i det urbane rom, og utvikler et godt aktivitetstilbud i nærmiljøene våre. Alt handler om balanse, og som man ser i Figur 1 over er det en rekke ulike aktiviteter

som ikke nødvendigvis er trening, men som er viktig rekreasjon og hverdagsaktiviteter som skaper en økt fysisk aktivitet. Målet er ikke at alle skal bli toppidrettsutøvere, men at alle skal ha mulighet til å bevege seg og bruke kroppen.

I rapporten til Breivik og Rafoss (2012) presenteres tall fra Norsk Monitor som har utført en årlig spørreundersøkelse som viser at befolkningens fysiske aktivitet i fritiden har økt i perioden 1985-2011. I 2011 trente 64,9 prosent av oss 1-4 ganger i uken, men bare 13,9 prosent var fysisk aktive 5 ganger i uken, som er Helsedirektoratets anbefalinger (Breivik og Rafoss, 2012, s. 29). Dette vitner om en uholdbar situasjon. Når vi trener mer enn før, men likevel ikke klarer å oppfylle Helsedirektoratets anbefalinger, er det tydelig det at er behov for å ta grep om situasjonen. For planleggere blir det i praksis et spørsmål om hvordan en kan påvirke folks atferd, ved å få folk til å bruke tid på aktivitet fremfor stillesittende aktiviteter. Hva skal til for at folk velger aktivitet fremfor tv-titting?

Det er mange faktorer som spiller inn på vår fysiske aktivitet, og Figur 2 på neste side viser hva World Health Organization regner som hovedfaktorer. Mange av disse faktorene kan vi som landskapsarkitekter påvirke og jobbe med for å stimulere til fysisk aktivitet. La oss starte med å få opp aktivitet utendørs i byene våre!



### 02 FAKTORER FOR FYSISK AKTIVITET

Figur 20. Viser World Health Organizations figur over hvilke faktorer som påvirker vår fysiske aktivitet. Figuren viser 15 faktorer som differensieres fra å handle om det indre i menneske til de ytre faktorene. Det er viktig og være klar over disse faktorene når man skal planlegge anlegg for fysisk aktivitet.

Figur 19.

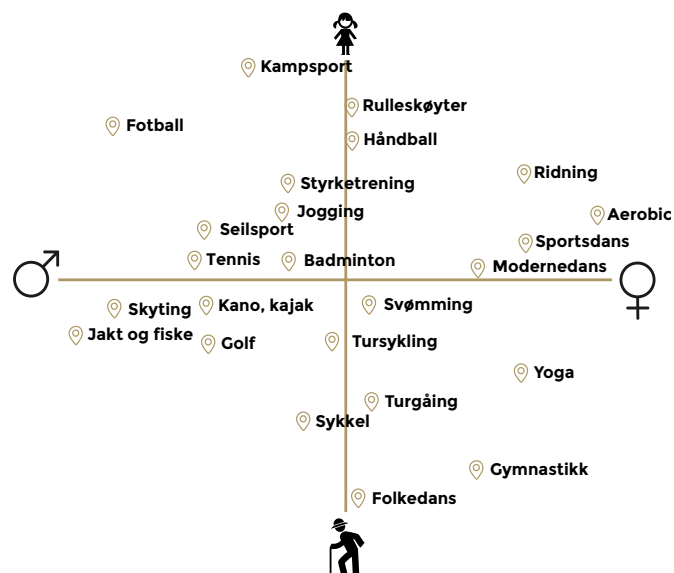
VANNLEKEPLASS I  
BROOKLYN, VÅREN 2014

UTRADISJONELL LEKEPLASS  
MANHATTAN, VÅREN 2014



### 03 INTERESSE FOR FYS. AKTIVITET

Figur 21. Er hentet fra rapporten "Den tredje bølge" av Knud Larsen fra 2003. Figuren viser interesse for fysiske aktiviteter med tanke på kjønn og alder. Figuren viser tydelige forskjeller når det kommer til interesse for fysiske aktiviteter. Sammenligner vi denne figuren opp mot hvilke idretter og aktiviteter som er støttet av spillemidlene gjennom Norsk Tipping AS, ser vi at menn har fått dekket sitt behov i større grad enn kvinner. Grafen er basert på dansk statistikk, så interessefordelingen vil i stor grad være overførbar til norske forhold.



#### HELSEDIREKTORATETS ANBEFALINGER:

I rapporten "Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet" utgitt av Helsedirektoratet (2012), listes det opp noen minimumsnivåer for barn, voksne og eldre. Disse nivåene gir en pekepinn på hva som regnes som en anbefalt fysisk aktivitet.

- Barn og ungdom bør være fysisk aktive minimum 60 minutter hver dag. Aktiviteten bør være av moderat eller høy intensitet. Minst tre ganger i uken bør aktiviteter med høy intensitet som gir økt muskelstyrke og styrker skjelettet, inkluderes.

- Voksne bør være fysisk aktive med minimum 150 minutter moderat intensitet per uke, eller minimum 75 minutter med høy intensitet per uke. Anbefalingen kan også oppfylles med en kombinasjon av moderat og høy intensitet.

- Eldre bør være fysisk aktive i minimum 150 minutter hver uke med moderat intensitet eller minimum 75 minutter med høy intensitet, eller en kombinasjon av moderat og høy intensitet, fortrinnsvis fordelt på de fleste dagene i uken. (Helsedirektoratet, 2012, s.12-13)

#### FYSISKE AKTIVITETER

Det kan være vanskelig for planleggere å klare å legge til rette for fysisk aktivitet for alle brukergrupper. Diagrammet øverst på siden Figur 3, hentet fra rapporten "Den tredje bølge" (Larsen, 2003, s. 55) illustrerer hvilke ulike interesser brukere har

i forhold til kjønn og alder. Skal vi lykkes med å aktivisere hele den mangfoldige befolkningen, må det utvikles anlegg som reflekterer ulike ønsker og behov.

I rapporten "Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon" (2012) ser Gunnar Breivik og Kolbjørn Rafoss på hvilke aktiviteter befolkningen driver med. Resultatet viser hvor liten prosentandel den organiserte aktiviteten utgjør av den totale fysiske aktiviteten. Som Figur 4 på neste side viser, er det friluftaktiviteter og uorganisert trening/mosjon som dominerer. 3/4 av befolkningen bruker tid på dette minst en gang i måneden (Breivik og Rafoss, 2012, s. 32). Populariteten til de uorganiserte aktivitetene viser at det er behov for å prioritere disse, og spillemidlene bør derfor i større grad legge til rette for arenaer der man kan utøve sin uorganiserte aktivitet.

Rapporten tar også for seg hvilke aktiviteter som er mest populære blant menn og kvinner. Menn dominerer i de fleste aktivitetene, utenom "gymnastikk/jazzballett/aerobics/freestyle" og "dans" der kvinnene dominerer (Breivik og Rafoss, 2012, s. 35)). Dette gav meg ideen om å bringe dansen og aerobic ut i byrommet. Ved å legge til rette for de aktivitetene flest kvinner foretrekker utendørs, engasjerer nye brukergrupper i byrommet.

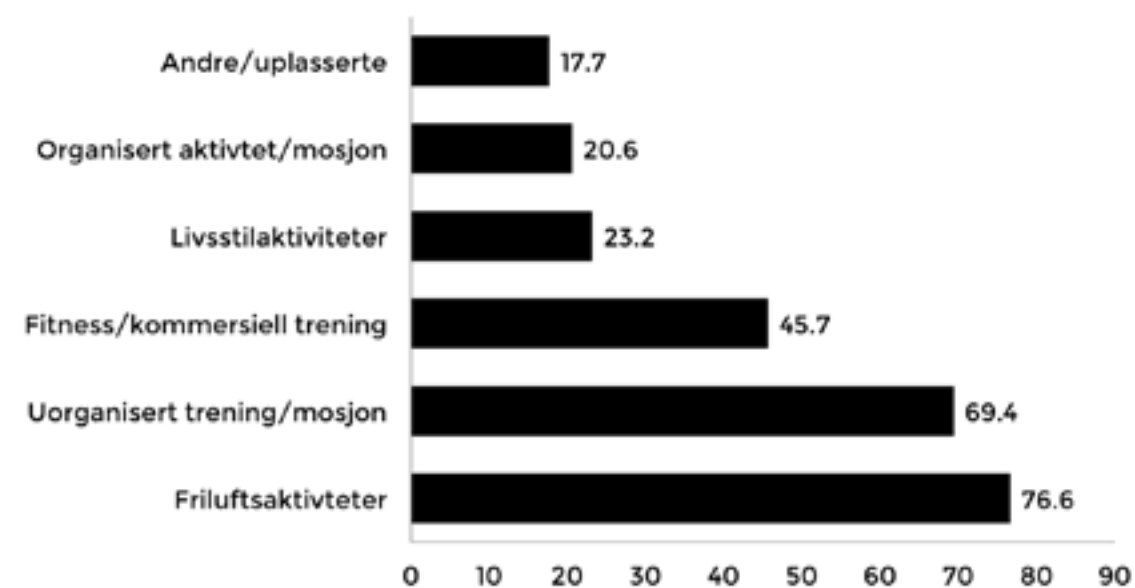
#### MOTIVER FOR FYSISK AKTIVITET

Ser man på hva som motiverer til fysisk aktivitet, er det i første omgang knyttet til helse. I rapporten til Breivik og Rafoss, fra 2012 beskrives hvilke motiver som ligger bak det å bedrive fysisk aktivitet. Kanskje ikke helt overraskende er det motivene "gir fysisk og mentalt overskudd", "forebygge helseplager" og "gir avstressing/avkobling" som viser seg å være viktigst for befolkningen. Det er naturlig at mange bruker fysisk aktivitet for å holde seg friske. Dette er også i tråd med statens mål om å forebygge sykdom gjennom fysisk aktivitet. Ser man på ungdom som har svart i undersøkelsen, motiveres de i større grad av motivene "konkurrere/måle krefter" og "gir spenning/utfordring" (Breivik og Rafoss, 2012, s. 51).

Dette er en utfordring som bør tas på alvor. Ungdom har i dag har tatt disse motivene fra uterommet til gutterrommet, og møter venner og konkurrerer med andre ungdom fra hele verden gjennom dataspill. Skal vi klare å utfordre PC-en, er det viktig at vi satser på anlegg som er litt utenom det vanlige, og som virker attraktive og interessante. Uterommene må tilpasses vår moderne livsstil.

I rapporten deler Breivik og Rafoss befolkningens motiver inn i de fire motivgruppene "livskvalitet/helse", "instrumentell selvrealisering", "glede" og "utfordring". (Breivik og Rafoss, 2012, s. 52).

## AKTIVITET MINST 1 X PER MÅNED



### 04 AKTIVITET MIN. 1 X PER MÅNED

Figur 22. Hentet fra en undersøkelse utført av Norsk Monitor i 2011 viser at friluftaktiviteter og uorganisert aktivitet er det mest populære blant befolkningen. Organisert aktivitet her helt nede på 20 prosent og viser at man ikke kun kan satse på breddeidrettene for å aktivisere befolkningen. De to største kategoriene "Uorganisert trening/mosjon og friluftaktiviteter" dekker 3/4 deler av befolkningen. Fra Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon (Breivik og Rafoss, 2012, s. 32)





Figur 23.  
UTRADISJONELL Plass  
OG UTDØVE KAMPSPORT  
I MANHATTAN, VÅREN 2014

Rapporten viser at "Livskvalitet/helse" er det viktigste motivet, og hovedårsaken til at befolkningen driver med fysisk aktivitet. I perioden 1989-2011 har motivgruppen "glede" blitt et mindre motiverende faktor. Tar en høyde for kjønnsforskjeller, er det flere kvinner som oppgir "livskvalitet/helse" og "instrumentell selvrealisering" som meget viktig enn menn. I andre enden er det flere menn som angir "utfordring" som meget viktig enn kvinner. Blant barn og unge er det viktig med "instrumentell selvrealisering" og "utfordring" (Breivik og Rafoss, 2012, s. 52). Oppsummert kan man si at kvinner mer motivert av indre faktorer som helse og selvrealisering, mens menn er mer opptatt ytre faktorer som konkurranse og spenning. De unge har igjen andre motiver for sin fysiske aktivitet enn de eldre. Med slike forskjeller i motivasjonsfaktorer, må man favne bredt når man skal utforme aktive arenaer.

#### BARRIERER FOR FYSISK AKTIVITET

Spørreundersøkelser gjort av Norsk Monitor i 2011 presentert av Breivik og Rafoss i rapporten tyder på at barrierer generelt sett ikke er noen viktig grunn til ikke å være aktiv. Men det er en barriere som skiller seg ut som et hinder for fysisk aktivitet; "har ikke tid/tar for mye tid". Denne barrieren har meget stor betydning for mer enn 20 prosent av befolkningen. (Breivik og Rafoss, 2012, s. 55). Dette viser at lokalisering og nærhet til anlegg er en viktig faktor hvis man ønsker at befolkningen skal prioritere å drive med fysiske aktiviteter. Er avstanden og

tilretteleggingen slik at man velger å gå eller sykle, vil man oppnå et enda større fysisk aktivitetsnivå. Det er noe med ordtaket "ute av syne, ute av sinn". Nettopp nærhet og tilrettelegging i bymiljø er et viktig tilskudd til de mange lokale treningssentrene i byen. Det å få folk i bevegelse nærmiljøet, vil også kunne inspirere andre til å bedrive fysisk aktivitet.

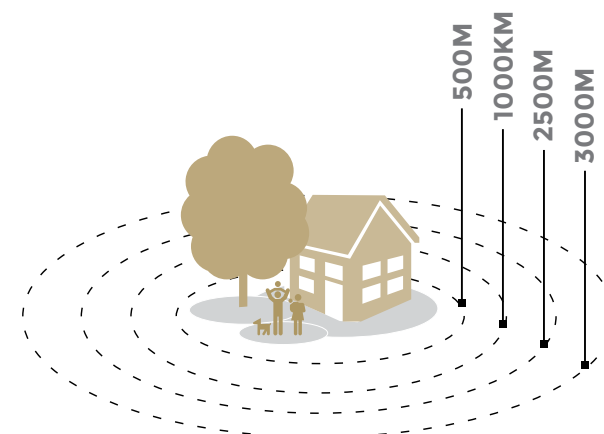
#### BRUK AV IDRETTSANLEGG

Ulike anlegg aktiviserer ulikt. Anleggstyper som turstier, private helsestudio, lysløyper og vekt- og styrkerom blir mer og mer populært. Disse anleggene er lett tilgjengelige for individuell bruk. I rapporten til Breivik og Rafoss fra 2012 kommer det fram at fra 1999 – 2011 har andelen av befolkningen som bruker tradisjonelle idrettsanlegg gått ned. Bruken av mosjonsanleggene har gått opp i alle aldersgruppene, men man ser den største økningen blant de eldre aldersgruppene (Breivik og Rafoss, 2012, s. 87). Aldersprofilene viser at turstier og løyper aktiviserer i de eldre aldersgruppene, mens helsestudio og vekt- og styrkerom, aktiviserer den største andelen i aldersgruppen 15-24 år. Det er en økt andel aktive kvinner som har bidratt mest til vekst i bruk av turstier, private helsestudio og vekt- og styrkerom. Deler man inn befolkningen etter høy og lav klasse basert på parameterne; egen utdannelse, foreldres utdannelse, egen bruttoinntekt og husstandens samlede inntekt, finner man et klart skille. I den lave sosiale klassen brukte 25,1 prosent private helsestudio og 12 prosent lysløype,

mens i den høye sosiale klassen brukte 42,2 prosent private helsestudio og 23,9 prosent lysløype (Breivik og Rafoss, 2012, s. 87). Dette er en trend man må jobbe mot. At sosial klasse og økonomi skal styre tilgangen til anlegg for fysisk aktivitet, er ikke riktig. Private helsestudio er et godt eksempel på hvordan økonomi har direkte sammenheng med folks mulighet til å benytte seg av et aktivitetstilbud. I tillegg er også flere og flere tradisjonelle barneidretter blitt utrolig dyre og utstyrsfokusert. (Se avisartikkel-samlingen side 36). Offentlige nærmiljøanlegg vil i motsetning være et tilbud hvor alle kan delta, på tvers av sosial klasse.

#### INDIVIDUELLE AKTIVITETER

En stadig mindre andel av den voksne befolkningen benytter seg regelmessig av tradisjonelle idrettsanlegg. Deler man aktivitetene inn i lagidretter og individuelle idretter, trer det fram et tydelig mønster. Individuelle idretter som vekt- og styrketrening, svømming, alpint og golf øker i oppslutning. Et gjennomgående mønster er at tradisjonelle konkurranseaktiviteter som er avhengig av standardiserte anlegg, aktiviserer en mindre andel av de voksne. På den ene siden har disse anleggene ført til velfungerende aktivitetsrammer for en lang rekke idretter, men rapporten peker på at en stadig mindre andel av befolkningen benytter slike anlegg. (Breivik og Rafoss, 2012, s. 91) Dette forsvarer tanken og ideen om å dreie aktiviteten mot det uorganiserte og uformelle nærmiljøet i byrommene våre.

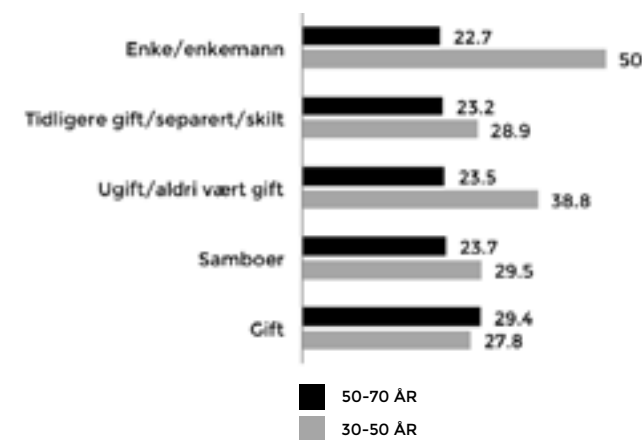


## 05 TILGANG PÅ AKTIVITETSTILBUD

Figur 24. Illustrerer en idé over mulig planleggingsmodell fra svensk planarbeid for hvordan man skal finne en riktig plassering av aktivitetsanlegg. Tanken er at hver husstand skal ha tilgang på ulike aktiviteter innenfor en viss avstand. Dette er selvfølgelig en modell som vil fungere best i mer urbane strøk hvor folk bor mer konsentrert enn det som er tilfelle i mange kommuner i dag. Hentet fra "Aktivt liv i bebyggede miljøer, Manual för kommunal planering" (Statens folkehelseinstitutt, 2010, s. 29).

## 06 FYSISK AKTIVITET I BY VS. BYGD

Figur 25. Viser at befolkningen i storbyer er mer aktive enn befolkningen i bygdene. Tabellen viser prosentvis hvem som tilfredsstillers ACSM-kriteriet. ACSM innebærer enten fysisk aktivitet av moderat intensitet en halv time fem dager i uken, eller mer intens fysisk aktivitet av minst 20 minutters varighet tre dager i uken eller mer (Haskell et al. 2007). Man har ikke klart å finne en klar forbindelse, annet enn at demografi som for eksempel utdannelse og lønn ofte henger sammen med hvor man bor. Hentet fra Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon (Breivik og Rafoss, 2012, s. 21)



## 07 CIVIL STATUS OG AKTIVITETSNIVÅ

Figur 26. Viser at sivilstatus spiller inn på aktivitetsnivået. Figuren viser prosentvis hvem som tilfredsstillers ACSM-kriteriet. Man kan ut fra grafen lese at enke/enkeman i alderen 50-70 og tidligere gift/separert/skilt i alderen 30-50 er de gruppene som kommer dårligst ut. Hentet fra Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon (Breivik og Rafoss, 2012, s. 26)



## STATISTIKK: BARN OG FYS. AKTIVITET

Tallene er hentet fra en kortversjon av rapporten "Fysisk aktivitet blant barn og ungdom - Resultater fra en kartlegging av 9- og 15-åring", fra 2008 utgitt av Helsedirektoratet. Hovedrapporten er laget på Norges idrettshøyskole av Sigmund Alfred Anderssen, Elin Kolle, Jostein Steene-Johannessen, Yngvar Ommundsen og Lars Bo Andersen. I perioden 2005-2006 deltok 2299 barn i en undersøkelse der man så på aktivitetsnivået, blant til 9 og 15 åringer. Tallene viser en utvikling der barn blir mindre aktive i tenårene, men likevel ikke utvikler overvekt eller fedme. untaket er gutter hvor 1,6 prosent flere er utsatt for fedme i 15 års alderen.

Tabell 1

Alder	9 år		15 år	
	Jenter	Gutter	Jenter	Gutter
Mindre enn 60	25	9	50	46
Minst 60 minutter	75	91	50	54

### 08 AKTIVITETSNIVÅ I PROSENT

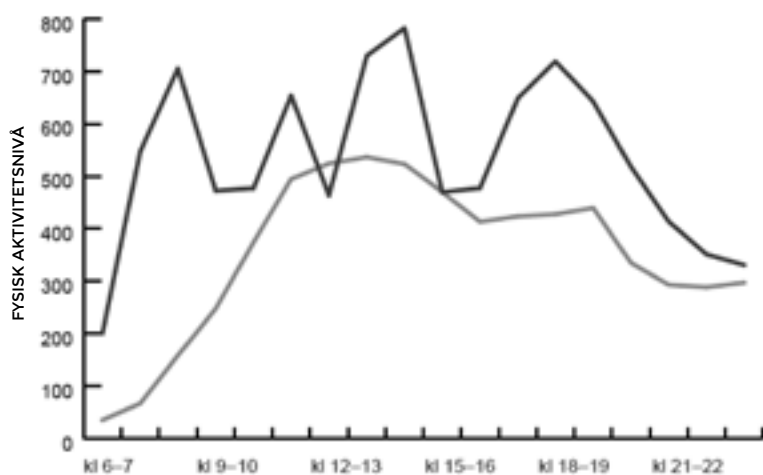
Tabell 1. Viser prosentvis aktivitetsnivået per dag blant gutter og jenter i 9- og 15-årsalderen. Man kan lese ut i fra tabellen at det i ungdomsårene skjer en markant endring i barnas aktivitetsnivå, det er guttene for endrer sin aktive profil mest med en økning fra 9 til 46 prosent som er aktive mindre en 60 min per dag. Og en nedgang fra 91 til 54 prosent som er aktive mer enn 60 min per dag. Utfordringen blir å endre denne utviklingen, og klare å aktivisere 15 åringene (Helsedirektoratet, 2008, s. 3).

### 09 BARN OG OVERVEKT

Tabell 2. Viser at både jenter og gutter er mindre overvektige ved 15-årsalderen enn ved 9-årsalderen. Men ser vi på fedme, er utviklingen ulik blant jenter og gutter. Jenter har en positiv utvikling, mens guttene har en negativ utvikling. Selv om jentene og guttene følger hverandre i aktivitetsnivå (se Tabell 1), er flere jenter overvektige i 9-årsalderen, mens flere gutter er overvektige i 15-årsalderen (Helsedirektoratet, 2008, s. 10).

Tabell 2

Alder	9 år		15 år	
	Jenter	Gutter	Jenter	Gutter
Normalvektig	80,6	84,4	87,1	86,4
Overvektig	14,7	12,8	11,6	9,2
Fedme	4,7	2,8	1,3	4,4



### 10 TIMER MED AKTIVITET

Figur 13. Illustrerer aktivitetsmønsteret til gutter på 15 år. Her ser man en jevnere, men lavere aktivitetskurve i helgen og et mer ujevnt aktivitetsnivå i ukedagene. Toppene i ukedagene er relatert til skole og organiserte aktiviteter. Utfordringen her blir å klare å gi et tilbud som kan benyttes gjennom hele dagen og hele uka som ikke skaper de store "toppene" som skole og organiserte aktiviteter gjør, men klare å fylle inn aktivitet slik at kurven blir jevnere (Helsedirektoratet, 2008, s. 7).

■ UKEDAG  
■ HELG

## STATISTIKK: VOKSNE OG FYS. AKTIVITET

Tallene er hentet fra en kortversjon av rapporten "Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge - Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger", fra 2014 utgitt av Helsedirektoratet. Et tilfeldig valgt utvalg av kvinner og menn i alderen 20-85 år deltok i perioden april 2008 til april 2009 i undersøkelsen. Tallene viser hvilke grupper av befolkningen som sliter med et lavt aktivitetsnivå og som man bør legge til rette for og motivere.

Alder	Kvinner	Menn	Totalt
20-29	40,8	28,1	35,6
30-39	27,2	22,6	25,0
40-49	31,7	26,0	29,3
50-59	42,2	28,3	35,4
60-69	38,3	36,2	37,2
70+	21,3	27,8	24,6

Utdanning	Kvinner	Menn	Totalt
Grunnskole	21,3	23,6	22,4
Videregående	32,8	24,9	29,0
Høyere utdanning <4 år	38,5	26,4	33,3
Høyere utdanning >4 år	38,6	37,8	38,2

Inntekt	Kvinner	Menn	Totalt
0-200 000	29,3	17,7	25,4
201 000-400 000	35,8	25,6	31,4
401 000-700 000	35,1	26,0	30,4
Over 700 000	36,4	32,6	34,5

Vekt	Kvinner	Menn	Totalt
Normalvektig	40,2	33,2	37,6
Overvektig	29,8	25,7	27,4
Fedme	16,5	22,8	19,8

### 11 OPPFYLL. ANBEFALINGENE

Tabell 3. Viser prosentvis andelen som oppfyller anbefalingene (150 min/uke moderat intensivitet eller 75 min/uke hard intensivitet) for fysisk aktivitet etter alder (år), utdanning, inntekt (kr) og vektstatus totalt og fordelt på kjønn. Dette viser at personer med inntekt på 0-200.000 kr, og kun grunnskole utdanning, i alderen 30-39 og 70+ er den gruppen som sliter mest med å oppfylle kravene. Er man i tillegg under kategorien fedme er det enda vanskeligere (Se markerte felt) (Helsedirektoratet, 2014, s. 16).

Alder	Kvinner	Menn	Totalt
20-29	13,8	5,2	10,3
30-39	5,4	4,7	5,0
40-49	8,7	7,7	8,3
50-59	11,5	8,1	9,8
60-69	14,1	15,7	14,9
70+	7,1	11,1	11,5

Utdanning	Kvinner	Menn	Totalt
Grunnskole	7,1	10,6	8,8
Videregående	8,9	6,9	7,9
Høyere utdanning <4 år	12,0	7,1	9,9
Høyere utdanning >4 år	10,9	12,9	11,8

Inntekt	Kvinner	Menn	Totalt
0-200 000	8,6	9,7	8,9
201 000-400 000	9,6	10,7	10,1
401 000-700 000	11,0	8,0	9,4
Over 700 000	10,	8,8	9,4

Vekt	Kvinner	Menn	Totalt
Normalvektig	13,4	11,2	12,6
Overvektig	5,5	8,3	7,1
Fedme	3,4	5,7	4,6

### 12 OPPFYLL. TILLEGGSANBEFALINGENE

Tabell 4. Viser prosentvis andelen som oppfyller tilleggsanbefalingene (300 min/uke moderat intensivitet eller 150 min/uke hard intensivitet) for fysisk aktivitet etter alder (år), utdanning, inntekt (kr) og vektstatus, fordelt på kjønn. De med høyere utdanning, og med en inntekt på 201.00-400.000 kr i alderen 60-69 er den gruppen hvor flest oppfyller tilleggsanbefalingene og sier noe om at utdanning og lønn spiller inn på det fysiske aktivitetsnivået (Se markerte felt) (Helsedirektoratet, 2014, s. 17).

Alder	Kvinner	Menn	Totalt
20-29	570	582	576
30-39	530	562	546
40-49	533	554	544
50-59	526	549	537
60-69	516	550	533
70+	543	560	552

Utdanning	Kvinner	Menn	Totalt
Grunnskole	524	540	532
Videregående	528	539	533
Høyere utdanning <4 år	537	575	556
Høyere utdanning >4 år	541	578	560

Inntekt	Kvinner	Menn	Totalt
0-200 000	561	564	563
201 000-400 000	535	543	539
401 000-700 000	526	554	540
Over 700 000	534	568	551

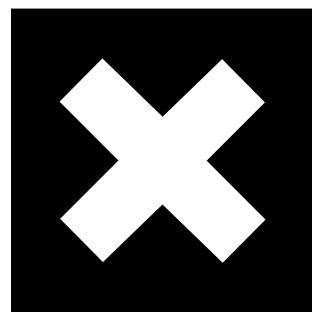
  

Vekt	Kvinner	Menn	Totalt
Normalvektig	531	553	542
Overvektig	534	557	546
Fedme	548	573	561

### 13 STILLESITTENDE TID

Tabell 5. Viser stillesittende tid (minutter/dag) etter alder (år), utdanning- og inntektsnivå (kr) og vektstatus og fordelt på kjønn. Og viser at personer i alderen 20-29 år med høyere utdanning og med fedme er den gruppen som sitter mest (Se markerte felt) (Helsedirektoratet, 2014, s. 18).





## SPILLEMIDLENE GJENNOM NORSK TIPPING AS

### SPILLEMIDLER OG ANLEGG

Rapporten "Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon" (2012) tar Gunnar Breivik og Kolbjørn Rafoss opp temaet om spillemidler og anlegg. Fra 1949 - 2011 er det investert 21656 millioner norske kroner. Over halvparten av tildelte spillemidler er benyttet til bygging og opprettelse av 52 000 idrettsanlegg. Ser vi på hvilke anleggstyper som har fått mest støtte, er det den tradisjonelle konkurranseidretten som skiller seg ut

(Breivik og Rafoss, 2012, s. 63).

Det beskriver hvilken rolle spillemidlene

mest av, er det anlegg tiltenkt fotball som er dominerende, støttet gjennom anlegg som balløkke, ballbinge og ballbane (se Figur 16, side 28). Ser man på hvordan anleggsmidlene er brukt, er det i hovedsak brukt til bygging av kommunale idrettsanlegg. Fra 1992 økte spillemidlene gjennom blant annet nye spill. Dette har gitt muligheter til å fordele flere midler (Breivik og Rafoss, 2012, s. 69). Selv om anleggene er støttet av spillemidler, er det kommunene som velger hvilke type anlegg det skal satses på. Skal man planlegge flere nærmiljøanlegg i byrommene våre er det viktig å ha et tett

## "TILDELTE SPILLEMIDLER I PERIODEN 1949-2011; 21656 MILLIONER NORSKE KORNER."

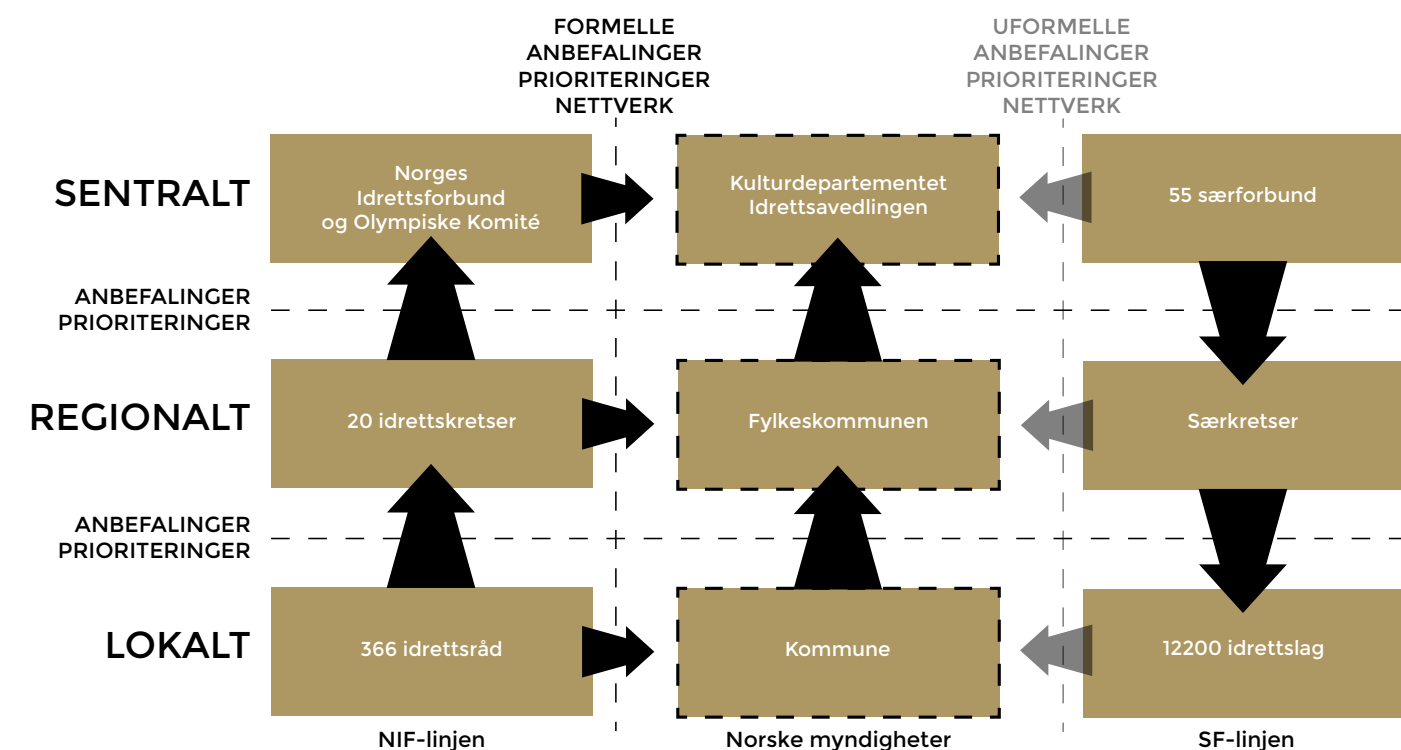
har hatt, og fortsatt har i folkehelsearbeidet. Pengene som kommer inn til Norsk Tipping er fra norske pengespill som befolkningen har spilt på, ergo kan man si at det er befolkningen som betaler for anleggene gjennom sin deltakelse i spillene. Jeg mener derfor at midlene i større grad burde gå til de aktivitetene og idrettene befolkningen som helhet er interessert i. De mange lokale aktivitetsanleggene, også omtalt som nærmiljøanlegg, er også støttet av spillemidlene. Eksempel på slike anlegg er hinderløype, balløkker og skateboardanlegg. Disse anlegskategoriene svarer bedre på det befolkningen faktisk ønsker (se Figur 22, side 21). Ser man på hvor mange anlegg som er bygget totalt, er det bygget flest aktivitetsanlegg. (Se Figur 15, side 28) Ser vi på hva slags aktivitetsanlegg det bygges

samarbeid med kommunen. Kommunen er den som betaler hovedkostnaden, og jobber også med folkehelse og fysisk aktivitet gjennom sitt planarbeid. Skal den egenorganiserte aktivitet vinne terreng i kampen om spillemidlene, må vi som planleggere påvirke kommunene. I figur 31 på side 29 har jeg tatt antall aktivitetsanlegg i et utvalg av kommuner i Norge, og delt på antall innbyggerne. Tallene viser en stor variasjon i antall personer per anlegg. Min egen hjemkommune Arendal kommer best ut med 171 personer per aktivitetsanlegg, mens Horten kommer dårligst ut med 836 personer per anlegg. På tross av Arendals gode dekning, har Arendal som by likevel ingen byrom med aktivitetsanlegg i dag. Moss kommune har 652 personer per anlegg, og er en av kommunene som

kommer dårligst ut. Norsk Tipping AS har en politikk og ordning for å fordele midlene jevnt utover befolkningen, og sikre at alle får et like godt tilbud. Moss er av den grunn et godt caseområde med rom for forbedring.

### FORVALTNING AV SPILLEMIDLENE

I boken "Kampen om idrettsanleggene - planlegging, politikk og bruk" fra 2009, tar Kolbjørn Rafoss og Jan Ove Tangen for seg idrettsanlegg og betydningen det har for samfunnet. Boken er forskningsbasert og forklarer ulike sider ved norsk anleggs-politikk. I loven om pengespill kommer det fram at overskuddet av spillene skal gå til idrett og kultur. Overskuddet er lagt utenfor statsbudsjettet, og politikerne har derfor ikke direkte fordelingsmakt over spillemidlene. Likevel kan midlene styres gjennom Kulturdepartementet, herunder idrettsavdelingen. Stortinget kan også omgjøre fordelingsnøkkelen ved å bestemme at kultur og organisasjoner skal få mindre og idrett mer, og motsatt. Kulturdepartementet kan også legge inn nye føringer, krav og mål som dreier bruken av midlene. Det er en forholdsvis liten gruppe mennesker i idrettsavdelingen som sitter med stor makt over store beløp (Rafoss og Tangen, 2009, s. 21). Man må spørre seg om dagens modell fungerer hvis ikke det snart blir gjort grep om håndteringen av midlene. Det er etter min mening alt for sårbart at en liten gruppe i idrettsavdelingen sitter og bestemmer. Jeg mener gruppen som skal bestemme over fordelingen av spillemidlene bør bestå av en større og bredere gruppe av fagpersoner innenfor idrett, samfunnsgeografi, helse, planlegging og landskapsarkitektur. I dag fungerer det slik at det er idrettskonsulenter i kommuner og fylker som sitter og



## 14 ORGANISERINGEN AV IDRETTSNORGE

Figur 27. Viser organiseringen av idrettsnorge og hvordan de ulike aktørene påvirker systemet. Figuren er hentet fra boken "Kampen om idrettsanleggene -planlegging, politikk og bruk", Kolbjørn Rafoss og Jan Ove Tangen, 2009, Figur 1.1, s. 23)

tar imot søknader og forespørsler om spillemidler fra lag og foreninger. Det er fylket som i dag sitter på pengesekken og gir ut støtte. Den nære kontakten mellom idretten og myndighetene som sitter på pengene har både fordeler og ulemper. Fordelene er at man har nær kontakt og kommuniserer godt. Nye krav og mål når lettere idretten, samtidig som myndighetene hele veien kan få innspill og ønsker fra idretten. Ulempen er at de organiserte aktiviteten har fått en slags monopol på spillemidlene, og at pengestrømmen følger de idrettene som fremmer sine ønsker og krav.

### SPILL OM SPILLEMIDLENE

I boka til Rafoss og Tangen (2009) beskrives kampen om spillemidlene mellom den organiserte idretten og myndighetene, herunder staten, som hard. Den organiserte idretten er representert fra to ulike hold: gjennom Norges Idrettsforbund (NIF), som er en overordnet organisasjon som

jobber for hele idretten samlet, og samtidig gjennom sine egne særforbund (SF), som har sine interesser og saker knyttet opp til sin egen idrett som for eksempel fotballen. Myndighetene og idretten er ikke parter som jobber hver for seg mot egne mål, men består av et omfattende nettverk av relasjoner og aktører som snakker sammen og påvirker hverandre (Rafoss og Tangen, 2009, s. 25). Denne beskrivelsen av forholdet mellom staten og idretten gir grunnlag til bekymring for den uorganiserte aktiviteten. Jeg mener man burde danne en sterk organisasjon for uorganisert idrett som vil kunne kjempe for sin sak og komplimentere de allerede eksisterende forbundslinjene (se Figur 14 over). Det er selvfølgelig vanskelig å organisere en allerede uorganisert struktur, så det vil være nødvendig at staten legger til rette og oppretter et eventuelt forbund selv. Ideen om et nytt forbund er en masteroppgave i seg selv. Jeg velger derfor å se på hvordan

vi som landskapsarkitekter kan spille til oss flere midler til byrommene våre med den eksisterende strukturen som finnes i dag.

*Norges Idrettsforbund/ Norges olympiske komite (NIF-linjen) og Særforbund (SF-linjen).*

*NIF-linjen har ansvar for:*

- Administrative oppgaver
- Strategisk arbeid
- Politisk arbeid

*(Påvirker fordelingen formelt)*

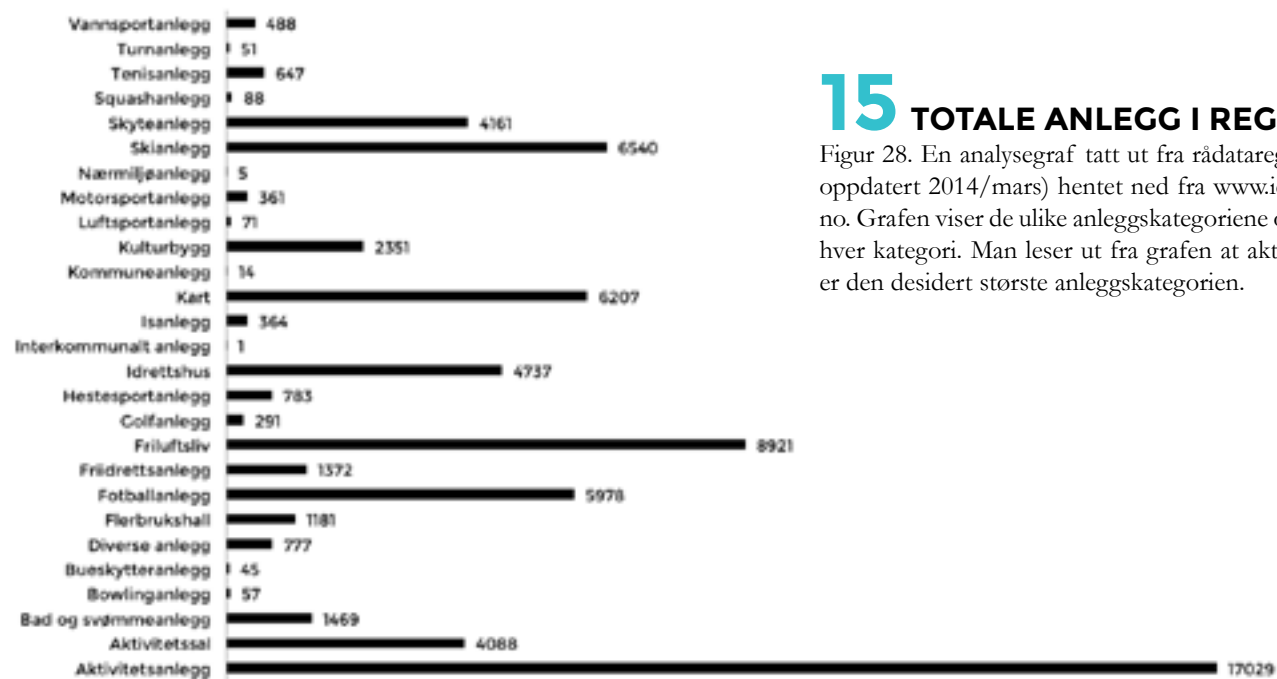
*SF-linjen har ansvar for:*

- Topp- og lagnivået
- Operativt arbeid
- Taktisk arbeid

*(Påvirker fordelingen uformelt)*

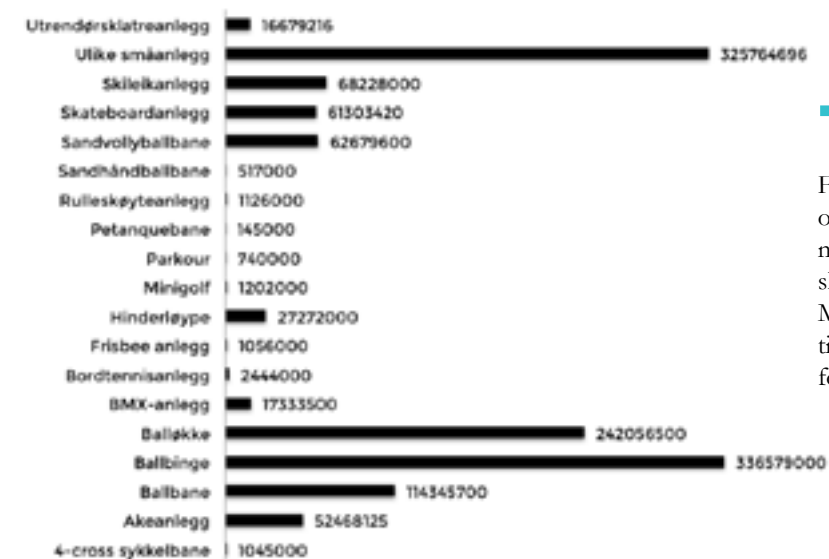
# STATISTIKK: SPILLEMIDLENE

TALLENE ER HENTET FRA NORSK TIPPING AS SITT RÅDATAREGISTER OG ER SORTERT OG BEHANDLET I MICROSOFT EXCEL (DATAENE VAR SIST OPPDATERT MARS 2014)



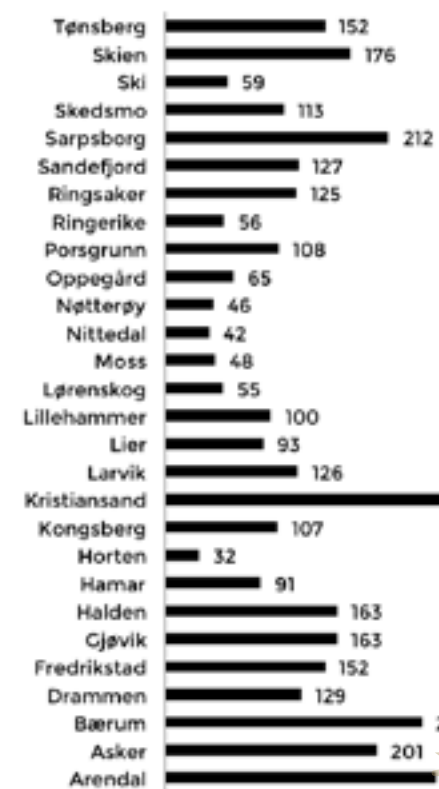
## 15 TOTALE ANLEGG I REG.

Figur 28. En analysegraf tatt ut fra rådataregisteret (sist oppdatert 2014/mars) hentet ned fra [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no). Grafen viser de ulike anleggskategoriene og x antall av hver kategori. Man leser ut fra grafen at aktivitetsanlegg er den desidert største anleggskategorien.



## 16 SPILLEMIDLER TILDELT

Figur 29. En analysegraf tatt ut fra rådataregisteret (sist oppdatert 2014/mars) hentet ned fra [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no). Grafen viser de ulike anleggstypene innenfor anleggskategorien aktivitetsanlegg og x kr de har fått tildelt. Man leser ut fra grafen at store deler av potens her har gått til idretten fotball fra både balløkke, ballbåte og ballbane forbindes med denne idretten.

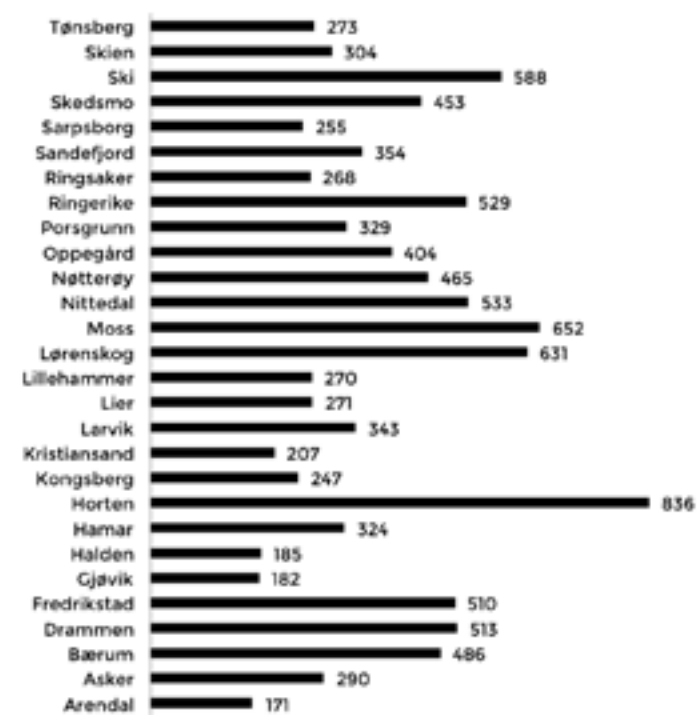


## 17 ANTALL AKTIVITETSANLEGG

Figur 30. En analysegraf tatt ut fra rådataregisteret (sist oppdatert 2014/mars) hentet ned fra [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no). Grafen viser 28 av Norges mellomstore kommuner og x antall aktivitetsanlegg i hver av dem. I bakgrunnen er en oversikt over hvilke fylker med flest aktivitetstilbud. Her kommer Rogaland best og Finnmark verst ut. Man leser ut fra grafen at det er stor variasjon mellom de ulike kommunene.

## 18 PERSONER PER ANLEGG

Figur 31. En analysegraf tatt ut fra rådataregisteret (sist oppdatert 2014/mars) hentet ned fra [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no). Grafen viser de utvalgte kommunenes x antall aktivitetsanlegg delt på kommunens befolkning hentet fra SSB register over befolkning (sist oppdatert 2015 januar) hentet fra (<http://www.ssb.no/befolkning>). Grafen viser at antall aktivitetsanlegg ikke gjenspeiler dekningsgraden i befolkningen.







## POLITIKK OG LOVER

### HVEM HAR ANSVARET?

I Helsedirektoratets rapport "Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet - Innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen" (2014) kommer det fram at alle har ansvar for egen helse. Som borgere i staten Norge har vi et felles ansvar for folkehelsen, hvor fysisk aktivitetsnivå er en grunnleggende faktor. Viktige samfunnsaktører med folkehelseansvar er staten, fylkeskommuner og kommuner. Privat og frivillig sektor er også viktige aktører. Dette beskrives i folkehelse-loven som slår fast utgangspunktet om at alle sektorer har et folkehelseansvar.

"Kommuner og fylkeskommuner er selvstendige politisk valgte og styrte forvaltningsnivåer. Kommuner og fylkeskommuner har som sådan ansvar for befolkningens helse og skal ivareta helsehensyn i planlegging, forvaltning, tjenesteyting og i utviklingsarbeid. Kommuner og fylkeskommuner tar gjerne hånd om strategier, satsinger og tiltak hvor det er politisk handlingsrom, slik at arbeidet kan iverksettes ut fra lokale og regionale tilpasninger." (Helsedirektoratet, 2014, s. 16)

I dette sitatet legges ansvaret for befolkningens helse på kommunene. Planlegging nevnes som et av områdene hvor det skal tenkes på planlegging. Planlegging er viktig for å sikre en framtidsrettet og bærekraftig tilrettelegging i forhold til helse. Alle kommuner har fått krav fra Kulturdepartementet om å ha en plan for fysisk aktivitet som skal sikre at kommunene jobber og planlegger for den fysiske aktivitet i kommunen.

### LOVER OG FORSKRIFTER

I Norge har vi en rekke lover som tar opp temaet folks helse. Ulike sektorer og forvaltningsnivåer har ulike lover og forskrifter de må forholde seg til med tanke på helse. Folkehelse-loven har for eksempel som formål å bidra til en utvikling i Norge der folkehelse og utjevning av sosiale helseforskjeller står i fokus. Man skal gjennom loven "sikre befolkningens helse, trivsel, gode sosial og miljømessige forhold, samt forebygge mot skade og sykdom". Denne loven setter krav til at stat, fylkeskommune og kommune setter i gang tiltak og virksomheter for å fremme folks helse.

Temaet fysisk aktivitet er ikke regulert i en enkelt lov, men er nevnt i flere lover. I det markerte feltet ser du en oversikt over lover med relevans for fysisk aktivitet.

FNs barnekonvensjon er juridisk forpliktende for Norge, og slår fast at alle barn "har rett til hvile og fritid og til å delta i lek og fritidsaktiviteter som passer for barnets alder (...)" (FNs barnekonvensjon, revidert utgave 2003, s. 24). Dette stiller krav til Norge, som er et av landene som har ratifisert avtalen. Det er derfor ekstra viktig at barn og unge er et fokusområde for staten. Ved å satse på barn og unge sikrer man fremtiden og legger grunnlaget for aktivitetsnivået senere i livet.

Diskriminerings- og tilgjengelighetsloven skal sikre at de anlegg som planlegges og bygges er tilgjengelige for alle uansett funksjonsnivå. Dette stiller krav til planleggere om å sikre at anlegg er bygd universelt utformet. Er ikke anleggene tilgjengelig for alle, skaper man sosiale forskjeller og diskriminerer på grunnlag av funksjonsnivå.

Går man inn på [www.regjeringen.no](http://www.regjeringen.no) vil man kunne finne flere stortingsmeldinger som omtaler temaet fysisk aktivitet.

### LOVER MED RELEVANS FOR FYSISK AKTIVITET:

- Arbeidsmiljøloven
- Barnehage-loven
- Diskriminerings- og tilgjengelighetsloven
- Folkehelse-loven
- Friluftsløven
- Helse- og omsorgstjenesteloven
- Helsepersonelloven
- Lov om pengespill (pengespilloven)
- Lov om psykisk helsevern
- Opplæringslova
- Plan- og bygningsloven
- Skatteloven
- Veglova
- Vegtrafikkloven

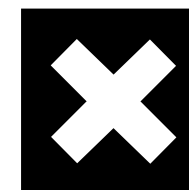
Stortingsmeldingene kan ta for seg temaet på en direkte eller indirekte måte, og er å finne for mange av departementenes ansvarsområder. Helse-sektoren, skole- og arbeidsliv, kultur og idrett, miljø og samferdsel er eksempler på ulike områder hvor fysisk aktivitet er nevnt. Meld. St. 26 (2011–2012). Den norske idrettsmodellen og Meld. St. 34 (2012–2013). Folkehelsemeldingen. God helse – felles ansvar. tar opp denne masteroppgavens tema.

Fra Meld. St. 26 (2011–2012) vil jeg trekke fram et av målene i meldingen: "Samfunnet skal være godt tilrettelagt for egenorganisert fysisk aktivitet." (Helse- og omsorgsdepartementet, 2012, s. 13) Her settes det fokus



### STATEN

MÅLET ER Å LEGGE TILRETTE OG JOBBE MOT ET FISKERE SAMFUNN DER HELE BEFOLKNINGEN HAR GOD HELSE



### NORSK TIPPING AS

MÅLET ER Å GI HELE BEFOLKNINGEN TILGANG PÅ ANLEGG FOR Å BEDRIVE FYSISK AKTIVITET



### BEFOLKNINGEN

MÅLET ER Å ØKE DEN FYSISK AKTIVITETEN BLANT BEFOLKNINGEN

Figur 32.

på den uorganiserte aktiviteten. Kommunen og fylkeskommunen får her et ansvar for å legge tilrette for den uorganiserte aktiviteten. I samme stortingsmelding er det også lagt inn ulike satsningsområder hvor et av områdene er "Økt satsing på ungdomsidrett. Satsingen på ungdom vil avspeiles i både anleggs- og aktivitetspolitikken" (Helse- og omsorgsdepartementet, 2012, s. 14). Skal dette innfris må det bygges mer variert og bredere. Unge oppgir at de ønsker andre aktiviteter enn de tradisjonelle idrettene, som for eksempel fotball. Aktivitetsanlegg

### NOEN STORTINGSMELD. MED RELEVANS FOR FYSISK AKTIVITET:

- Meld. St. 6 (2012–2013) En helhetlig integreringspolitikk. (Barne-, likestillings- og Inkluderingsdepartementet)
- Meld. St. 16 (2010–2011). Nasjonal helse- og omsorgsplan (2011–2015). (Helse- og omsorgsdepartementet)
- Meld. St. 17 (2012–2013) Byggje – bu – leve. (Kommunal- og Regionaldepartementet)
- Meld. St. 26 (2011–2012). Den norske idrettsmodellen. (Kulturdepartementet)
- Meld. St. 34 (2012–2013). Folkehelsemeldingen. God helse – felles ansvar. (Helse- og omsorgsdepartementet)

for uorganisert aktivitet vil her kunne bidra til flere lavterskeltibud. I Meld. St. 34 (2012–2013) Folkehelsemeldingen. God helse – felles ansvar står det at "God samfunnsplanlegging skal bidra til å styrke folkehelse ved å beskytte mot risi-

kofaktorer og fremme faktorer som virker positivt på helse og livskvalitet." (Helse- og omsorgsdepartementet, 2013, s. 162) Her knytter Helse- og omsorgsdepartementet folkehelse og samfunnsplanlegging sammen. Inaktivitet er en utfordring og et tema innenfor folkehelse som kan påvirkes med samfunnsplanlegging. Vi som landskapsarkitekter kan bidra ved å planlegge flere gode og inspirerende aktivitetsanlegg.

"Folkehelsen er viktig for økonomien. Investering i helse gir drivkraft i økonomien på samme måte som investering i utdanning og infrastruktur." (Helse- og omsorgsdepartementet, 2013, s. 162). Her peker stortingsmeldingen på et viktig poeng i forhold til folkehelsearbeidet. Helse er like viktig i et samfunn som utdanning og infrastruktur, og det er derfor viktig å planlegge for dette som man gjør for infrastruktur og utdanning.

"En befolkning med god psykisk og fysisk helse er en av de viktigste ressursene vi har i samfunnet. Evne til å lære, til kreativitet, utvikling og fleksibilitet og overskudd til å bidra i samfunnet er i større grad sosialt enn genetisk betinget." (Helse- og omsorgsdepartementet, 2013, s. 162). Sikrer man menneskenes helse, sikrer man den viktigste ressursen vi som samfunn har. Skal man sikre en god psykisk og fysisk helse må man planlegge og sikre fleksible anlegg hvor man kan lære, være kreative, utvikle seg og få overskudd. Nærmiljøanleggene kan her bidra og utfordre dagens arenaer i byene våre (kaffe, kjøpesenter og treningstudio).

### ERFARINGER FRA USA

I Helsedirektoratets rapport "Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet - Innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen" (2014) beskrives National Physical Activity plan som ble lansert i USA i 2010. Tanken bak planen er å øke befolkningens fysiske aktivitetsnivå. Som i Norge er det en stor utfordring i USA knyttet til inaktivitet innenfor folkehelsearbeidet. Dette er en handlingsplan som er lagt opp til at det skal jobbes innenfor 8 sektorer på samme tid. Sektorene det skal jobbes innenfor er: folkehelse, helsetjenesten, utdanning, utforming av samfunnet, aktivitet, frivillige organisasjoner og massemedia. De ulike sektorene har klart å komme fram til 5 ulike strategier for å få gjennomslag. (Helsedirektoratet, 2014, s. 22)

1) Forankring av arbeidet i grasrota for å følge opp, 2) Etablere et nasjonalt utdanningsprogram for å undervise befolkningen, 3) Spre effektive tiltak, program og politikk for økt aktivitet, 4) Etablere et nasjonalt ressurscenter for å spre effektive verktøy som promoterer fysisk aktivitet. 5) Etablere et ressurscenter for politikkutforming og forskning på tvers av sektorene i handlingsplanen (Helsedirektoratet, 2014, s. 22).

Denne ideen med å jobbe sammen og målrettet mot et klare mål er en ønskesituasjon. Tenk hvis prosjekterende landskapsarkitekt, kommune, idrettskonsulent og andre som jobber med folkehelse i kommunen kunne ha et felles mål om å øke den fysiske aktivitet i byrommene våre.

# KOMMUNAL PLANLEGGING FOR IDRETT OG FYSISK AKTIVITET

## REVIDERT UTGAVE 2014

### MÅL I VEILEDEREN:

Staten har et overordnet mål om å legge til rette for at alle som ønsker det skal ha mulighet til å drive idrett og fysisk aktivitet. Meld. St. 26 (2011-2012) Den norske idrettsmodellen slår fast at staten gjennom idrettspolitikken har et særlig ansvar for målgruppene barn (6-12 år) og ungdom (13-19 år), personer med nedsatt funksjonsevne og inaktive.

Gjennom rammefordeling av spille-midler til fylkeskommunene, søker departementet å legge til rette for at det skal være tilnærmet lik tilgang på anlegg for befolkningen, uavhengig av bosted. Hvilke anleggstyper som bygges vil i første rekke være et resultat av lokale og regionale behov og prioriteringer. Målet med anleggsutbyggingen er å gi flest mulig anledning til å drive idrett og fysisk aktivitet. Anleggstyper som harmonerer med aktivitetsprofilen til barn og ungdom prioriteres spesielt. Videre satses det på anleggstyper som kan brukes av mange og som gir mulighet for egenorganisert fysisk aktivitet. Selv om den primære målgruppen er barn og unge, er det viktig også å legge til rette for voksne, og for den eldre delen av befolkningen, som blir en stadig større og mer fysisk aktiv gruppe (Kulturdepartementet, 2014, s. 15).



Figur 33: FORSIDEN TIL KULTURDEPARTEMENTETS VEILEDER

### PLANLEGGING FOR FYS. AKTIVITET

Alle kommuner i Norge har fått krav fra Kulturdepartementet om å ha en plan for idrett og fysisk aktivitet i kommunen. Dette for å sikre at kommunene har et aktivt forhold til temaet og bruke planen som en strategi for å holde befolkningen aktive og friske. Det er også et krav om en slik plan hvis man har tenkt å søke om spillemidler, da planen sier noe om behovet og tilstanden i kommunen. Planen inneholder informasjon om utviklingstrekk og politikken i kommunen, og går gjennom resultatene av forrige plan.

Noe av det viktigste planen beskriver er dagens behov og situasjon. Dette er viktige indikatorer på hvilken anleggsdekning kommunen har og hvilke eventuelle mangler kommunen har. Mange av planene har også med ønsker og behov fra lokale interesser, og går gjennom dekningen for hver enkelt idrett/aktivitet. Alle disse ønskene og en langsiktig behovsvurdering danner grunnlaget for en prioritert liste over hva som bør anlegges og bygges først. Dette sikrer en god og framtidrettet idrett og aktivitetspolitikk.

### KRAV TIL PLAN FOR FYSISK AKTIVITET

"Minstekrav til hva planen skal inneholde:

- Målsetting for kommunens satsing på idrett og fysisk aktivitet, herunder friluftsliv.
  - Målsetting for anleggsutbygging og sikring av arealer for idrett og friluftsliv.
  - Resultatvurdering av forrige plan, med statusoversikt.
  - Vurdering av langsiktige og kortsiktige behov for både anlegg og aktivitet.
  - Det skal gjøres rede for sammenhengen med andre planer i kommunen.
  - Prioritert handlingsprogram for utbygging av idretts- og friluftsanlegg.
  - Oversikt over forventede kostnader knyttet til drift og vedlikehold av planlagte anlegg.
  - Upprioritert liste over langsiktige behov for anlegg.
  - Lokaliseringen av eksisterende og planlagte anlegg, områder for friluftsliv og arealbehov for planlagte anlegg og friluftslivsområder bør framgå av relevante kart."
- (Kulturdepartementet, 2014, s. 44).

Planen er et styringsredskap og brukes til oppfølging. Finner man mangler i planen, skal registreres fortløpende, implementeres ved neste revisjon. Nye tider og utvikling vi føre til et behov for å rullere og oppdatere planen. Dette for å sikre at planen er så oppdatert som mulig. Planen bør også inneholde årlige forventende kostnader og vedlikeholdsbehov. Planen kan være et viktig verktøy i det helsefremmende og forebyggende arbeid, og kan være et viktig styringsverktøy til ulike tiltak.

### IDRETT, FYSISK AKTIVITET OG FRILUFTSLIV FOR ALLE, MOSS KOMMUNES PLAN FOR IDRETT OG FYSISK AKTIVITET 2011 - 2022

Moss kommune som er casestudiet i denne masteroppgaven, har som alle andre kommuner en slik plan. Her kommer det fram at kommunen har utfordringer knyttet til befolkningen. Befolkningen i Moss blir stadig eldre og folketallet går ned. Dette er ikke ønskelig, og det jobbes med å snu trenden. Planen tar også opp at Moss har mange husholdninger med lav inntekt og de utfordringer som finnes i at mange barneidretter er blitt for dyre. Planen tar også opp at for mye av spillemidlene i dag går til bygging av fotballanlegg, og at disse kommer en begrenset del av befolkningen til gode. Det pekes på at byggingen og finansieringen må endres, slik at flere deler av befolkningen får glede av spillemidlene. Moss er regnet som et pressområde som vil vokse i framtiden, og må derfor ta høyde for at det vil være behov for flere anlegg for fysisk aktivitet og idrett. Moss er en del av Østfold, og kommer dårligst ut i fylket på tildelte spillemidler. Østfold som fylke er også en av de fylkene i landet som får tildelt minst. Kommunen tar opp temaet som en trend de ønsker å endre (Moss kommune, 2011, s. 5-53).

### MEDVIRKNING

I veilederen til kommunene går det fram at medvirkning er et grunnleggende demokratisk prinsipp som er en svært viktig del av planarbeidet. Planmyndigheten har ansvar for å få i gang en god medvirkning blant befolkningen. Det skal tilstrebes en så åpen

prosess som mulig. Eksempler som nevnes er: internett, informasjon/utstillinger plassert lett tilgjengelige steder i lokalsamfunnet, egne brosjyrer om planarbeidet, invitasjon til åpne dager på plankontoret, høringer/konferanser. Både uorganiserte og organiserte skal få mulighet til å delta, og barn og unge og personer med nedsatt funksjonsevne skal prioriteres som gruppe. Her kan: barne- og ungdomsråd, barnas/ungdommens kommunestyre, ungdomsrepresentanter i idretten, kontaktutvalg mellom barn/ungdom og politikere, kommunale elevråd, erfarne barnerepresentanter, skole og undervisning være aktuelle arenaer. (Kulturdepartementet, 2014, s. 37).

Ambisjonsnivået til medvirkningsprosessen bør justeres til kommunens størrelse og hva som er realistisk mulig. Likevel er det viktig å forstå at en god medvirkningsprosess er nøkkelen til et vellykket prosjekt. Kommunen har et ansvar for å sikre medvirkningsprosessen, og er ansvarlige for at de innspill og synspunkter som er lagt fram av befolkningen følges opp. I denne oppgaven skal det utføres ulike former for medvirkning, det er viktig å få kunnskap og innsikt om hva befolkningen i Moss ønsker av anlegg for fysisk aktivitet. I tillegg hadde det vært ønskelig å utføre et barnetrakk da dette er en bra metode for å registrere bruk, men tiden stekker dessverre ikke til (Kulturdepartementet, 2014, s. 38).

### BARNETRÅKK



"Metode for barns dokumentasjon av bruk og opplevelse av nærmiljøet. Barnetrakk er en metode for å dokumentere arealbruk. Barn og unge viser sin bruk arealene i kommunen (eller deler av kommunen). Det kan være grønne naturområder som brukes til skigåing, aking, skøyting og klatring. Og det kan være grå asfaltflater i sentrumsnære områder, gater, gang- og sykkelstier som brukes til tau- og strikkhopping, skating, ballspilling og sykkeltriksing. Metoden er primært tilrettelagt for barn fra ca. 8 - 13 år. Den er enkel å gjennomføre. (Kulturdepartementet, 2014, s. 41).



# MENNESKER

- AVISER
- SPØRREUNDERSØKELSE
- INTERVJU
- IDÉGRIS



I kunnskapsdelen av oppgaven kom det fram hvilke menneskelige faktorer og motiver som ligger bak fysisk aktivitet. I dette kapittelet er menneskene i Moss i fokus. Politikken og praksisen som føres i dag rundt spillemidlene viser at det er viktig med en god medvirkningsprosess. Skal man lykkes med å aktivisere folk, må man klare å finne ut hvilke aktiviteter de ønsker. Jeg prøvde ut tre ulike medvirkningstiltak i Moss: en workshop på ungdomskolenivå (presenteres i neste fase), to online spørreundersøkelser og en idégris (en boks hvor folk kan legge ned ideer). En utfordring i medvirkningsprosessen har vært å tolke og videreutvikle forslagene som har kommet inn. Som planlegger og fagperson i prosjektet har jeg vurdert og silt ut hva jeg mener er gode løsninger og ideer. Som påpekt i kunnskapsfasen er det viktig å få med seg kommunen i planleggingen av slike anlegg.

Jeg valgte i den forbindelse å intervju og snakke med planleggere og idrettskonsulenten i Moss kommune. På den måten fikk jeg innsikt i mulighetene i Moss og innspill til prosjektet. Deres erfaringer rundt spillemidlene og kommunens planprosesser ga meg også økt forståelse for situasjonen i Moss. Moss har gjennom ByLab et planleggingskontor åpent for publikum midt i gågata. Dette har jeg brukt som arena for medvirkning ved plassere idégrisen der og reklamere for en av spørreundersøkelsene. Undersøkelsen ser på hvordan befolkningen kommer seg til og bruker sentrum. Respondentene svarer også på om de driver med organisert eller uorganisert aktivitet. Helt til slutt svarer de på hva de kunne tenke seg av aktiviteter i sentrum, og kommer med innspill til den videre prosessen i analyse og utformingsdelen. Funnene som jeg mener er viktige er markert brunfarge og kommenteres i slutten av spørreundersøkelsen.

Figur 34.  
SKOLEKLASSEN TAR  
UNDERVISNINGEN UTE I PARKEN  
MANHATTAN, VÅREN 2014





## Foreslår en ny byakse langs Mosseelva

Even Bakken vil ha ideer til hvordan DU vil at byrommet i Moss skal utformes.

Ingeborg Olsen Thorstvedt

FIGUR 35: ARTIKKEL 01

## Idrettsveteraner om prisen på barneidretten: – Helt spinnvilt



FIGUR 36: ARTIKKEL 02



FIGUR 37: ARTIKKEL 03

## - Vi må bli litt flau over eget selvbilde

Helseminister Bent Høne er svært bekymret over nordmenns aktivitetsnivå. – Det må bli tydelig norsk å gå på tur igjen, sier han.

Hilde Lundestad

Oppdatert: 10. nov 2014 07:00

## Klasseskillet øker i barneidretten

\*\* Mor i Bærum måtte be sønnen slutte med fotball - ble for dyrt



FIGUR 39: ARTIKKEL 05

Av FRANK ESTEVÅG, ANGELICA FROEN OG TERJE BRINGEDAL (FOTO)

(FOTO) 19.01.2015 10:00 – oppdatert 19.01.2015 10:40



## Snart aner vi profilen av Moss

Moss ble ikke bygd på én dag. Og det blir ikke mossingenes stolthet av hjembyen sin, heller. Men det kommer seg. 23 år etter lanseringen av «Ja, vi elsker Moss», er omdømme på dagordenen igjen.

Torger Arntsen

Publisert: 01.01.2014 10:07 Oppdatert: 01.01.2014 10:00

FIGUR 38: ARTIKKEL 04



## Det er farligere å være lat enn fet

Friser Eivang Østervikken spinner på seg skinn. Hun går en times tur hver eneste dag og er ikke i tvil om at fysisk aktivitet har vidt større nytte enn å være fett.

Tina Stenmann

Oppdatert: 14. jan. 2015 23:30

FIGUR 40: ARTIKKEL 06

# ARTIKLER FRA NORSKE AVISER

I løpet masteroppgaven har det vært flere artikler som har tatt opp temaet idrett og fysisk aktivitet blant befolkningen. Det har vært interessant å følge den offentlige debatten samtidig som man undersøker og skriver om sitt tema og caseområde. I tillegg til dette har også vært skrevet artikler i den lokale avisen som har fanget min interesse. Her er et utvalg av ulike artikler som jeg mener er av interesse i forhold til den tematikken denne oppgaven tar for seg.

**01** Artikkelen handlet om denne masteroppgaven, og inviterte Moss kommunes befolkning til å ta del i utviklingen og idemyldringen rundt tanken om å fylle noen av byens rom med fysiske aktiviteter.

**03** Aftenposten skrev i november at det må bli vanlig igjen å gå tur på søndagen! Aktivitetsnivået blant befolkningen er urovek-kende lavt. Og helseministeren mener vi selv må ta ansvaret for vår egen fysiske aktivitet og helse.

**02** VGs sak handlet om den stadig mer kostbare barneidretten og om hvilke forskjeller dette skaper mellom ulike familier og barn. Flere tar nå til orde for at man nå må prøve og bremse dette og satse på idrett, og ikke bare toppidrett.

**04** I i begynnelsen av mars tok denne artikkelen i Moss avis opp hva som burde være identiteten og slagordet for Moss. Det ble stilt spørsmål om hvilken retning Moss beveger seg i, og drøftet hvorvidt det riktig å holde på det eksisterende slagordet "Ja vi elsker Moss".

**05** Enda en artikkel i VG som tar for seg klasseskillet i idretten. Mange av idrettene er så dyre at en mor måtte spørre sønnen sin om han kunne slutte med fotball. Da har det gått for langt. Samlinger, turer, sko og annet utstyr ble for dyrt for moren, som har to barn. Hun beskriver at hun bare har råd til å ha ett av barna i idretten, og det er datteren som går på dans to ganger i uken.

**06** Artikkelen i Aftenposten presenterte nye tall fra forskning som viste at inaktivitet kan kobles til dobbelt så mange dødsfall som fedme. Dette viser hvor viktig den daglige mosjonen er for helsen. 20 minutter fysisk aktivitet kan utgjøre en stor forskjell.

ALLE ARTIKKLENE HAR TILHØRENDE LINKER UNDER KILDER



## 6 SPØRSMÅL TIL 20 KOMMUNER

I perioden 16-30 januar 2015 utførte jeg en spørreundersøkelse der 20 mellomstore kommuner ble spurt om hvilket forhold de hadde til aktivitetsanlegg i byrom, og om de bruker spillemidlene i dette arbeidet. 19 svarte, 1 svarte ikke. Kort oppsummert viste undersøkelsen at 3 kommuner ikke brukte spillemidlene som en del av strategien,

og 8 brukte det bare av og til. Her er det et forbedringspotensial. Flere kommuner etterspør også flere veiledere og eksempler på hvordan man kan utnytte byrommene til fysisk aktivitet. På spørsmål om kommunen planlegger anleggene sine selv, svarer 9 kommuner "av og til". Dette viser at også kommunene må ha en rolle som veileder

og hjelpe andre i plan- og søkeprosessen knyttet til spillemidlene. Undersøkelsen spør ikke om hvem som prosjekterer anleggene, men det hadde vært interessant å se på kunnskapen og forståelsen til dem som får i oppdrag med å tegne og prosjektere anleggene.

### A HAR KOMMUNEN DIN STRATEGIER OG/ ELLER PLANER FOR FYSISK AKTIVITET OG IDRETT? HVIS JA, HVORDAN FØLGES DISSE OPP?

- Årlig anleggsstatus med rapportering til politisk utvalg
- Innarbeiding av tiltak/planene i budsjett og økonomiplaner
- Bortimot daglig oppfølging.
- Handlingsdelen evalueres og rulleres hvert år
- Kommunedelplan for idrett, friluftsliv og fysisk aktivitet
- Egen plan og gjennom handlingsprogram
- 4-årig kommunedelplan for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv
- Vedtak på egen kommunal andel i forbindelse med spillemiddelsøknad
- De planer blir fulgt opp gjennom søknadsprosessen til spillemidlene.
- Lag og foreninger blir oppfordret til å komme med planer
- Tverretatlig/-sektorielt samarbeid om fysisk aktivitet
- Både parkvesen, idrettsetat og oppvekst/skole jobber sammen
- Vi er en liten kommune, og arbeidet skjer i stor grad fortløpende
- Det er vanskelig å planlegge langt fram i tid på grunn av økonomi
- Planene/strategiene følges derfor opp med en årlig rulleringsplan
- Anleggsbiten rulleres hvert år, planen revideres hvert 4 år
- Temaplanen benyttes ukentlig som oppslagsverk.
- Benyttes som behovs- og vurderingsgrunnlag
- Inneholder statusrapporter for hver enkelt bydel.
- Melding og kommunedelplan for idrett og fysisk aktivitet.

### B HVIS DIN KOMMUNE SKULLE PLANLEGGE ET AKTIVITETSANLEGG I GATE ELLER BYROM, HVA SLAGS INFORMASJON ØNSKER DU AT EN NY VEILEDER SKULLE INNEHOLDE?

- Veiledere som fornyes oftere
- Ideer/inspirasjon til anlegg som er "i tiden"
- Skisse over mulig prosess
- Forslag til medvirkning
- Mulige støttespillere/finansieringsmuligheter
- Inspirasjon over muligheter
- Tekniske spesifikasjoner
- Gode eksempler på prosesser
- Eksempler så det er enkelt å planlegge og kostnadsberegne
- Et samlet hefte med eksempler på mål og utforming
- Gode eksempler på prosessen
- Gode eksempler på elementer som ikke går av moten hadde vært flott
- Men samtidig er inspirasjon vanskelig, da dette endrer seg så raskt
- Viktig med medvirkningsprosessen
- Hva som skaper aktivitet i de ulike lag av befolkningen
- En mix av normaler, standarder for mål og utforming
- Inspirasjon i form av gode eksempler fra inn- og utland
- I hovedsak forslag til oppsett/sammensetning/forslag
- Hadde vært fint å hatt en overordnet oversikt for prosjektet

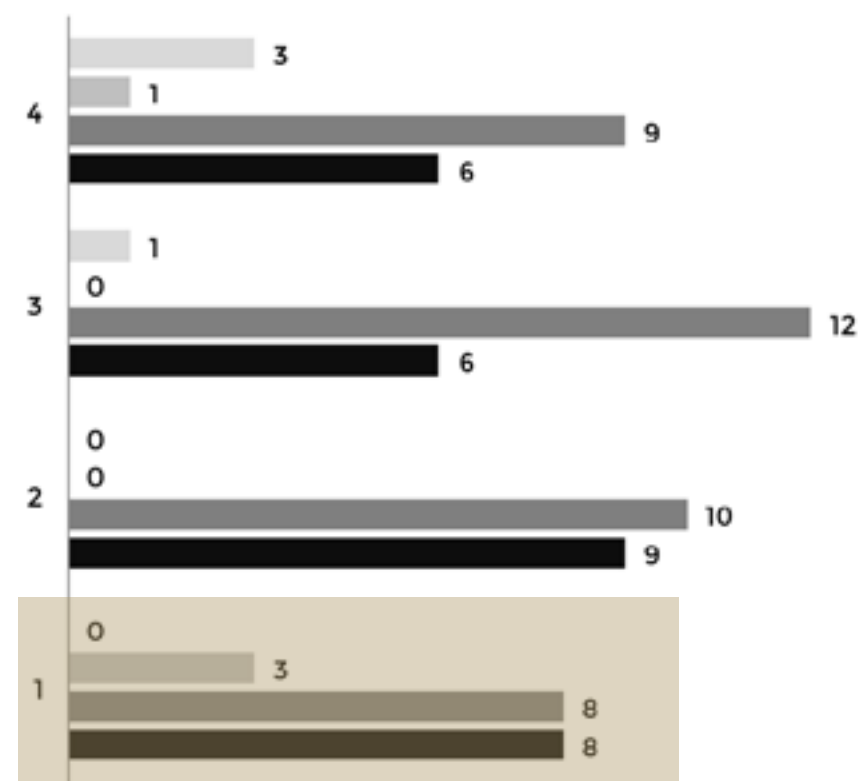
#### OPPSUMMERT:

- GODE RUTINER PÅ PLANOMRÅDET
- INTERKOMMUNALE SAMARBEID
- ULIKE SEKTORER SOM JOBBER SAMMEN
- PLANER BLIR BRUKT I SPILLEMIDELSØKNADSARBEIDET
- ØKONOMI EN USIKKERHETSFAKTOR
- UTFØRER ÅRLIGE ANLEGGSVUDERINGER

#### OPPSUMMERT:

- ALLE PEKER PÅ MEDVIRKNING
- ØNSKER EN OVERSIKT OVER HELE PROSESSEN
- EKSEMPLER PÅ BYGDE ANLEGG
- ØNSKER Å SE ANLEGG FRA UTLANDET
- STØTTESPILLERE/FINANSIERINGSMULIGHETER
- FAGLIG EVIDENS

# AKTIVITET I KOMMUNE-NORGE



Figur 41.

■ Vet ikke ■ Aldri ■ Alltid ■ Av og til

- ### C PLANLEGGING AV AKTIVITET
- 1) BRUKES SPILLEMIDLER FRA NORSK TIPPING AS SOM EN DEL AV STRATEGIEN FOR ET MER AKTIVT LIV I SENTRUM AV DIN KOMMUNE?
  - 2) PLANLEGGER DIN KOMMUNE AKTIVITETSANLEGG SELV?
  - 3) BRUKES MEDVIRKNINGSPROSESSER I PLANLEGGINGEN AV AKTIVITETSANLEGG?
  - 4) BRUKES VEILEDER, BOK, ARTIKKEL ETC. I PLANLEGGINGSARBEIDET?

# 15 SPØRSMÅL TIL INNBYGGERNE I MOSS

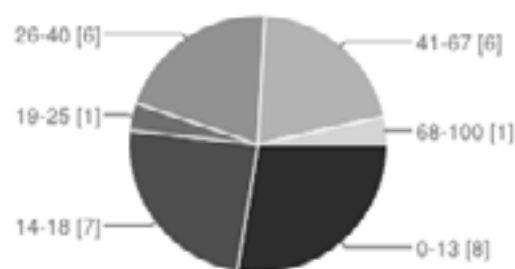
I perioden 10. februar 15. mars 2015 utførte jeg en spørreundersøkelse der innbyggerne i Moss ble bedt om å svare på en undersøkelse om fysisk aktivitet og bruken av sentrum. I tillegg til dette, inneholdt undersøkelsen en rekke spørsmål med tanke på hvilke aktiviteter og innhold de kunne tenke seg i byrommene. På tross av elektronisk undersøkelse, avisartikkel, egen nettside og

plakater på kommunens ByLab var responsen lav, med 29 respondenter. Likevel var fordelingen på alder og kjønn god, og gir en indikasjon på brukerprofilen til Moss sentrum. Helt ideelt burde det ha vært 150 til 250 respondenter. Men siden dette er i forbindelse med en masteroppgave og tiden svært begrenset, var det ikke mulig å legge inn mer resurser i å øke andelen svar.

De 29 respondentene har svart godt og gitt gode svar og innspill til det videre arbeidet med å prosjektere byrommene i Moss. Det kan ikke understrekes nok hvor viktig det er å få en innsikt og forståelse av menneskene og deres hverdag. Det er tross alt dem vi planlegger for. Se oppsummering siste side.

## DIN ALDER?

Figur 42.

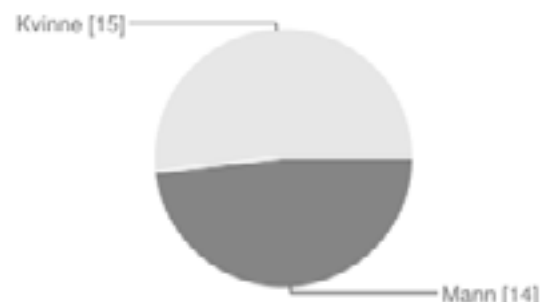


ALDER	ANT. SVAR	PROSENT
0-13	8	27.6 %
14-18	7	24.1 %
19-25	1	3.4 %
26-40	6	20.7 %
41-67	6	20.7 %
68-100	1	3.4 %

## DITT KJØNN?

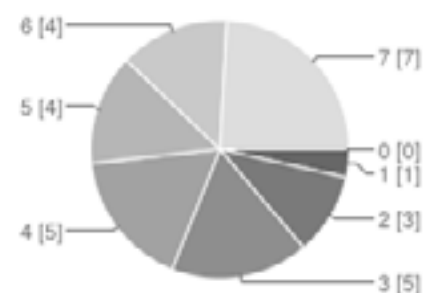
Figur 43.

KJØNN	ANT. SVAR	PROSENT
Mann	14	48.3 %
Kvinne	15	51.7 %



## HVOR MANGE DAGER I UKEN ER DU FYSISK AKTIV FRA EN SKALA 1-7?

Figur 44.



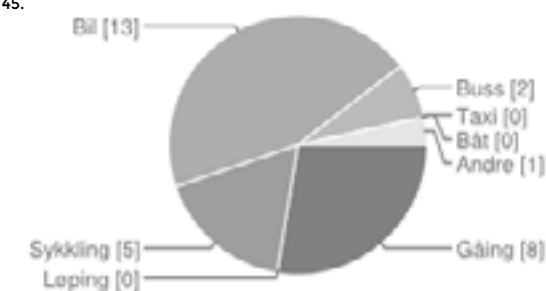
DAGER	ANT. SVAR	PROSENT
0	0	0 %
1	1	3.4 %
2	3	10.3 %
3	5	17.2 %
4	5	17.2 %
5	4	13.8 %
6	4	13.8 %
7	7	24.1 %

## HVA SLAGS AKTIVITETER GJØR DU NÅR DU ER FYSISK AKTIV?

- Turer, sykle, hus og hagearbeid
- Gåtur, trening, sykling
- Gåtur, ridning, trening
- Gåtur, dance og trening
- Løper etter en 2 åring
- Trening
- Gåtur
- Gym, puls og styrke
- Fotball, løpe, gå turer
- Trening, er med venner
- Gåtur, sykler
- Går, jogger, vasker, leker m barn
- Arbeid hjemme og i hagen samt trening
- Håndball
- Lillebror, prøver å overleve på fotball i friminuttene
- Spiller fotball og innebandy
- Sykler,
- Gåtur
- Gåtur, hagearbeid, snekring, sykling
- BMX, Jogging, Boks, Kickboxing, sloss med broren min (det verste er at han er 21 år)...
- Spenst
- Løping, gåturer, styrketrening, ski, sykling
- Styrketrening, løping, gåtur, sykling
- Tur med bikkja
- Trening
- Trener idrett trener fysisk jobber hjemme gjør oppgaver
- Ishockey, løp
- Jogger, gåtur
- Lufter bikja, svømmer

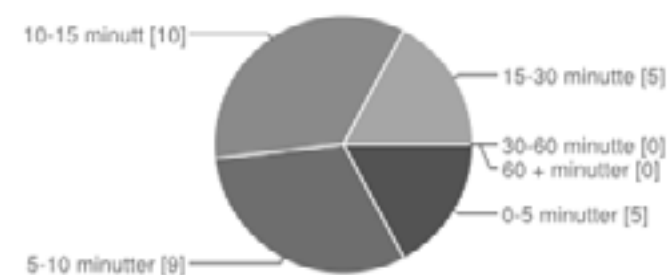
## HVORDAN KOMMER DU DEG VANLIGVIS TIL MOSS SENTRUM?

Figur 45.



## HVOR LANG TID TAR DET DEG Å KOMME TIL MOSS SENTRUM?

Figur 46.



TIDSBRUK	ANT. SVAR	PROSENT
0-5 minutter	5	17.2 %
5-10 minutter	9	31 %
10-15 minutter	10	34.5 %
15-30 minutter	5	17.2 %
30-60 minutter	0	0 %
60 + minutter	0	0 %





## HVA ER DINE TANKER OM Å LEGGE INN NYE AKTIVITETER I SENTRUM I FORM AV FYSISK AKTIVITET?

- |   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Det er bra å få endringer i miljøet.</li> <li>• Høres utrolig spennende ut! Viktig med hverdagsaktivitet og mer liv i sentrum!</li> <li>• Bra</li> <li>• Kjempebra</li> <li>• Jeg tror som det er veldig bra å gjøre nye aktiviteter og spennende</li> <li>• Meget bra</li> <li>• Jeg har ingen tanker om det</li> <li>• Vi kjøper en stor ball, og sender den i gaten. Folk skal være aktiv.</li> <li>• Bortkastet</li> <li>• Positivt</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Høres bra ut</li> <li>• Jeg synes det er bra for at flere skal komme i form.</li> <li>• Lurt</li> <li>• Veldig god ide</li> <li>• Det høres flott ut!</li> <li>• Lavterskelaktiviteter er akkurat det vi trenger mer av. Enda bedre at man slipper å betale tusenvis i året for medlemskap i treningssentre.</li> <li>• Jeg tror parker med ulike muligheter for rekreasjon er det jeg vil benytte</li> <li>• Bra!</li> <li>• Det er veldig bra, for da får</li> </ul> | <p>kanskje flere muligheten til å være fysisk aktiv</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Høres bra ut.</li> <li>• Fantastisk,</li> <li>• Treningssenter i parken (ute).</li> <li>• Jeg syns det er en god idé siden alle har godt av fysisk aktivitet ,og hvis det er flere aktiviteter rundt om kring er det lettere å få folk aktive.</li> <li>• Steng kjøpesentrene i utkanten</li> <li>• Jeg mener man burde fått laget en lekeplass i sentrum der hvor voksen, barn og ungdom kan ha det goy sammen.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeg syntet det hadde vært bra</li> <li>• Det hadde vært fint med et sted hvor jeg kan trene uten å dra så langt.</li> <li>• Det er bra å legge inn nye aktiviteter, det vil gjøre at flere kan møtes sammen og lage et større sosialt nettverk, samtidig som en er aktiv.</li> <li>• Veldig bra</li> </ul> |
|---|---|--|---|

## HVA SLAGS AKTIVITETER KUNNE DU TENKE DEG I FRAMTIDEN I MOSS SENTRUM?

- |  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Racingbane</li> <li>• Noen asfalterte løyper for rulleskøyter. utendørs varme bad, som kan brukes året om</li> <li>• Alt over høres flott ut. Men utvikling av noe vi har naturlig, kanalområdet burde vært utbygget med små butikker, gallerier, puber og restauranter, samt en hevebro pga. båtturistene</li> <li>• Fin tursti langs vann, elv og skog</li> <li>• Hundepark som man kan verne trygg i,bedre miljø på skolene. bedre miljø og flere parker.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunne ikke tenkt meg noen ting</li> <li>• Skøytebane</li> <li>• Skøytebane ala spikersuppa i Oslo. Tuftepark og klatrevegg.</li> <li>• Lavterskeltilbud som ikke krever mye å leke med</li> <li>• Bedre muligheter for barn</li> <li>• Klatrestativ (bouldring). Liten innebandy bane der det i dag er parkering.</li> <li>• Parkour, treningsutstyr, skotebane og bordtennis.</li> <li>• Ballbinge og en stor park</li> <li>• Paintball treningssenter for</li> </ul> | <p>mellom 13 -15 parkour park</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bedre sykkel stier</li> <li>• Parker, tennis</li> <li>• Treningsutstyr</li> <li>• Apparater til kroppsvekttrening.</li> <li>• Skøytebane</li> <li>• Hundepark</li> <li>• Barnepark</li> <li>• Bordtennis</li> <li>• Skøytebane og lopebane</li> <li>• Klatrevegg, rullerløype, bordtennis</li> <li>• Skøytebane, hundepark</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treningsutstyr</li> <li>• Hundepark</li> <li>• Butikker</li> <li>• Løpegruppe</li> <li>• Flere parker som man kan gå til</li> </ul> |
|--|---|--|--|

## MASTER

## NMBU 2015

## HVORDAN KAN MUSIKKANLEGG, GRATIS INTERNETT ELLER BELYSNING ØKE DEN FYSISKE AKTIVITETEN I EN PARK?

- |   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inviterer til opphold</li> <li>• Alle er jo på internett nå tildags, men alle sitter jo stille med nettbrettet eller telefonene sine</li> <li>• Dårlig spørsmål</li> <li>• Musikk er bra å ha, for da kan danse og komme seg i bevegelse.</li> <li>• Få flere til å komme</li> <li>• Lys viktig for trygghet og aktivitet i vinterhalvåret.</li> <li>• ?</li> <li>• Belysning = økt trygghet. Interessante løyper for løpende. Oversiktlige traseer. Gratis internett er bra for de som bruker trenings-apper.</li> <li>• Da kommer de fleste til å sitte stille med en telefon og surfe på</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• I dont know</li> <li>• Da ville det være flere i parken daglig, og folk ville ha vært der i lengere tid pga belysning på kvelden.</li> <li>• Fordi mange personer vil gratis ting. (Jeg også.)</li> <li>• Man kan høre på musikk og lete etter forskjellige aktiviteter i Moss/ andre byer</li> <li>• Bli mer gemenskap</li> <li>• Internett hadde nok økt bruken</li> <li>• Da har jeg mer lyst til å være der</li> <li>• Det høres jo mer goy ut med musikkanlegg, gratis internett eller belysning gjør det morsommere å være ute og</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• sosialisere</li> <li>• Det blir beder stemning, så folk kan bli mer motivert</li> <li>• Musikk kan fort bli støy om det ikke knyttes til og begrenses til en bestemt aktivitet. Lys bidrar til trivsel. De fleste har internett på telefonen, og trenger ikke gratis Wi-Fi</li> <li>• Kanskje liksom høre på musikk mens du kjører sykkel/ trener ?</li> <li>• Jeg mener at gratis internett og musikkanlegg vil trekke mange barn og ungdommer til en park.</li> <li>• Folk vil være mer ute og bevege litt mer på seg om det</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• var musikk.</li> <li>• Vil trekke flere</li> <li>• Veldig mye</li> <li>• Belysning er flott da man kan gjøre aktiviteter på kveldstid, og med litt funky farger vil det være kunst for de som går forbi, de gående og de som bruker det</li> <li>• musikk i byen</li> <li>• Alle er glad i musikk, så det er en god ide</li> <li>• Tja! Belysning gjør det iallfall lettere i mørket!</li> <li>• Belysning</li> </ul> |
|---|---|--|--|

## VILLE DU BRUKT MER TID I SENTRUM HVIS DET VAR FLERE AKTIVITETER UTENDØRS SOM VAR GRATIS? (VALGFRITT Å SVARE)

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nei</li> <li>• Ja, definitivt.</li> <li>• Hvis jeg hadde barn: ja, definitivt!</li> <li>• Tja</li> <li>• Hvis de er spennende for meg ville jeg mest sannsynlig gått ut hver dag</li> <li>• Nei</li> <li>• Noe ganger, hvis ute er kaldt</li> <li>• Tror nok det</li> <li>• YUUP</li> <li>• Absolutt</li> <li>• Definitivt!</li> <li>• Ville kanskje brukt lavterskeltilbud som også engasjerer barna</li> <li>• Ja, det tror jeg</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ja</li> <li>• Ja</li> <li>• Ja for da kan man ta med venner og vere mere sosiale. for ungdommer i dag er bare helt hekta av Internett.</li> <li>• Ja</li> <li>• Ja</li> </ul> |
|---|--|



# OPPSUMMERING AV SPØRREUNDERSØKELSE

Figur 51.

## FYSISK AKTIVITETSNIVÅ

Fordi undersøkelsen hadde såpass få respondenter, kan man ikke trekke generelle konklusjoner om befolkningen i Moss basert på undersøkelsen. Likevel kan man som utenforstående få et verdifullt innblikk i situasjonen i Moss.

Spørreundersøkelsen tok for seg i hovedsak tre ulike temaer: aktivitetsnivå, bruk og nærhet til sentrum og ideer til hva man kan fylle sentrum med. Undersøkelsen viser at 24 prosent svarte at de er fysisk aktive 7 dager i uken. Det er overraskende høyt, og man må kunne spørre seg hva som regnes og vurderes som fysisk aktivitet. Nivået med fysisk aktivitet 3 og 4 dager i uken har 17 prosent hver og blir til sammen 34 prosent. Nivået fysisk aktiv 5 og 6 dager i uken har 13 prosent hver, tilsammen 26 prosent. Disse tallene viser at personene i som svarte i undersøkelsen regner seg selv som aktive.

På spørsmål om hva slags aktiviteter som utøves ved fysisk aktivitet, svarer mange gåturer, sykling og løping som er typiske egenorganiserte aktiviteter. Når det kommer til organiserte aktiviteter, nevnes fotball, håndball og ishockey. På spørsmål om hvordan man kommer seg til sentrum, svarer 28 prosent at de går og 17 prosent sykler, dette svarer til hvilke egenorganiserte aktiviteter som bedrives. Overraskende er det bare 55 prosent som tar bilen til sentrum. Dette er også et overraskende tall med tanke på hvor mye parkering det er i sentrum. Et negativt trekk er at bare 7 prosent oppgir at de bruker kollektiv transport som buss.

## LIV I SENTRUM

Det å se på hvordan folk kommer seg til sentrum er en ting, men det som er viktig er å se på hvordan befolkningen bruker sentrum og hvordan vi kan påvirke den allerede eksisterende situasjonen.

Det første som ble spurt om er hvor mye tid respondentene bruker i sentrum hver uke. 38 prosent svarer at de bruker 1-4 timer i sentrum hver uke. 35 prosent oppgir at de bruker mindre enn en time hver uke. De resterende bruker mer enn 4 timer i sentrum hver uke. Det interessante er å se hvor mange av disse timene som blir brukt i frisk luft. 48 prosent oppgir at de er kun utendørs i sentrum i 0-15 minutter i uken, mens 40 prosent er utendørs i sentrum 15-60 minutter. Dette sier noe om bruken av sentrum, og at de aller fleste tilbringer mest tid innendørs når de er i sentrum. Kjøpesenteret er en naturlig bidragsyter til denne aktiviteten, hvor man går fra butikk til butikk under tak. Selv om flesteparten holder seg innendørs, oppgir 55 prosent at de går rundt når de er i sentrum. Rett bak kommer shopping med 52 prosent. Andre populære aktiviteter å gjøre når man er i sentrum er å sosialisere seg (38 prosent), sykle (20 prosent) og bedrive sport (17 prosent). De to siste aktivitetene vekket min interesse, og man kan undres på hvor det sykles eller bedrives sport dersom folk i hovedsak oppholder seg innendørs.

Sentrum kan være en viktig sosial arena, og det er derfor interessant å se på hvor man sosialiserer seg. Som planlegger har man mulighet til å legge til rette for ulike møter, og det er derfor interessant å samle inn data på hvor man opplever å møte bekjente. Tallene fra undersøkelsen

viser at både gaten og hjemmet er en sosial arena, begge med 45 prosent. 20 prosent oppgir den lokale butikken, café og stranden som sosiale arenaer.

## IDEER

Den siste delen av undersøkelsen handlet om ideer, muligheter og medvirkning. Her fikk respondentene mulighet til å komme med innspill, ideer og meninger. Mange gode innspill ble nedskrevet, og det ble kommentert viktigheten av lavterskeltilbud og hverdagsaktivitet. Tanker om alt fra å plassere en kjempestor ball i gata til å anlegge et gratis utendørs treningscenter for alle ble presentert. Klatring og parkour går igjen, og er tydelig noe som ønskes. Et mer radikalt forslag er å stenge kjøpesentrene. Mange ser på kjøpesentrene som en stor trussel, og frykter at kjøpesentrene skaper en øde by. Man kan snu på det, og heller se muligheten til å fylle byen med nye identitetsskapende og fysiske aktiviteter. Av konkrete aktiviteter som nevnes flere ganger er bordtennis, klatrevegg og treningsutstyr. Dette er alle aktiviteter som lar seg plassere i bymiljø. Racing-, paintball- og rulleskøytebane er ideer som er vanskeligere å få til.

På spørsmål om belysning, Internett og musikk i byrom, er besvarelse sprikende. Noen liker at Internett og musikk legges inn i byrommene. Mens andre mener at det allerede er lett tilgjengelig Internett. Når det kommer til belysning, er mange positive og mener dette gjør området mer trygt og vil øke bruken. Dette tas med videre, og vil være et gjennomgående element i byrommene. Hvis man vil øke bruken av anleggene ved å tilføre lys, er kostnaden allerede godt begrunnet.

# OPPSUMMERING AV INTERVJUER

## INTERVJUENE

Figur 52.



## INTERVJU MED ANNETTE THORGERSEN

I intervjuet med Thorgersen var fokuset å få et innblikk i praksis og utfordringer i Moss kommune i dag. Det ble pekt på at det er få søknader inne til behandling fra Moss til Østfold fylke, og at søknadene tar mye tid. På spørsmål om kommunen hadde søkt om spillemidler i forhold til aktiviteter i sentrum, svarte Thorgersen at det ikke hadde vært prioritert, men at det var ønskelig. Moss kommune hadde for noen år tilbake investert i et dyrt skateanlegg som viste seg å bli veldig dyrt, men som er kjempepopulært, og hvor en privat aktør passer på at det ikke skjer hæververk. I forhold til søknader om nærmiljø må man være kreative med tanke på hva man bygger. For eksempel er ikke tradisjonelle lekeapparater støttet av spillemidlene, mens svingstenger og hinderløyper støttes. I denne utvelgelsen kan det være viktig å se på hva som er listet opp i veilederen. Thorgersen kunne ikke huske at byromsidrett eller lignende temaer var tatt opp på samlingene hun hadde hatt med fylket, men virket interessert, og ser et tydelig behov for å tenke nytt rundt folks aktivitetsnivå og bruk av fasiliteter.

## INTERVJU MED SARA HAGERUP

Hagerup er arkitekt og jobber i planavdelingen i Moss kommune. I disse dager jobber hun med et aktivitetstorg midt i bykjernen på Kirketorget ved Kirka. Det kom fram i intervjuet at prosjektet ikke ble støttet av spillemidlene, og det

ble pekt på at dårlig kommunikasjon og begrensninger i forhold til hva som støttes var årsakene til at prosjektet ikke søker støtte. Som planlegger brenner Sara veldig for byrom med aktiviteter, og synes det er viktig med byrom som engasjerer og utfordrer. På spørsmål om hva hun synes er viktig i et slikt rom, svarer Hagerup at møbler og elementer som kan brukes på flere mulige måter kan være en god ting, og at det er viktig å sette inn ting som kan brukes og settes pris på av flere brukergrupper og aldersgrupper. Helt til slutt ble det tatt opp at planleggere og arkitekter trenger mer kunnskap om spillemidlene, og at de som jobber med spillemidlene og planleggerne skulle hatt mye tettere kontakt og jobbet tettere sammen.

## INTERVJU MED ARILD JOHNSEN

Intervjuet med Johnsen forgikk som en vandring i Møllebyen, hvor Arild fortalte om byen og prosessene bydelen allerede hadde vært gjennom. På spørsmål om han mente at uteområdene i Møllebyen kunne trenge et løft, svarte han kort og konsist ja. Bryggeriparken er i dag i privat eie, og Johnsen mente at eieren av parken gjerne ville gi den over til kommunen dersom de holder den i en god stand og gjør noe ut av parken. Om svaret er aktivitetspark var Johnsen litt usikker på, men han mente at det ville skape en reaksjon og sannsynligvis en god debatt om hva man burde gjøre med parken, som i dag står

ubrukt og i dårlig forfatning. Parken er ikke fredet, men hører til Bryggerigården på den andre siden av veien, som er fredet. Videre på vandringen fortalte Johnsen at sentrumsaksen skulle gå gjennom Møllegata, men at trafikk og parkeringshus ikke gjorde det noe særlig trivelig. Han mente det var fullt mulig å stenge gata og forlenge gågata i byen. Johnsen var svært positiv til alle forslagene som kom opp, og så ingen problemer mellom historie, vern og nye aktivitetsparker i Møllebyen.

## INTERVJU MED STEIN CATO RØSNÆS

Det ble avtalt møte med Røsnæs på fylkeshuset i Østfold, og temaet for møtet var å høre status for Østfold, og hvordan han stilte seg til bruk av spillemidler i forhold til byromsaktiviteter. Røsnæs ønsket ikke å siteres fra møtet. Noen hovedtrekk fra møtet var at Østfold har lave søkertall, og dermed får tildelt mindre midler. Enkelte idretter og aktiviteter viser seg å være døgnfluer, og man må tenke på dette når man fordeler midlene. Mange fylker sliter med etterslep i forhold til søknader, det gjør ikke Østfold. Noen kommuner er bedre til å søke enn andre. Det ble presisert på møtet at spillemidlene først og fremst er tiltenkt idrett. Røsnæs har selv bakgrunn fra idretten håndball, og har tatt sine erfaringer med seg i jobben som saksbehandler for spillemidlene i fylket.



## KONTAKT OG INFO. NETTSIDE



Figur 53.

**Byromsaktivitet i Møllebyen i Moss**

En masteroppgave i landskapsarkitektur av Even Bakken fra Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU) på Ås

**Delta på spørreundersøkelse med tema: Aktivitet og byliv i Moss sentrum!**

Hjelp masterstudent Even Bakken med å skape nye utendørsaktiviteter i Moss!

Ta undersøkelsen HER!

**NMBU MASTEROPPGAVE: DELTA PÅ SPØRREUNDERSØKELSE PÅ NETT!**

**TEMA: AKTIVITET OG BYLIV I MOSS SENTRUM**

Se mer på: <http://landskapsarkitekturmaster.tumblr.com>  
 Ta undersøkelsen og hjelp masterstudent Even Bakken med å skape nye utendørsaktiviteter i Moss!

#Moss #Spørreundersøkelse #NMBU #Landskapsarkitektur #Masteroppgave #Mossaktiv #Byromsaktiv #Byliv #Urgentaktivitet



Even Bakken er en 27 år gammel landskapsarkitekt og masterstudent ved NMBU på Ås. Han er utdannet landskapsarkitekt og har jobbet som landskapsarkitekt i Moss kommune. Han er også medlem av Norske landskapsarkitekters forening (NLAF) og har vært med på å etablere Moss Byromsaktivitet. Han er også medlem av Moss Byromsaktivitet og har vært med på å etablere Moss Byromsaktivitet.

## KONTAKT OG INFOSIDE

Det er viktig å være tilgjengelig og ha en nettside (<http://landskapsarkitekturmaster.tumblr.com>) hvor folk kan komme i kontakt og si ifra hvis de har noe på hjerte. Masteroppgaven vil legges ut her i sin helhet etter at oppgaven er levert, slik at den kan være til inspirasjon for andre som vil bruke spillemidlene som strategi for et mer levende sentrum.

## POSTERE OG IDÉGRIS PÅ BYLAB

KLATREVEGG MED SIKRING

BADEBASSENG

LØPESKÅL

PARKOURANLEGG

VANDRING I MOSS (HISTORIE)

TEMPERERE BYROM

FAST Plass FOR "PROFESJONELLE" GATEARTISTER

KLATREVEGG

KLATREVEGGER MED SELER

UTENDØRS KLATREVEGG PÅ PETTERSONTOMTA

PARKMUSEUM HVOR DE VISER TING FRA GAMLE DAGER

FLYSIRKEL

BERG OG DALBANE

PARKOURLØYPE

TREHYTTER

BIKUBER

SYKKELTRAILS

DOWN-HILL

PARSELLHAGE I SENTRUM

JULEVERKSTED

PÅSKEVERKSTED

SKATEPARK OVER ALT

TRENINGSPAPPARATER

BMX-BANE

TRENINGSLØYPE

KLATREPARK

HUNDEPARK

KLATREVEGG

TARZANLØYPE

HINDERLØYPE

## DÉGRIS PÅ BYLAB I MOSS

Det ble plassert en sparebøsse-gris på ByLab i Moss hvor befolkningen ble invitert til å komme med ideer til nye aktiviteter i sentrum. Mange gode forslag kom inn, og klatrevegg (park) viste seg å være den store vinneren. De turkise forslagene er ideer jeg valgte å gå videre med, mens de brune er gode ideer som dessverre ikke fikk plass i denne omgang.

Figur 54.



# ANALYSE OG UTFORMING

- MØLLEGATA
- BRYGGERIPARKEN
- BAKGÅRDEN



Det var interessant å se hvordan vi landskapsarkitekter kan bruke online spørreundersøkelser til å bli kjent med et sted. Undersøkelsen ga meg et innblikk i folks hverdag og brukermønster. På tross av få svar, hjelper de svarene jeg fikk meg videre i denne delen av oppgaven hvor prosjektet konkretiseres og ting plasseres på kartet. Intervjuene som er gjort hjelper meg også å forstå kommunen og deres utfordringer og planer. Denne delen av oppgaven tar for seg tre ulike byrom og prøver å løse dem ved hjelp av elementer som kan støttes av spillemidlene i kategorien aktivitetsanlegg, også kjent som nærmiljøanlegg. De tre byrommene skal være til inspirasjon for andre kommuner, og det er lagt vekt på at de skal være av ulik størrelse og karakter. Byrommene er valgt etter en utvelgingsprosess der flere ulike byrom i Møllebyen ble vurdert. I dette kapittelet presenteres først

en rekke stedlige analyser, med fokus på Moss sentrum og Møllebyen. Videre presenteres et overordnet konsept for en aktivitetsakse i Moss sentrum. Aksene ligger langs Mosseelven, mellom Nesparken i øst og Mossesundet i vest. Aksene går gjennom Møllebyen hvor de tre utvalgte byrommene ligger. De tre forskjellige byrommene har fått hver sine temaer, konsepter og aktiviteter. Gjennomgående er målet om økt aktivisering og bruk av byrommene. Lys har også blitt et gjennomgående element for å skape trygghet og forlenge bruken gjennom året. I denne delen av oppgaven undersøker jeg hvordan vi som landskapsarkitekter kan planlegge best mulig anlegg for fysisk aktivitet. Dette er gjort ved hjelp av en workshop med 9. klasse (2015 kullet) på Verket ungdomsskole. Det er med deres hjelp jeg har kunnet utvikle aktive byrom for mossekråkene. Tusen takk for hjelpen!



# OPPGAVEOMRÅDE I MOSS

--- OPPGAVEOMRÅDE

MOSSESUNDET

VANSJØ

PETERSON-TOMTEN

MOSSEELVA

LITTERATURHUS

KINO OG  
BIBLIOTEK

BYMUSEUM

BRYGGERIGÅRDEN

HENRICH GERNERS GATE

TIDLIGERE  
KJØPESENTER

MØLLEGATA

PRINSENS GATE

GUDES GATE

TH. PETERSONS GATE

TORRGATA

MOSS AMFI KJØPESENTER

KONGENS GATE

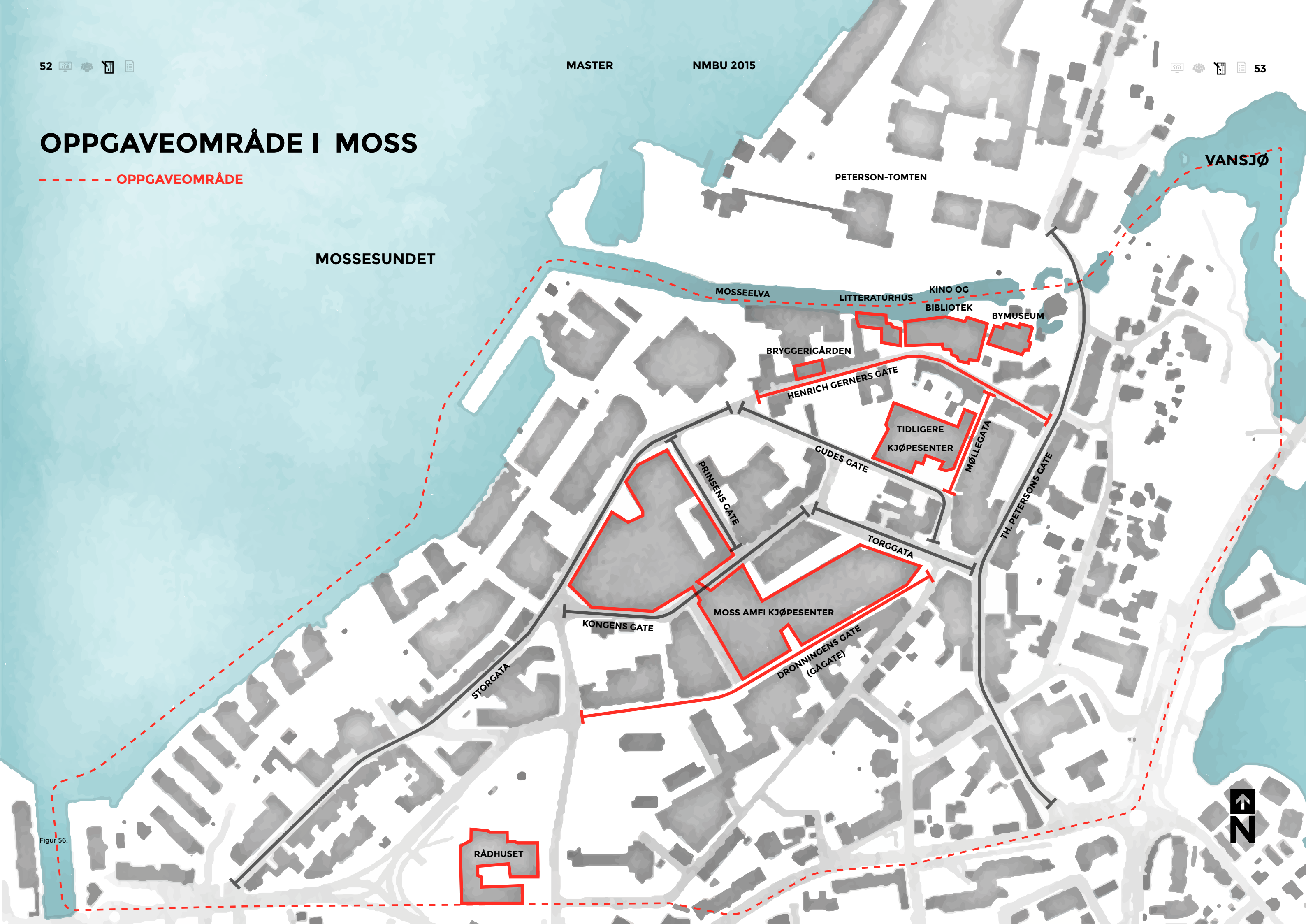
DRONNINGENS GATE  
(GÅGATE)

STORCATA

RÅDHUSET



Figur 56.



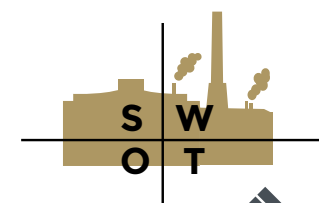




# MOSS



Figur 57. FLYFOTO  
OVER MØLLEBYEN



## STRENGTHS (STYRKER)

- Historien, kulturlandskapet og byen
- Infrastrukturen, knutepunktene og terminalene
- Beliggenhet, valgmuligheter og tilgjengelighet
- Opplevelser, kultur, og natur
- Mange, varierte og robuste lokalsamfunn

## OPPORTUNITIES (MULIGHETER)

- Ungdomssatsing "Talentenes arena"
- Intermodale transportknutepunkter MLR, MH, NSB
- Vinne kampen om de "kloke hodene" rundt Oslofjorden
- Campus Moss
- Kunsten og Galleriene
- Offensivt samarbeid innen og utenfor regionen.
- Samhandling mellom offentlig / privat / frivillig sektor
- Nærings- og kompetanseklunger

Figur 58.

SWATANALYSE



## WEAKNESSES (SVAKHETER)

- Presset offentlig økonomi
- Lav bruk av kollektive transportmidler
- Presset trafikksystem
- Lav FOU aktivitet
- Næringsstruktur
- Utdanningstilbud
- Næringspolitikk
- Utydelig omdømme



## THREATS (TRUSLER)

- Aldersstruktur, balanse tærende og nærende
- Transportsystemet og uløste utfordringer
- Forurenset Vansjø
- Liten samhandling mellom offentlig / privat / frivillig sektor
- Liten gjennomføringskraft pga. liten tillit mellom aktører
- Klimaendringene
- Liten handlingsfrihet, må fokusere "reparasjon"

**MOSS KOMMUNE HAR I SIN KOMMUNEPLAN FOR 2011 - 2022 GJORT EN SWOT-ANALYSE DER DE HAR SETT PÅ STYRKER, SVAKHETER, MULIGHETER OG TRUSLER I KOMMUNEN. DENNE SWOT-ANALYSEN ØNSKER JEG Å BRUKE FOR Å SIKRE AT KOMMUNENS PERSPEKTIV OG SYN KOMMER FRAM I LYSET I ARBEIDET MED MOSS.**

Moss er en gammel by, og fikk bystatus allerede i 1720. Byen har opprinnelig vært bygd opp rundt tre-, jern- og papiindustri. Etter nedbygging av industri og utbygging av infrastruktur, pendler mange av innbyggerne i dag til arbeidsplasser i blant annet Oslo. Moss er en av Norges minste kommuner i areal (63,49 km<sup>2</sup>), men har på tross av dette en befolkning på 31308 (Statistisk sentralbyrå: 2014). I dagens situasjon har Moss en unik mulighet til å transformere de gamle store industritomtene i sentrum til gode bolig- og oppvekstområder.

Etterhvert som kjøpesenterkjeden Amfi har inntatt byen, ser man som et naturlig resultat at mange butikklokaler i sentrum står tomme. Dette skaper en del utfordringer med tanke på liv og røre i de tidligere handlegatene. Kjøpesenteret har stadig vokst, og nye butikker har flyttet inn. Dette er et typisk utviklingstrekk i norske byer, og man ser at det er vanskelig å konkurrere mot kjøpesentrene. Moss sitt handelssentrum har krympet inn, og man ser at selv den renoverte miljøgaten i Moss sliter med å fylle lokalene.

Moss er en gjennomfartsby på grunn av båtfergen fra Moss til Horten. De som tar fergen kjører gjennom Moss for å komme til og fra E6. Her ligger et stort potensiale i å dra disse reisende inn i bykjernen, og få dem til å ha byen som et naturlig stoppested på veien. Dette er muligens dagen tankegang med tanke på at byen er full av bilparkering. Byen er en pendleby, og vil derfor alltid ha utfordringer knyttet til parkering.

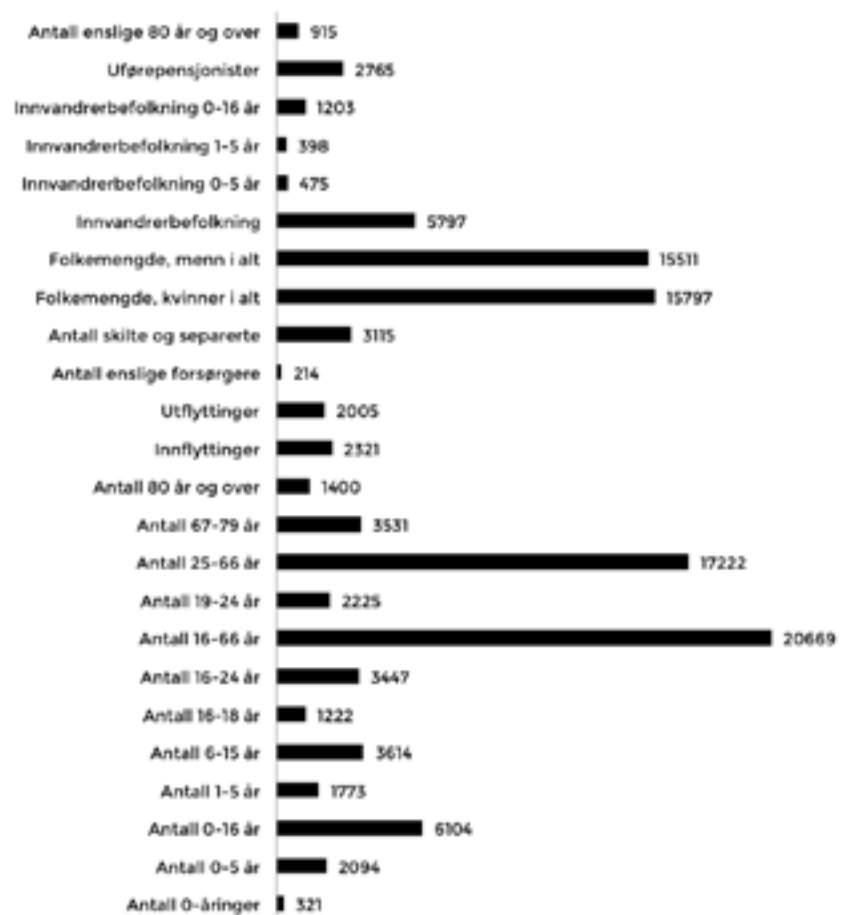
SWOT-analysen i kommunens kommuneplan gir viktige pekepinner på hvilken retting og visjoner kommunen har for framtiden. Det pekes på kommunens styrker som historie, opplevelser, lokalsamfunn og beliggenhet. Dette er alle gode styrker som bør bevares, styrkes og fremmes. Under muligheter nevnes ungdomssatsning og talentenes arena. Det er svært interessant at unge er i fokus i kommunen, og dette er i tråd med arbeidet med attraktive aktive byrom. Blant muligheter står også kunsten og galleriene. Dette eksisterer allerede, og kan spisses og promoteres bedre i omdømmesammenheng. Omdømme blir nevnt som en

av svakheter i kommunen. I tillegg til utydelig omdømme, er presset offentlig økonomi satt opp som en svakhet i Moss kommune. Dette er på ingen måte unikt for Moss, og en god grunn til å få spillere midlene inn i strategien for et mer attraktivt bysentrum. På trusler er aldersstruktur nevnt som eneste befolkningsfaktor. Det blir derfor nødvendig å se mer på folkehelseprofilen til Moss, for å se om det er mulig å enten forbedre eller holde på den eventuelle gode folkehelsen i kommunen.

En annen trussel som også nevnes er problemer i forhold til samhandling, gjennomføring og handlingsfrihet. Dette er alle nødvendige ord hvis man skal få til en satsing på aktive byrom i Moss, og må klart bli bedre hvis man skal lykkes. Kommunen er helt avhengige av at frivillig og privat sektor er med på tankene og prosessene, og de bidrar til å gjøre det mulig. Moss har masse potensial og fine kvaliteter som vil kunne bygge opp om de endringene byen nå er i gang med.



# NØKKELTALL FOR MOSS



## 1 BEHOVSPROFIL

Figur 59. Nøkkeltall hentet fra SSBs (Statistisk sentralbyrå) Statistikkbank kalt KOSTRA - KOMmune-STat-RApportering. Tallene viser antall ut i fra en befolkning på totalt 31308 innbyggere i Moss



FIGUR 14: FLYFOTO  
OVER MØLLEBYEN

## 2 HISTORISK TIDSLINJE

Figur 60. Viser byens utvikling gjennom de siste 400 år og er hentet fra Asplan Viaks analyser etter mulighetsstudie om papirfabrikktomten. Deres resymé er at framtiden for Moss ligger i byutvikling.



# FOLKEHELSEPROFILEN 2014 FOR MOSS



Figur 61.

SKATEPARKEN EN SIKKER VINNER  
MANHATTAN, VÅREN 2014

I folkehelsebarometeret for Moss som man finner på "Kommunehelse statistikkbank, khs.fhi.no" sammenlignes noen nøkkeltall i kommunen og fylket med landstall. Moss kommer dårlig ut på de fleste statistikkene, og har et stort forbedringspotensiale når det kommer til folkehelse.

Moss har også en høyere prosent arbeidsledige og uføre som trenger arenaer som sikrer en god folkehelse og sosial hverdag.

Statistikken viser også at det er flere barn i Moss som er i familier med lav inntekt, og som dermed er ekstra sårbare i forhold til dyre barneidretter.

**Noen funn hentet fra folkehelseprofilen:** Rød er dårligere enn landsgjennomsnittet Grønn er likt eller bedre enn landsgjennomsnittet

## Om befolkningen

- Andelen eldre over 80 år i 2020 er estimert til å være høyere enn landsgjennomsnittet.

- Andelen som bor alene er høyere enn landsgjennomsnittet.

## Levekår

- Andelen med videregående eller høyere utdanning er lavere enn landsgjennomsnittet.

- Andelen barn (0-17 år) som bor i husholdninger med lav inntekt er høyere enn landsgjennomsnittet. Lav inntekt defineres her som under 60 % av nasjonal medianinntekt.

- Andelen barn med enslig forsørger er høyere enn landsgjennomsnittet.

## Skole

- Andelen 10.-klassinger som trives på skolen er høyere enn landsgjennomsnittet.

- Andelen 5.-klassinger som er på laveste mestringsnivå i lesing er ikke entydig forskjellig fra landsgjennomsnittet.

- Frafallet i videregående skole er høyere enn landsgjennomsnittet.

## Levevaner

- Utbredelsen av overvekt er ikke entydig forskjellig fra landsgjennomsnittet, vurdert etter andelen menn med KMI > 25 kg/m<sup>2</sup> på sesjon.

## Helse og sykdom

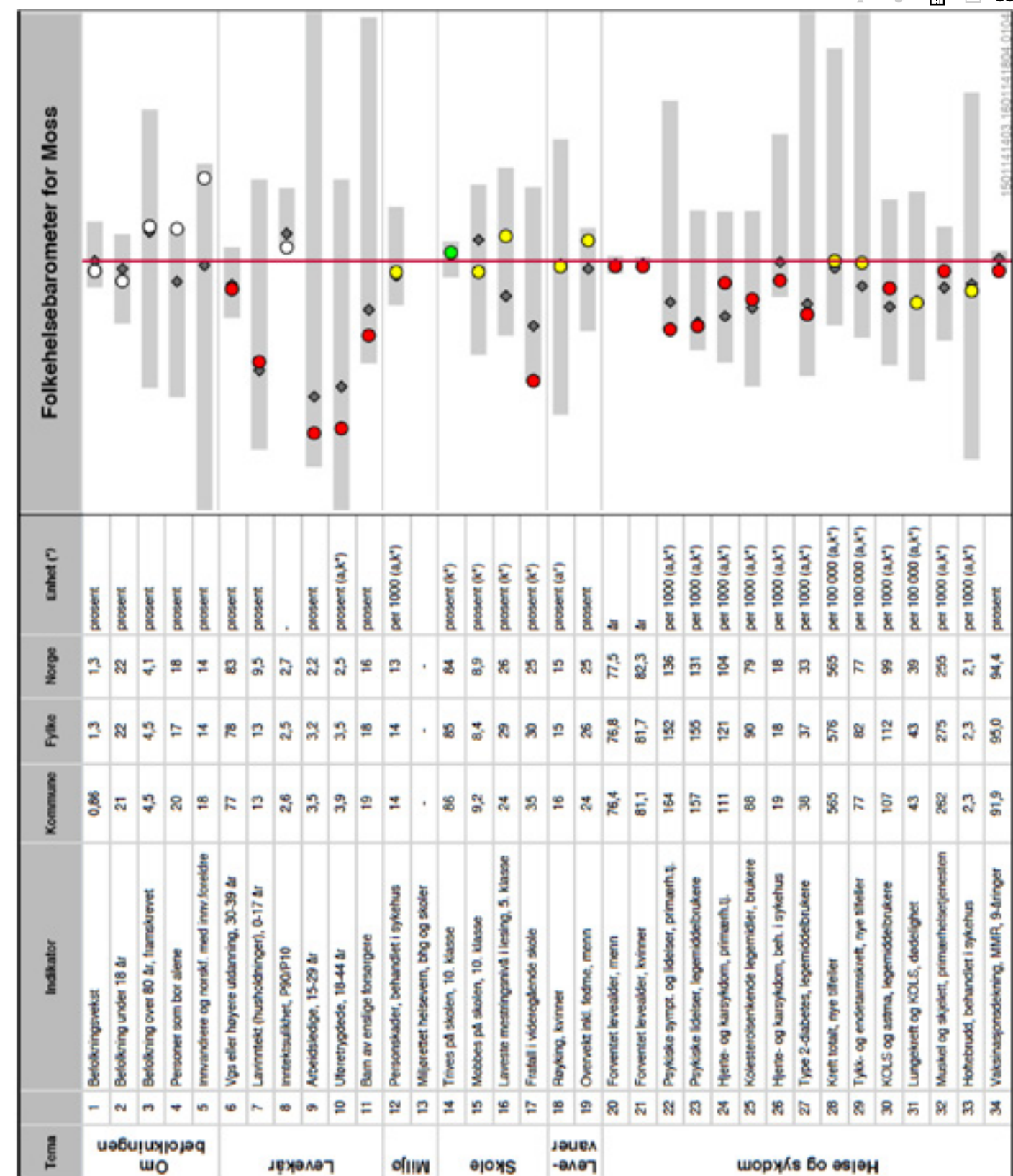
- Forventet levealder for menn er lavere enn landsgjennomsnittet.

- Andelen med psykiske symptomer og lidelser er høyere enn landsgjennomsnittet, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.

- Hjerte- og karsykdom ser ut til å være mer utbredt enn landsgjennomsnittet, vurdert etter sykehusinnleggelser.

- Sykdommer og plager knyttet til muskel- og skjelettsystemet ser ut til å være mer utbredt enn landsgjennomsnittet, vurdert etter data fra fastlege og legevakt.

- Tykk- og endetarmskreft ser ikke ut til å være entydig forskjellig fra landsgjennomsnittet, vurdert etter antall nye tilfeller.



- Grønn verdi betyr at vi med høy grad av sikkerhet kan si at kommunen ligger bedre an enn landet som helhet
- Rød verdi betyr at vi med høy grad av sikkerhet kan si at kommunen ligger dårligere an enn landet som helhet
- Gul verdi forteller at vi ikke med sikkerhet kan si om kommunen ligger dårligere eller bedre an enn landet
- Ikke testet for statistisk signifikans
- ◆ Verdien for fylket (ikke testet for statistisk signifikans)
- | Verdien for landet som helhet
- ▬ Variasjonen mellom kommunene i fylket

Figur 62. FOLKEHELSEPROFILEN FOR MOSS 2014



# OVERSIKT OVER OMGIVELSENE TIL MØLLEBYEN

## V ERKET

Den gamle fabrikkområdet i utkanten av sentrum er i dag kjøpt opp av Hoegh Eiendom. Det er gjort et mulighetsstudie i forbindelse med omgjøring av fabrikktomten til et sentrumsnært boligområde. Asplan Viak AS har jobbet med dette, og har kartlagt byen godt gjennom ulike analyser og befaringer.

## M ØLLEBYEN

Så og si alle byens kulturinstitusjoner er lagt til Møllebyen. Det eneste som ikke ligger her er kulturhuset, som ligger opp mot rådhuset. Dette skaper en unik mulighet for å dra aktiviteten ut i gatene og skape liv og røre. Området har også mange kafeer og restauranter som skaper liv også på kveldstid.

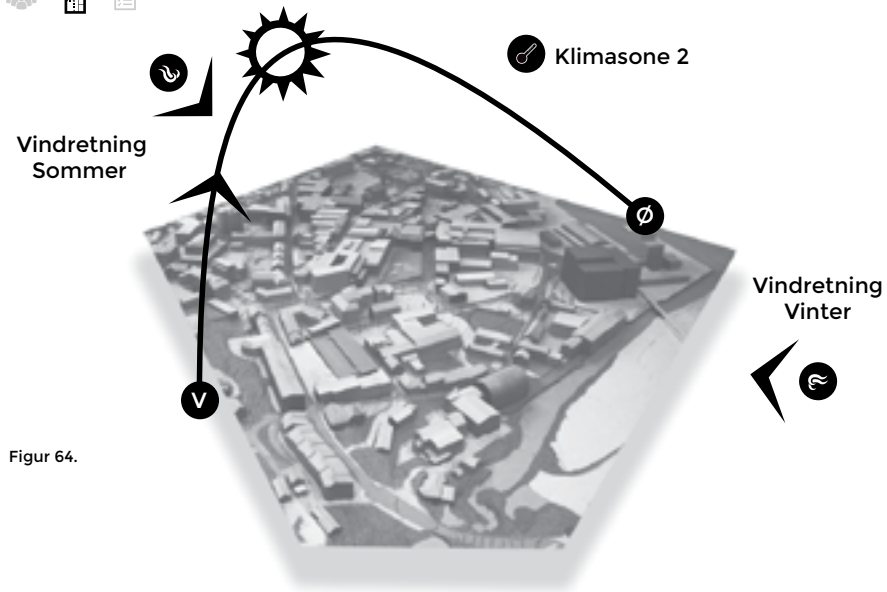
## S ENTRUMSKJERNEN

I de senere årene har sentrum gjennomgått store forandringer, og området som kan defineres som bykjernen har skrumpet inn. Flere og flere av butikklokalene står tomme. Kjøpesenteret har vokst seg større og større, og flere butikker har flyttet fra lokaler på gateplan og inn i Moss Amfi. Deres gratis parkering frister også mange til å parkere bilen sin inne i senteret.

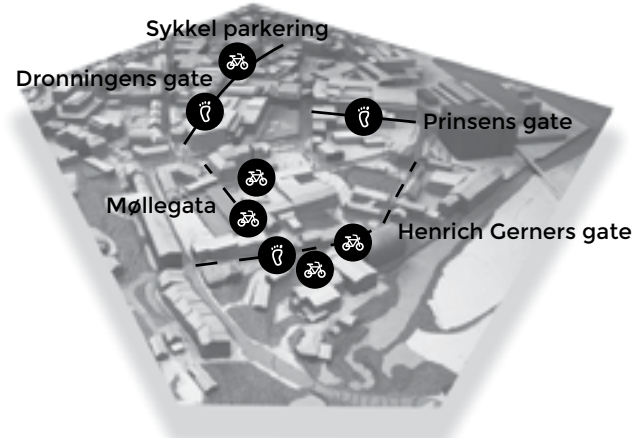
## N ESPARKEN

Parken ligger som en halvøy i Vansjø, og er et populært rekreasjonsområde beliggende helt sentralt i kommunen. Mellom parken og sentrum ligger innfartsåren til Moss, et tungt trafikkert bindeledd mellom E6 og ferga som går fra Moss til Horten og videre mot E18.

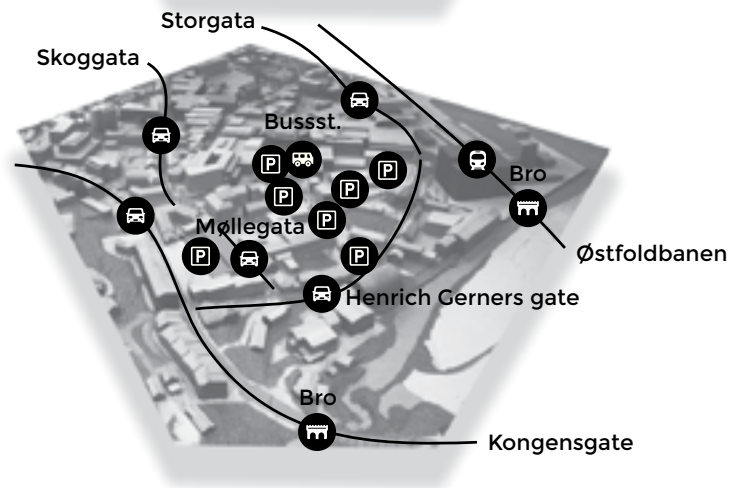




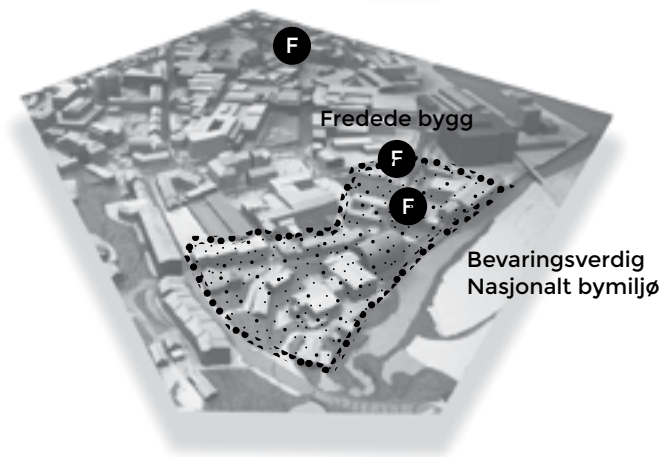
Figur 64.



Figur 65.



Figur 66.



Figur 67.

### 3 KLIMA

Vinddata hentet fra målestasjon 17280 Gullholmen, 2014. Det blåser mest fra sør om sommeren og nordøst om vinteren. Klimasonen i Moss er 2, noe som legger til rette for en kreativ plantebruk.

### 4 GANG OG SYKKE

Både Dronningens gate og Prinsens gate er i dag gågater. Møllegata og Henrick Gerners gate er gatetun, og benyttes mye av biler. Der finnes parkering for sykkel, men det kan alltid bli flere.

### 5 TRAFIKK

Trafikken i Moss er veldig bilbasert, og alle parkeringsplassene i sentrum reflekterer dette. Mulighetene for å utvikle tomter til boligområder er under utredning. Busstasjonen er sentralt plassert midt i byen, så å si inni kjøpesenteret Moss Amfi.

### 6 VERN

Selve Møllebyen er et bevaringsverdig nasjonalt bymiljø. Til tross for dette er ikke så mange bygg fredet, kun to bygg er fredet i Møllebyen i forbindelse med det gamle bryggeriet.

### 7 KULTUR

Alle de ulike kulturtilbudene i Møllebyen aktiviserer befolkningen innendørs. Et mål må være å trekke noen av disse ut i bymiljøet.

### 8 GRØNTOMRÅDER

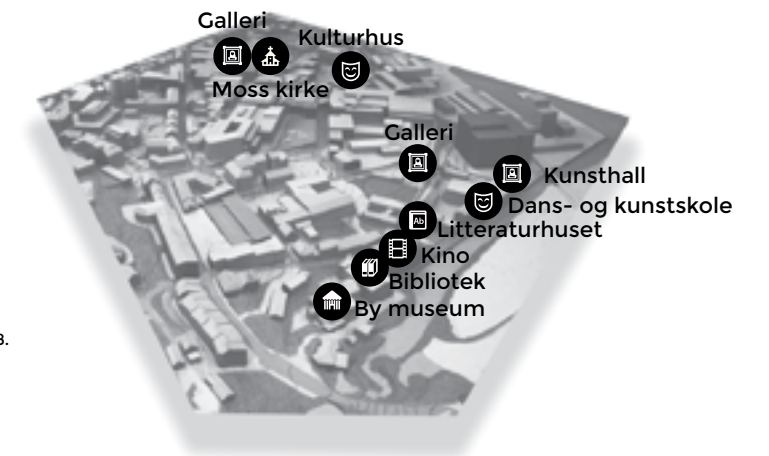
I Moss er det ikke så mange grøntområder, og Bryggeriparken midt i Møllebyen er i dag i privat eie, gjerdet inn med port. Dette er regulert til grønt område, men ikke tilgjengelig i dag.

### 9 OFFENTLIG INST.

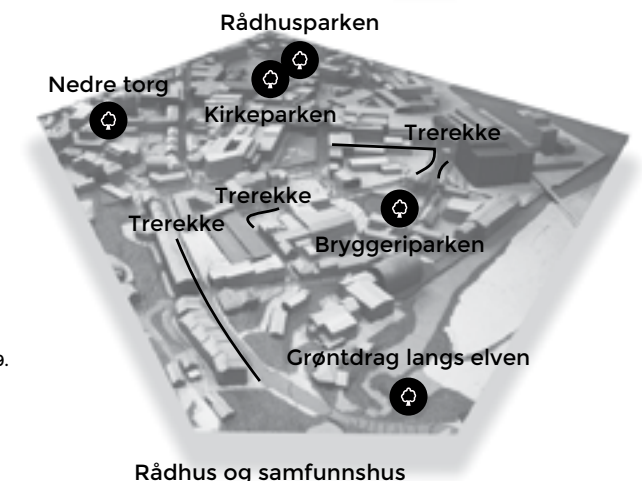
Det ligger i dag ikke skoler eller barnehager i Møllebyen. Dette er bra med tanke på fordeling av nærmiljøanlegg da disse institusjonene ofte har nærmiljøanlegg som en del av sitt uteområde.

### 10 HANDEL

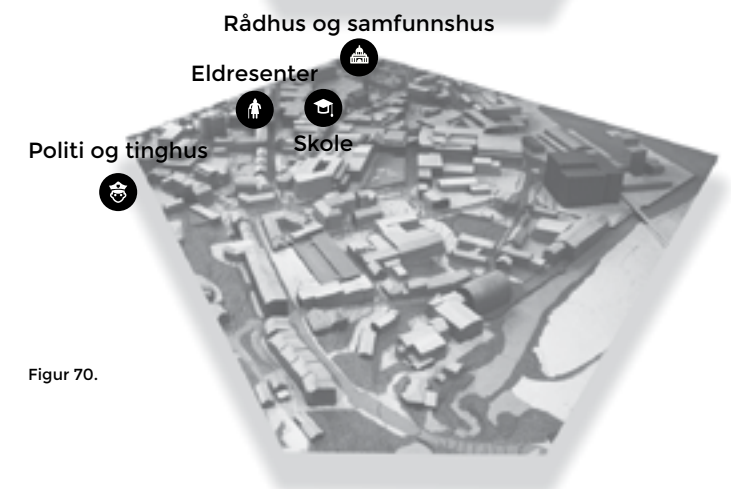
Moss har som mange byer fått merke kjøpesenterets inntog. Kjøpesenteret Moss Amfi ligger midt i byen. Dette påvirker butikknæringen som ligger utenfor senteret, og man ser at handelsvirksomheten i selve byen krymper, samtidig som flere butikker trekker inn i kjøpesenteret. Likevel er det en del kafeer og spisesteder i Møllebyen.



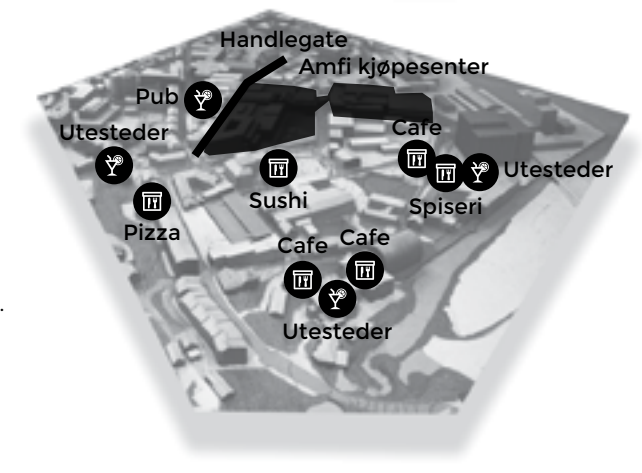
Figur 68.



Figur 69.



Figur 70.



Figur 71.



# MØLLEBYEN

Møllebyen er en gammel bydel i Moss sentrum, og allerede første gang jeg kom dit ble jeg betatt av de fine mursteinsbygningene og de gamle skjeve trehuse- ne. Fra før hadde jeg et mentalt bilde av Moss som et en "stygg" industriby uten videre estetisk sjarm. Men det var før jeg hadde satt mine ben i Møllebyen! Bydelen ligger litt gjemt bort et stykke fra hovedveien, som er tungt trafikkert gjennom sentrum. Mange ganger har jeg kjørt gjennom byen i forbindelse med ferga til Horten, uten å få greie på hvilken fin hemmelighet byen har.

Den lille bydelen har klart å fornye seg, og verdien i de gamle byggene har blitt fremhevet. Dette har ført til et unikt, prisvinnende bymiljø. Likevel undres jeg over at det ikke er flere mennesker i gatene, og hvorfor den grønne bryggeriparken ser så forlatt ut med grinden igjen. Jeg legger også godt merke til alle bilene over-

alt. Hovedgata i bydelen må være et av de mest trafikkerte gatetunene i Norge. Hovedgata er belagt med gammel flott brostein, og er markert med skilt som gatetun. På tross av dette suser bilene forbi meg, og jeg føler at jeg må holde meg til siden så jeg ikke blir kjørt ned. Mens jeg går i gatetunet begynner jeg å tenke på hvordan man kunne knyttet gågaten i sentrum opp mot Møllebyen med alle sine kulturelle fasiliteter.

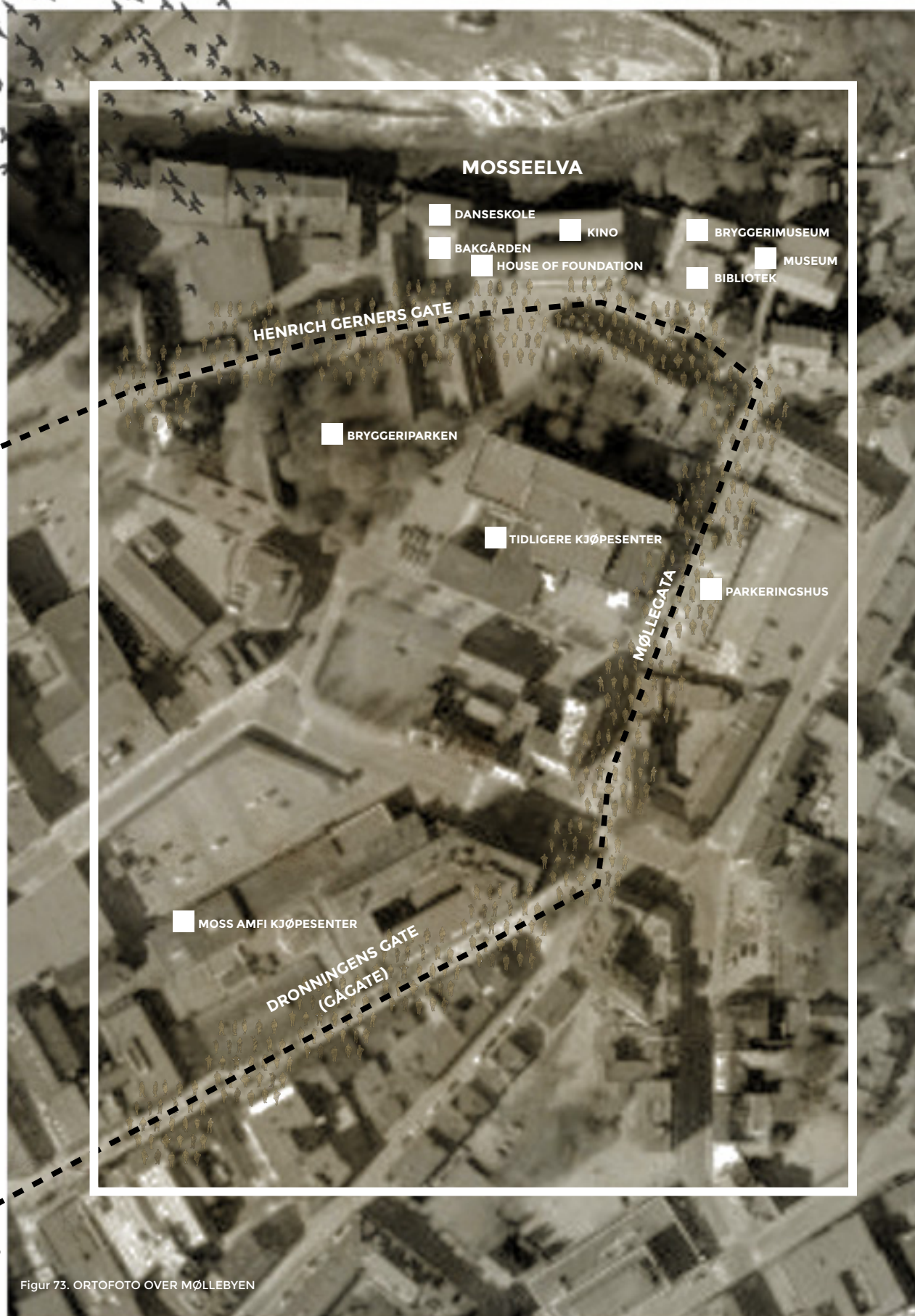
Møllegata fremstår som en lite brukt gate med tomme butikklokaler, hvor byromskvalitetene er lite utnyttet. Gata er det naturlige bindeleddet mellom handelssentrumet og det kulturelle sentrumet, uten at gaten fremstår som særlig attraktiv i seg selv. Møllebyen har flere kulturelle aktivitetstilbud, som ulike museum, kino, bibliotek og gallerier, samt flere kafeer og restauranter. Likevel virker det som en litt folketom bydel. Hvorfor

det? Ved mine besøk i Moss har jeg dratt innom flere av kafeene i området, og til min store begeistring er samtlige av dem godt besøkt. Det viser at folk finner veien hit når de skal kose seg med en kopp kaffe, alene eller sammen med en venn. Sosiale møteplasser og arenaer er veldig viktig i et samfunn hvor det skrives om at stadig flere føler seg ensomme. Ensomhet er ingen god følelse å kjenne på, og jeg tror at Møllebyen har et stort potensiale som sosial og aktiv motor i kommunen.

Det er godt at det finnes et sted i Moss hvor man kan være sosial og utvikle seg, uten at det skal handle om hva du har handlet. Møllebyen har allerede gode kvaliteter innendørs, men mangler i dag de elementer og aktiviteter som inviterer mennesker til å bruke byrommene i større grad.



Figur 72..



Figur 73. ORTOFOTO OVER MØLLEBYEN



## BILDER FRA MØLLEBYEN

### 11 GORDON CULLEN

Bildene under er hentet fra Google Street View, juni 2012. Man starter på øverste bilde til venstre og følger bildene nedover. Første bilde viser inngangen til Møllebyen fra kornsiloen og inn i Henrich Gerners gate. De to neste bildene viser Bryggeriparken fra to ulike vinkler, og

man ser at der er mye gamle trær, og at parken er gjerdet inn med port. Fjerde bilde viser åpningen inn til bakgården ved House of Foundation (gult bygg). Rommet rammes inn av et gammelt trehus som i dag huser kontorer. De to neste bildene viser bakken ved den gamle mølla. Bilde syv

og åtte viser Møllegata. Nummer ni viser plassen utenfor det gamle kjøpesenteret i tilknytning til Møllegata. Nest siste bilde viser Bryggeriparken fra en annen side. Siste bilde viser kornsiloen.

Figur 74. GOOGLE STREET VIEW



## ELEMENTER FRA MØLLEBYEN

### 12 REGISTRERINGER

Fargepalletten i Møllebyen er grønt, brunt og grått. Dette er naturfarger som fungerer i det historiske bymiljøet. Sterke farger som oransje eller rødt vil trekke mye oppmerksomhet og ta unødvendig fokus fra de allerede vakre omgivelsene. Dekket i Møllebyen består i hovedsak av bro-,

gate- og betongstein. En fin detalj er også det gamle rullesteinsunderlaget i den gamle gaten ved siden av Bryggeriparken. Gresset i Bryggeriparken er den eneste plenen i området, og komplimenterer alle de harde flatene i bydelen. De vertikale flatene består i hovedsak av murstein i de gamle

fabrikkbyggene og trehusene. Ned mot vannet trer de godt synlige, grå betongsiloene fram i bybildet. Dette gir stedet karakter, og er et av de få industribyggene som fortsatt er i full drift. Grønt, brunt, grått, gress, stein, betong, treverk og murstein danner en naturlig fargepalett.

Figur 75.

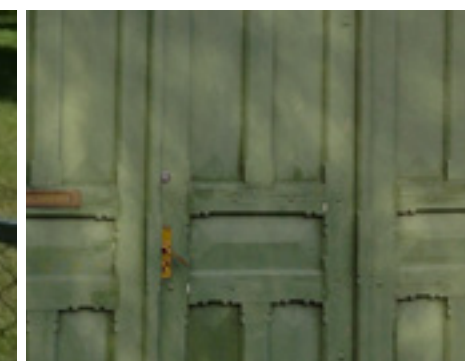
#### GRØNT



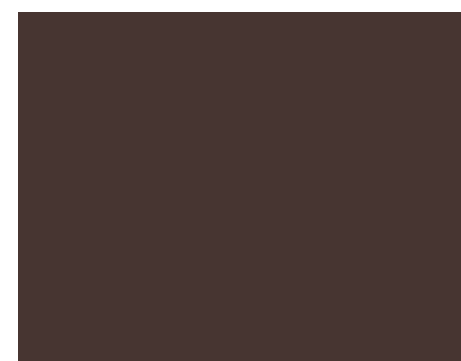
#### GRESS



#### TREVERK



#### BRUNT



#### RUND GATESTEIN



#### MURSTEIN



#### GRÅTT



#### GATESTEIN



#### BETONG





## BYROM TIL VURDERING

For å finne riktige byrom til masteroppgaven var det nødvendig å gå ut på befaring å gjøre en del Registreringer. Møllebyen har på tross av sin størrelse mange rom som kunne ha blitt utnyttet bedre. Jeg har her listet opp en del byrom som er beskrevet

med det jeg mener er styrker og svakheter. Med dette ble det enklere for meg og veie for og i mot. Kom dermed fram til hva jeg mener er de beste byrommene og starte med. (Resultatet blir presentert på neste side).



Figur 76.



## TRE UTVALGTE BYROM



Bakgården ved  
House of Foundation  
Areal: 372 m2



Møllegata og rommet ved det  
gamle kjøpesenteret  
Areal: 1322 m2



Bryggeriparken ved  
Bryggerigården  
Areal: 2374 m2

Figur 77.

### PROSESS: VALG AV TOMTER

I prosessen med valg av tomter var det flere ting som skulle tas hensyn til. Det var en fordel dersom tomtene lå i nærheten av hverandre og i sentrum av byen. Videre var det et ønske å binde papirfabrikken og sentrum av byen bedre sammen, og det åpnet for en ny byromsutvikling i Møllebyen. Det foreligger i dag planer for å omgjøre papirfabrikken til et nytt boligområde, og det vil da være et enda større behov for uteromsaktiviteter. Ved å lage en plan for disse byrommene som ligger såpass tett, vil man kunne sikre at de nye byrommene på begge sidene av elven

utfyller hverandre. Dette vil skape en helhet i byen. De tre ulike tomtene skulle også skille seg fra hverandre både i både størrelse, funksjon og omgivelser. På den måten kan man ta i bruk de allerede eksisterende kvalitetene i området. Etter en del om og men falt valget på Møllegata, med tilhørende byrom foran det gamle kjøpesenteret, nå bolig. Bryggeriparken, en gammel, sliten og lite vedlikeholdt park som i dag er i privat eie og inngjerdet. Og sist men ikke minst, Bakgårdsrommet ved House of Foundation som i dag bare er en av alt for mange parke-

ringsplasser i bydelen. De tre byrommene ligger i umiddelbar nærhet til hverandre, og gir tre helt forskjellige inntrykk. Rammeverket rundt de tre byrommene er de historiske omgivelsene, samtidig som det er handlingsrom for å innføre noe nytt. De ulike størrelsene gjør at man også blir tvunget til å tenke kreativt med tanke på hvilke aktiviteter man ønsker å plassere i de ulike byrommene. I tillegg til disse byrommene ble en rekke andre byrom i området vurdert.

## SOL/SKYGGE ANALYSE I BYROMMENE

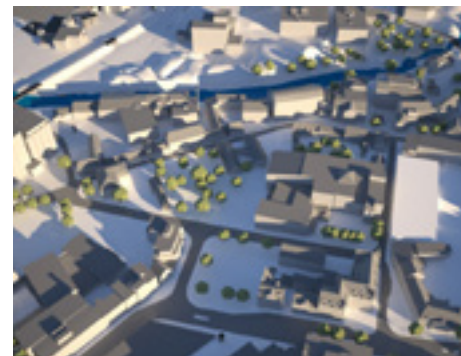
### 13 SOL/SKYGGE

De 9 bildene fra februar, juni og september viser at det er utfordringer knyttet sol og byrommene i Møllebyen. I Bryggeriparken er det de store trærne som skaper skygge, mens i bakgården og Møllegata er det bygningene som skygger for solen. Aller verst er det i Møllegata, som er veldig

smal med høyhus på begge sider. Plassen foran det gamle kjøpesenteret i tilknytning til Møllegata er et av de stedene med best solforhold. Fjerner man noen av trærne i Bryggeriparken, vil solforholdene også her bedres betraktelig.

Figur 78.

25, FEBRUAR, KL:09:00



25, FEBRUAR, KL:12:00



25, FEBRUAR, KL:16:00



25, JUNI, KL:09:00



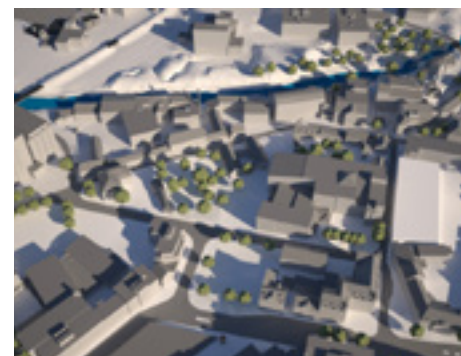
25, JUNI, KL:12:00



25, JUNI, KL:16:00



25, SEPTEMBER, KL:09:00



25, SEPTEMBER, KL:12:00



25, SEPTEMBER, KL:16:00





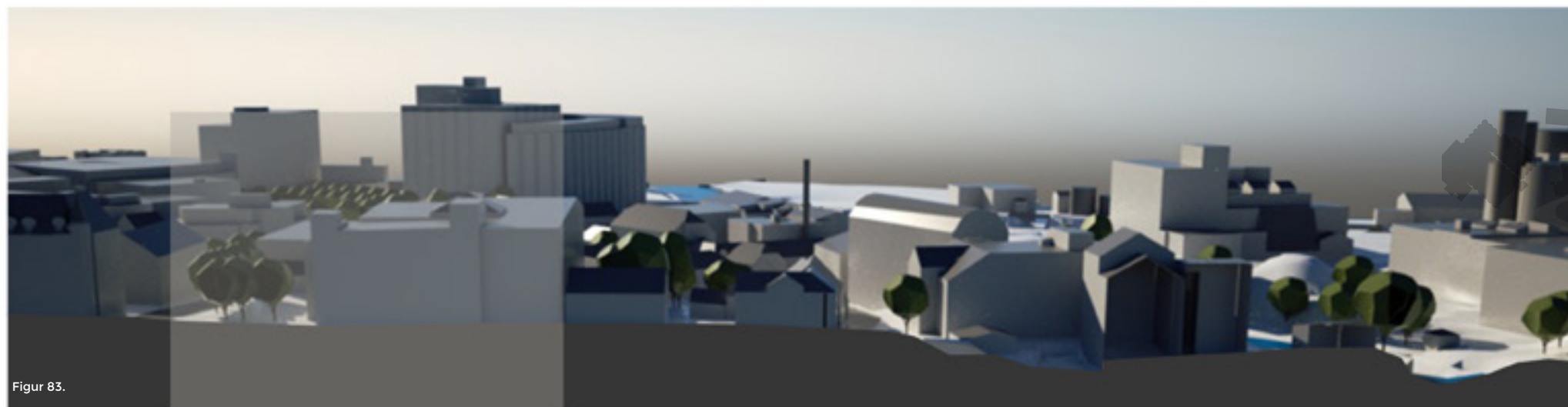




## SNITTOPPRISS FRA MØLLEBYEN

### 15A SNITTOPPRISS

Snittopprisset mot vest er hentet fra 3D modellen viser et så godt som flat terreng i Møllegata. Med en liten helning mot nord (mot høyre på snittet).

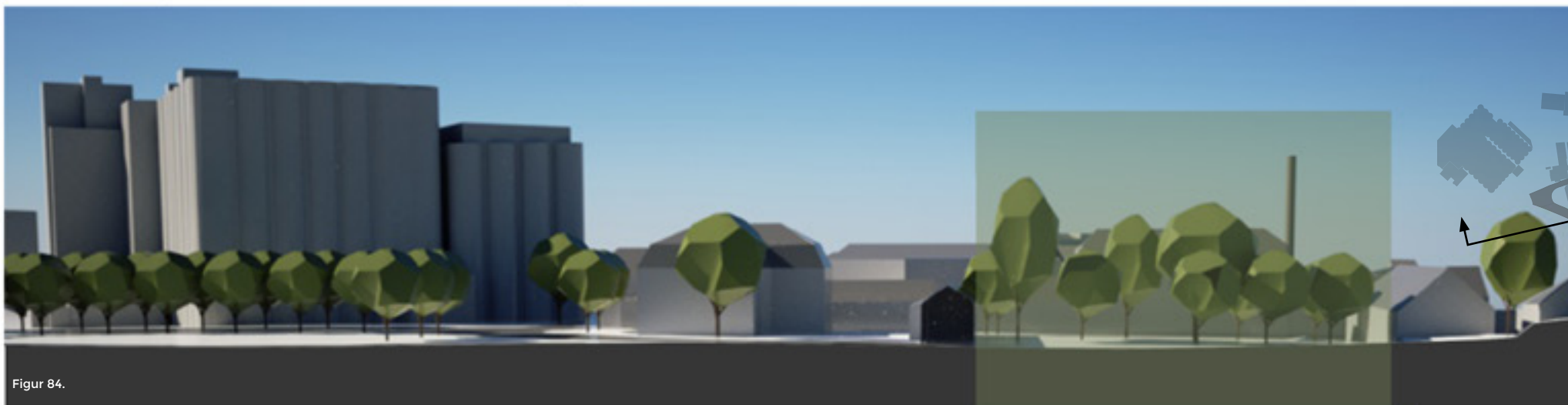


Figur 83.

MØLLEGATA

### 15B SNITTOPPRISS

Snittopprisset mot vest er hentet fra 3D modellen viser et så godt som flatt terreng sørvest-nordøst. 2 meters høydedifferanse og helning sørøst-nordvest.



Figur 84.

BRYGGERIPARKEN

### 15C SNITTOPPRISS

Snittopprisset mot vest er hentet fra 3D modellen viser et så godt som flat terreng. Med en liten helning mot nord (til høyre på snittet). Dette bør koterer slik at vannet ikke renner inn i bakgården, men ut i gata.



Figur 85.

BAKGÅRDEN



# AKTIVITETSAKSEN



Det overordnede grepet for å forbedre folkehelsen i Moss er å skape en aktivitetsakse langs Mosseelva. Den skal gå fra Nesparken i øst gjennom Møllebyen og ende ved Mossesundet i vest. Ideen om en akse tar jeg med fra kommunens eksisterende strategi om en sentrumsakse som går fra kanalen i sør til Møllebyen i nord. På den måten fletter jeg et kjent og eksisterende plangrep fra kommunes side inn i mitt konsept om å gi Moss flere og bredere aktivitetstilbud. Dette overordnede grepet er starten på utformingsdelen, hvor jeg ser på hvor det vil passe å legge inn de ulike aktivitetene. Workshopen på Verket ungdomsskole hjalp meg å finne tema, hvilke aktiviteter de faktisk ønsket og hvor de skulle plasseres. Sammen fant vi ut at "Mossekråka" som

er på kommunevåpnet skulle være en del av formgivningskonseptet. Aktivitetsaksen skal være inkluderende, inspirerende og variert. Det har derfor vært nødvendig å se på hvilke aktiviteter som ligger i aksens dag. Det jeg har funnet av eksisterende aktiviteter er et forholdsvis nytt skateboardanlegg, Mossehallen og friluftsområdet Nesparken helt i øst. I tillegg jobbes det i disse dager med et nytt aktivitetstorg på Kirketorget som vil bli byens nye og eneste aktivitetsanlegg i sentrum. Dette torget ligger som en del av sentrumsaksen, og vil dermed være knyttet sammen med de planlagte aktivitetsanleggene i Møllebyen. Kommunens erfaringer og ideer fra dette nye anlegget på Kirketorget vil kunne bidra til en videreutvikling og planlegging av ideene presentert i denne oppgaven.



## EN NY AKSE I MOSS

### KOMMUNENS EKSISTERENDE PLANGREP: SENTRUMSAKSEN

Sentrumsaksen har fulgt Moss kommunes planarbeid siden 2000. Aksen går fra kanalen i sør til Møllene i nord. Aksen er ingen rett linje, og går gjennom flere ulike byrom. Ulike rom og deler av aksens er oppgradert, men det er fortsatt et stykke igjen til aksens fremstår helhetlig akse. Tanken med å binde kanalen og Møllebyen sammen med sentrumskjernen er et godt grep. Utfordringen i planarbeidet vil være å legge ulike fasiliteter og aktiviteter langs aksens som vil føre til at faktisk benytter seg av den. Vi som mennesker velger som oftest korteste vei, og for å lokke folk til å ta omveien må man få inn noe som får folk til å ta omveien.

Slik byen fremstår for meg i dag, er det riktig å satse på en slik akse. Framtidsutsiktene tilsier at Moss vil vokse, og det er da viktig å ha en overordnet akse der gående, syklende og byliv står i fokus. Byen vil da kunne utvikle seg rundt aksens, og man vil enkelt kunne ta i bruk aksens for å komme seg frem. Starter man med å gå fra kanalen kommer man først til det jeg vil velge å kalle et boligområdet, videre går man forbi rådhuset og kirken før man kommer inn i handlegaten og kjøpesenteret Moss Amfi. Til slutt kommer man opp til Møllebyen, som fremstår som et slags sentrum for kulturen i byen. Aksen

går gjennom så mange bydeler med ulike rom som har ulike funksjoner, og det er tilrettelagt for at man enkelt skal kunne komme seg fra det ene til det andre delen av byen.

### DENNE OPPGAVENS FORESLÅTTE PLANGREP: AKTIVITETSAKSEN

For å skape en helhet og binde de eksisterende og nye aktive byrommene sammen, mener jeg at svaret er å opprette en gang- og sykkelakse langs Mosseelva fra Vansjø og ned til Mossesundet. Dette vil kunne binde eksisterende og nye aktiviteter bedre sammen, og samtidig føre til at flere får øynene opp for flere ulike aktiviteter på sin vei gjennom aktivitetsaksens. Aksen vil dermed fungere som et slags utstillingsvindu for de ulike aktivitetene Moss kommune tilbyr befolkningen. I tillegg til å være et sted for fysisk utfoldelse vil den sammenkoblede gang- og sykkelstien fungere som et møtested og sosialt treffpunkt. Dette krever at man legger til rette med søppelkasser, benker og belysning for en utvidet utnyttelse.

Aksen vil kunne tilby den som går gjennom den en rekke ulike rom: Gjennom den vakre Nesparken øverst i øst, videre ned langs elven mot Møllebyen, og ned mot Mossesundet i vest. Det er mellom disse eksisterende stedene muligheter for å bygge ut flere ulike anlegg for fysisk

aktivitet (markert med spørsmålstejn i kartet).

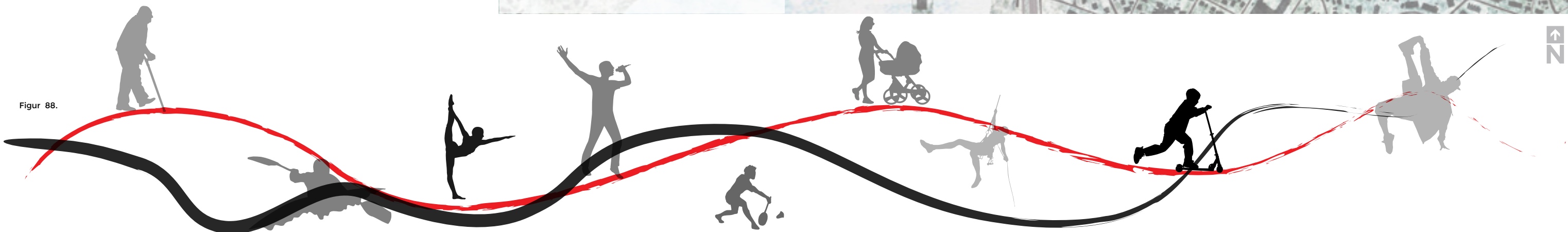
I denne masteroppgaven tas det tak i Møllebyen. Dette fordi jeg mener at området ikke er avhengig av en utbygging av aksens gang- og sykkelnettverk for å fungere - her kan man basere seg på den allerede eksisterende infrastrukturen. Der som resten av aktivitetsaksens realiseres vil de tre anleggene i Møllebyen enkelt kunne implementeres og berike aksens.

De tre byrommene Møllegata, Bryggeriparken og bakgården ved House of Foundation vil være helt unike og forskjellige rom. Aktivitetsanlegget i Møllegata vil også fungere som et bindeledd mellom den eksisterende handlegata og Møllebyen. Dette vil bidra til å fullføre sentrumsaksens i nord. Denne delen av aksens er i dag lite utviklet, og gaten lider i dag av lav aktivitet og tomme butikklokaler. Ved å legge inn aktivitet her, kan man trekke fokus og mennesker gjennom nettopp denne gata. Som oppsummering kan man si at ideen om en aktivitetsakse er plantet, og forholdene ligger til rette for å utvikle den på sikt. Likevel bør det i første rekke satses på kommunenes egen sentrumsakse, der Møllebyen og resten av sentrum kan knyttes sammen gjennom en utvikling av nye spennende nærmiljøanlegg i Møllegata, Bryggeriparken og bakgården ved House of Foundation.

Figur 87.



Figur 88.





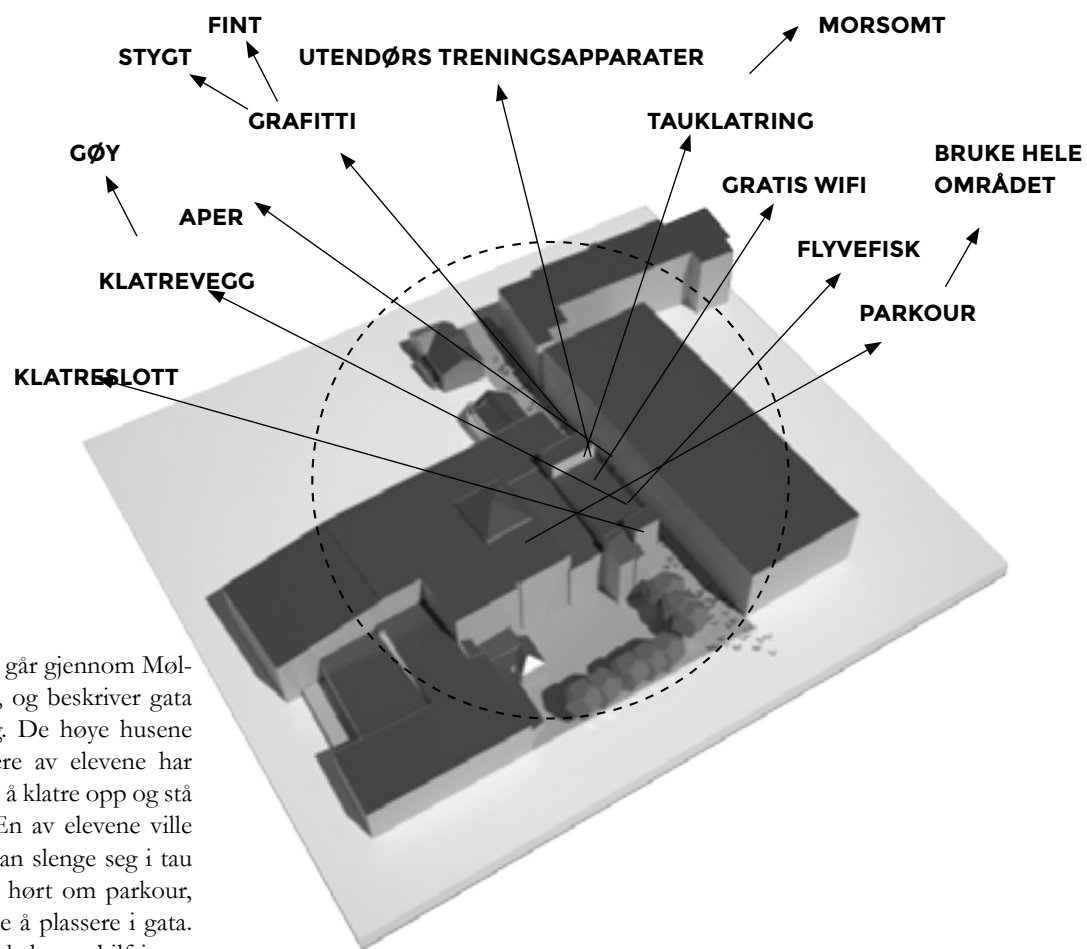
# WORKSHOP - UNGDOMSKOLEELVER

Det ble gjennomført en workshop på Verket ungdomsskole i valgfaget demokrati i praksis. Her jobber ungdommene med demokrati og medvirkning, og det passet derfor perfekt for den workshopen som skulle gjennomføres. Skolen er en skole for 1.-10. trinn, og ligger i nærheten av Møllebyen. Det var cirka 20 elver som deltok på workshopen, og mange ideer og innspill kom frem. Først ble masteroppgavens tema og tomtene i Møllebyen presentert i korte trekk. Videre var det en åpen idérunde og samtale rundt hvor, når og hvorfor elvene brukte byen. Mange svarte

at de synes det var kjedelig i sentrum og at alt kostet penger. Noen av jentene fortalte at de brukte å henge på kjøpesenteret selv om de ikke hadde penger å handle for. Både guttene og jentene oppga at de var mest i byen i forbindelse med shopping på kjøpesenteret. I andre del av workshopen ble klassen delt inn i tre grupper som fikk hvert sin tomt hvor de skulle skrive opp ideer til hva byrommet kunne inneholde. Etter ti minutter byttet gruppene tomt, og skrev ideene for neste byrom. Først ble de bedt om å skrive ideer til byrommene, og i neste runde ble de bedt å kommentere på hverandres

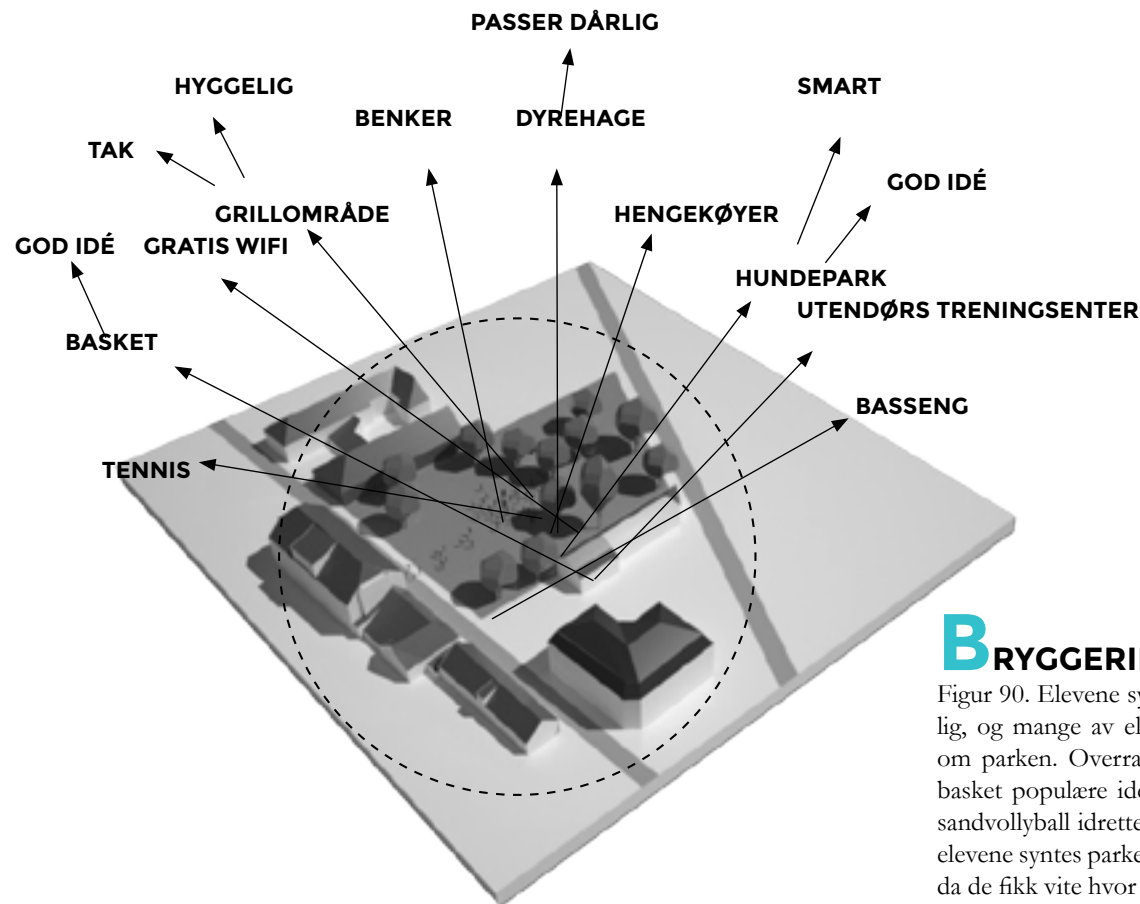
ideer for å finne ut hvilke ideer som var mer populære enn andre. Det ble da tydelig hvilke ideer som var mest populære. I siste runde jobbet alle samlet for å finne en idé til hva som kunne være et felles konsept for byrommene. Mange ulike ideer kom opp, men kråka stod igjen som den beste ideen. De to timene gikk veldig raskt. Plutselig rigte klokka, og timen var over. Elevene var veldig flinke og reflekterte, og jobbet godt. Likevel merker man godt at de kjeder seg fort, og at man må bytte fokus ofte. Workshopen må kalles en suksess, og var en hjelp i det videre arbeidet.

(Det var ikke lov å ta bilder av elevene.)



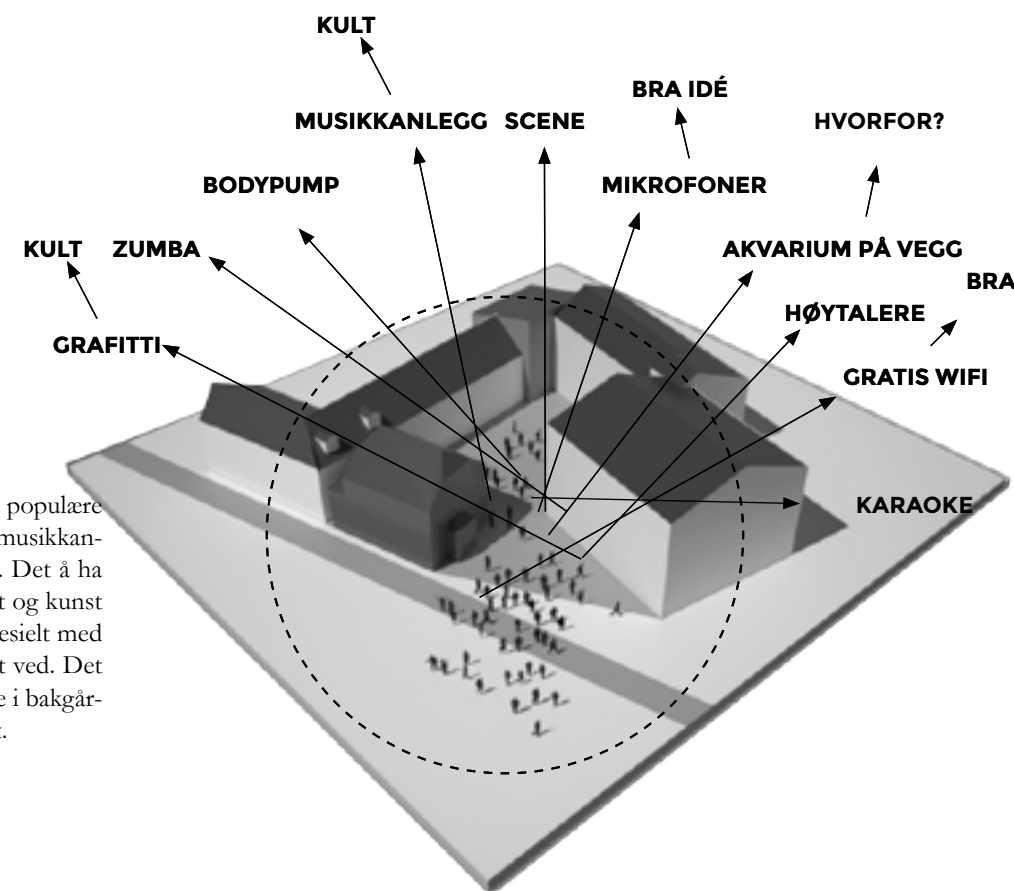
## MØLLEGATA

Figur 89. Mange av elevene går gjennom Møllelegata på veien til sentrum, og beskriver gata som tom, kjedelig, og lang. De høye husene skaper mye skygge, og flere av elevene har tenkt hvordan det ville være å klatre opp og stå på overgangen over gata. En av elevene ville ha en jungelsti hvor man kan slenge seg i tau og klatre. En annen hadde hørt om parkour, og mente det var det riktige å plassere i gata. Alle elevene ønsker at gata skal være bilfri.



## BRYGGERIPARKEN

Figur 90. Elevene synes parken i dag er kjedelig, og mange av elevene visste ikke en gang om parken. Overraskende var hundepark og basket populære ideer. I tillegg var tennis og sandvolleyball idretter de ønsket seg. Mange av elevene syntes parken så liten ut, men ble glade da de fikk vite hvor mye det faktisk er plass til.



## BAKGÅRDEN

Figur 91. Bakgården var det mest populære byrommet hos elevene, og scene, musikkanslegg og zumba var kjempepopulære. Det å ha et samlingssted for musikk, internett og kunst syntes alle var en kjempegod idé, spesielt med tanke på danseskolen som ligger rett ved. Det ble også gjort et poeng av at veggene i bakgården passer veldig bra til graffitikunst.



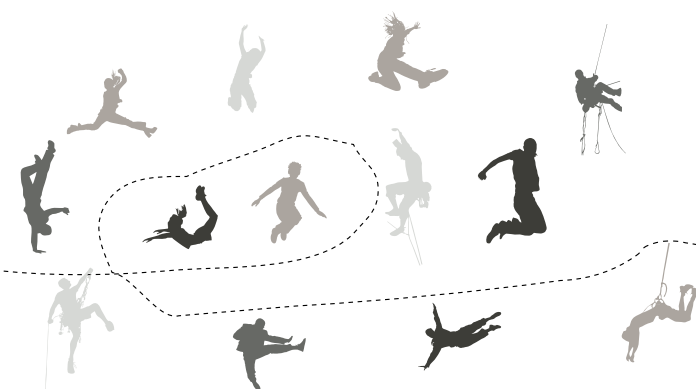
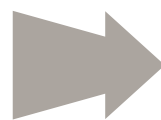
## RESULTAT FRA WORKSHOP



Figur 92.

### A GATEN OG BYROMMET I MØLLEGATA

Fremstår i dag som en gate og et byrom som er lite i bruk. Det tilhørende bygget var tidligere et kjøpesenter, men er nå omgjort til leiligheter. På motsatt side av gata ligger et tilhørende parkeringshus med en innebygd overgang over gata.



### A BEVEGELSE OG UTFORDRING

Målet er å gjøre gata til en arena for parkour og klatring. Møllegata skal forandres fra å være et sted uten noe særlig action og spenning, til et sted fylt med liv og aktivitet i både

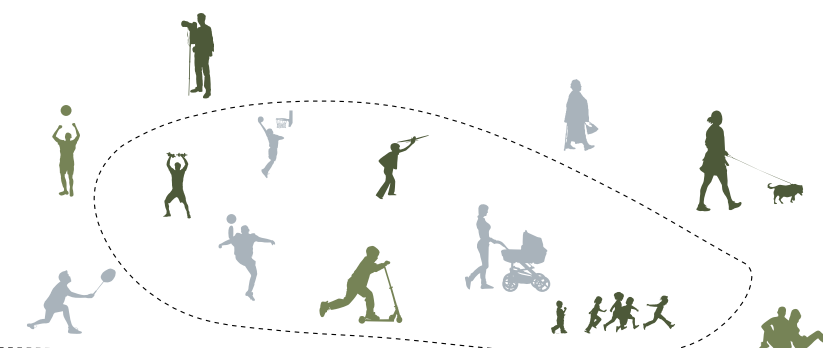
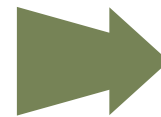
horisontal og vertikal retning.



Figur 93.

### B BRYGGERIPARKEN

Parken er i dag i privat eie, og fremstår som lite brukt. Parken er det eneste grønne området i Møllebyen, og fremstår som en oase mellom all betongen og mursteinen. Parken er idag inngjerdet og lukket av med grind.



### B REKREASJON OG AKTIVITET I GRØNNE ROM

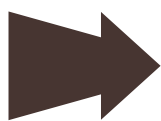
Målet er å aktivisere den private parken midt i Møllebyen med ulike ballaktiviteter, samtidig som den grønne karakteren bevares.



Figur 94.

### C BAKGÅRDEN VED HOUSE OF FOUNDATION

Bakgården er i dag en parkeringsplass. Bakgården er liten, noe som fører til at den oppleves som et lunt og avskjermet rom. Utfordringen med å planlegge for aktiviteter her, er at man må kunne kjøre inn til kunstsolen som ligger innerst i bakgården.



### C DANS OG RYTME

I bakgården blir det fokus på scene og kunst. Målet er å bruke byrommet til å holde gruppetimer og arrangementer som inviterer til deltakelse.

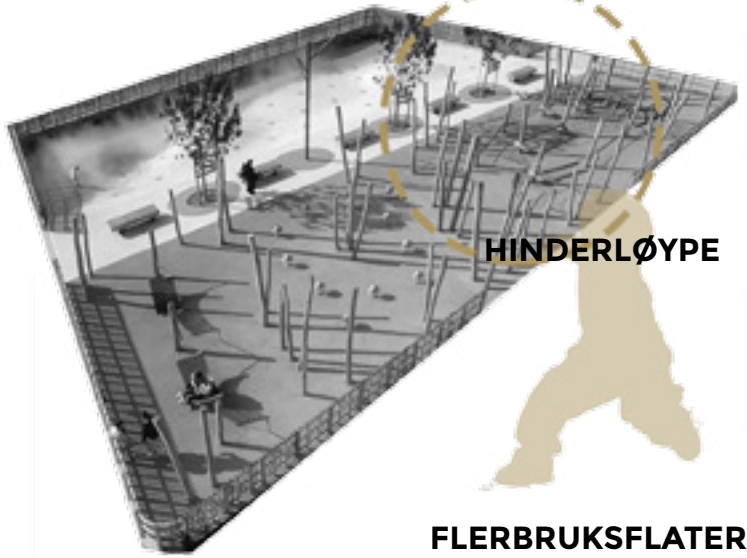


# 9 REFERANSEPROSJEKT

SE MER FRA PROSKJETTENE VED Å GÅ PÅ NETTADRESSENE UNDER KILDENE

Figur 95. BILDER FRA REF. PROSKJETER

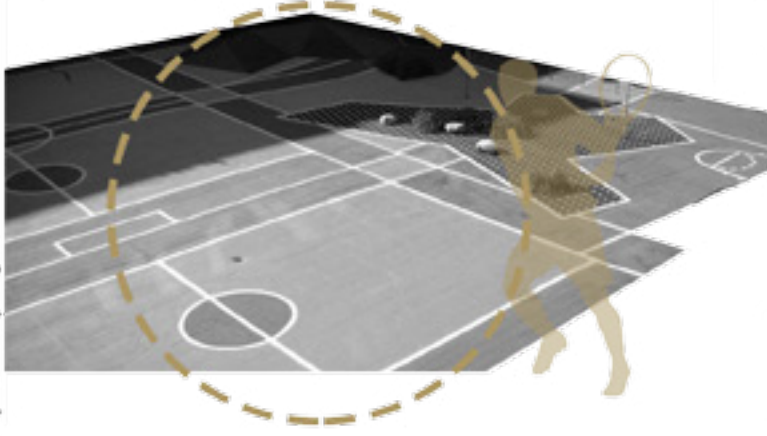
Clos Loyal Park / France/Lyon by BASE Landscape Architecture



**HINDERLØYPE**

**FLERBRUKSFLATER**

Playgrounds and Schoolyards / Canada/Quebec by NIPPaysage



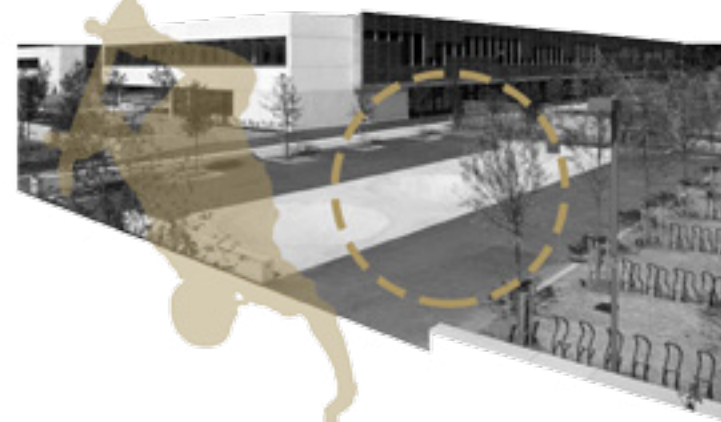
**BASKET OG SKATING**

Lemvig Skatepark / Denmark/Lemvig by EFFEKT



**SKATING**

Hundsund Grøndesenter / Norway/Oslo by Bjørbekk & Lindheim Landskapsarkitekter



A'Beckett Urban Square / Melbourne/Australia by Peter Elliott Architecture + Urban Design



**PARKOUR**

**FLERBRUKSFLATER**

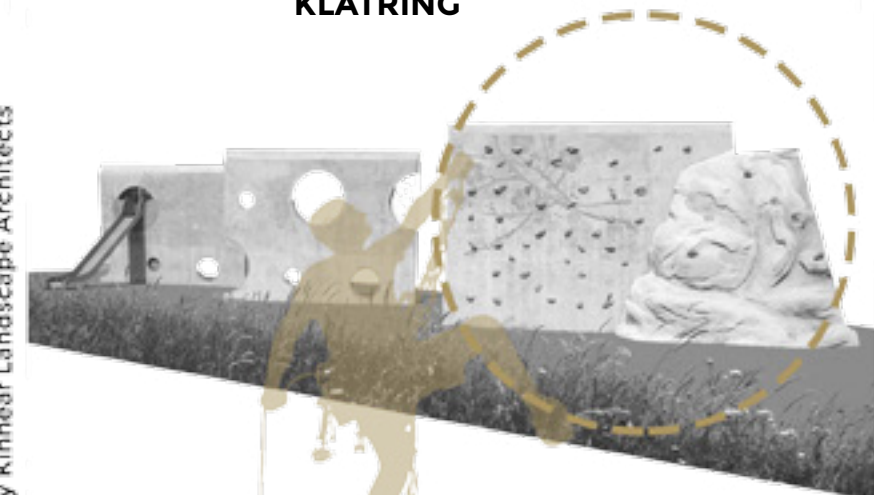
Charlotte Ammundsens Plads / Denmark/Copenhagen by 1:1 Landskab



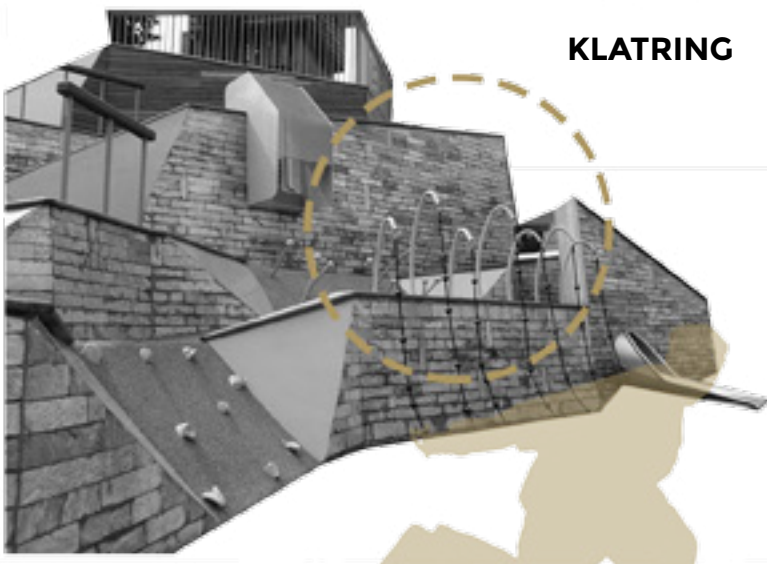
**TURN**

**KLATRING**

Normand Park / UK/London by Kinnear Landscape Architects



Playground at Zorlu Centre / Turkey/Istanbul by Carve



**KLATRING**



## FORMKONSEPT: KRÅKER I MOSS



**BEFOLKNINGEN ER STOLTE OVER Å KALLE SEG SELV  
"MOSSEKRÅKER".**

**KONSEPTET GÅR UT PÅ Å SKAPE NYE SOSIALE OG  
AKTIVISERENDE NÆRMILJØ SOM KAN FUNGERE  
SOM NYE ARENAER FOR ULIKE AKTIVITER, SOM FOR  
EKSEMPEL NATURFENOMENET "KRÅKETING".**

Figur 96.

# 6

## UTFORMINGSPRINSIPPER

### 01 AKTIVITET

Byrommene skal oppmuntre til fysisk aktivitet og sosial interaksjon. Nye, uformelle arenaer gir rom for økt uorganisert aktivitet.

### 02 MANGFOLD

Byrommene skal appellere og tiltrekke seg flest mulig brukergrupper med tanke på alder, kjønn og kulturell bakgrunn.

### 03 BRUKBARHET

Det skal tilrettelegges og utformes slik at alle mennesker, uavhengig av funksjonsnivå, kan utfolde og oppholde seg i byrommene gjennom hele året.

### 04 SAMSPILL

Byrom, gater og byggene skal spille på lag og styrke byens kvaliteter, både med tanke på innhold og visuell kvalitet.

### 05 KVALITET

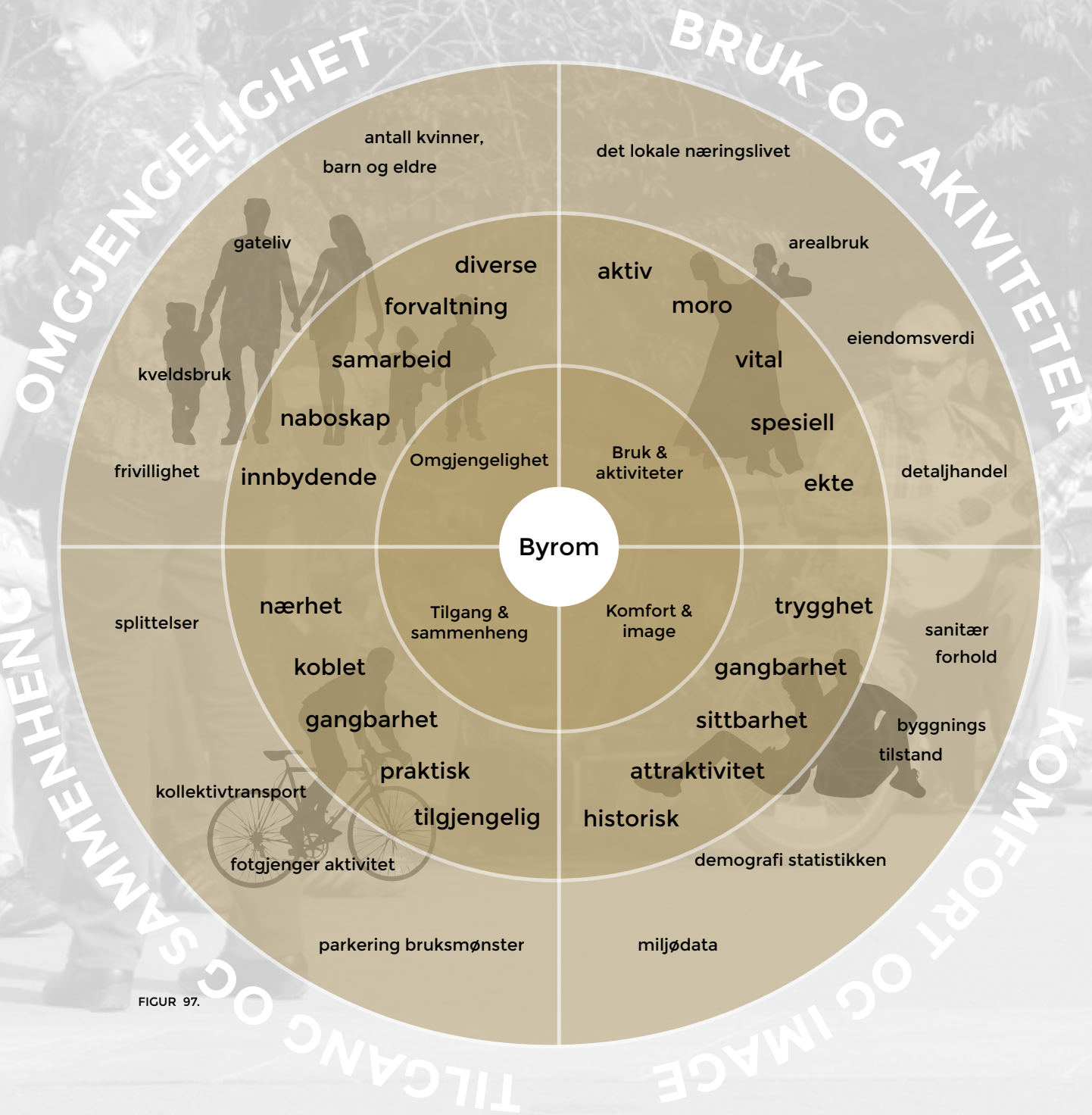
Det skal satses på kvalitet gjennom hele prosjektet for å sikre en god og fornuftig bruk av midler og areal.

### 06 HELHET

Byrommene skal ha en form for sammenheng, men samtidig utvikles som frittstående og attraktive byrom i seg selv.



# HVA SKAPER ET GODT BYROM?



FIGUR 97.

I ARBEIDET MED Å SKAPE GODE BYROM, HAR JEG VALGT Å BRUKE ET DIAGRAM UTARBEIDET AV "PROJECT FOR PUBLIC SPACES" I USA. DIAGRAMMET KONKRETISERER HVA SOM SKAPER ET GODT BYROM, OG JEG HAR VALG ULIKE FOKUSPUNKTER FOR HVERT AV BYROMMENE.

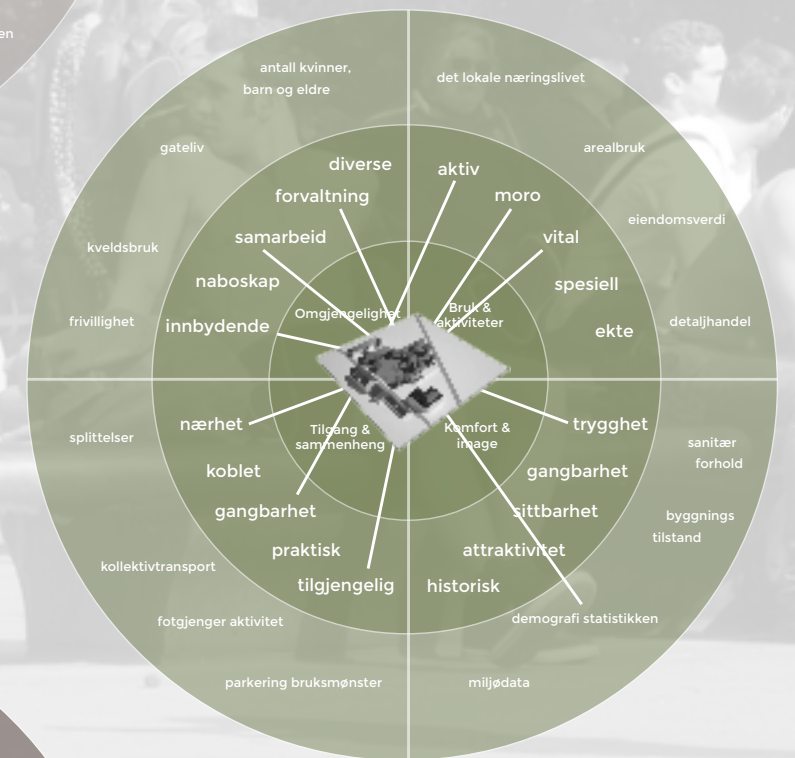


## 1 MØLLEGATA

I Møllegata ønsker jeg å skape trygghet, gateliv og fotgjengeraktivitet. I forhold til bruk og aktivitet ønsker jeg at byrommet skal være aktivt, vitalt og spesielt. Dette håper jeg skal resultere i at det lokale næringslivet blomster og kan føre til en økt eiendomsverdi. Møllegata trenger gateliv og belysning skal sikre kveldsbruken.

## 2 BRYGGERIPARKEN

I Bryggeriparken ønsker jeg å skape trygghet og at parken skal virke innbydende, tilgjengelig og nært. I forhold til bruk og aktivitet ønsker jeg at byrommet skal være aktivt, vitalt og moro. Dette håper jeg skal resultere i at kommunens demografiske statistikk skal forbedres. For å lykkes med en å skape en god park er det viktig med samarbeid med lokale eiere og sikre en god forvaltning.



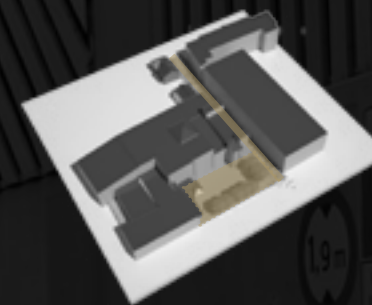
## 3 BAKGÅRDEN

I Bakgården ønsker jeg å skape et samarbeid med det lokale næringslivet, gateliv og kveldsaktivitet. I forhold til bruk og aktivitet ønsker jeg at byrommet skal være aktivt og spesielt. Dette håper jeg skal resultere i at flere kvinner er aktive og en bedre arealbruk.





# BJELKEN



Målet med å legge et nytt nærmiljøanlegg kalt Bjelken i Møllegata er å fortsette den transformasjonen som har skjedd med det tidligere kjøpesenteret, som nå er omgjort til leiligheter. Bygget har fått en fornyet verdi, og det trenger å skje noe nytt med det tilhørende byrommet også. Gaten er i dag regulert til gatetun, noe som gjør det mulig å kjøre bil. Dette er endret på i idéforslaget, og omgjort til veiklassen gågate. Den eksisterende trafikk situasjonen legger til rette for en slik endring, og det er fullt mulig å kun ha inn-/utkjøring fra baksiden av parkeringshuset. Det kom tidlig fram at befolkningen i Moss ønsket seg klatring, svingstang og parkour. Dette er aktiviteter som passer perfekt inn i denne typen byrom. Parkour er en idrett som bruker ulike høyder og elementer for å trikse, og man kan kombinere det med sitteelementer og andre kreative installasjoner. Klatring passer veldig godt inn med eksisterende bygningsstruktur, og gangbroen over gateløpet dekt med klatreelementer vil fungere som

et blikkfang. Dette er også bakgrunnen for navnet Bjelken. Gjennom bruk av aluminium kan lys reflekteres ned i gaten, noe det er behov for ettersom byrommet fremstår som mørkt i dag. Siden gata er cirka 8,5 meter i bredde, legges det inn trær og lystak for å bryte den høye smalgangen. Forplassen foran bygget er tatt med i gateutformingen for å gi mer plass til ulike parkourelementer. Her har jeg valgt å dele inn området med en lysvegg sammen med klatreplanter og prydgress. Dette skaper ulike seksjoner i rommet, og danner i tillegg ulike scener for bilde- og videotaking av ulike parkourtriks på dag og kveldstid. Kanskje vil videoer legges ut på Youtube og reklamere for Moss som en urban og frisk by i Oslo-regionen? Materialene jeg har valgt å jobbe med er gummideppe, slipte brostein, trykkimpregnert treverk og polert aluminium. Byrommet er designet litt "ekstremt" for å skille seg ut, og på den måten tiltrekke seg den typen aktivitet og positiv oppmerksomhet byen trenger.

Figur 98. MØLLEGATA SOM KNYTTER GÅGATEN OG MØLLEBYEN SAMMEN.



## FORM -BJELKEN

### Rom

Byrommet er omgitt av høye bygg, noe som skaper skygge og en følelse av at gaten er smalere enn det det er. Videre er det en utfordring med parkeringshusets inngang i starten av gateløpet. Privathuset i enden av gaten er også en utfordring og begrenser mulighetene foran bygget.



Figur 100.

### KONSEPT

Kåkeslottet er konseptet. Tanken er et rom fult av liv og røre, der det flyr "mossekråker" høyt og lavt overalt. Dette er også ideen med byrommet. Her skal der klatres, hoppes og være bevegelse i alle retninger, både vertikalt og horisontalt. Krinker, kroker og ulike høyder skaper mange fine rom og steder for å utøve byromsidretten parkour.

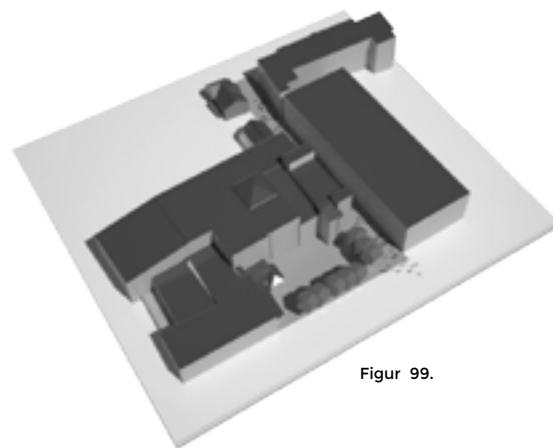
### ELEMENT

Et viktig element i byrommet er mange ulike klatregrep på forskjellige steder i byrommet. Dette gir mulighet for klatring, samtidig som det gir stedet egenart.

### GJENNOMGÅENDE ELEMENT

For å binde de ulike byrommene i Møllebyen bedre sammen, ble det naturlig å jobbe med lys. Lys kan virke beroligende, betryggende og spennende på samme tid. Målet med belysningen er, i tillegg til å skape en stemning, ment som et tiltak for å utvide sesongen og bruken.

Figur 102.

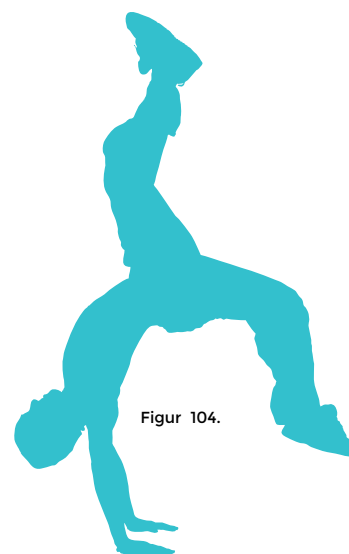


Figur 99.

## FUNKSJONER -BJELKEN

### KLATRING SOM IDRETT

Ved å klatre i det urbane rom, vil man også kunne benytte de vertikale flatene i byrommet. Dette er en aktivitet man kan bedrive hele året. Anlegget har i tillegg til selve bjelken også flere små vegger plassert rundt slik at den yngre delen av befolkningen også kan delta.



Figur 104.



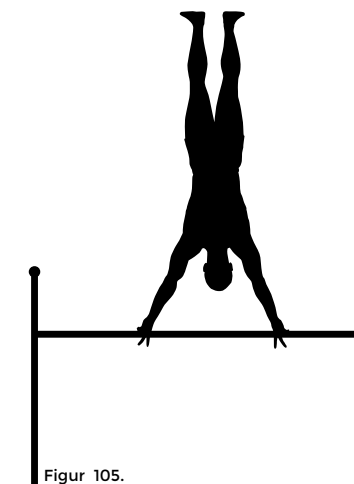
Figur 103.

### PARKOUR SOM TRENING

Parkour er en ganske ny byromsidrett. Man ønsker ikke å bruke "lekeapparater" i idretten, men bruker i stedet byrommets eksisterende elementer. Byrommet har fått ulike elementer laget av tre med ulike høyder og former. Dette skal inspirere til parkour og invitere hele befolkningen til å delta.

### SVINGSTANG SOM AKTIVITET

Svingstang er en gammel turnaktivitet, men har i det siste blitt veldig populære aktivitetselementer i byromstrening. Denne aktiviteten utføres gjerne i gruppesammenheng, slik at man kan lære fra hverandre og hvile mellom rundene. Bjelken har flere svingstenger ulike steder i byrommet slik at man også har muligheten til øve alene.



Figur 105.

### LYS SOM ATTRAKSJON

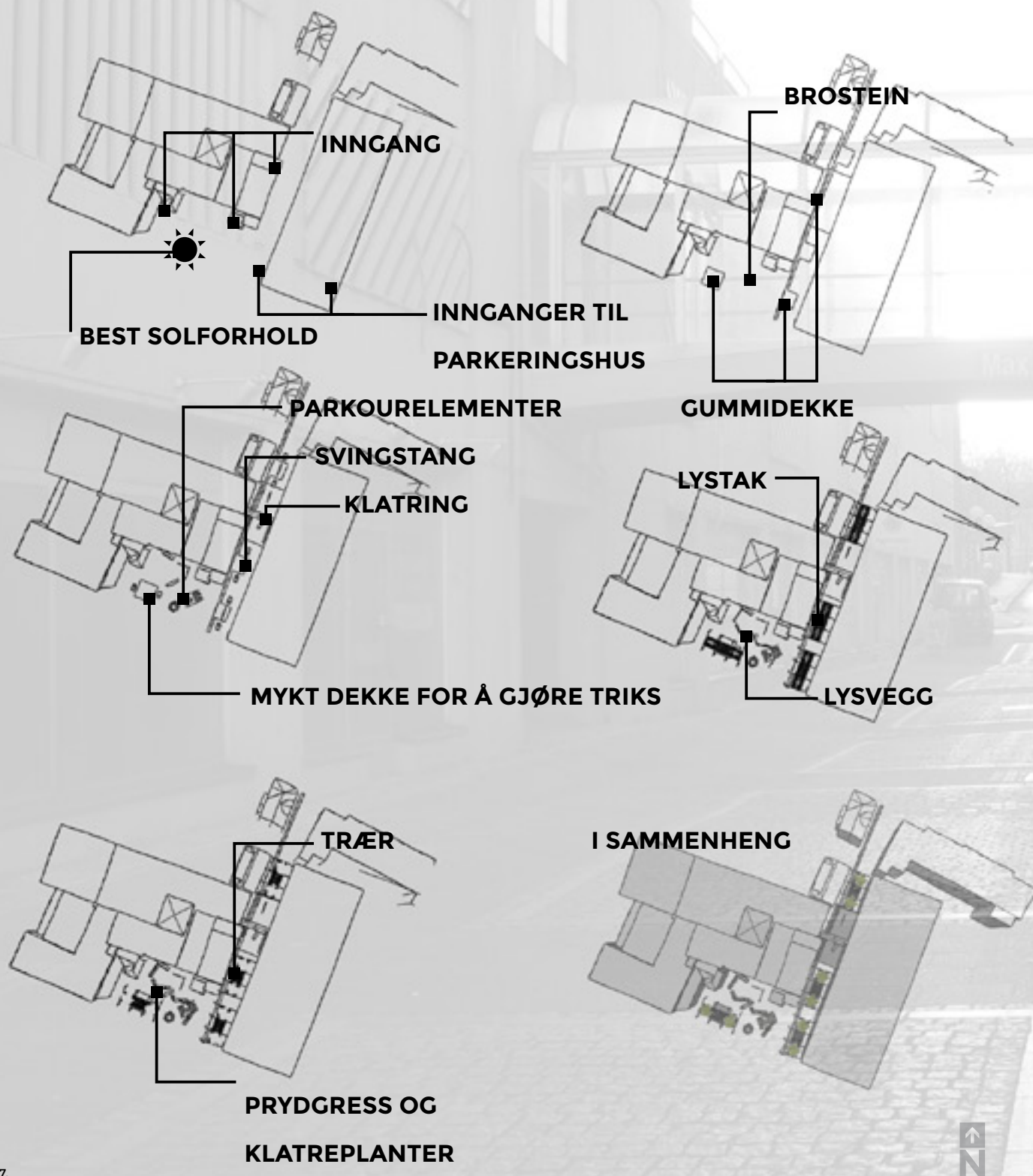
Lys er stemningsskapende og effektivt, og i tillegg skaper det trygghet. Lyset skaper en effektiv scene for å ta kule filmer av parkouraktiviteten. Belysning fører også til at man kan benytte anlegget også etter at dagslyset er borte.

Figur 106.

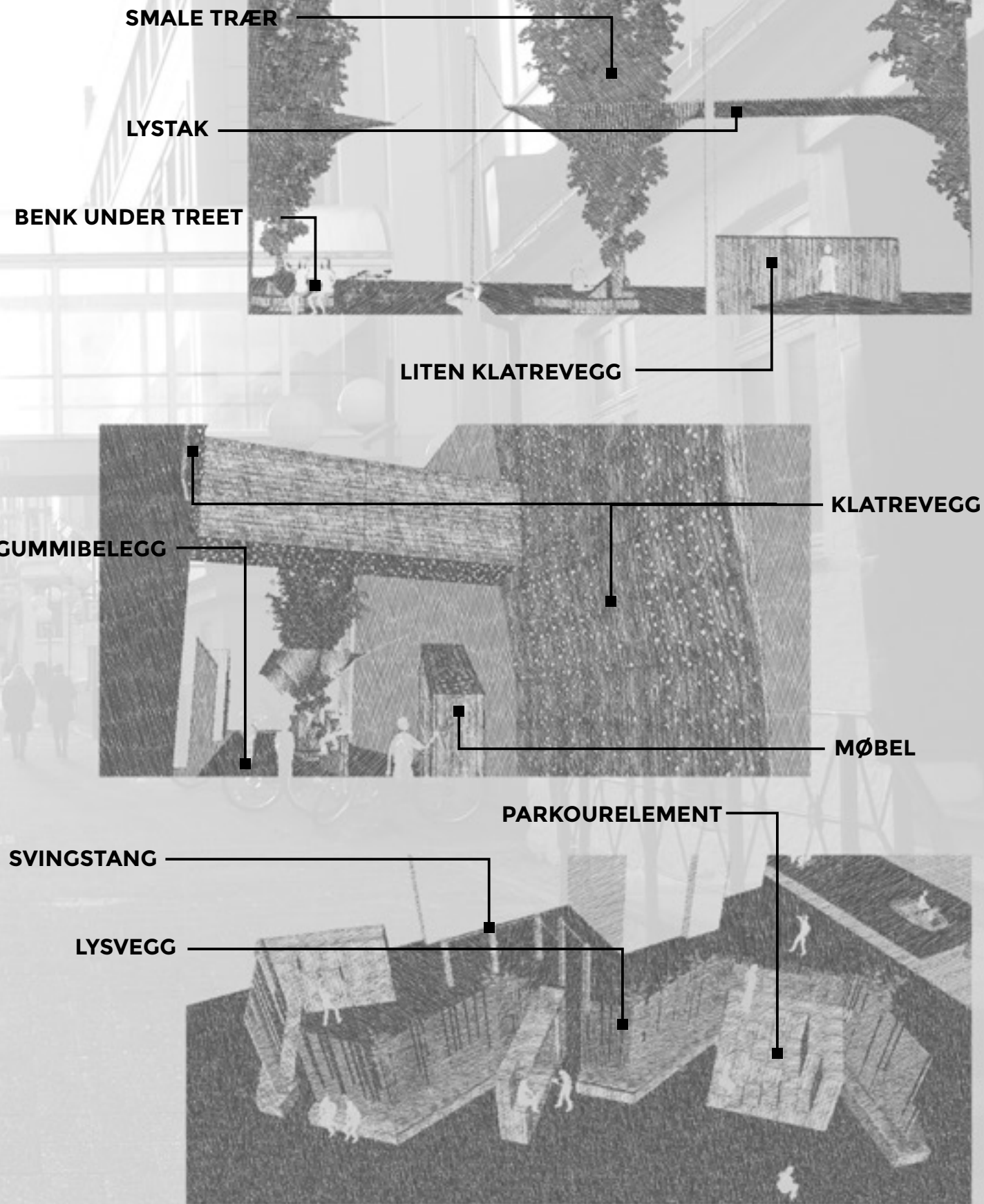




# SKISSER - BJELKEN



Figur 107.



Figur 108.



# ILL.PLAN - BJELKEN

Figur 109.

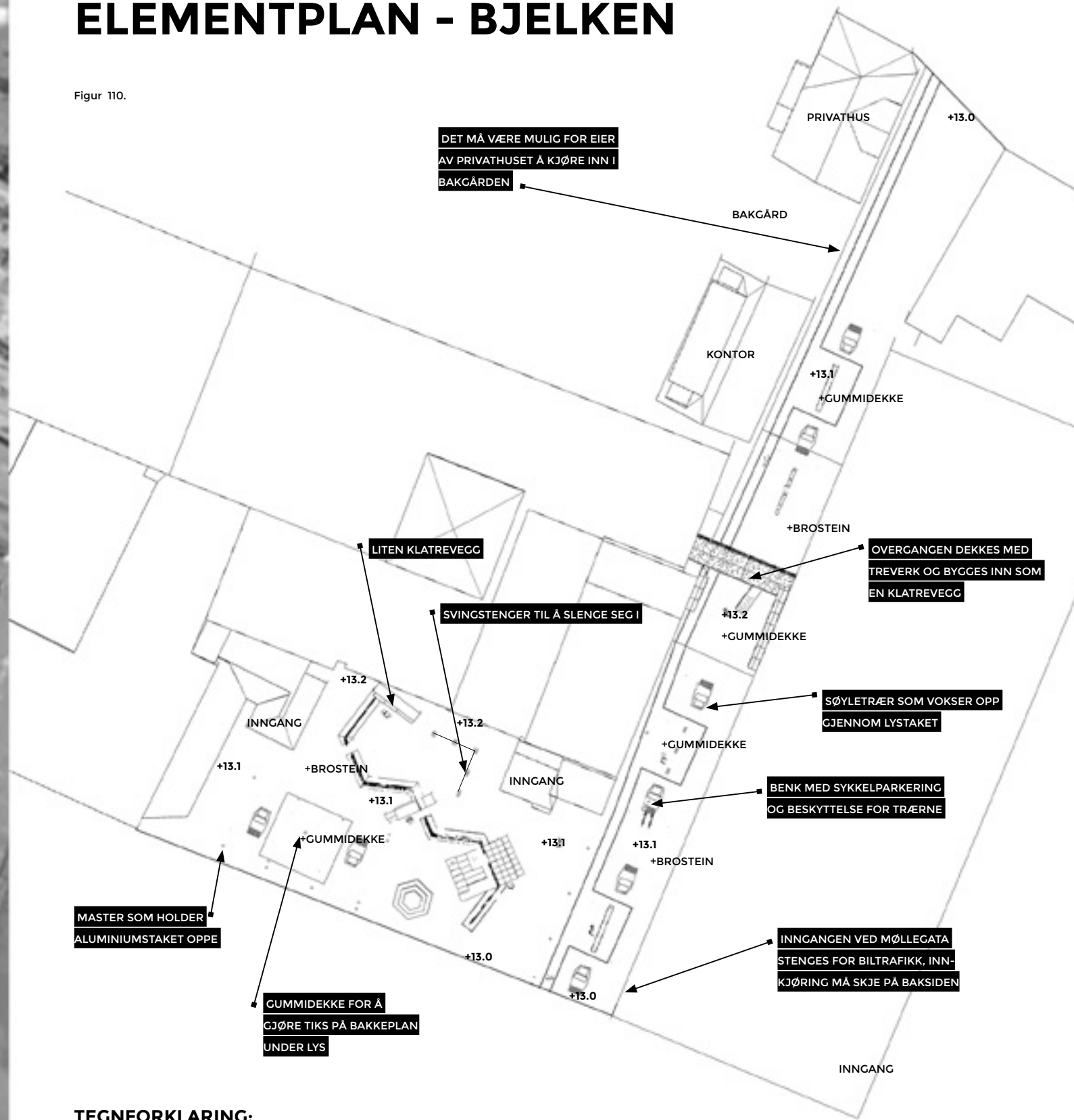


TEGNFORKLARING:  
ILLUSTRASJONSPLAN: BJELKEN  
MÅLESTOKK: 1:300



# ELEMENTPLAN - BJELKEN

Figur 110.



TEGNFORKLARING:  
ELEMENTPLAN: BJELKEN  
MÅLESTOKK: 1:300







# NATT



Figur 111.

# DAG

BJELKEN



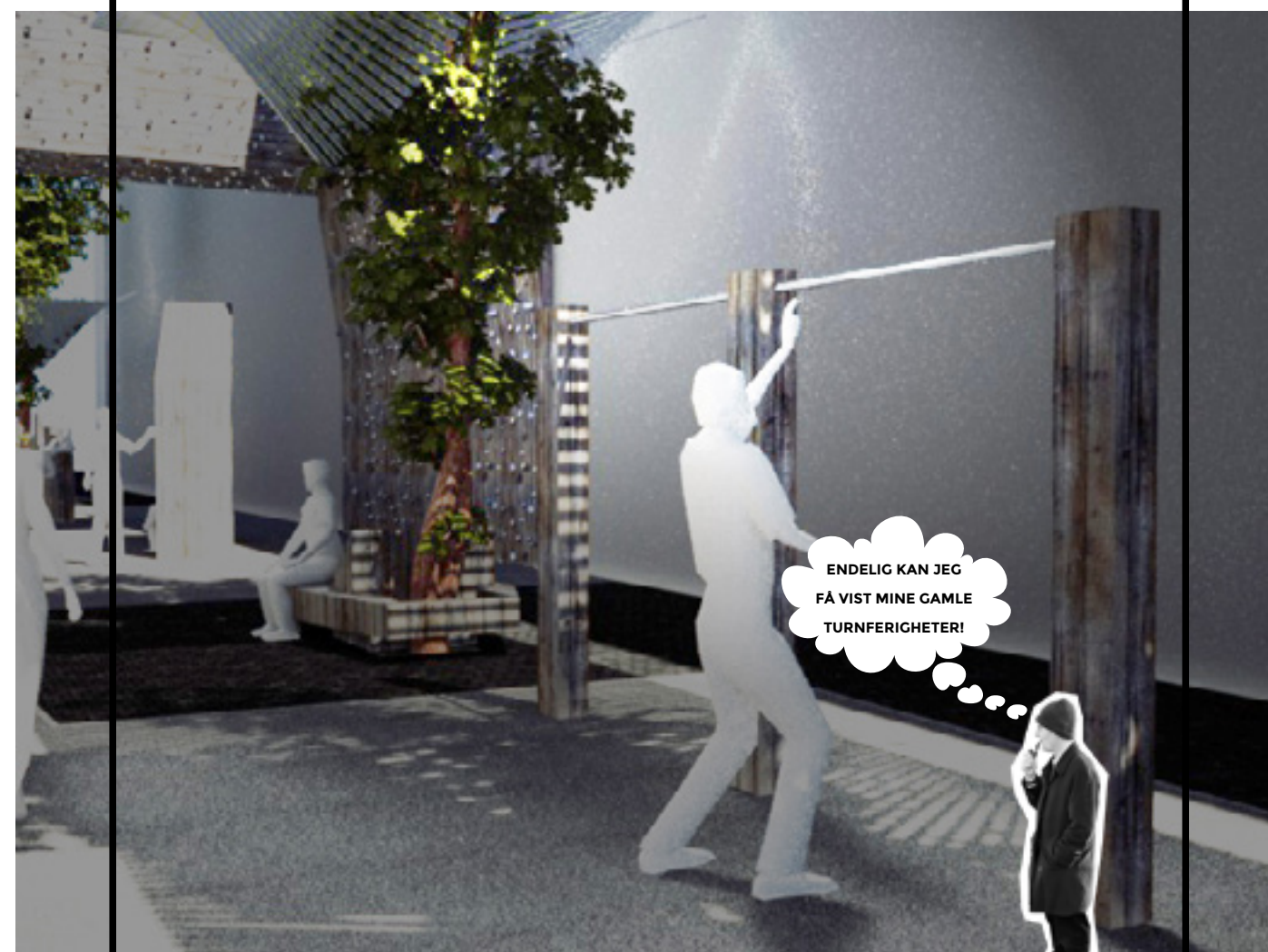


## BJELKEN ILLUSTRASJON 1



"KLOKKA ER FIRE, OG UNGDOMMEN TAR SEG EN PUST I BAKKEN I SOLA ETTER TRENING. FLERE SAMLER SEG OGSÅ RUNDT FOR Å FØLGE MED PÅ DE SPEKTAKULÆRE TRIKSENE."

## BJELKEN ILLUSTRASJON 2



"ETTER AT SVINGSTANGIDRETTE BLE VIST PÅ PULS PÅ NRK, HAR FLERE OG FLERE FÅTT ØYNENE OPP FOR DEN SPREKE IDRETTE."

Figur 112.

Figur 113.

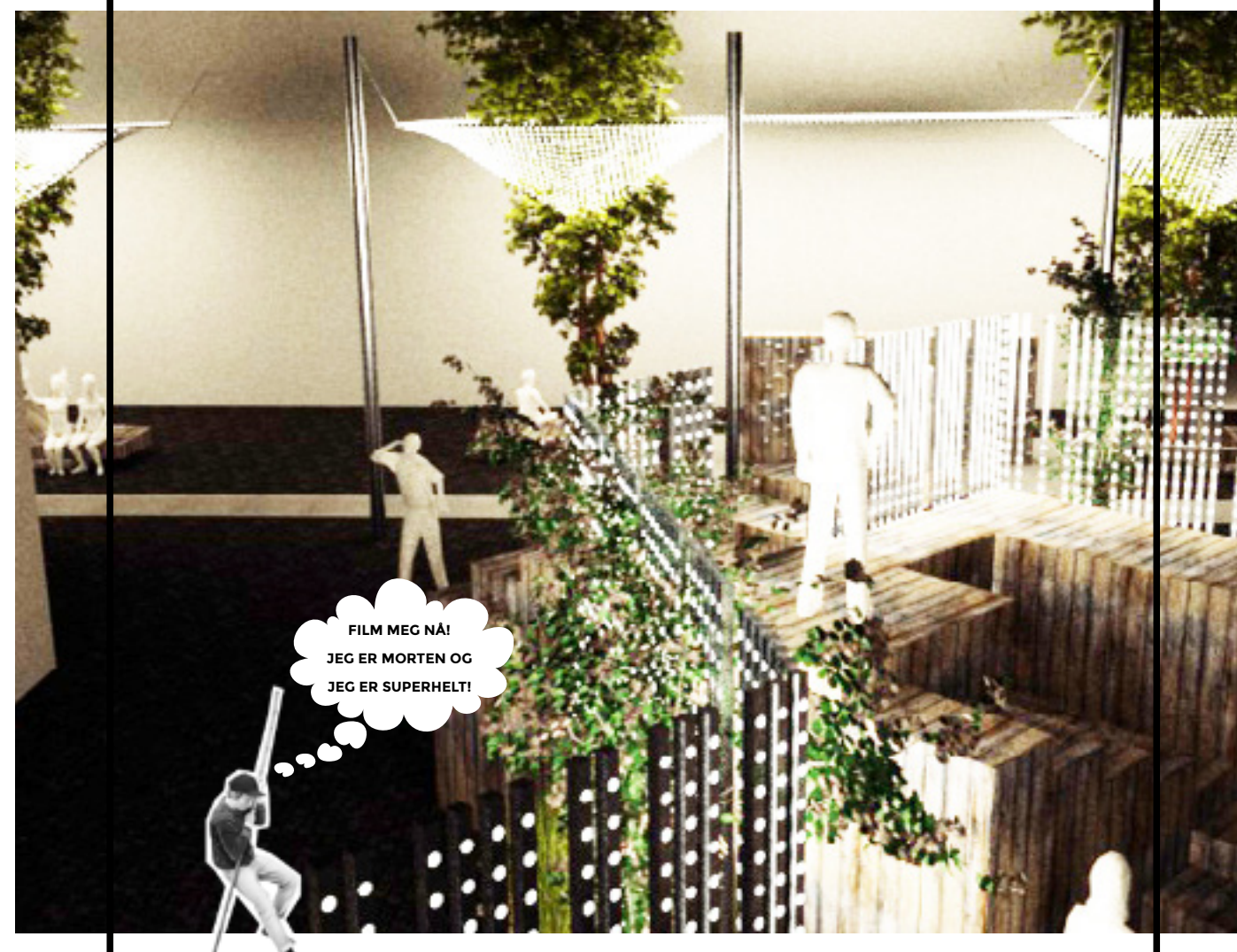


## BJELKEN ILLUSTRASJON 3



"DET ER TI MINUTTER TIL KLATRETIMEN STARTER, OG FOLK SAMLER SEG RUNDT FOR Å KANSKJE PRØVE ELLER BARE SE PÅ. DET ER GRATIS Å KLATRE, OG KOMMUNEN HAR VÆRT HELDIGE OG FÅTT LOV TIL Å BRUKE DE TOMME LOKALENE TIL UTSTYR OG BULDREROM."

## BJELKEN ILLUSTRASJON 4



"PARKOURANLEGGET ER DET MEST POPULÆRE STEDET Å HENGE PÅ KVELDSTID, OG FLERE OG KOMMER TIL FOR Å LÆRE SEG NYE TRIKS. VIDEOER POSTES PÅ INTERNETT, OG ALLE SER AT DET ER I MOSS DET SKJER."

Figur 114.

Figur 115.



# BRYGGERIPARKEN



Målet med å gjøre Bryggeriparken om fra en privat park til et offentlig nærmiljøanlegg, er å vise at en forholdsvis liten park kan romme mange ulike aktiviteter. Parken, som ligger midt inni et historisk område i Moss, fremstår i dag som lite brukt og delvis nedslitt. Parken grenser til hovedgaten i Møllebyen, og trenger å bringe litt "grønn skjønnhet" til gatebildet. Et staudeplante-felt legges derfor helt inntil gateløpet, slik at det kan nytes både fra parken og gaten. Befolkningen i Moss ønsket seg trenings-apparater, basket, tennis, sandvolleyball, og bordtennis. Dette er tradisjonelle aktiviteter som krever en del plass. Dette ble løst ved å legge to tennisbaner, basket og ballvegg på et flerbruksareale omkranset av trær. Dette for å spare plass, samtidig som det gir rom for kreativitet og aktiviteter som er litt annerledes. Bordtennis var desidert en stor hit, men jeg valgte å plassere kun ett bord i parken. På denne måten må man vente på tur, og man kan lage en turnering. Bordtennisbordet ble plassert inne i en kråkebolle som lyser opp bordet på kveldstid,

og som danner et eget rom for aktiviteten. Lys ble poengtert som et viktig element for økt bruk og trykghetsfølelse, og det ble derfor plassert ut lys både med tanke på stemning og idrett. Lys ble et gjennomgående element, og illustreres på noen av illustrasjonene. Parken er i dag veldig grønn, og det var en utfordring å fortsatt få den til å oppleves som et grøntområde. Svaret ble å beholde noe av gressarealet og legge inn nye trær av ulik størrelse. Koteforskjellene på tomten krevde også to nivåer, og det legges inn en trapp som nivåinndeler. For å sikre universell utforming er det lagt inn en universell vei på den ene siden, og en rampe på den andre. Dette sikrer tilgjengelighet for alle, og legger til rette for at man også kan bruke sykkel og skateboard på flerbruksarealet. Byrommet er designet ganske tradisjonelt for å få inn flest mulig ønskede aktiviteter, og har samtidig en del grønne elementer. Det vil være mulig å utvide parken mot vest på et senere tidspunkt. Jeg foreslår en hundepark, da dette var ønsket av befolkningen i Moss.

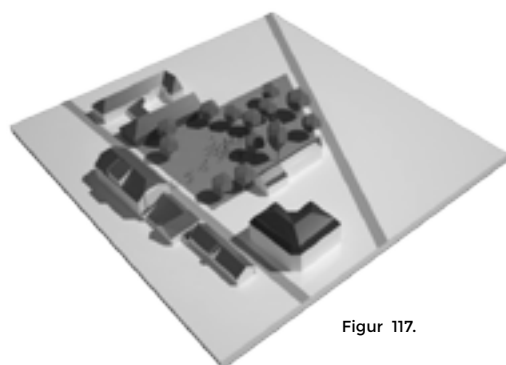
Figur 116. BILDE FRA BRYGGERIPARKEN SOM ER REGULERT TIL OFFENTLIG PARK, MEN SOM I DAG ER I PRIVAT EIE.



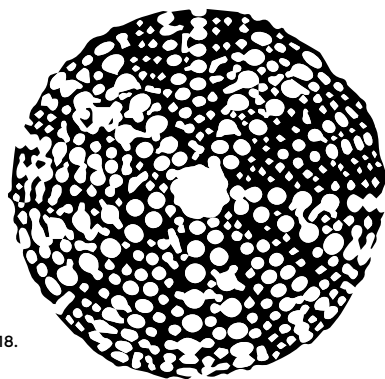
## FORM - BRYGGERIPARKEN

### Rom

Byrommet er forholdsvis åpent, og er omgitt av fredede bygg. I tillegg er parken full av gamle trær som bør fjernes for å utnytte arealet på en best mulig måte. Parkens to meters høydeforskjell fra nord til sør gjør det nødvendig med trapper og murer når en planerer området for ballaktivitet.



Figur 117.



Figur 118.

### KONSEPT

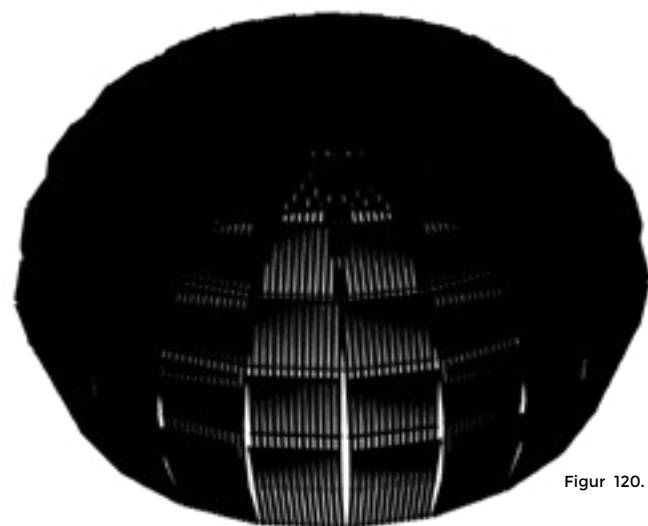
Konseptet i Bryggeriparken er kråkebolle, og har blitt brukt som en assosiasjon til et bra innhold inni en fin innpakning. Beplantningen, trærne og materialvalget skal være attraktive og ramme inn aktivitetene på en fin måte.



Figur 119.

### ELEMENT

For å både skjerme og invitere mennesker inn fra gata, falt valget på planter som element. Blomster skaper stemning og er tiltrekkende, samtidig som de kan virke skjermende og beroligende.



Figur 120.

### GJENNOMGÅENDE ELEMENT

For å binde de ulike byrommene i Møllebyen bedre sammen, ble det naturlig å bruke lys som gjennomgående element. Lys kan virke beroligende, betryggende og spennende på samme tid. Målet med belysningen er i tillegg til å skape en stemning, ment som et tiltak for å utvide sesongen og bruken. Den store kråkebollen skal inneholde bordtennis og fungere som et blikkfang.

## FUNKSJONER - BRYGGERIPARKEN

### BASKET SOM IDRETT

Basket er en idrett man kan bedrive helt alene eller sammen med tyve andre. Banen til basket er fleksibel og kan brukes til andre aktiviteter, for eksempel skøyter om vinteren.



Figur 121.



Figur 122.

### SANDVOLLEYBALL SOM TRENING

Sandvolleyball er en populær sport, og god trening. Sandvolleyball er ekstra populært om sommeren, og fungerer som et samlingssted om sommeren. Nærheten til Mossesundet gjør det også mulig og kombinere treningen med et bad.



Figur 123.

### BORDTENNIS SOM AKTIVITET

Mange ønsker seg bordtennis. Det er spennende og fartsfylt. I Bryggeriparken er det bare lagt inn ett bord, for at man skal kunne følge med på hverandre og vente til det er sin tur. Bordet er plassert inni kråkebollen og er derfor godt opplyst om kvelden.



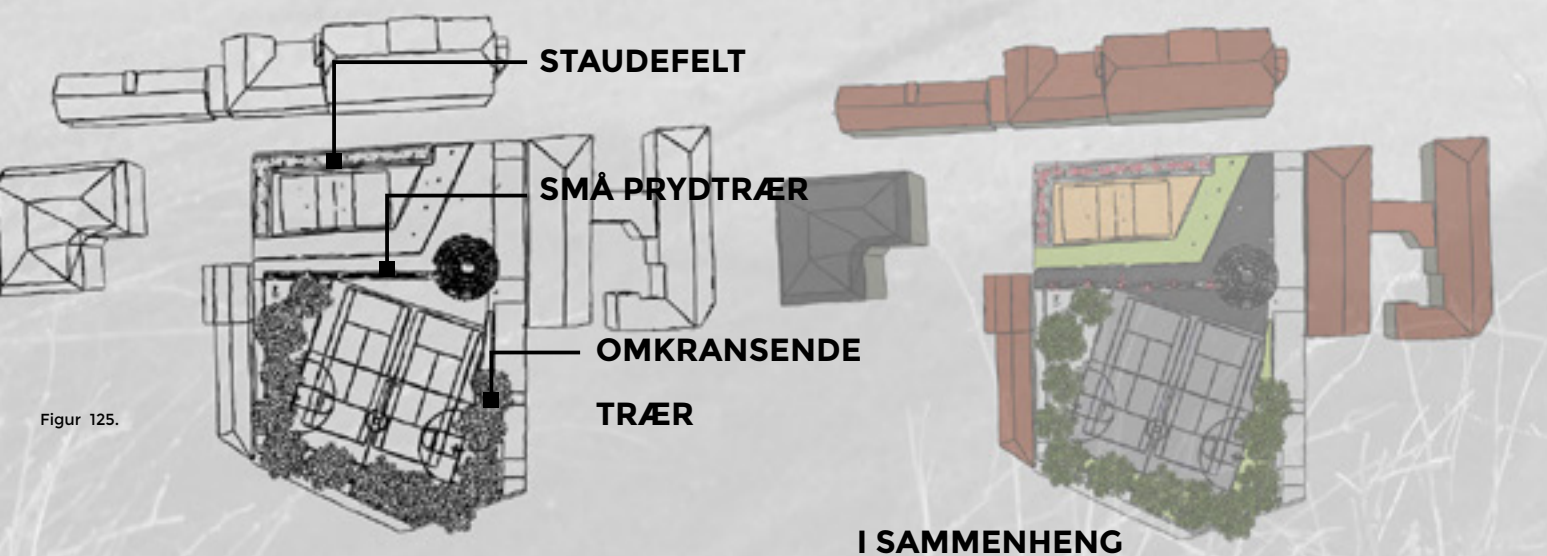
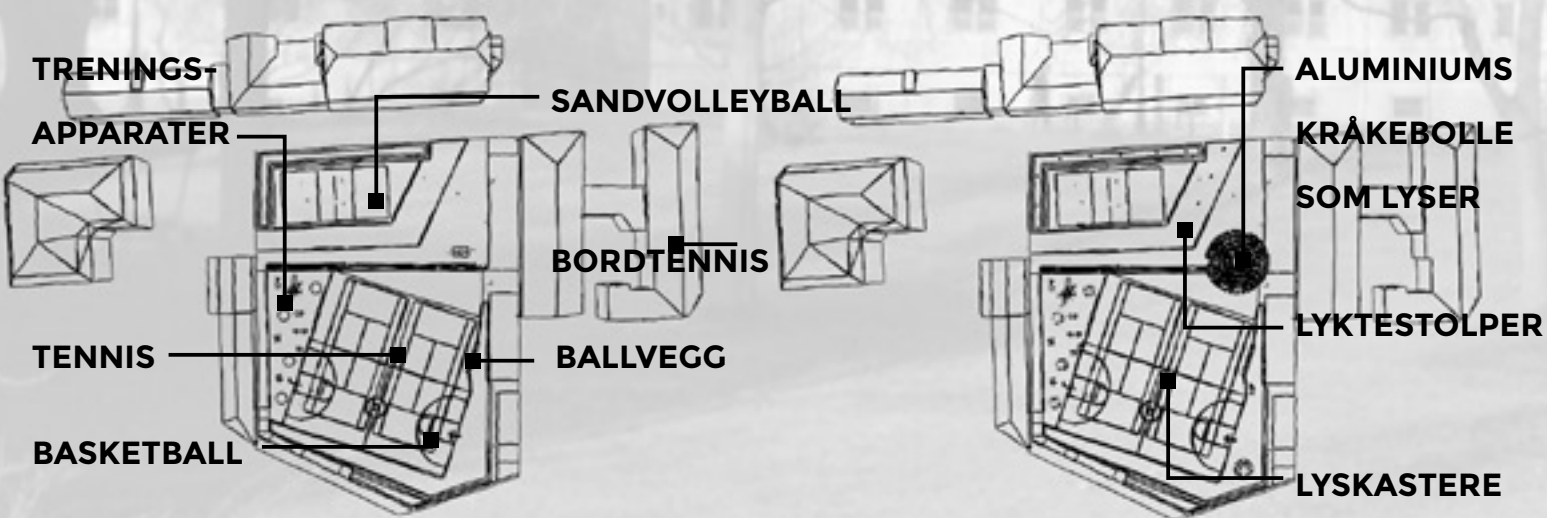
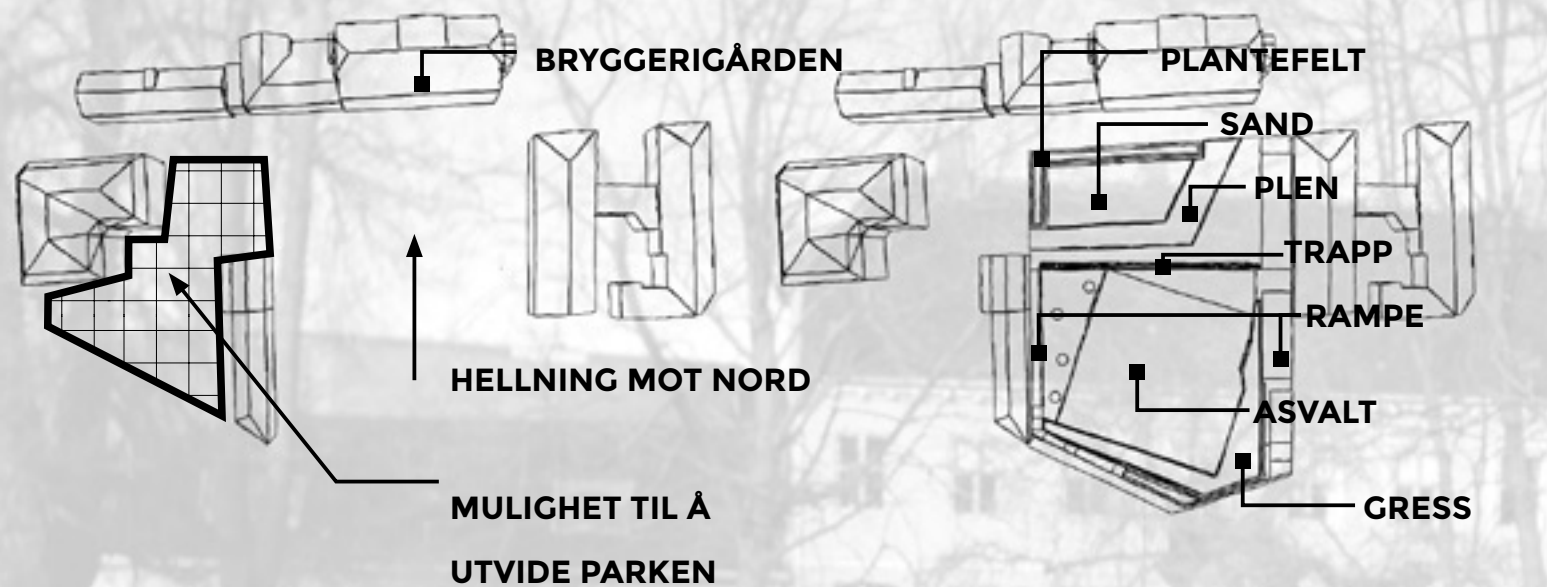
Figur 124.

### PLANTER SOM ATTRAKSJON

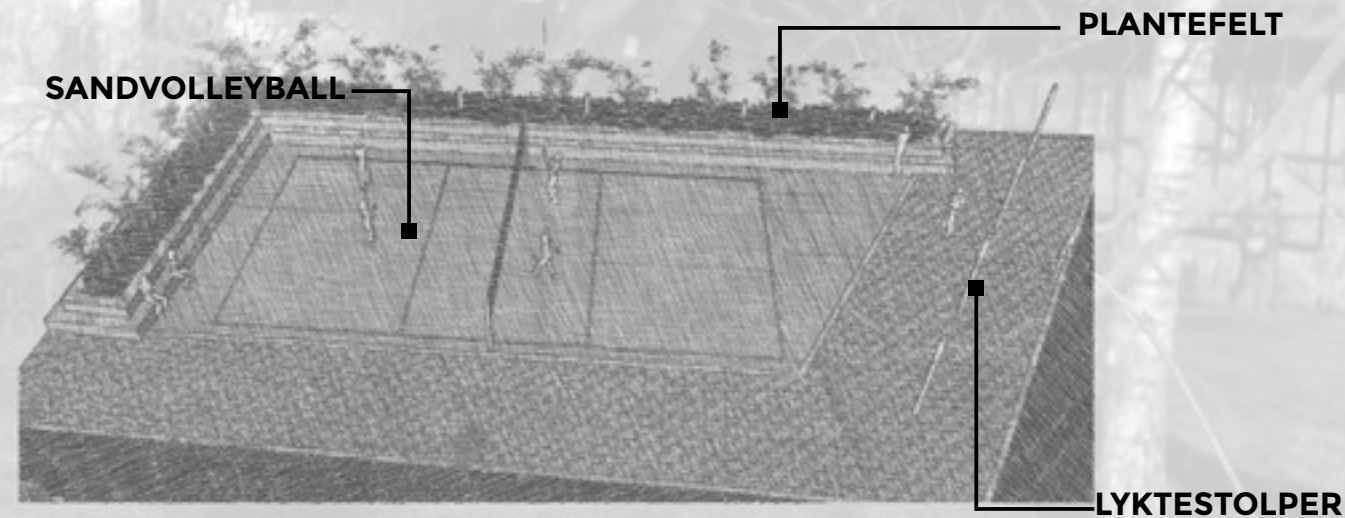
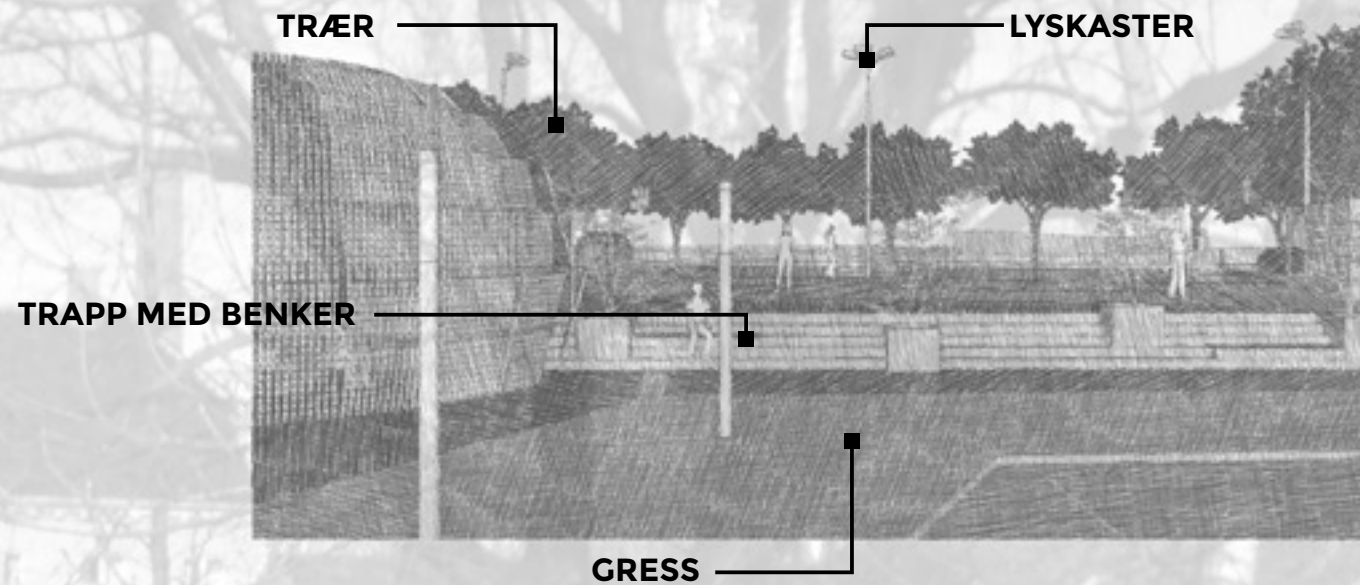
Til alle dem som setter pris på en grønn park, er det viktig å kunne tilby behagelige omgivelser og god fremkommelighet. Det er lagt inn et staudebed og prydrær, som i tillegg til gresset og parktrærne skal være vakre blikkfang.



# SKISSER - BRYGGERIPARKEN

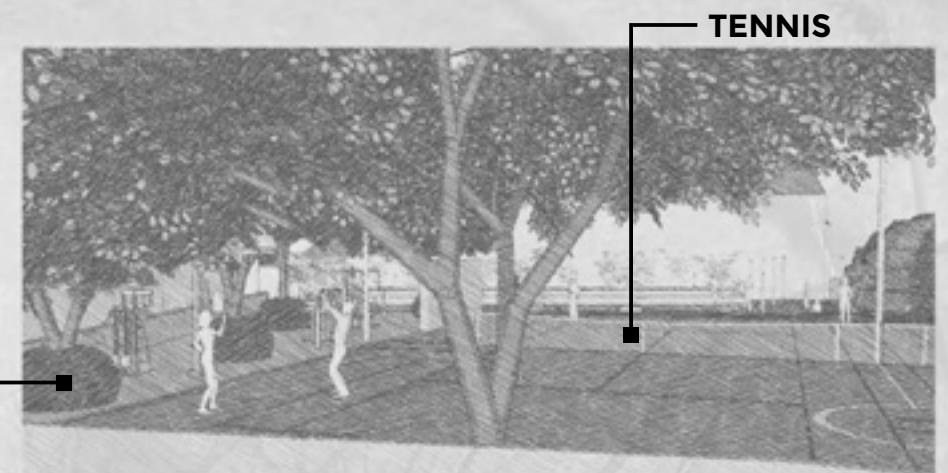


Figur 125.



ALUMINIUMS  
MINI KRÅKEBOLLER  
SOM LYSER OG  
BESKYTTER TRÆRNE

Figur 126.

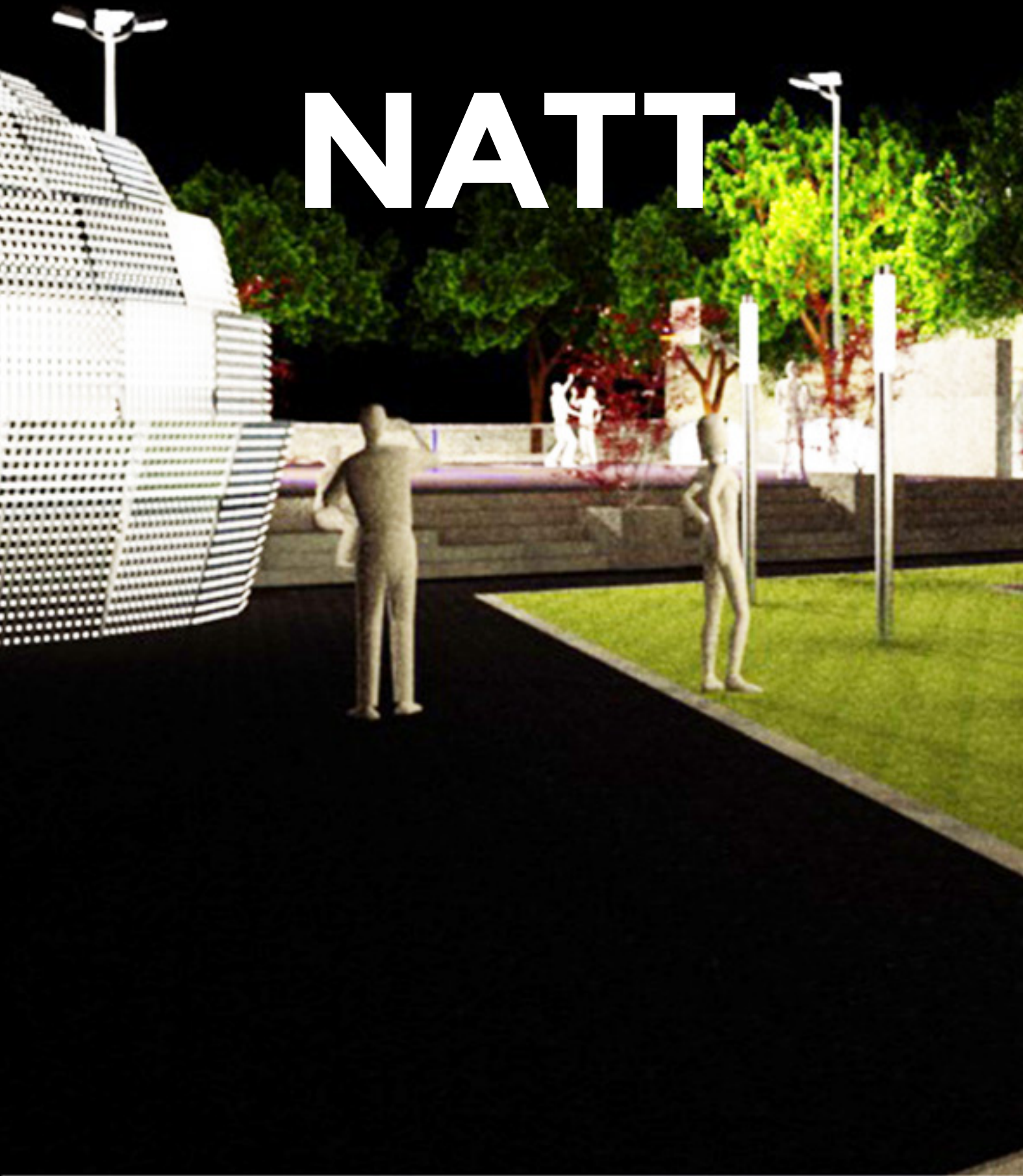








# NATT



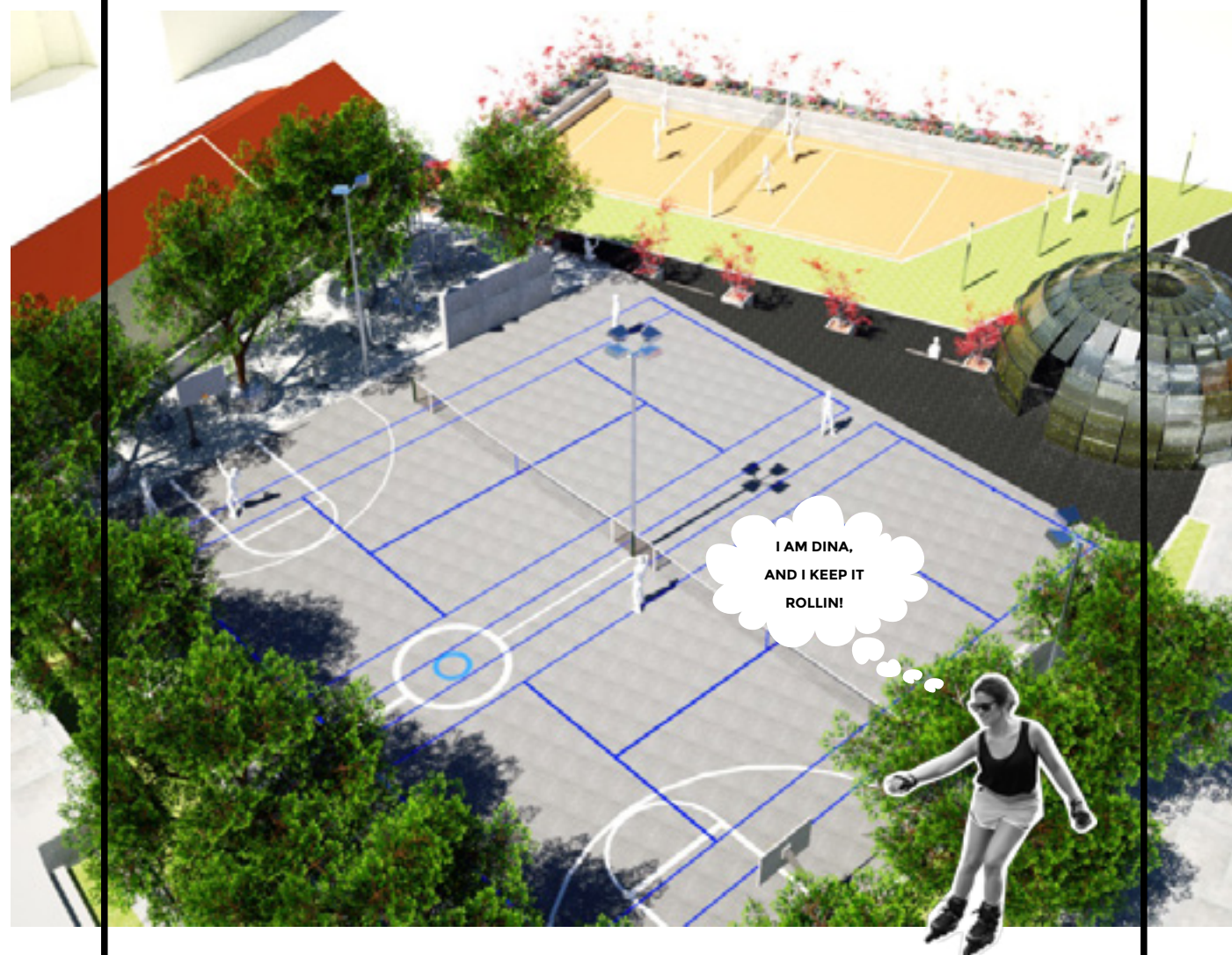
# DAG

## BRYGGERIPARKEN





## BRYGGERIPARKEN ILLUSTRASJON 1



"DET ER TIDLIG MANDAGS MORGEN, OG FOLK ER ALLEREDE PÅ PLASS FOR Å STARTE DAGEN MED LITT FYSISK AKTIVITET."

## BRYGGERIPARKEN ILLUSTRASJON 2



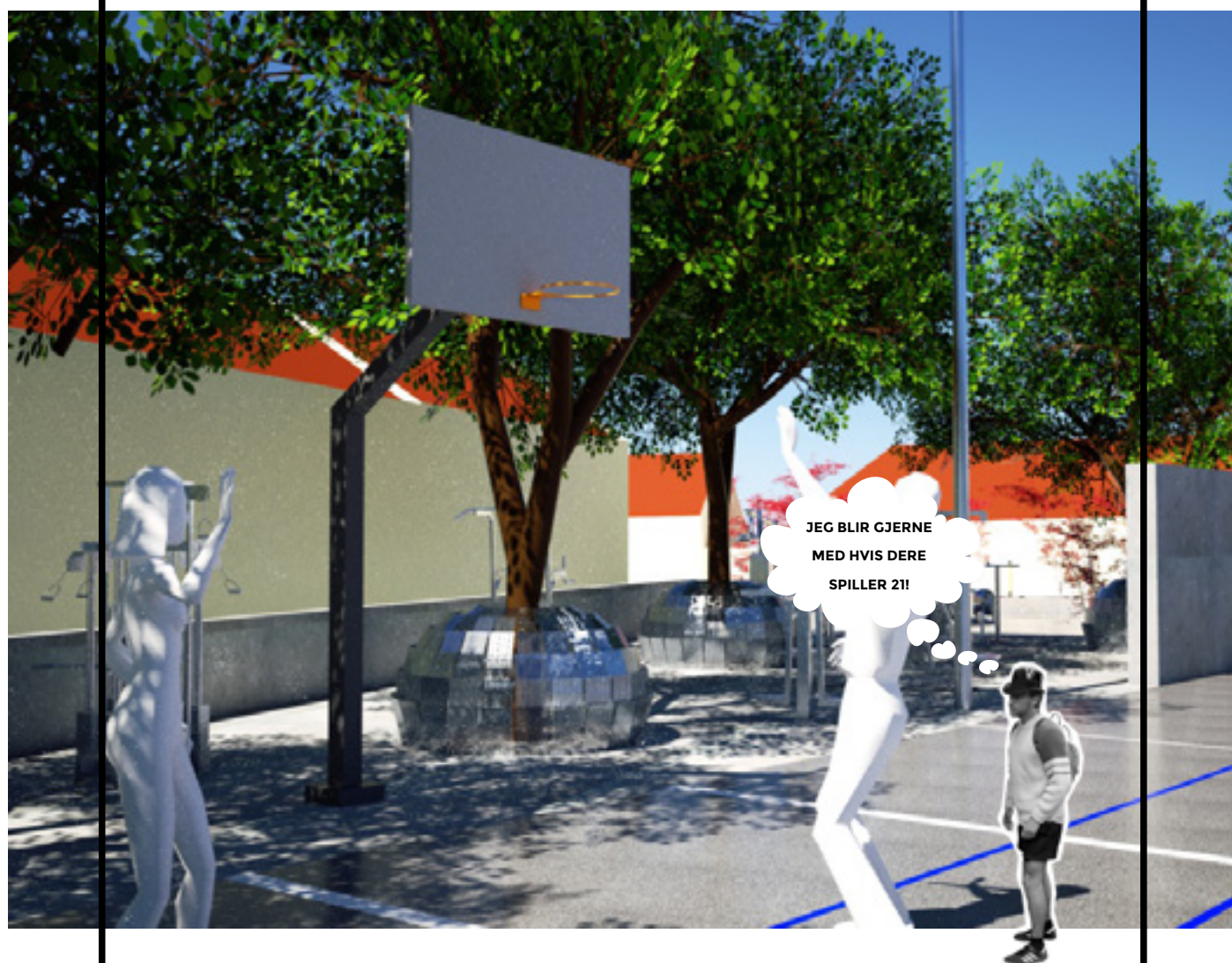
"DET ER EN VARM JULIDAG, IKKE EN SKY PÅ HIMMELEN OG MIDT I SOMMERFERIEN. FOLK SITTER I KØ FOR Å SPILLE I EN LITEN, SPONTAN VOLLYBALLTUNERING."

Figur 130.

Figur 131.

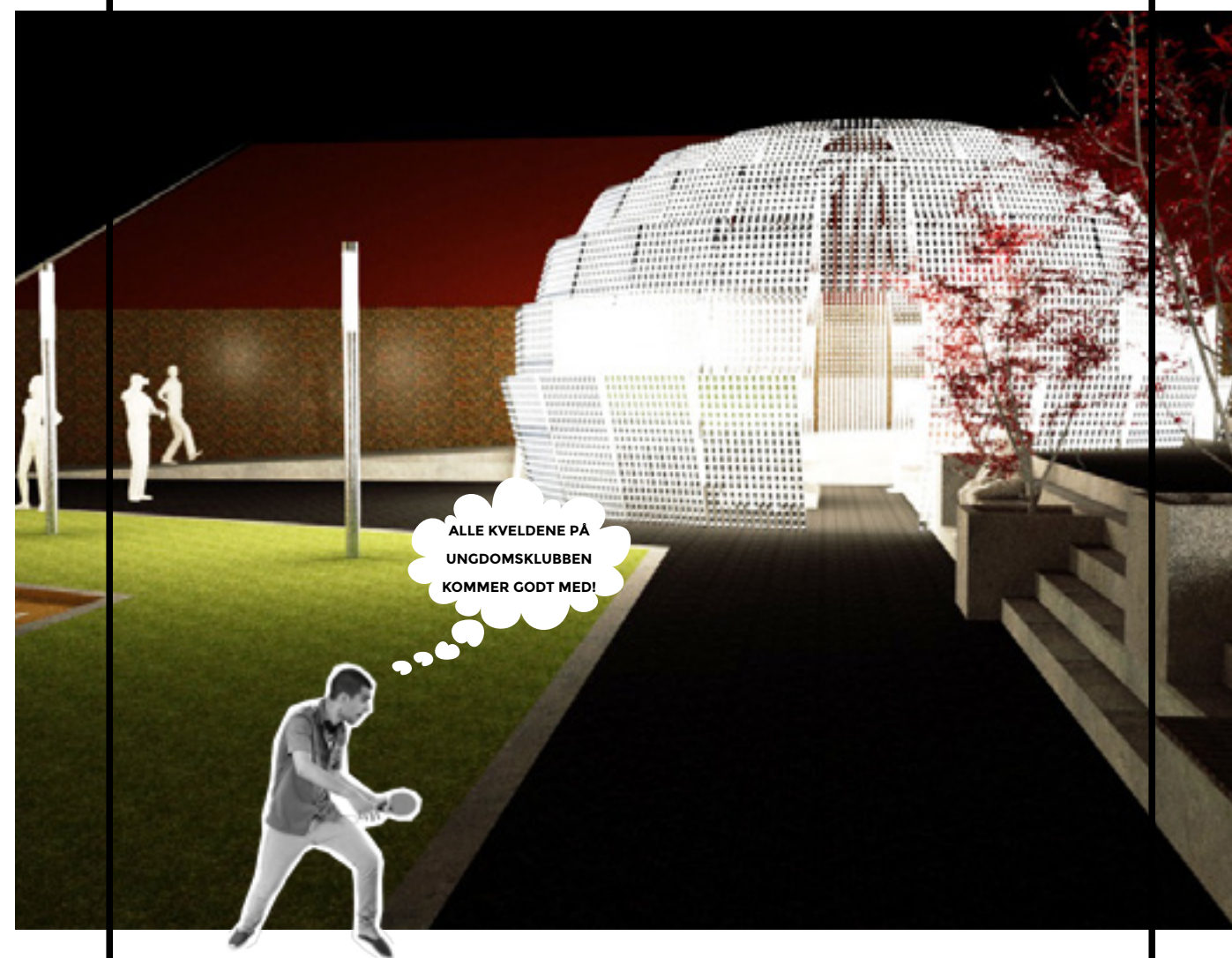


## BRYGGERIPARKEN ILLUSTRASJON 3



"DET ER GREIT Å HA TRENINGSPAPPARATER OG BASKETBALLMÅL MIDT I SENTRUM, SÅ KAN DU TRENE BÅDE SAMMEN MED ANDRE OG ALENE."

## BRYGGERIPARKEN ILLUSTRASJON 4



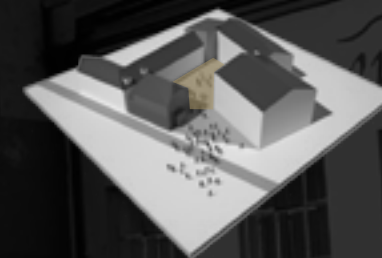
"DE GLEMTE TIDEN, OG VIPS VAR DET BLITT MØRKT. MEN DET GJØR INGEN VERDENS TING - FOR KRÅKEBOLLA LYSER OPP, OG DE KAN BARE HOLDE PÅ SÅ LENGE DE VIL."

Figur 132.

Figur 133.



# BAKGÅRDSKRATTET



Målet med bakgården var å prøve å skape et byrom litt utenom det vanlige. Stedet er et sted for kunst og formidling gjennom litteratur og dans, og jeg ønsket å skape en arena der dette kunne fungere utendørs. Bakgårdskrattet ble svaret. For å få til en krattfølelse erstatter aluminiumsgreiner ekte greiner. Årsaken til at det ikke ble planlagt levende trær i bakgården, er at det tar for mye sollys, og at det blir vanskelig med slitasje og sikt. Metalltrær reflekterer mer lys, samtidig som en kan konstruere dem i ønsket høyde, og dermed oppnå ønsket romlig effekt fra dag en. Samtidig skaper det en dramatisk karakter og gir stedet egenart. Klatreplanter er det dominerende grønne elementet, og tradisjonelle partylys skal skape stemning ved å reflektere i metallgreinene. Befolkningen i Moss ønsket en slags scene som kan brukes til aktivitetene dans og aerobic. I tillegg til dette, utformes stedet som en åpen og inviterende plass for gratis konserter og ulike arrangementer.

I tillegg til scene og ulike dansbare terrasse-nivåer, er det viktig å legge til rette for gratis internett og høyttalere, da dette også var ønsket. Den ene langveggen passer også svært godt til graffiti, som noen i befolkningen viste seg å være opptatt av. Byrommet skal være universelt utformet, og de ulike dansgulvene er universelt tilgjengelige gjennom ramper. Veien inn til kunsthøgskolen skaper en del begrensninger i forhold til utnyttelse av arealet, men ble løst med å legge de ulike elementene langs sidene i rommet. Stedet blir i dag brukt som parkering på tross av sine fine kvaliteter og fortjener å bli brukt til noe annet. Byrommet er ikke det man regner som et tradisjonelt nærmiljøanlegg, men kan legge til rette for aktiviteter som tradisjonelt kvinner er interessert i. Det er viktig med nærmiljøanlegg som spenner bredt, og jeg er av den overbevisning at dette byrommet er et bra og annerledes tilskudd i byens nye nærmiljø.

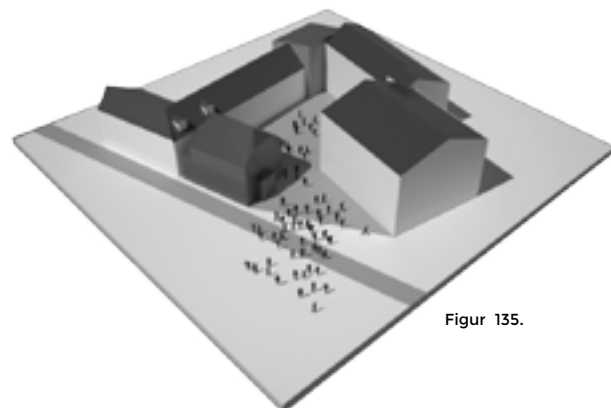
Figur 134. BILDE FRA BAKGÅRDEN KNYTTET OPP TIL DANSE- OG KUNSTSKOLE SAMT, LITTERATURHUSET HOUSE OF FOUNDATION.



## FORM - BAKGÅRDSKRATTET

### ROM

Byrommet er omgitt av høye bygninger, og det ble derfor nødvendig å tenke litt i høyden når man skulle legge inn et konsept. Arealet er forholdsvis lite, og det ble naturlig å utnytte arealet best mulig og ikke la for mange elementer ta opp plassen.



Figur 135.

### KONSEPT

Bakgården skulle fylles med liv og røre, men samtidig fremstå som varmt og lunt. Konseptet Kråkerei ble skapt som en assosiasjon, og målet var å gi stedet et ny identitet og tilføre Møllebyen et nytt element.



Figur 137.

### ELEMENT

For å få fram konseptet og gi stedet karakter, ble det plassert metalltrær i aluminium som vil glinse i solen og fungere som klatrestativ for klatreplantene. Om kvelden vil lyset igjen skinne i metalltærne og kaste skygger ned på dansegulvet.

### GJENNOMGÅENDE ELEMENT

For å binde de ulike byrommene i Møllebyen bedre sammen, ble det naturlig å jobbe med lys. Lys kan virke beroligende, betryggende og spennende på samme tid. Målet med belysningen er i tillegg til å skape en stemning ment som et tiltak for å utvide sesongen og bruken.

Figur 138.

## FUNKSJONER - BAKGÅRDSKRATTET

### DANS SOM IDRETT

Dans er en idrett på lik linje med fotball. På tross av dette finnes det ikke så mange tilrettelagte anlegg for dans ute i norske byrom. Kråkerei skal by på muligheten til dette ved hjelp av treterasser, lydutstyr og internettilgang.



Figur 139.



Figur 140.

### AEROBIC SOM TRENING

Flere og flere benytter seg av gruppetimer når de skal trene. Denne aktiviteten er fullt mulig å ta med seg ut hvis været tillater det. Opphøyde terrasser og scene gjør det enklere å se instruktøren, og mulighet for å rydde vekk bord og stoler gir mulighet for større plass.

### LESING SOM AKTIVITET

De flyttbare stolene i solhjørnet inviterer leselystene ut i solen. Stolene kan også fjernes ved behov for større plass til dansende mennesker. Sitteplassene er også fine med tanke på roligere aktiviteter på scenen.



Figur 141.



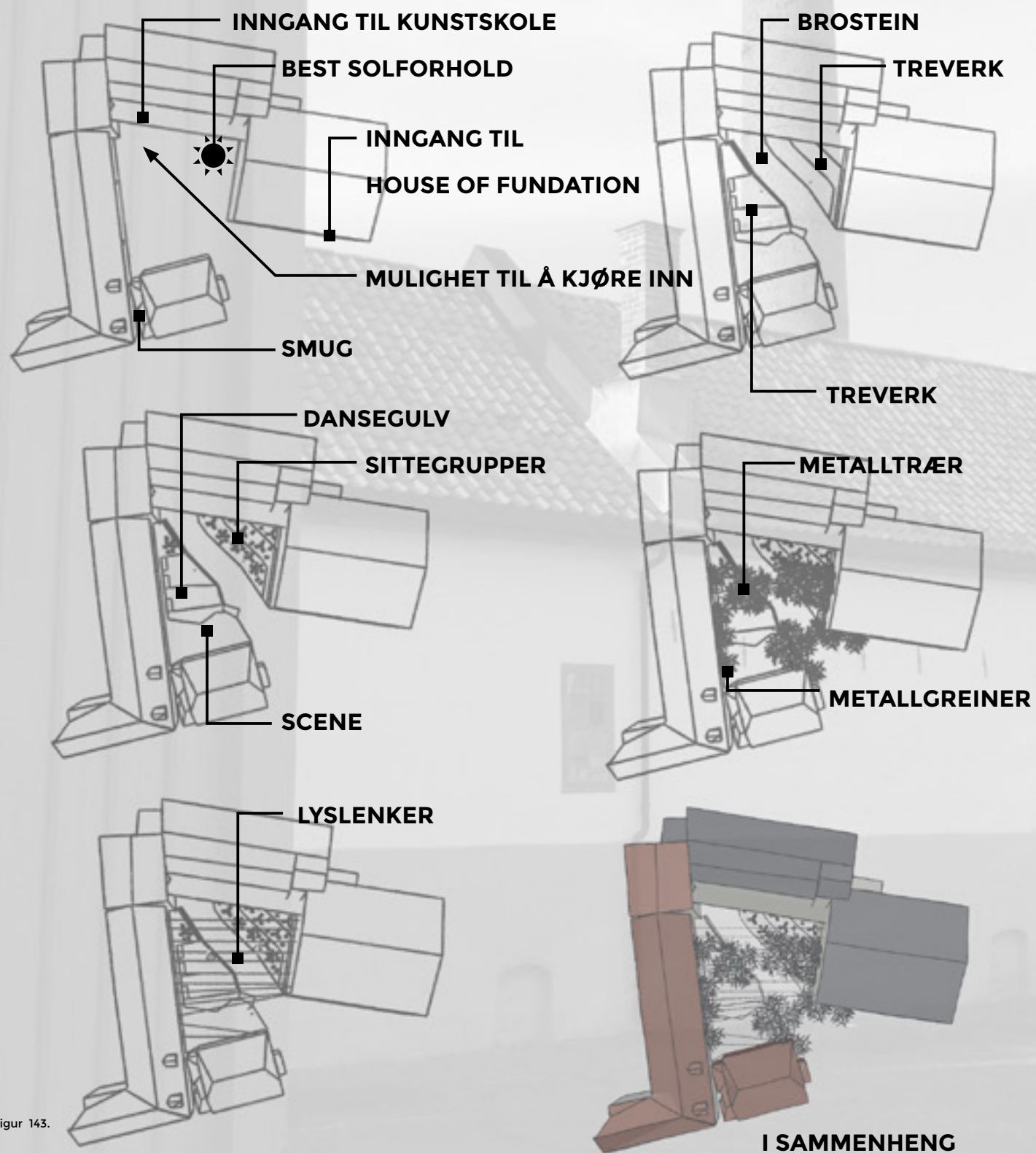
Figur 142.

### KONSERTER SOM ATTRAKSJON

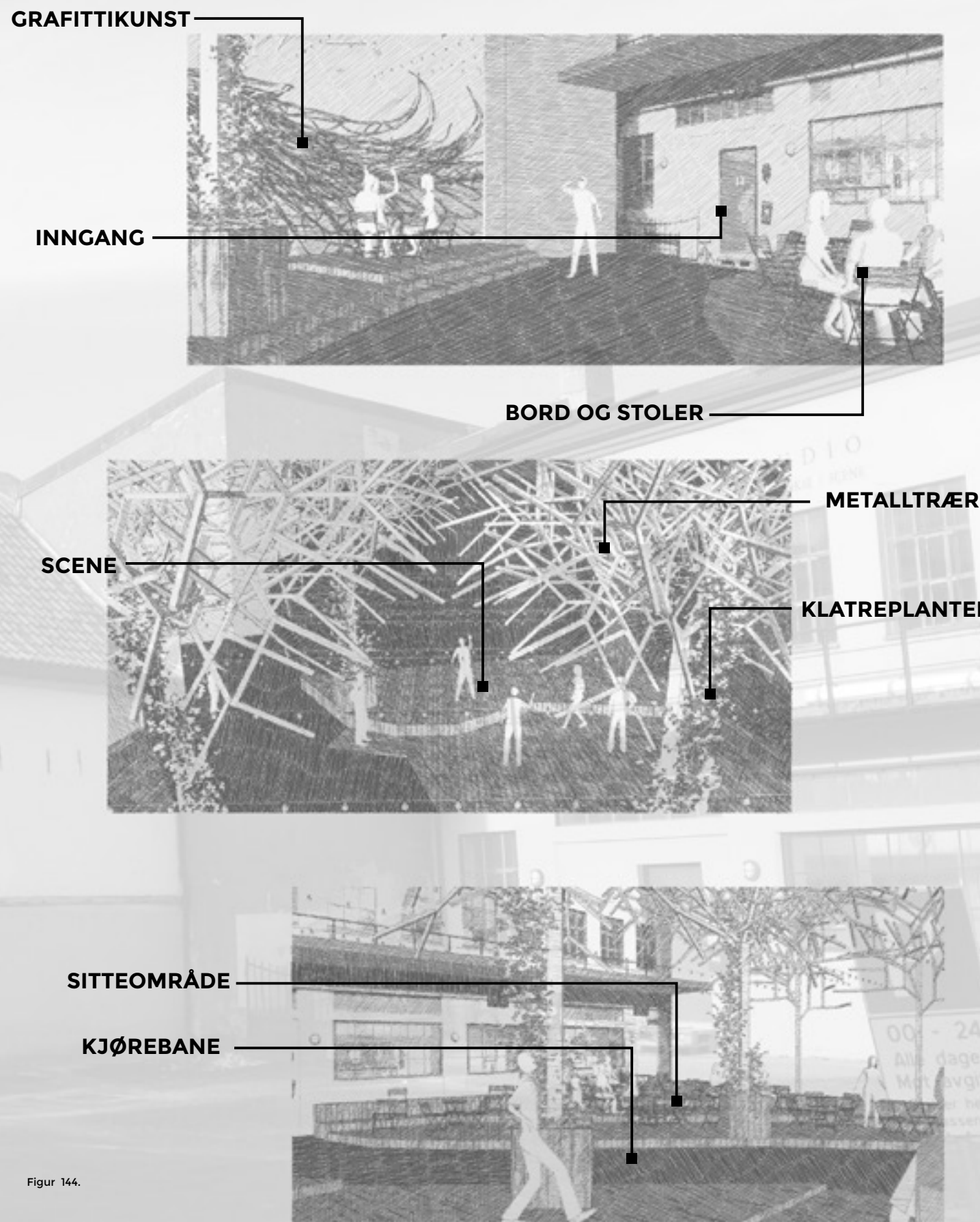
Enkelte dager og kvelder kan et lokalt husband spille opp til dans, eller man kan invitere musikere til å holde konsert for å promotere bakgårdskrattet.



# SKISSER - BAKGÅRDSKRATTET



Figur 143.



Figur 144.



# ILL.PLAN - BAKGÅRDSKRATTET

Figur 145.

KUNST- OG DANSESKOLE

STITTEOMRÅDE

DANSEGULV

HOUSE OF FOUNDATION

SCENE

KONTOR

PARKERING

HENRICH GERNERS GATE

TEGNFORKLARING:  
ILLUSTRASJONSPLAN: BAKGÅRDSKRATTET  
MÅLESTOKK: 1:200



# ELEMENTPLAN - BAKGÅRDSKRATTET

Figur 146.

INNGANG

+3.1

+HØYTALER

+TREVERK

+3.6

+3.4

+3.2

+3.45

+RAMPE

+PLANTEKLASSE

+3.30

+RAMPE

+BROSTEIN

+TREVERK

+3.15

+RAMPE

+3.1

+HØYTALER

+3.45

+TREVERK

+RAMPE

+METALLTRÆR

+3.0

+BROSTEIN

+SYKKELPARKERING

INNGANG

TRAPPETRINN MED 15 OPP-  
TRINN OG 30 CM INNTRINN.

KAFEBORD OG STOLER SOM  
KAN FJERNES OG FLYTTES VED  
BEHOV.

LYSREKKER SOM BELYSNING  
SOM SKINNER I ALUMINIUMS  
TRÆRNE.

METALLGREINER SOM ER MON-  
TERT I VEGGEN.

TEGNFORKLARING:  
ELEMENTPLAN: BAKGÅRDSKRATTET  
MÅLESTOKK: 1:200





# NATT

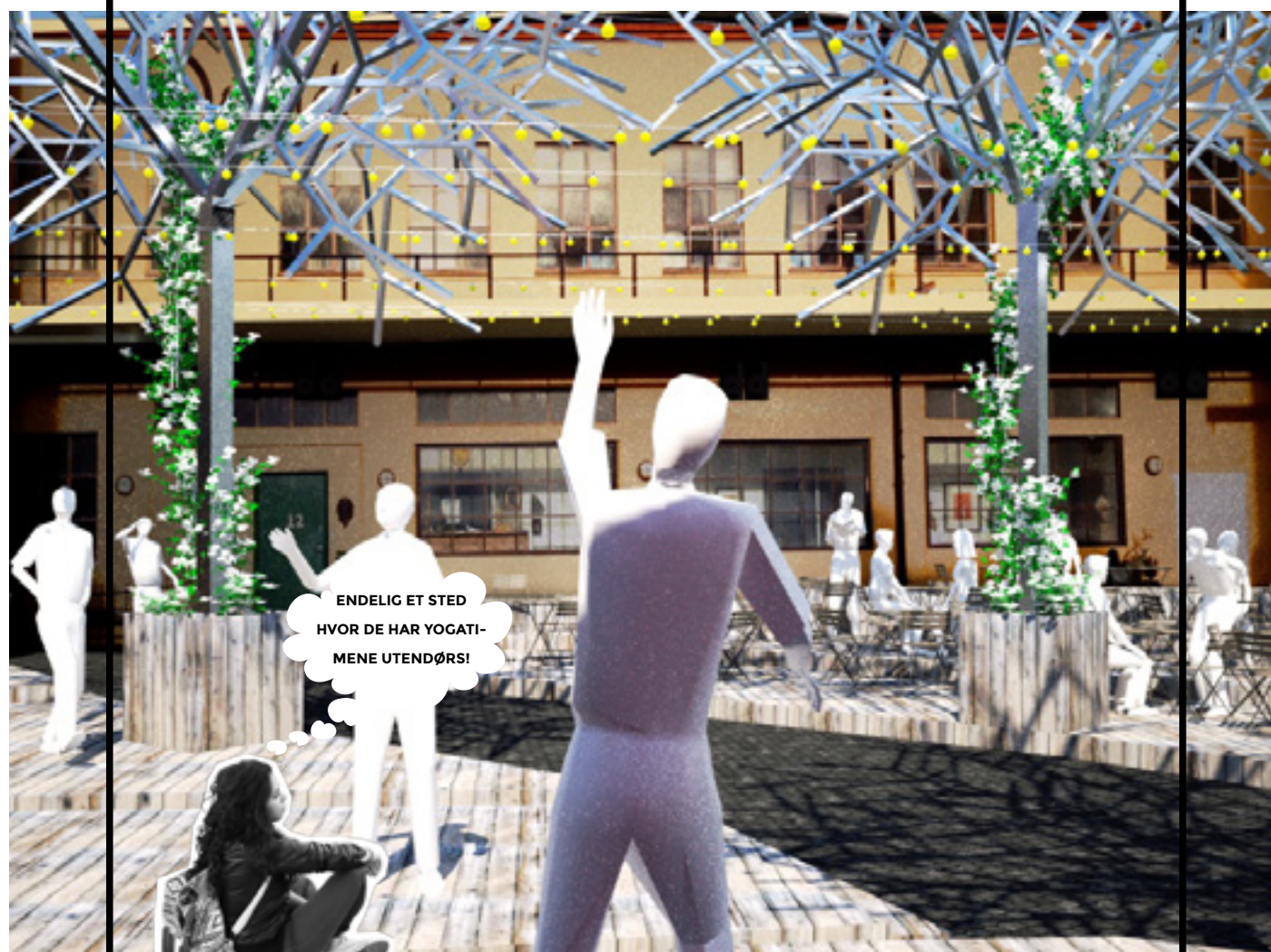
# DAG

BAKGÅRDSKRATTET





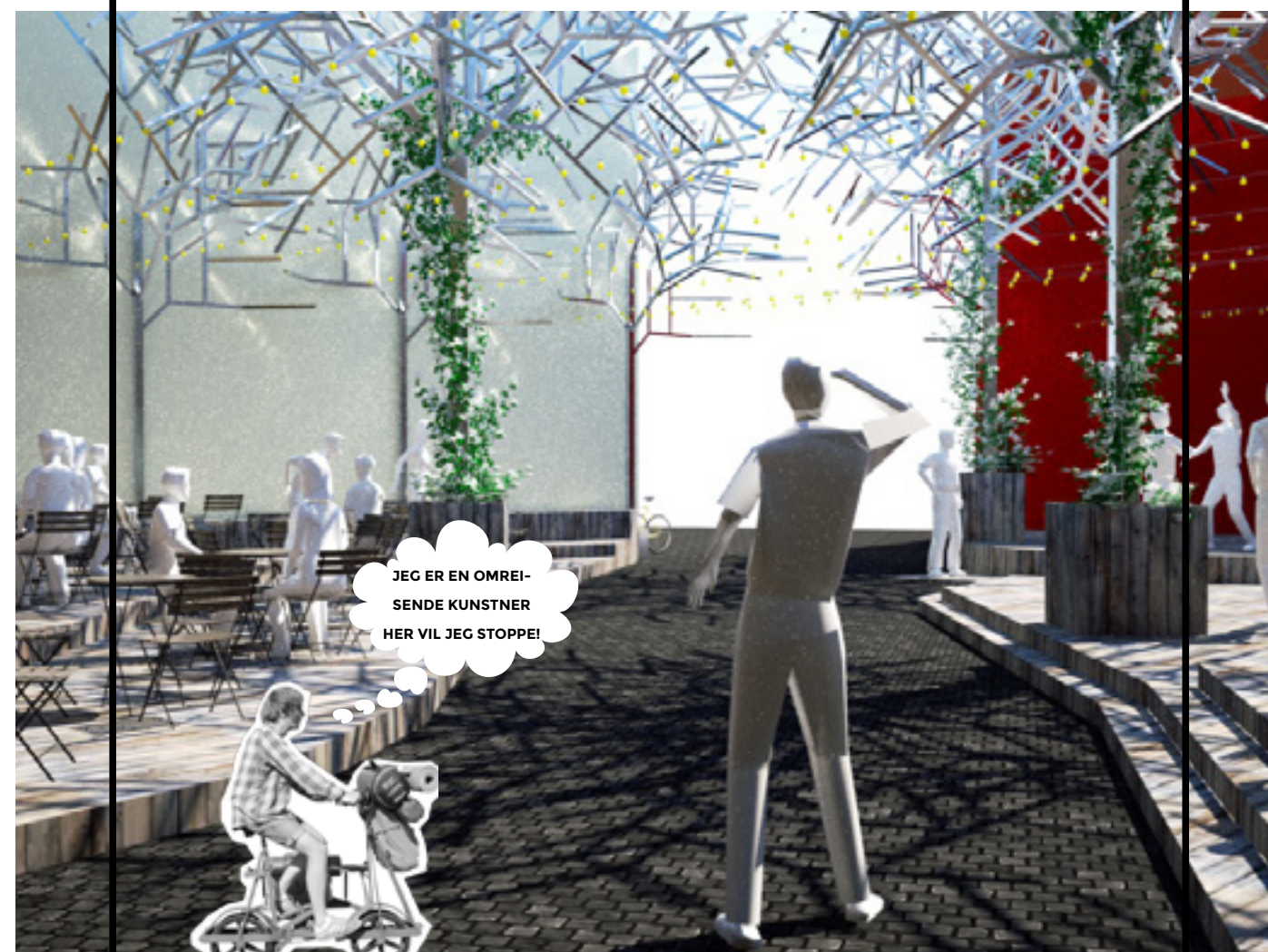
## BAKGÅRDSKRATTET ILLUSTRASJON 1



ENDELIG ET STED  
HVOR DE HAR YOGATI-  
MENE UTENDØRS!

"MORGENSOLEN TITTER FRAM PÅ SCENEN EN JUNI MORGEN. MANNEN PÅ SCENEN SKAL TIL Å INSTRUERE YOGAØVELSER OG PRØVER Å FÅ MED SEG DE IVRIGE LITTERATURLESERNE I KROKEN."

## BAKGÅRDSKRATTET ILLUSTRASJON 2



JEG ER EN OMREI-  
SENDE KUNSTNER  
HER VIL JEG STOPPE!

"KUNSTSKOLELÆREN HAR TATT SEG EN FEM MINUTTERS PAUSE I ETTERMIDDAGSSOLEN. HAN KIKKER BORT PÅ FOLKENE SOM STÅR PÅ SCENEN OG LÆRER SEG DE NYESTE TRINNENE INNENFOR ZUMBA TIL RUNGENDE LATINSKE RYTME."

Figur 148.

Figur 149.

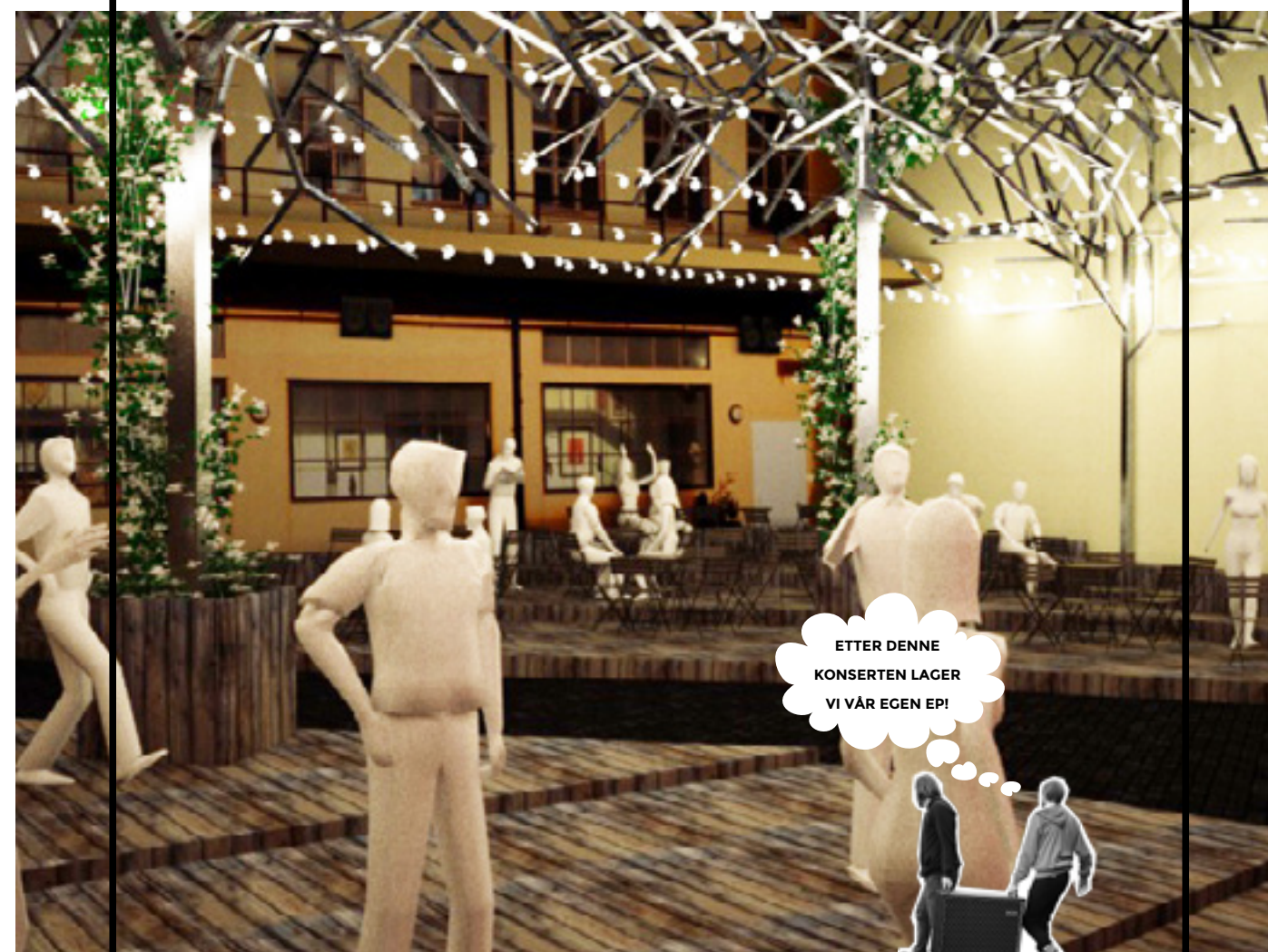


## BAKGÅRDSKRATTET ILLUSTRASJON 3



"DE SMÅ KAFÉBORDENE OG STOLENE ER PERFEKTE Å TA FRAM ELLER BORTETTER SOM BEHOVET FOR MER DANSEPLASS ØKER. DET ER OGSÅ GODT Å KUNNE TA SEC EN PAUSE I DANSEN OG SITTE OG NYTE MUSIKKEN OG SOLA."

## BAKGÅRDSKRATTET ILLUSTRASJON 4



"DET GÅR MOT KVELD OG PARTYLYSENE BLIR SLÅTT PÅ. DET ER KLART FOR LATINSK AFTEN, OG KVELDENS HUSBAND SPILLER OPP TIL DANS. LITTERATURHUSET HAR ÅPNET SERVERINGEN, OG DET LUKTER GODT ØL, ALT LIGGER TILRETTE FOR EN FIN KVELD."

Figur 150.

Figur 151.

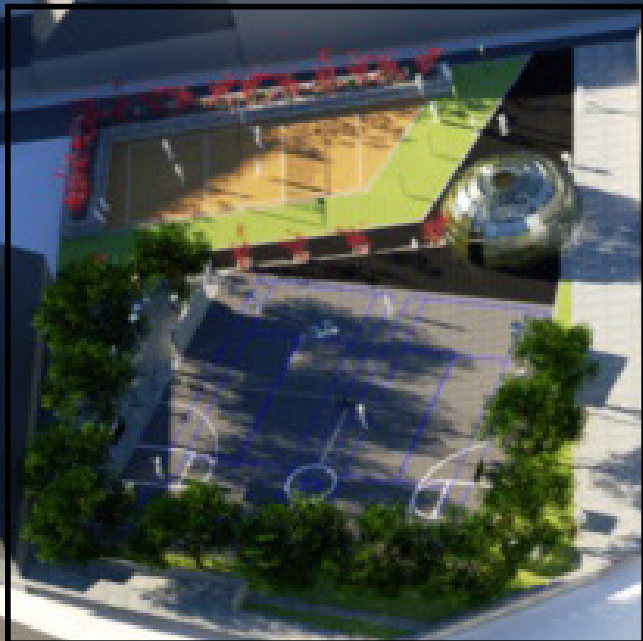


# BAKGÅRDSKRATERT

# BRYGGERIPARKEN

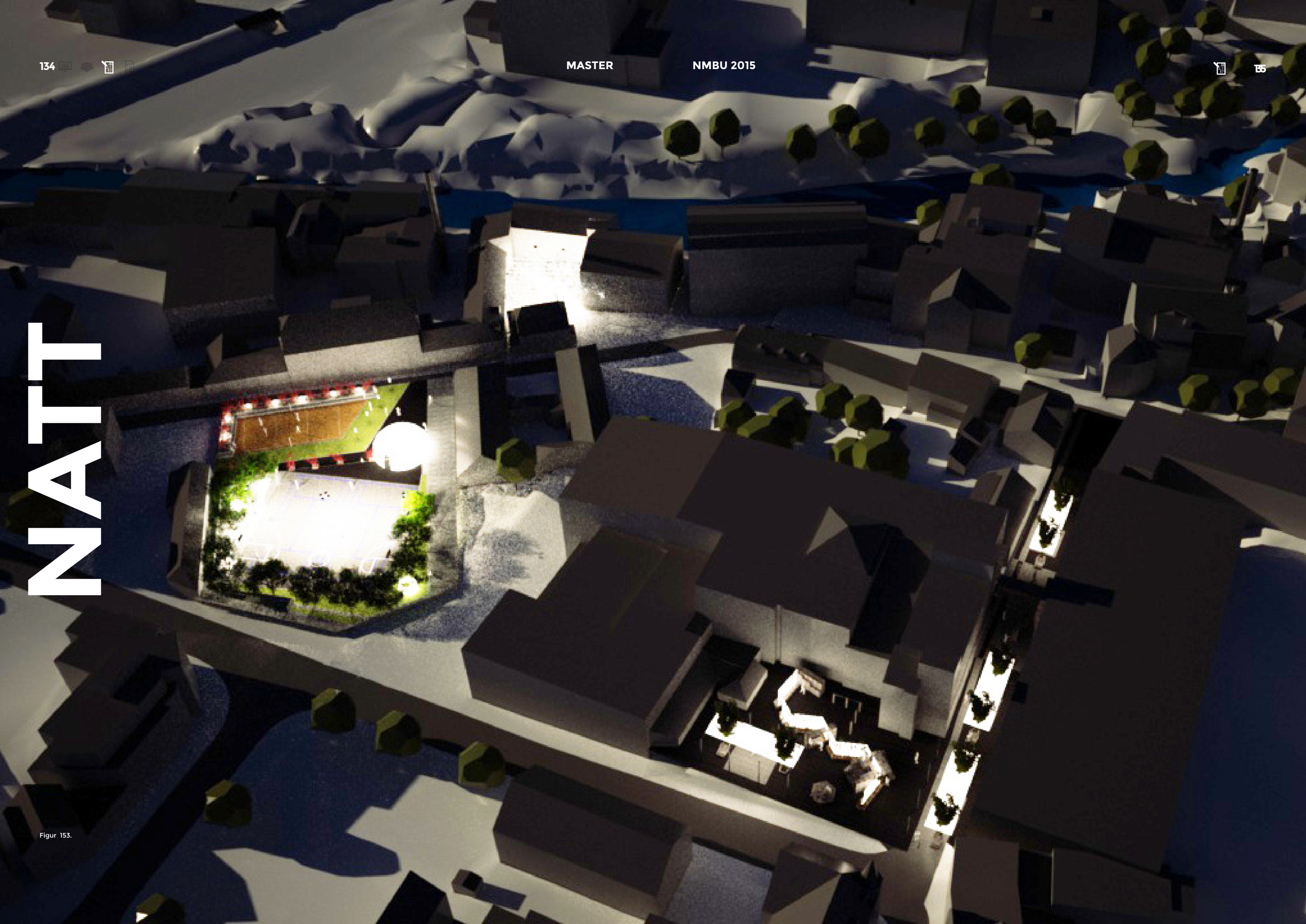
# BJELKEN

# DAG





# NATT



Figur 153.



# SLIPPE EN DRÅPE

## EN DRÅPE MED AKTIVITET

VED Å BYGGE OPP OG LEGGE TILRETTE FOR AKTIVITETER I VÅRE SMÅ ROM I BYEN, VIL MAN KUNNE HØSTE OG ERFARE RINGVIRKNINGENE DET VIL SKAPE.

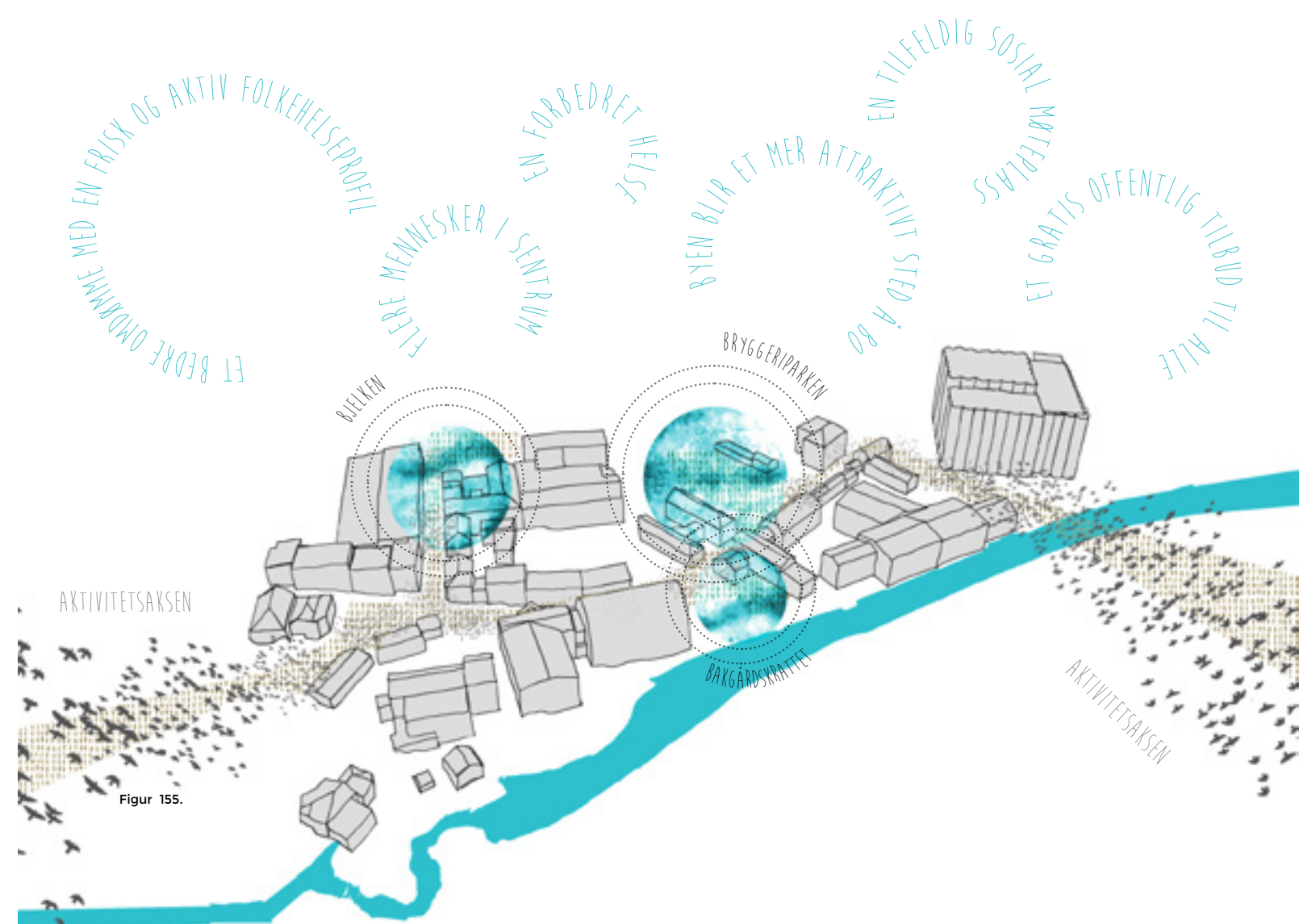
Figur 154.

## RESULTAT AV AKTIVITETER I BYENS ROM

Gjennom vår kompetanse som landskapsarkitekter kan vi hjelpe kommunene med en kommunepolitikk der det satses på å forebygge fremfor å reparere helsen til befolkningen. Vi er ekspertene på registreringer, analyse og planlegging av uteområder. Kommunen og innbyggerne trenger at vi gir ideer og forslag de kan ta videre og diskutere gjennom demokratiske prosesser. Det er dette som er tanken bak Bjelken, Bakgårdskrattet og Bryggeriparken. Disse type anleggene handler ikke om prestasjoner eller medaljer, men om hverdagsliv og folkehelse. Folkehelsen måles både gjennom den fysiske og psykiske tilstanden i befolkningen. Byrommene i byene våre har en

innvirkning på dette hvis vi velger å utnytte potensialet. Staten ønsker gjennom sitt folkehelsearbeid å legge bedre til rette for den egenorganiserte (også kalt uorganiserte) aktiviteten. På mindre steder er naturen en naturlig arena for denne aktiviteten, mens det i byene er mindre plass og man må utnytte de rommene som eksisterer. Små rom i komplekse bysituasjoner kan skape utfordrende prosjekter. Men man må hele tiden tenke på hvilke ringvirkninger slike lavterskelanlegg har for befolkningen og igjen kommunen, som i de fleste tilfeller er utbygger og drifter av anlegget. Jeg ønsker helt avslutningsvis å presentere 6 positive ringvirkninger man vil kunne få fra slike nærmiljøanlegg for fysisk aktivitet:

En forbedret helse blant befolkningen, som igjen fører til reduserte helseutgifter. Byen blir et mer attraktivt sted å bo gjennom et økt aktivitetstilbud, som vil føre til at flere ressurssterke mennesker flytter inn i kommunen. Flere mennesker i sentrum vil føre til økt omsetning og utvikling av omkringliggende næringsliv. Et bedre omdømme med en frisk og aktiv folkehelseprofil fører til positiv eksponering og reklamering. Å tilby et gratis offentlig tilbud alle ønsker å benytte, vil kunne utjevne sosiale forskjeller mellom fattig og rik. Byrom for fysisk aktivitet tilbyr en sosial og helsefremmende møteplass for alle, et sted å møte nye venner og få bekjentskaper.



Figur 155.



# SØKNAD

- BESTEMMELSER
- TILDELT STØTTE 2014
- EKS. PÅ SØKNAD
- EKS. PÅ GODKJENNING



Siste del av oppgaven er ment som en hjelp for noen som aldri har søkt spillemidler før. Jeg har gjennom arbeidet med denne masteroppgaven satt meg inn i hvilke bestemmelser og krav som stilles for å bli tildelt spillemidler. På denne måten kan jeg som landskapsarkitekt eller medlem i en frivillig organisasjon bistå kommuner med å søke midler til framtidige nærmiljøanlegg. Det er interessant hvor stor makt som ligger hos enkeltpersoner, som selv må tolke hvordan de skal forholde seg til bestemmelsene. Nytt er også at mer makt er lagt på fylkesnivå, slik at koordinator i fylket kan bestemme hvilke anlegg som tildeles eller ikke tildeles midler. Systemet i dag er også slik at det er vanskelig for små kommuner å benytte de mulighetene midlene gir, fordi prosessene oppfattes som for store og omfattende. For en som ikke er utdannet landskapsarkitekt kan kravet om visualisering og snittoppriss virke fryktelig vanskelig og kostbart. For en landskapsarkitekt er dette en smal sak. Ser man på hva som egentlig kreves for å få en idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning, blir det tydelig at

landskapsarkitekter innehar kompetansen til å utforme søknaden. Per dags dato har jeg ikke sett eller hørt om firmaer eller prosjekter hvor landskapsarkitekten har hatt ansvar for denne type søknader. Dette tyder på et behov for å spre kunnskap om søknadsprosessen blant landskapsarkitekter. Det er likevel viktig å være klar over at det må søkes fra frivillige organisasjoner eller kommuner, og at private aktører med kommersielle interesser ikke har mulighet til å søke. Gjennom konsulentoppdrag er det likevel en tjeneste kommuner uten ansatte landskapsarkitekter kan benytte seg av. Som en avslutning og innledning til refleksjonsdelen av oppgaven har jeg valgt å presentere en oppsummering av tallene og utviklingstrekkene til spillemidlene i 2014. Dette for å vise helt konkret hvordan tilstanden er i dag, og hvilke muligheter og utfordringer man står overfor. Det er veldig mye penger som hvert år blir fordelt, og gjennom denne oppgaven har jeg argumentert for hvorfor mer av midlene burde gå til aktivitetsfremmende byrom. Håpet er at vi som landskapsarkitekter ved å sette oss inn i søknadsprosessen kan hjelpe kommuner med dette.



# BESTEMMELSER OM TILSKUDD TIL ANLEGG FOR IDRETT OG FYSISK AKTIVITET - 2014

## INNLEDNING

Kulturdepartementet har laget "Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet" fra 2014 som skal hjelpe kommuner og andre frivillige organisasjoner med å søke spillemidler. Visjonen er klar: "Idrett og fysisk aktivitet for alle". Staten skal være en viktig bidragsyter i arbeidet for å legge til rette og bygge anlegg, slik at befolkningen holder seg fysisk aktive og friske. Viktige målgrupper som står fremhevet er barn (6-12 år) og ungdom (13-19 år). I tillegg nevnes personer med nedsatt funksjonsevne, som en viktig brukergruppe det skal tilrettelegges for. I dagens samfunn er inaktivitet et stadig økende problem, og det legges ekstra trykk på at anlegg i lokalmiljø for organiserte/egenorganiserte aktiviteter skal prioriteres. Nærmiljøanleggene er en viktig del av statens arbeid med å nå sin visjon. (Kulturdepartementet, 2014, s. 8).

## INFORMASJON

Først noen frister og viktige datoer: Man kan starte å søke midler til kommunen fra 15. juni til og med 15. november. 15. januar sendes vedtak og søknader til fylkeskommunen. 15. mars sendes de videre til Kulturdepartementet. 1. mai skal midlene være delt ut fra departementet. Videre fordeler fylkeskommunene midlene innen 1. juli. Et saksfremlegg og vedtak av dette sendes tilbake til departementet innen 15. juli. Dette viser hvilken reise både søknadene og midlene går gjennom før de havner hos dem som faktisk søker midler. De søknadskjemaer som trengs

finnes på [www.idrettsanlegg.no](http://www.idrettsanlegg.no), og det er en del frister man må forholde seg til. Det finnes en rekke bestemmelser for både ordinære anlegg, anlegg for friluftsliv i fjellet, ved kysten og nærmiljøanlegg (Kulturdepartementet, 2014, s. 11).

## NÆRMILJØANLEGG

For dette casestudiet i Moss vil det bare bli jobbet med anlegg beregnet som nærmiljøanlegg, og det vil det bare bli gitt en oppsummering av tilknyttede bestemmelser for nærmiljøanlegg. Definisjonen på nærmiljøanlegg er: "Med nærmiljøanlegg menes anlegg eller område for egenorganisert fysisk aktivitet, hovedsakelig beliggende i tilknytning til bo- og/eller oppholdsområder. Med nærmiljøanlegg menes kun utendørsanlegg." Før å kunne søke spillemidler må du søker være kommuner/fylkeskommuner, idrettslag/frivillige organisasjoner eller studentsamskipnader. Alle andre må søke departementet om forhåndsgodkjenning. Når det kommer til Moss er tanken at kommunen selv skal søke om midlene.

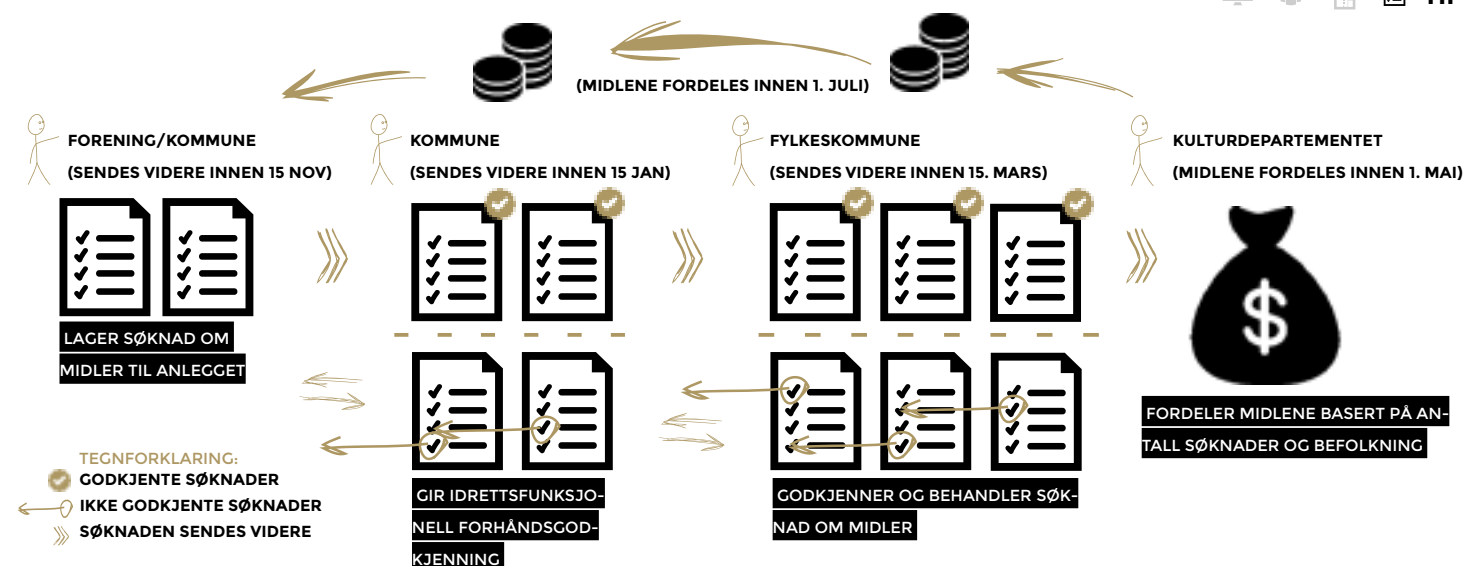
Anleggsgrunnen skal ligge på tinglyst eiendomsrett, tinglyst feste-/leierett av minimum 20 års varighet, eller avtale med kommune, fylkeskommune eller stat om bruk av grunn i minst 20 år. Området skal være fritt allment tilgjengelig og beregnet for egenorganisert fysisk aktivitet, primært for barn og ungdom. Et nærmiljøanlegg skal ikke være et anlegg for den organiserte idretten og aktiviteten, men være et tilbud til den lokale uformelle aktiviteten. Anlegget må være åpent tilgjengelig og universelt

utformet for å ikke diskriminere enkelte brukergrupper. Det er anleggseier som har ansvar for sikkerheten og vedlikeholdet av anlegget (Kulturdepartementet, 2014, s. 39-42).

## TILSKUDDSBERETTIGET

Det er ikke alle aktiviteter man forbinder med fysisk aktivitet som er støttet av spillemidlene. Tradisjonelle lekeapparater som man gjerne forbinder med lekeplasser er for eksempel ikke støttet av spillemidlene. I bestemmelsene er sandkasser, husker, sklier, vipper og klatrehus nevnt som konkrete eksempler som ikke er støttet. Når det kommer til anleggstyper/elementer som er støttet er følgende listet opp:

- flerbruksområder, inntil 2400 m<sup>2</sup>, med underlag tilrettelagt for for eksempel ballspill, hopp, løp, kast og turnaktiviteter
- anlegg for parkour
- skileikanlegg
- skateboard/rullebrettbane/inline hockey
- hoppbakker med mindre K enn 20 m
- tursti/turløype lengre enn 500 m
- mindre skibakker med høydeforskjell under 30 m
- utendørs klatrevegg/buldrevegg
- ballvegg/ballbinge
- streetbasketanlegg
- BMX/offroad/trick/ferdighetsløype
- kunstisflate (minimum 900 m<sup>2</sup>, maksimum 2400 m<sup>2</sup>)
- nærmiljøkart
- vanningsanlegg/vannkum i tilknytning til balløkker/flater for islegging til skøyteaktiviteter vinterstid
- sandvolleyballbane



Figur 157.

- faste bordtennisbord
- godkjente minimalbur
- nettstativ
- stativ for basketball
- kurver til frisbeegolf
- lysanlegg i eldre anlegg
- mindre golfanlegg (inntil seks hull, lengde inntil 250 m). I den grad det lar seg gjøre uten at vesentlige kostnader påløper, bør anleggene tilrettelegges for for eksempel kileik om vinteren. (Kulturdepartementet, 2014, s. 40).

Det første punktet: "flerbruksområder inntil 2400 m<sup>2</sup> tilrettelagt for for eksempel ballspill, hopp, løp, kast og turnaktiviteter" gir muligheter for skjønn hos saksbehandler og åpner for søker å tenke annerledes og nytt.

## TILSKUDDSBELØP

Nærmiljøanlegg støttes med 50% av godkjent kostnad. Maksimalt tilskudd per enhet er 300.000 kroner, med 600.000 som kostnadsramme. Nedre grense for tilskudd er 25.000 for anlegg med kostnader på minst 50.000 kroner. Et anleggssted kan inneholde flere enheter. Et anleggssted kan ikke få mer enn 1.200.000 kroner i støtte. En skole kan for eksempel ha fire nærmiljøanlegg i sitt utemiljø. Prosentstøtten er høyere for nærmiljøanlegg enn ordinære anlegg. Ordinære anlegg støttes med inntil 1/3 del av kostnaden med et maksbeløp på 1.000.000 kroner. Uansett hvilken type anlegg det søkes om støtte til, krever en

kostnadsramme på over 600.000 kroner at anlegget er beskrevet i planen for idrett og fysisk aktivitet i den tilhørende kommunen anlegget ligger i.

## IDRETTSFUNKSJONELL FORHÅNDSGODKJENNING

Alle planer det skal søkes om spillemidler til må forhåndsgodkjennes av kommunen, såkalt idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning. Denne godkjenningen er nødvendig for å sikre at anlegget er i tråd med behov og lovverk, og at anlegget er fysisk mulig å bygge i forhold til idrettsfunksjonell standard innenfor ulike idretter og aktiviteter. Godkjenningen må foreligge før arbeidene starter og gir ingen garanti for støtte. En søknad for idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning skal inneholde:

- Opplysning om anleggets plass i kommunal plan som omhandler idrett og fysisk aktivitet.
- Redegjørelse for universell utforming.
- Situasjonsplan som vises hvilket område som disponeres for anlegget og hvilke utvidelsesreserver som eventuelt er sikret.
- Oppdeling i eventuelle byggetrinn angis.
- Behovsoppgave med redegjørelse for den kartleggingen av behov som har vært foretatt og resultatet av den. Det skal særlig redegjøres for barn og ungdoms behov. Dette behovet skal holdes opp mot eksisterende tilbud og vil danne grunnlag for innhold og dimensjonering av anlegget.

- Enkelt kostnadsoverslag.
- Foreløpig plan for finansiering og drift av anlegget.
- Dokumentasjon av anleggets tilpasning til nabobebyggelsen og landskapets karakter. Det kan benyttes oppriss, aksonometri, perspektiv og modellfoto. (Kulturdepartementet, 2014, s. 23).

I denne masteroppgaven med Moss som caseområde prøver jeg helt til slutt å vise en fiktiv en søknad om idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning for Bryggeriparken. Det blir her tatt utgangspunkt i en søknad som allerede har blitt godkjent av kommunen. Jeg har ikke klart å få på plass foreløpig plan for finansiering og drift av anlegget, men i reelle situasjoner er det mulig å få hjelp av kommunen en søker godkjenning av til dette.

## UNIVERSELL UTFORMING

Universell utforming er utrolig viktig med tanke på anlegg for idrett og fysisk aktivitet. Kulturdepartementets veileder "Universell utforming av idretts- og nærmiljøanlegg" (V-0511) og TEK10 (Forskrift om tekniske krav til byggverk, NS 11001-1:2009 Universell utforming av byggverk - Del1: Arbeids- og publikumsbygninger) er viktige dokumenter for å sikre at anleggene er tilgjengelige for alle. For å få idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning må anleggene være universelt tilrettelagt og tilgjengelig.



# SØKNAD OM IDRETTSFUNKSJONELL FORHÅNDSGODKJENNING

## EKSEMPEL PÅ SØKNAD OM IDRETTSFUNKSJONELL FORHÅNDSGODKJENNING FOR BRYGGERIPARKEN

Opplysning om anleggets plass i kommunal plan for idrett og fysisk aktivitet. (Settes inn av fagkoordinator for kultur i kommunen (Annette Torgersen i Moss))

### Universell utforming

Anlegget ligger lett tilgjengelig med adkomst fra Gudes gate i sør og Henrich Gerners gate i nord. På vestsiden av anlegget er det lagt til rette for en bred gang og sykkelakse som vil binde framtidig bro over til Peterson-tomten og sentrum. På øst siden er det lagt inn en rampe for å sikre universell utforming. På grunn av terrenget og den begrensede plassen er det prosjektert trapper mellom de to nivåene. Dette for å legge rette størst mulig areal til aktivitetsformål. Både gang- og sykkelveien og rampen vil ha tilhørende rekkverk. Treningsapparatene vil kunne brukes av personer som sitter i rullestol og skal være tilgjengelige for alle. Belegget omtalt som brostein vil være slipt på en slik måte at det ikke skaper vibrasjoner ved å bli kjørt på. Alle kanter og overganger mellom belegg vi ikke overskride anbefalingene til Norsk Standard (NS). Alle benker og belysning vil følge de standarder som er satt i NS.

### Situasjonsplan

Se vedlagt kartskisse + Vedlegg 1: illustrasjonsplan og elementplan (side 110 og 111).

### Behovsoppgave

I Moss kommune finnes få nærmiljøanlegg i sentrum. Nederst i Møllebyen ligger en parktomten kalt Bryggeriparken i Henrich Gerners gate 9, (2/1176). Parken har lenge vært inngjerdet, forlatt og ubrukt. Kommunen ønsker å bygge et offentlig byrom med et aktivitetstilbud omtalt som nærmiljøanlegg. Tomten er i dag i privat eie, men det jobbes med å dra over eierforholdet til kommunen. I første omgang er det snakk om langtidsleie i minst 20 år. Eier av tomten har godkjent vedlagte planer. Tinglysningspapirene er vedlagt som vedlegg 3.

### Behov for Bryggeriparken aktivitetsanlegg

Bryggeriparken vil kunne bidra til en økt fysisk aktivitet og gi befolkningen i Moss et utvidet aktivitetstilbud. Gjennom en bred medvirkningsprosess med spørreundersøkelse, idéinnsamling og workshop har man kommet fram til at befolkningen ønsker å fylle byrommet med aktiviteter som sandvolleyball, basket, bordtennis, tennis og treningsapparater. Disse aktivitetene er ønsket av befolkningen og er grunnlaget for valg av aktiviteter. Moss kommune ønsker å fortette i sentrum, og flere framtidige boligområder vil kunne benytte seg av den planlagte aktivitetsparken i Bryggeriparken.

### Kostnadsoverslag

Jeg har mangelfull informasjon om hva anlegget vil koste, men lister opp hvilke elementer som vil kunne få støtte:

Et flerbruksareal på 777m<sup>2</sup> (støttet med 50 prosent). (Ikke klart å finne tall på)

Et bordtennisbord (støttet med 50 prosent). Pris på basketballutstyr 15595,00 kr, enhetspris, x 2 (anleggsarbeid) = totalsum

En komplett sandvolleyballbane (støttet med 50 prosent). Pris på sandvolleyballbaneutstyr 21579,60 kr, enhetspris, x 2 (anleggsarbeid) = totalsum

Et sett med basketkurver (støttet med 50 prosent). Pris på basketballutstyr 15825,04 kr, enhetspris, x 2 (anleggsarbeid) = totalsum

To tennisnett (støttet med 50 prosent). Pris på tennisnettutstyr 17263,68 kr, enhetspris, x 2 (anleggsarbeid) = totalsum

Syv treningsapparater (støttet med 50 prosent). (Ikke klart å finne tall på)

5 prosent av totalkostnaden (støttet med 50 prosent). (Ikke klart å finne tall på)

ALLE PRISER ER FUNNET I "NORSK PRISBOK 2012" OG MÅ OPPDATERES I FORHOLD TIL PRISNIVÅ FOR 2015. PÅ GRUNN AV MANGELFULL INFORMASJON

MANGLER DEN TOTALE SUMMEN DET SØKES STØTTE OM, LIKEVEL SER MAN OMFANGET AV SØKNADEN OG HVA SOM TRENGS Å LEGGES VED SØKNADEN.



### Finansiering og drift av anlegget

Finansieringen av anlegget foregår ved at utbyggerne av de omkringliggende tomtene betaler inn til et kommunalt fond som skal gå til utbygging av aktivitetsanlegget i sentrum. Det vil da bli en 60/40 fordeling der kommunen gjennom et aktivitetsfond innsamlet fra ulike utbygginger i sentrum dekker 60 prosent av kostnaden, og Norsk Tipping AS gjennom spillemidlene dekker 40 prosent. Siden dette er et kommunalt nærmiljøanlegg vil det være kommunen som vil stå for driften av anlegget.

### Dokumentasjon av anleggets tilpasning til nabobebyggelse og landskapets karakter.

Det er også vedlagt to illustrasjoner som viser anlegget, + to snittoppriss (Vedlegg 5) som viser anlegget i relasjon til omgivelsene. + Vedlegg 2: illustrasjoner (side 112-117).

### Vedlegg

- Vedlegg 1: illustrasjonsplan og elementplan (side 110 og 111 i dette dokumentet)
- Vedlegg 2: illustrasjoner (side 112-117 i dette dokumentet)
- Vedlegg 3: tinglysning av eierforholdet til tomt 2/1176 (Bryggeriparken i Møllebyen)
- Vedlegg 4: situasjonsplan (side 145 i dette dokumentet)
- Vedlegg 5 snittoppriss (side 146-149 i dette dokumentet)

**EKSEMPEL PÅ SØKNAD**

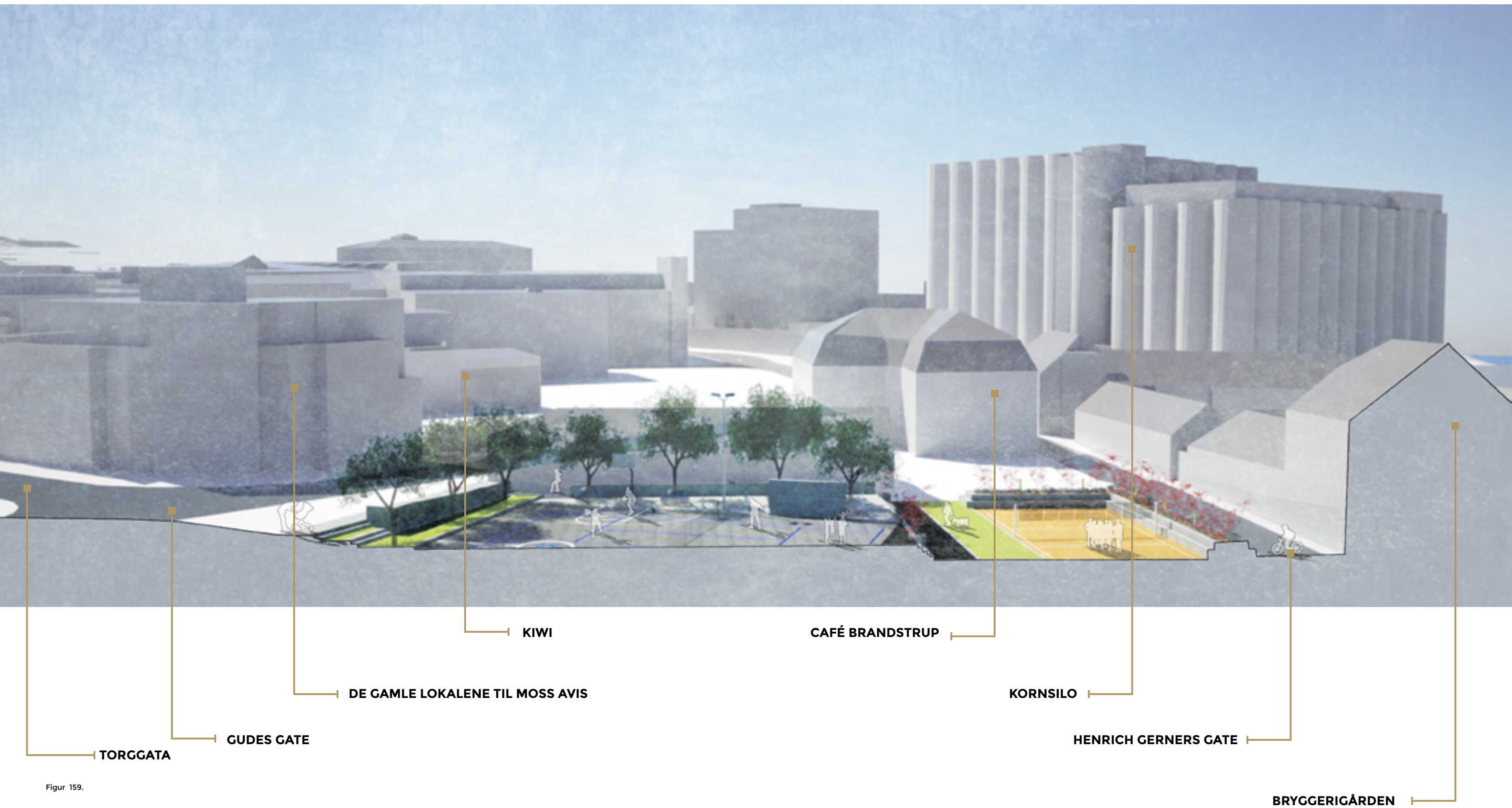
## SITUASJONSPLAN



Figur 158.



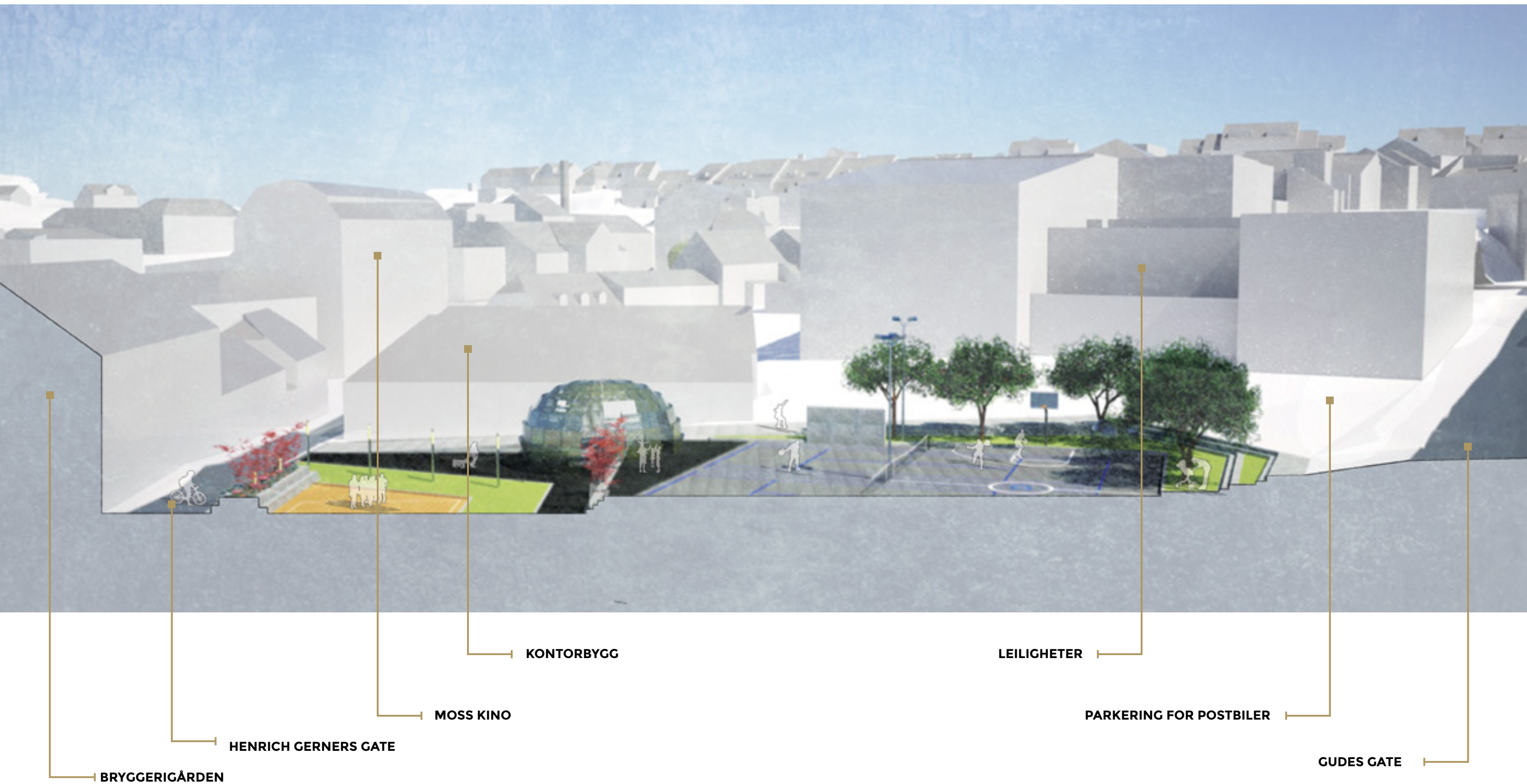
# SNITTOPPRISS MOT SØRVEST



Figur 159.



# SNITTOPPRISS MOT NORDØST



Figur 160.



# ILLUSTRASJON 1

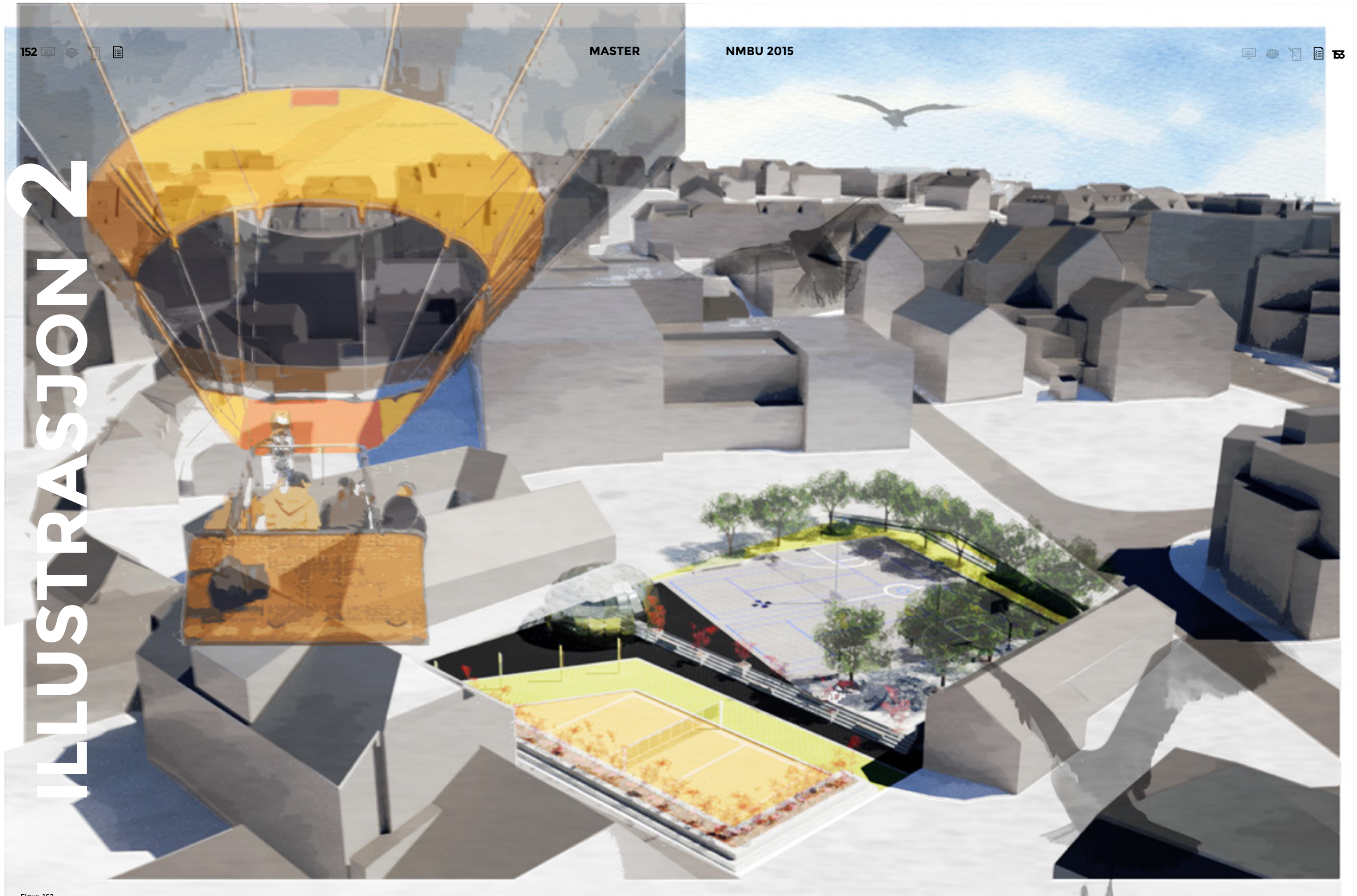


GUDES GATE

Figur 161.

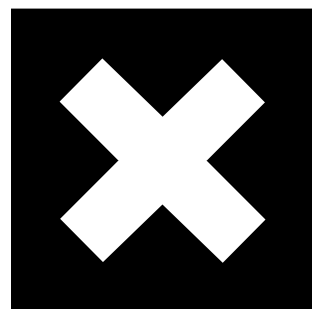


# ILLUSTRASJON 2



Figur 162.





## SPILLEMIDDELSØKNADER OG ANLEGGSSITUASJON FOR 2014

### EN ÅRLIG GJENNOMGANG

I rapporten "Spillemidler til idrettsanlegg - En gjennomgang av spillemiddelsøknadene" (2014) presenteres status og tendenser for spillemidlene i 2014. Rapporten tar for seg hvor det er best anleggsdekning. Dette regnes ut ved å dele antall anlegg med antall innbyggere. For året 2014 kom det inn totalt 3029 søknader om spillemidler. Disse store søkerallene fører til et økt etterslep og ventetid på utbetaling av

**"TILDELTE SPILLEMIDLER FOR 2014 UTGJORDE TOTALT NESTEN 1860 MILLIONER KRONER."** (KULTURDEPARTEMENTET ET.AL 2014: 7)

spillemidler. Ventetiden på utbetaling har nå et gjennomsnitt på 2,7 år, og regnes ut fra total søkesum i forhold til tildelte midler. (Kulturdepartementet et.al 2014: 7) Dette ser jeg på som en klar utfordring for søkerne i dagens praksis. Jeg mener en ventetid på 2,7 år er for lang tid, og at man enten må være hardere med å gi godkjenning eller endre hvilke anlegg som kan få støtte. Tippemiddelnøkkelen er endret slik at idrettens andel er endret fra 47,9 til 56 prosent av de totale midlene. Dette gav en økning i utdelte midler på 219 millioner i 2014. (Kulturdepartementet et.al 2014:7)

		Tildeling
<b>Post 1</b>	<b>Idrettsanlegg</b>	
1.1	Idrettsanlegg i kommunene	860 725 000
1.2	Anleggspolitisk program	40 000 000
1.3	Anlegg for friluftsliv i fjellet	13 000 000
1.4	Utstyr	15 000 000
		<b>928 725 000</b>
<b>Post 2</b>	<b>Nasjonalanlegg/Spesielle anlegg</b>	
2.1	Nasjonalanlegg	42 500 000
2.2	Spesielle anlegg	1 125 000
		<b>43 625 000</b>
<b>Post 3</b>	<b>Forsknings- og utviklingsarbeid</b>	
3.1	Idrettsforskning	16 000 000
3.2	Idrettslaglig utvikling	1 000 000
3.3	Anleggspolitisk utvikling	2 300 000
3.4	Idrettsanleggsregisteret	3 000 000
3.5	Utviklingsarbeid i fylkeskommunene	950 000
		<b>23 250 000</b>
<b>Post 4</b>	<b>Spesielle aktiviteter</b>	
4.1	Antidopingarbeid	32 950 000
4.2	Fysisk aktivitet og inkludering i idrettslag	13 250 000
4.3	Friluftstiltak for barn og ungdom	15 904 000
		<b>62 104 000</b>
<b>Post 5</b>	<b>Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité</b>	
5.1	Grunnstøtte NIF sentralt og regionalt	122 000 000
5.2	Grunnstøtte særforbund	215 000 000
5.3	Barn, ungdom og bredde	139 000 000
5.4	Toppidrett	117 000 000
		<b>593 000 000</b>
<b>Post 6</b>	<b>Tilskudd til lokale lag og foreninger</b>	
6.1	Tilskudd til lokale lag og foreninger	209 000 000

### A HOVEDFORDELINGEN 2014

Tabell 6. viser hovedfordelingen av spillemidlene for 2014 og viser hvilke poster som får hva.

I fjorårets hovedfordeling ble det under posten idrettsanlegg i kommunene en økning på 27 prosent av tilskudd til nærmiljøanlegg fra 2013 til 2014. Ser man på tilskuddet til idrettsanlegg ble dette økt med 19 prosent (Kulturdepartementet et.al 2014:7). En økning på 27 prosent er bra for utviklingen av nye og moderne nærmiljøanlegg, men for å oppfylle statens mål om økt egenorganisert aktivitet kreves det endringer. Jeg mener man må prøve å dreie midlene fra den organiserte idretten og over til nærmiljøanleggene. Dette vil bidra til et bredere tilbud og gi en større del av befolkningen de aktivitetsarenaene de faktisk ønsker.

I forholdet mellom kostnad og tildelt støtte nevnes det i rapporten at cirka 20 prosent av den totale kostnaden dekkes av spillemidlene. For ordinære anlegg fører denne praksisen til en fordeling der kommunen må gå inn og dekke 60 prosent, mens 20 prosent dekkes av spillemidler og 20 prosent dekkes av idrettslagene.

	Antall søknader	Kostnad (mill. kroner)	Spillemidler (mill. kroner)
Østfold	47	378	82
Akershus	148	1 712	308
Oslo	23	342	37
Hedmark	102	616	135
Oppland	120	840	170
Buskerud	115	774	179
Vestfold	72	336	84
Telemark	91	457	120
Aust-Agder	84	424	105
Vest-Agder	95	798	134
Rogaland	202	1 814	334
Hordaland	219	2 431	364
Sogn og Fjordane	109	470	121
Møre og Romsdal	160	1 411	262
Sør-Trøndelag	180	1 223	281
Nord-Trøndelag	137	1 016	212
Nordland	165	1 069	287
Troms	84	451	128
Finmark	68	539	102
<b>Totalt</b>	<b>2 221</b>	<b>17 101</b>	<b>3 446</b>

### C HVOR BYGGES DET

Tabell 8. viser hvilke fylker som får inn flest søknader, i tillegg til total kostnad og tildeling.

Anleggstype	Antall totalt	Prosent av anleggsmassen	Antall Nye søknader	Prosent av anleggsmassen
Fotball	462	21	132	18
Idrettsanlegg	349	16	92	14
Ski	313	14	131	19
Idrettsanlegg	251	11	52	8
Skytesanlegg	189	9	60	9
Friluftsliv	126	6	58	9
Fjellrett	84	4	23	3
Svømmeanlegg	83	4	11	2
Kart	66	3	32	5
Aktivitetsanlegg	45	2	9	1
Hestesport	41	2	12	2
Dierte anlegg	41	2	25	4
Motorsport	37	2	8	1
Aktivitetsanlegg	30	1	12	2
Tennisanlegg	30	1	8	1
Golf	23	1	5	1
Isanlegg	20	1	2	0
Vannsport	15	1	7	1
Tau	9	0	0	0
Luftsport	3	0	0	0
Squash	3	0	1	0
Bowling	2	0	0	0
Sensike anlegg	1	0	1	0

### B HVA BYGGES

Tabell 7. viser hvilke aktiviteter som det søkes midler om og hvilken prosent dette er av den totale søkermassen.

Når det kommer til nærmiljøanleggene dekkes spillemidlene cirka 40 prosent av kostnadene, noe som er over det dobbelte (Kulturdepartementet et.al 2014:7). I løpet av tre år har idrettslagenes investeringer mer en fordoblet seg, mens kommunenes investeringer er redusert med 700 millioner. (Kulturdepartementet et.al 2014:7) At kommunene reduserer sine investeringer i idrett- og aktivitetsanlegg er ikke forenlig med den uttalte satsningen på forbedret folkehelse.

Denne oppgaven tar opp ideen om tre aktivitetsanlegg i byromssituasjoner. Dette kan forsvares når man ser på tabell 7 over hvor liten prosentandel av anleggsmassen totalt som er aktivitetsanlegg (totalt 2 prosent). Ser man på tabell 8 ser man også hvor få søknader som kommer inn Østfold, som Moss er en del av (47 søknader totalt). Disse to registreringene viser hvor skoen trykker, og at man må satse på aktivitetsanlegg i Moss.



## OPPSUMMERING OG KONKLUSJON

**DENNE OPPGAVEN GIRET INNBLIKK I HVILKE MULIGHETER, UTFORDRINGER OG PRAKSIS SOM ER GJELDENE FOR DAGENS AKTIVITETSANLEGG OG SPILLEMIDLER. MÅTEN VI BRUKER BYEN PÅ HAR FORANDRET SEG, OG VI TRENGER Å PLOSSERE NYE ELEMENTER INN I BYENE VÅR FOR Å TREKKE FOLKELIVET OG AKTIVITETEN TILBAKE TIL BYEN. SLÅR MAN DETTE SAMMEN FÅR MAN TITELN PÅ DENNE MASTEROPGAVEN "BYROM FOR FYSISK AKTIVITET - STØTTET AV NORSKE SPILLEMIDLER".**

Vi som samfunn jobber for å sikre en befolkning med god fysisk og psykisk helse. Denne oppgaven prøver å bidra i dette folkehelsearbeidet gjennom bygging av aktivitetsanlegg i byens rom støttet av spillemidlene.

Kunnskapsdelen av oppgaven tar opp temaene fysisk aktivitet, spillemidlene og politikken som spiller inn i forhold til hvordan vi forholder oss til aktivitetsanlegg. Konklusjonen er klar. Staten ønsker å bygge flere sosiale arenaer for den uorganiserte aktiviteten, men har ikke helt klart å lykkes så langt. Denne masteroppgaven ønsker å endre dette ved å gi landskapsarkitektene en mer sentral rolle i planleggingen av nærmiljøanlegg.

Gjennom en bred medvirkningsprosess og analyse tar oppgaven for seg Moss som caseområde og peker på at byen har et behov for inkluderende, samlende og uformelle aktivitetstilbud. I kommunehelseprofilen for 2014 kommer Moss dårlig ut. Ved hjelp av nye aktive byrom, er jeg overbevist om at denne negative trenden kan snus.

I mitt idéforslag for Møllebyen i Moss foreslår jeg å utnytte tre eksisterende byrom til tre nye, unike aktivitetsanlegg. Bevegelse og utfordring i Møllegata kalt Bjelken, rekreasjon og aktivitet i det grønne rom i Bryggeriparken og dans og rytme i Bakgården ved House of Foundation kalt

Bakgårdskrattet. Målet med disse er at de skal skape positive ringvirkninger for befolkningen, myndighetene og samfunnet. Eksempler på slike ringvirkninger vil være: En forbedret helse blant befolkningen, som igjen fører til reduserte helseutgifter. Byen blir et mer attraktivt sted å bo gjennom et økt aktivitetstilbud, som vil føre til at flere ressurssterke mennesker flytter inn i kommunen. Flere mennesker i sentrum vil føre til økt omsetning og utvikling av omkringliggende næringsliv. Et bedre omdømme med en frisk og aktiv folkehelseprofil fører til positiv eksponering og reklamering. Å tilby et gratis offentlig tilbud alle ønsker å benytte, vil kunne utjevne sosiale forskjeller mellom fattig og rik.

I problemstillingene i begynnelsen av oppgaven tar jeg for meg landskapsarkitektens rolle i planleggingen, bruken av spillemidlene som verktøy og om aktivitetsanlegg kan forbedre folkehelsen. Jeg mener at vi som landskapsarkitekter gjennom økt kunnskap, medvirkning, analyser, utforming og søknader vil kunne påvirke folkehelsen gjennom vårt arbeid i det urbane rom. Byrommene mener jeg er det riktige stedet for disse aktivitetsanleggene, og det er i dag fullt mulig å bruke spillemidlene i denne utviklingen basert på de rammene som i dag finnes.

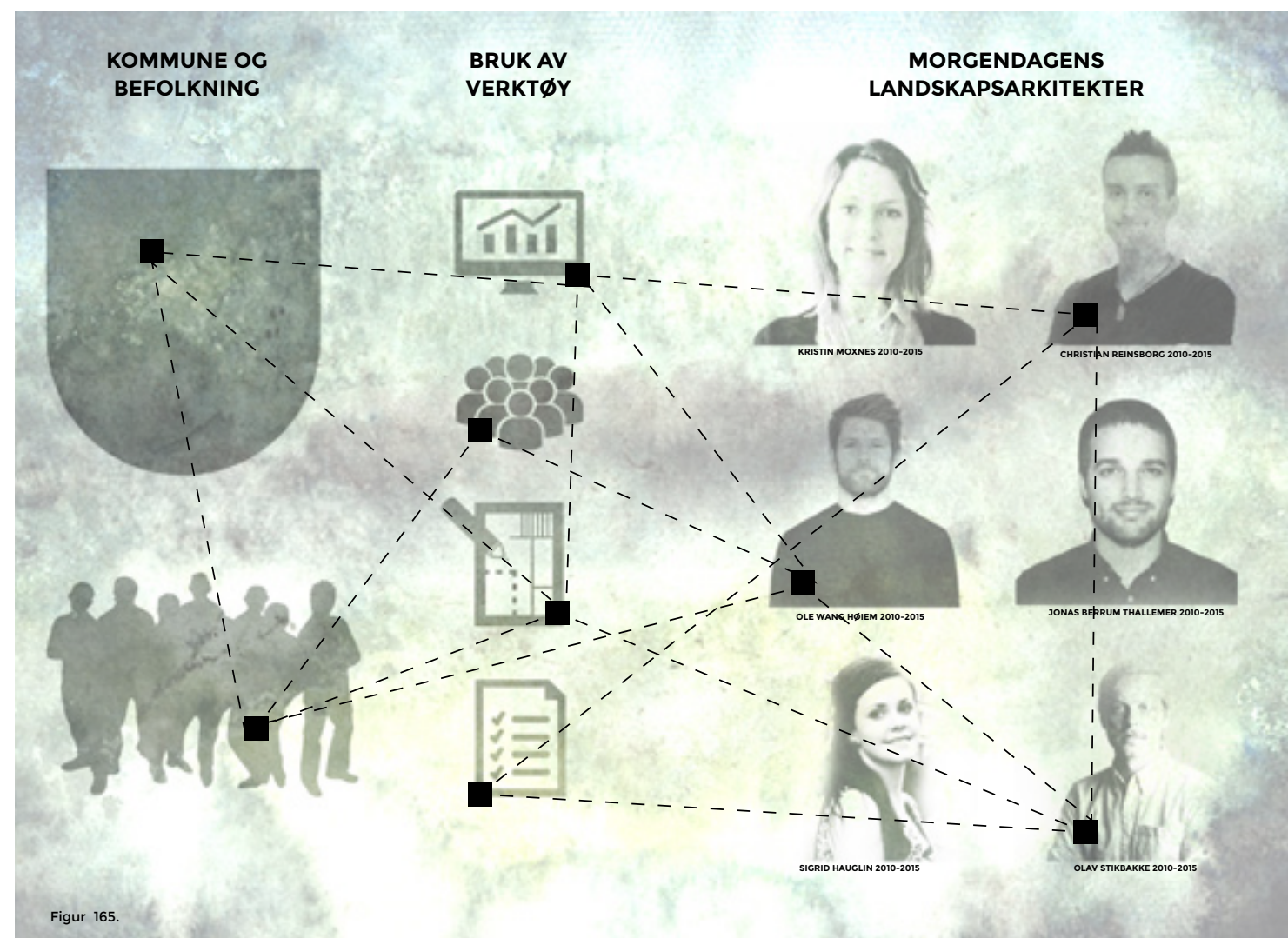
Helt avslutningsvis vil jeg peke fremover og si at jeg om ti år håper og tror at morgendagens landskapsarkitekter bruker spillemidlene som gulrot for å påvirke og støtte kommunene til å satse på aktivitetsanlegg i byrommene sine. Kan denne masteroppgaven være med på å sette fokus på og informere om denne tematikken, vil jeg ha oppnådd målet mitt for denne masteroppgaven.

I denne prosessen har jeg sett at det er et behov for en veileder som kan lede denne type planlegging gjennom prosessen. Jeg mener det er skrevet for lite om fysisk aktivitet med spillemidlene som støttespiller i Norge fra et landskapsarkitektperspektiv. Det bør også satses på flere pilotprosjekter for nyskapende aktivitetsarenaer. Dette kan gi ny svært tiltrengt kunnskap og forståelse, og samtidig inspirere andre til å benytte seg av mulighetene spillemidlene gir.

Kommunen i Moss har gitt uttrykk for at de ønsker ideer og innspill for å utvikle framtidens Moss. Jeg ønsker Moss kommune lykke til med den videre utviklingen og planleggingen for folkehelsen i kommunen, og håper de velger å ta tak i idéforslagene mine og videreutvikle dem gjennom en åpen og inkluderende prosess på deres ByLab.

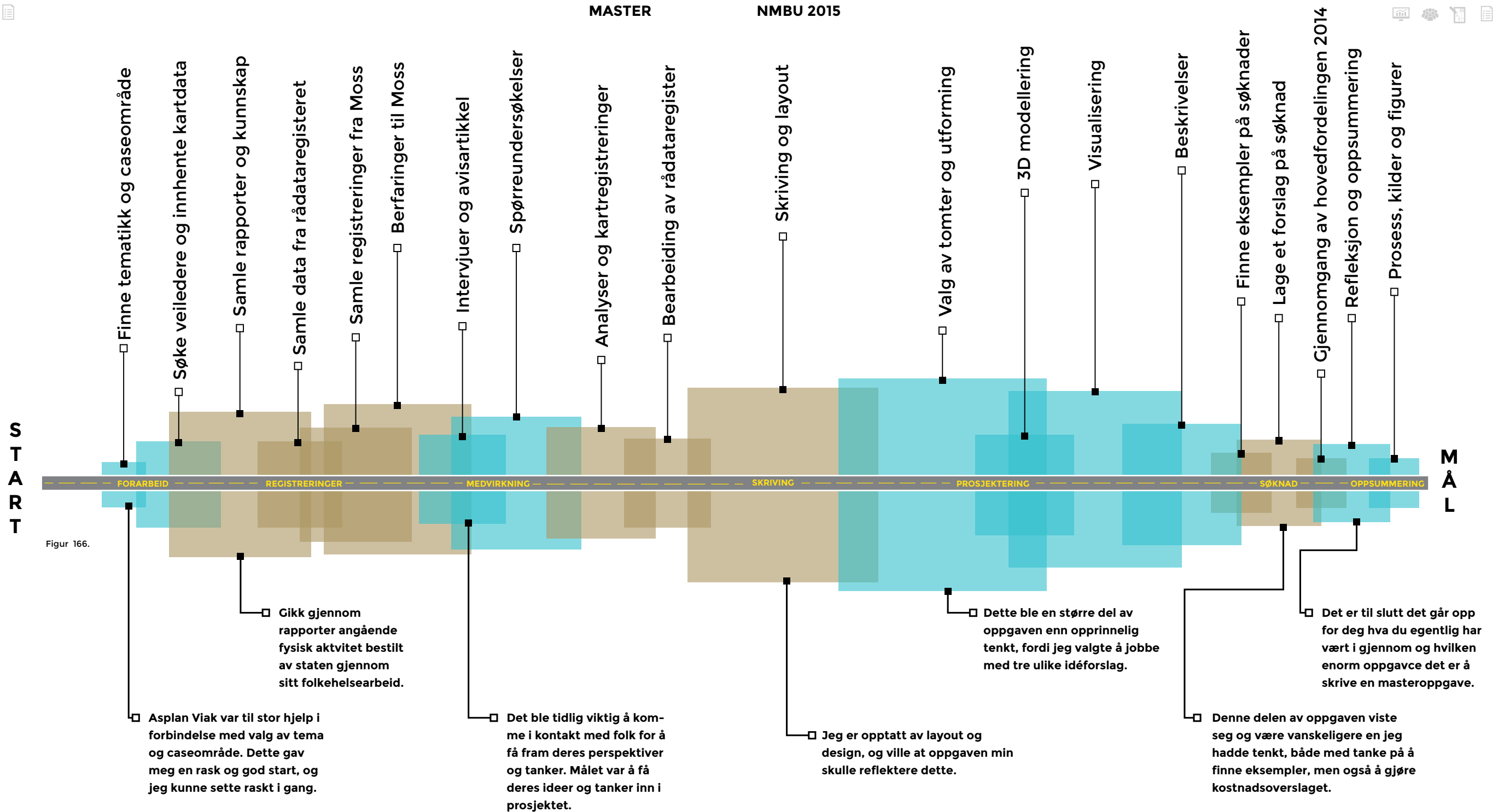
**"La landskapsarkitekten få knytte folkehelsen og byrommene tettere sammen gjennom de mulighetene spillemidlene gir"**

□ Sitat: Even Bakken, mai 2014.





# PROSESS



Figur 167.



Det å skrive masteroppgave har vært lærerikt, spennende, utfordrende og tidskrevende. Akkurat slik jeg hadde blitt fortalt at det kom til å bli. Det å ta pauser og unne seg selv fri har vært utrolig viktig for at oppgaven skulle bli ferdig. Min strategi for å klare tidsfristen har vært å finne et godt sted å sitte med arbeidsro, og jobbe effektivt når jeg først jobber. Slik har jeg kunnet ta helgfri og prioritere jobb enkelte dager. Det ene lykkes jeg med, det andre ikke. Det har vært vanskelig å finne et fast sted å jobbe og jeg har sittet mye hjemme, og under innspurten

på Asplan Viak i Sandvika. Årsaken til at jeg ikke har sittet mer i Sandvika er grunnet lang reisevei fra Ås. På NMBU er det for øyeblikket restaurering av Urbygget, og jeg har ikke funnet roen på masterplassene i det midlertidige brakkebygget Akropolis. Jeg var heldig og kom raskt i gang med oppgaven, takket være Asplan Viak ved Anders Hus Folkedal (Sandvika) og Espen Evensen Reinford (Arendal). Espen hjalp meg med tematikken. Anders, som selv er fra Moss, kunne gi med en introduksjon i caseområdet. Dermed kunne jeg raskt sette

i gang og lage en prosessplan. Denne var selvfølgelig alt for ambisjos, og det endte opp med at den opprinnelige delen av oppgaven med å lage en veileder for alle landets kommuner viste seg å være alt for stor. Min hovedveileder Deni Ruggeri gav meg klar beskjed om at hvis jeg ønsket dette fikk jeg søke om en Ph.D. om noen år. For at en slik veileder ikke skal bli for generell, må det gjøres en jobb langt utover en 30 poengs masteroppgave. Jeg valgte derfor å fokusere på Moss og den gjeldende situasjonen der. Medvirkning er utrolig viktig, men tar mye

tid. Jeg skulle selvfølgelig ønske at befolkningen i Moss tok et større initiativ ved å svare på spørreundersøkelsen. Helt avslutningsvis vil jeg få fram at jeg har lært utrolig mye av denne prosessen. Jeg har utviklet meg faglig, utvidet kontaktnettverket mitt, lært nye arbeidsmetoder og måttet stole på med selv. Jeg er stolt over hva jeg presenterer i denne masteroppgaven. Likevel er det noen ting jeg skulle gjerne fått til som jeg ikke klarte av praktiske og tidsmessige grunner. Jeg skulle gjerne ha hatt en workshop på ByLab, men dessverre måtte dette

nedprioriteres på grunn av dårlig oppmøte ved lignende arrangementer. Jeg skulle også gjerne gått ned i detalj på de tre byrommene og sett på det tekniske. Dette var det ikke tid til, men jeg mener likevel de tre byrommene viser ideer og muligheter for et gateløp, en bagård og en tradisjonell park som vil kunne fungere som en inspirasjon for Moss og andre kommuner.



# KILDER

## LITTERATUR

Gehl, J. et. al. (2006). Det nye byliv. Arkitektens Forlag, København.

Gehl, J. (2007). Livet mellom husene : udeaktiviteter og udemiljøer. 6. utg. Arkitektens Forlag, København.

Rafoss, K. og Tangen, J. O. (2009). Kampen om idrettsanleggene - planlegging, politikk og bruk. Fagbokforlaget, Bergen.

Ringdal, N. J. (1989). Moss bys historie 1700 - 1880, Moss, Moss kommune.

Whyte, W. H. (1980). The social life of small urban spaces. Edwards Brothers, Michigan.

## TIDSSKRIFT

Reinfjord, Espen Evensen. (2013). Bevegelse og aktivitet i en urban framtid. Arkitektur N 2013: 64-69. Tilgjengelig fra [https://www.google.no/url?sa=t&rcct=j&q=&esrc=s&source=web&ccd=1&ved=0CB4QFjAA&url=https%3A%2F%2Fwww.arkitektur.no%2Faktivitet-der-folk-bor%3Fiid%3D396175%26pid%3DNAL-Article-Files.Native-InnerFile-File%26attach%3D1&ei=MItIVZjfFoPSyAO\\_\\_oHoCA&usg=AFQjCNEjaZqO2SVaogPpx-NCGc0C\\_CgaWA&bvm=bv.92291466,d.bGQ](https://www.google.no/url?sa=t&rcct=j&q=&esrc=s&source=web&ccd=1&ved=0CB4QFjAA&url=https%3A%2F%2Fwww.arkitektur.no%2Faktivitet-der-folk-bor%3Fiid%3D396175%26pid%3DNAL-Article-Files.Native-InnerFile-File%26attach%3D1&ei=MItIVZjfFoPSyAO__oHoCA&usg=AFQjCNEjaZqO2SVaogPpx-NCGc0C_CgaWA&bvm=bv.92291466,d.bGQ) (hentet 10.01.2015).

## PUBLIKASJONER

Barne- og familiedepartementer. (2003). FN's konvensjon om barnets rettigheter. Tilgjengelig fra [https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdfv/178931-fns\\_barnekonvensjon.pdf](https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/bfd/bro/2004/0004/ddd/pdfv/178931-fns_barnekonvensjon.pdf) (hentet 15.02.2015)

Breivik, G. og Rafoss, K. (2012). Fysisk aktivitet; omfang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon. Tilgjengelig fra <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-omfang-tilrettelegging-og-sosial-ulikhet-en-oppdatering-og-revisjon> (hentet 15.01.2015)

Folkehelseinstituttet. (2014). Folkehelseprofilen for Moss kommune. Tilgjengelig fra <http://khp.fhi.no/PDFVindu.aspx?Nr=0104&sp=1&PDFaar=2015> (hentet 23.01.2015).

Haskell, W.L., Lee, I.M., Pate, R.R., Powell, K.E., Blair, S.N., Franklin, B.A., Macera, C.A., Heath, G.W., Thompson, P.D. & Bauman, A. (2007) Physical activity and public health: Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association, Medicine & Science in Sports & Exercise. Tilgjengelig fra <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17762377> (hentet 13.03.2015).

Helsedirektoratet. (2014). Kunnskapsgrunnlag fysisk aktivitet, Innspill til departementets videre arbeid for økt fysisk aktivitet og redusert inaktivitet i befolkningen. Tilgjengelig fra <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/kunnskapsgrunnlag-fysisk-aktivitet-innspill-til-departementets-videre-arbeid-for-okt-fysisk-aktivitet-og-reduisert-inaktivitet-i-befolkningen-> (hentet 18.02.2015).

Helsedirektoratet. (2014). Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger i 2014. Tilgjengelig fra <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitetsniva-blant-voksne-og-eldre-i-norge-oppdaterte-analyser-basert-pa-nye-nasjonale-anbefalinger-i-2014> (hentet 08.02.2015).

Helsedirektoratet. (2012). Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet. Tilgjengelig fra <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/anbefalinger-om-kosthold-ernering-og-fysisk-aktivitet> (hentet 08.02.2015).

Helsedirektoratet. (2009). Fysisk aktivitet blant voksne og eldre i Norge - Resultater fra en kartlegging i 2008 og 2009. Tilgjengelig fra <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-voksne-og-eldre-resultater-fra-en-kartlegging-i-2008-og-2009> (hentet 08.02.2015).

Helsedirektoratet. (2008). Fysisk aktivitet blant barn og ungdom - Kortversjon. Tilgjengelig fra <https://helsedirektoratet.no/publikasjoner/fysisk-aktivitet-blant-barn-og-ungdom-resultater-fra-en-kartlegging-av-9-og-15-aringer-i-20052006> (hentet 08.02.2015).

Kulturdepartementet. (2014). Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet Tilgjengelig fra <https://www.regjeringen.no/nb/dokumenter/Bestemmelser-om-tilskudd-til-anlegg-for-idrett-og-fysisk-aktivitet-V-0732-B/id765870/> (hentet 10.01.2015).

Kulturdepartementet. (2014). Kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet - Revidert utgave 2014. Tilgjengelig fra <https://www.regjeringen.no/nb/dokumenter/Veileder---Kommunal-planlegging-for-idrett-og-fysisk-aktivitet-V-0798/id764295/> (hentet 23.01.2015).

Kulturdepartementet. (2014). Spillemidler til idrettsanlegg -En gjennomgang av spillemiddelsøknadene og anleggssituasjonen. Tilgjengelig fra [https://www.regjeringen.no/globalassets/departementene/kud/idrettsdokumenter/v-0972-statistikksamling\\_spillemidler\\_til\\_idrettsanlegg\\_2014.pdf](https://www.regjeringen.no/globalassets/departementene/kud/idrettsdokumenter/v-0972-statistikksamling_spillemidler_til_idrettsanlegg_2014.pdf) (hentet 10.04.2015).

Kulturdepartementet. (2012-13). St. meld. nr. 34 Folkehelsemeldingen, God helse – felles ansvar. Tilgjengelig fra <https://www.regjeringen.no/nb/dokumenter/meld-st-34-20122013/id723818/> (hentet 23.01.2015).

Kulturdepartementet. (2011-12). St. meld. nr. 26 Den norske idrettsmodellen. Tilgjengelig fra <https://www.regjeringen.no/nb/dokumenter/meld-st-26-20112012/id684356/> (hentet 23.01.2015).

Larsen, K. (2003). Den tredje bølge - på vej mod en bevægelseskultur. Tilgjengelig fra <http://www.loa-fonden.dk/media/9057/den%20tredje%20bølge.pdf> (hentet 20.02.2015).

Nielsen, G. og Thorkenholdt K. (2011). Byens Bevægelsesrum -Et studie af byrums evner til at fremme fysisk aktivitet og møde mellom mennesker. Tilgjengelig fra [http://mbl.dk/sites/mbl.dk/files/publikationer/byens\\_bevaegelsesrum\\_web\\_enkeltside.pdf](http://mbl.dk/sites/mbl.dk/files/publikationer/byens_bevaegelsesrum_web_enkeltside.pdf) (hentet 23.01.2015).

Moss kommune. (2011). Kommuneplan 2011 - 2022. Tilgjengelig fra <http://www.Moss.kommune.no/Handlers/fh.ashx?MIId1=3607&FillId=9113> (hentet 23.01.2015).

Moss kommune. (2011). Idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv for alle - Moss kommuneplan plan for idrett og fysisk aktivitet 2011 – 2022. Tilgjengelig fra <http://www.moss.kommune.no/Handlers/fh.ashx?MIId1=5338&FillId=9391>



Moss kommune. (2012). Kommunal planstrategi 2012-2015. Tilgjengelig fra <http://www.Moss.kommune.no/Handlers/fh.ashx?MIId1=5091&FilId=10123> (hentet 23.01.2015).

Seippel Ø., Sletten, Aaboen M. og Strandbu Å. (2011). Ungdom og trening - Endring over tid og sosiale skillelinjer. Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring. Tilgjengelig fra [http://www.nova.no/asset/4536/1/4536\\_1.pdf](http://www.nova.no/asset/4536/1/4536_1.pdf) (hentet 23.01.2015).

### MASTEROPPGAVER

Loraas, H. H. (2014). By-og gaterom som utviklings strategi for et attraktivt og levende bysentrum i Mosjøen. Masteroppgave, Ås. Norges Miljø- og Biovitenskaplige Universitet.

Sandberg, P. D. (2013). Peterson, Moss - Urbanisering av sjøfronten etter nedlagt industri: Invitasjon til byliv. Masteroppgave, Ås. Norges Miljø- og Biovitenskaplige Universitet.

### REFERANSEPROSJEKT

Bilde 1: Playground at Zorlu Centre by Carve/ Turkey/Istanbul, [http://www.landezine.com/index.php/2014/08/playground-at-zorlu-centre-by-carve/zorlu-center\\_image-courtesy-ijreka-19/](http://www.landezine.com/index.php/2014/08/playground-at-zorlu-centre-by-carve/zorlu-center_image-courtesy-ijreka-19/) (27.03.15)

Bilde 2: Clos Layat Park by BASE Landscape Architecture/France/Lyon, <http://www.landezine.com/index.php/2014/10/clos-layat-park-by-base-landscape-architecture/> (27.03.15)

Bilde 3: Normand Park by Kinnear Landscape Architects/UK/London, <http://www.landezine.com/index.php/2012/11/normand-park-by-kinnear-landscape-architects/05-normand-park-by-kinnear-landscape-> (27.03.15)

Bilde 4: Playgrounds and Schoolyards by NIPPaysage/Canada/Quebec, <http://www.landezine.com/index.php/2011/02/playgrounds-and-schoolyards-by-nippaysage/> (27.03.15)

Bilde 5: Lemvig Skatepark by EFFEKT /Denmark/Lemvig, <http://www.landezine.com/index.php/2014/01/lemvig-skatepark-by-efekt/> (27.03.15)

Bilde 6: Charlotte Ammundsens Plads by 1:1 Landskab/Denmark/Copenhagen, <http://www.landezine.com/index.php/2011/05/charlotte-ammundsens-plads-by-1-1-landskab/01-1til1-landskab/> (27.03.15)

Bilde 7: A'Beckett Urban Square by Peter Elliott Architecture + Urban Design/Melbourne/Australia, <http://www.landezine.com/index.php/2015/01/abeckett-urban-square/> (27.03.15)

Bilde 8: Hund Sund Grendesenter by Bjørbekk & Lindheim Landskapsarkitekter/Norway/Oslo, <http://www.landezine.com/index.php/2010/04/hund-sund-grendesenter/> (27.03.15)

Bilde 9: Måløv Axis by Adept Architects and LiWplanning/Denmark/Copenhagen, <http://www.landezine.com/index.php/2011/06/fluent-landscapes-malov-axis-by-adept-architects/> (27.03.15)

### INTERVJUER/SAMTALER

Mail, Vigdis Steinarsdottir Rishaug, (landskapsarkitektstudent hos Asplan Viak), Tema: Jenter og uorganisert aktivitet, 08.09.2014

Mail, Espen Evensen Rein fjord, (Landskapsarkitekt og gruppeleder hos Asplan Viak i Arendal), Tema: Caseområde og vinkling, Dato: 05.09.2014, 23.12.2014, 14.01.2015

Møte, Anders Hus Folkedal, (Landskapsarkitekt og gruppeleder hos Asplan Viak i Sandvika), Tema: Moss og oppsummering, 27.11.2014, 28.04.2015

Mail, Jenny B. Ommundsen (Landskapsarkitekt i Snøhetta og lærer for konstruksjonsdesign), Tema: Veiledning, 15.01.2015, Veiledning, Deni Ruggeri (kommunal rådgiver og saksbehandler på kulturområdet i Moss), gjennom høsten.

Veiledning, Jan Bernigeroth (kommunal rådgiver og saksbehandler på kulturområdet i Moss), 3 ganger.

Intervju, Annette Thorgersen, (kommunal rådgiver og saksbehandler på kulturområdet i Moss)Dato: 12.02.2015

Intervju, Sara Hagerup (kommunal planlegger ved Plan- og byggesaksseksjonen),Dato: 12.02.2015

Intervju, Arild Johnsen, (tidligere parksjef, nå leder i Moss historielag),Dato: 12.02.2015

Intervju, Stein Cato Røsnæs, (Fylkesrådgiver og saksbehandler på Spillemidler i østfold ),Dato: 25.02.2015



# FIGURER

Figur 1. Egenprodusert illustrasjon av Deni

Figur 2. Egenprodusert illustrasjon av Jan

Figur 3. Egenprodusert illustrasjon av Anders

Figur 4. Egenprodusert illustrasjon av Espen

Figur 5. Scan av egen hånd

Figur 6. Collage av egne bilder fra NYC

Figur 7. Egenprodusert illustrasjon A til abstrakt

Figur 8. Egenprodusert illustrasjon B til abstrakt

Figur 9. Egenprodusert illustrasjon til innholdsfortegnelse

Figur 10. Egenprodusert figur til metode

Figur 11. Egenprodusert logo til møllebyen

Figur 12. Ortofoto over langt over Moss, Skjermdump, Foto:

Norkart AS, 1881 kart, <http://www.1881.no/Kart/Moss>

(01.03.15)

Figur 13. Ortofoto over Moss, Skjermdump, Foto: Norkart AS,

1881 kart, <http://www.1881.no/Kart/Moss> (01.03.15)

Figur 14. Eget bilde fra High Line i NYC, våren 2014

Figur 15. Forside på artikkel, Bilde hentet fra PDF, Foto: Jens

Fremming Anderssen, ArkitekturN 2013-04, s. 64 (01.02.15)

Figur 16. Opp en vegg, Bilde hentet fra PDF, Foto: Jens Frem-

ming Anderssen, ArkitekturN 2013-04, s. 69 (01.02.15)

Figur 17. I lufta, Bilde hentet fra PDF, Foto: Jens Fremming An-

derssen, ArkitekturN 2013-04, 2013, s. 67 (01.02.15)

Figur 18. Aktivitet og balanse, The PEACH™ program, Tilgjen-

gelig fra <http://www.peachprogram.com/sessions/session-9-active-bodies-healthy-minds/> (03.03.15)

Figur 19. Eget bilde fra Brooklyn i NYC, våren 2014

Figur 20. Faktorer for fysisk aktivitet, World Health Organization,

Tilgjengelig fra [http://www.oxha.org/cih\\_manual/index.php/physical-activity-intervention-evidence-evidence](http://www.oxha.org/cih_manual/index.php/physical-activity-intervention-evidence-evidence) (03.03.15)

Figur 21. Interesse for fys. aktivitet, Lokale- & anlægsfondens

skriftrække, Hvem dyrker de forskjellige aktiviteter, Den tredje

bølge, s. 55 (03.03.15)

Figur 22. Fys. aktivitet min. 1 x per måned, Fysisk aktivitet; om-

fang, tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon,

s. 32 (20.01.2015)

Figur 23. Eget bilde fra Manhattan i NYC, våren 2014

Figur 24. Tilgang på aktivitetstilbud, Aktivt liv i bebyggda mil-

jöer, Manual för kommunal planering, Statens folkehelseinstitutt,

2010, s. 29 (20.01.2015)

Figur 25. Fysisk aktivitet i by vs. bygd, Fysisk aktivitet; omfang,

tilrettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon, Brei-

vik og Rafoss, 2012, s. 21) (20.01.2015)

Figur 26. Sivil status og aktivitetsnivå, Fysisk aktivitet; omfang, til-

rettelegging og sosial ulikhet – en oppdatering og revisjon, Brei-

vik og Rafoss, 2012, s. 26. (20.01.2015)

Figur 27. Organisering av idrettsnorge, hentet fra boken; Rafoss,

Kolbjørn og Tangen, Jan, Ove. "Kampen om idrettsanleggene -

planlegging, politikk og bruk", 2009, s. 23 (20.02.2015)

Figur 28. Totale anlegg, tall hentet fra rådataregisteret (sist opp-

datert 2014/mars)

Figur 29. Spillemidler tildelt, tall hentet fra rådataregisteret (sist

oppdattert 2014/mars)

Figur 30. Antall aktivitetsanlegg, tall hentet fra rådataregisteret

(sist oppdatert 2014/mars)

Figur 31. Antall personer per anlegg, tall hentet fra rådataregiste-

ret (sist oppdatert 2014/mars)

Figur 32. Egenprodusert illustrasjon til politikk og lover

Figur 33. Forside på veileder, Bilde hentet fra PDF, Kulturdepar-

tementet (2014) Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og

fysisk aktivitet - 2014. Oslo: Idrettsavdeling. (01.03.15)

Figur 34. Eget bilde fra Manhattan i NYC, våren 2014

Figur 35. Artikkel 1, Skjermdump, Foto: Ingeborg Øien Thor-

sland, Tilgjengelig fra [http://www.moss-avis.no/Foresl\\_r\\_en\\_ny\\_byakse\\_langs\\_Mosseelva\\_-5-67-40130.html](http://www.moss-avis.no/Foresl_r_en_ny_byakse_langs_Mosseelva_-5-67-40130.html) (01.04.15)

Figur 36. Artikkel 2, Skjermdump, Foto: Geir Olsen, Tilgjengelig

fra <http://www.vg.no/nyheter/innenriks/idrettsveteraner-om-pri-sen-paa-barneidretten-helt-spinnvilt/a/23377503/> (01.04.15)

Figur 37. Artikkel 3, Skjermdump, Foto: Tor Erik Schröder, Til-

gjengelig fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/iriks/--Vi-ma-bli-litt-flaue-over-egget-selvbilde-7778550.html> (01.04.15)

Figur 38. Artikkel 4, Skjermdump, Foto: Geir Hansen, Tilgjen-

gelig fra [http://www.moss-avis.no/Snart\\_aner\\_vi\\_profilen\\_av\\_Moss-5-67-47753.html](http://www.moss-avis.no/Snart_aner_vi_profilen_av_Moss-5-67-47753.html) (01.04.15)

Figur 39. Artikkel 5, Skjermdump, Foto: Terje Bringedal, Tilgjen-

gelig fra <http://www.vg.no/nyheter/innenriks/oppvekst/klasse-skillet-oeker-i-barneidretten/a/23370896/> (01.04.15)

Figur 40. Artikkel 6, Skjermdump, Foto: Stein J. Bjørge, Tilgjenge-

lig fra <http://www.aftenposten.no/helse/Det-er-farligere-a-vare-lat-enn-fet-7860732.html> (01.04.15)

Figur 41. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 1

Figur 42. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 2

Figur 43. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 3

Figur 44. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 4

Figur 45. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 5

Figur 46. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 6

Figur 47. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 7

Figur 48. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 8

Figur 49. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 9

Figur 50. Resultat fra spørreundersøkelse presentert i egenprodu-

sert graf 10

Figur 51. Egenprodusert illustrasjon til oppsummering av spørre-

undersøkelse

Figur 52. Egenprodusert illustrasjon til oppsummering av inter-

vjuer

Figur 53. Skjermdump fra egenprodusert nettside (01.03.15)

Figur 54. Egenprodusert illustrasjon til idégris på ByLab

Figur 55. Ortofoto over Moss, Skjermdump, Foto: Norkart AS,

1881 kart, Tilgjengelig fra <http://www.1881.no/Kart/Moss>

(01.03.15)

Figur 56. Egenprodusert oversiktskart

Figur 57. Flyfoto over Møllebyen, Skjermdump fra PDF, Foto:

Asplan Viak, Prosjektdag Verket, s. 3 (01.03.15)

Figur 58. Egenprodusert SWOT diagram, ut ifra eksisterende

analyse presentert i Moss kommunes kommuneplan på for

2011-2022, SWAT-analyse, Kommuneplan Moss 2011-2022, s. 10

(Vedtatt av bystyret 20. juni 2011) (01.03.15)

Figur 59. Nøkkeltall fra SSB -KOSTRA, Tilgjengelig fra <https://www.ssb.no/statistikkbanken/> (01.04.15)

Figur 60. Historisk tidslinje, VERKET Status per 18 desember

2013, Asplan Viak, s. 7 (01.04.15)

Figur 61. Eget bilde fra Manhattan i NYC, våren 2014

Figur 62. Folkehelseprofilen for Moss, <http://khs.fhi.no/>, s. 4

(28.01.2015)

Figur 63. Flyfoto over Møllebyen, Skjermdump fra PDF, Foto:

Asplan Viak, Prosjektdag Verket, s. 3 (01.03.15)

Figur 64. Egenprodusert analysediagram for klima

Figur 65. Egenprodusert analysediagram for gang og sykkel

Figur 66. Egenprodusert analysediagram for trafikk

Figur 67. Egenprodusert analysediagram for vern

Figur 68. Egenprodusert analysediagram for kultur

Figur 69. Egenprodusert analysediagram for grøntområder

Figur 70. Egenprodusert analysediagram for offentlig inst.

Figur 71. Egenprodusert analysediagram for handel

Figur 72. Egenprodusert illustrasjon til Møllebyen

Figur 73. Ortofoto over Møllebyen, Skjermdump, Foto: Norkart

AS, 1881 kart, Tilgjengelig fra <http://www.1881.no/Kart/Moss>

(01.03.15)

Figur 74. Figur med bilder henter fra Google street view tatt juni

2012, Tilgjengelig fra <https://www.google.no/maps/place/Moss/>

(01.04.15)

Figur 75. Diagram med egne bilder fra Møllebyen, våren 2015

Figur 76. Egenprodusert oversiktskart

Figur 77. Egenprodusert illustrasjon

Figur 78. Diagram med bilder fra egen SketchUp modell over

Moss

Figur 79. Kommunedelplan, Tilgjengelig fra Tilgjengelig fra

<http://webhotel2.gisline.no/GisLinePlanarkiv/0104/K001/Dokumenter/K001Sentrumsplanen.pdf>, (01.04.15)

Figur 80. Skjermdump fra tilhørende utfyllende bestemmelser i A

områder, <http://webhotel2.gisline.no/GisLinePlanarkiv/0104/K001/Dokumenter/K001Sentrumsplanen.pdf>, (01.04.15)

Figur 81. Skjermdump fra tilhørende utfyllende bestemmelser i B

områder, <http://webhotel2.gisline.no/GisLinePlanarkiv/0104/K001/Dokumenter/K001Sentrumsplanen.pdf>, (01.04.15)

Figur 82. Skjermdump fra tilhørende utfyllende bestemmelser i H

områder, <http://webhotel2.gisline.no/GisLinePlanarkiv/0104/K001/Dokumenter/K001Sentrumsplanen.pdf>, (01.04.15)

Figur 83. Snittoppriss fra egen SketchUp modell over Moss, A

Figur 84. Snittoppriss fra egen SketchUp modell over Moss, B

Figur 85. Snittoppriss fra egen SketchUp modell over Moss, C

Figur 86. Ortofoto over Møllebyen, Skjermdump, Foto: Norkart

AS, 1881 kart, Tilgjengelig fra <http://www.1881.no/Kart/Moss>

(01.03.15)

Figur 87. Egenprodusert oversiktskart

Figur 88. Egenprodusert illustrasjon

Figur 89. 3D-modell fra SketchUp modell over Moss, Møllergata

Figur 90. 3D-modell fra SketchUp modell over Moss, Bryggeri-

parken

Figur 91. 3D-modell fra SketchUp modell over Moss, Bakgården

Figur 92. Egenprodusert illustrasjon, Møllergata

Figur 93. Egenprodusert illustrasjon, Bryggeriparken

Figur 94. Egenprodusert illustrasjon, Bakgården

Figur 95. Diagram med referanseprosjekter (Se referanser for

kilde på hvert enkelt bilde, Tilgjengelig fra <http://www.landezine.com/>, se referanseprosjektlisten for vært enkelt bilde (27.03.15)

Figur 96. Egenprodusert illustrasjon til konsept.

Figur 97. Diagram "Project for public spaces", Tilgjengelig fra

<http://www.pps.org/reference/grplacefeat/> (27.03.15)

Figur 98. Eget bilde fra Møllebyen, våren 2015

Figur 99. 3D-modell fra SketchUp modell over Moss, Møllergata

Figur 100. Egenprodusert illustrasjon

Figur 101. 3D-modell fra SketchUp modell

Figur 102. 3D-modell fra SketchUp modell

Figur 103. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek

Figur 104. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek

Figur 105. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek



## TABELLISTE

- Figur 106. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 107. Egenproduserte diagramskisser fra egen SketchUp modell
- Figur 108. Egenproduserte diagramskisser fra egen SketchUp modell
- Figur 109. Egenprodusert illustrasjonsplan, oppå et ortofoto fra 1881.no
- Figur 110. Egenprodusert elementplan
- Figur 111. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, dag-natt, Bjelken
- Figur 112. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 1, Bjelken
- Figur 113. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 2, Bjelken
- Figur 114. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 3, Bjelken
- Figur 115. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 4, Bjelken
- Figur 116. Eget bilde fra Møllebyen, våren 2015
- Figur 117. 3D-modell fra SketchUp modell over Moss, Bryggeriparken
- Figur 118. Egenprodusert illustrasjon
- Figur 119. 3D-modell fra SketchUp modell
- Figur 120. 3D-modell fra SketchUp modell
- Figur 121. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 122. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 123. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 124. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 125. Egenproduserte diagramskisser fra egen SketchUp modell
- Figur 126. Egenproduserte diagramskisser fra egen SketchUp modell
- Figur 127. Egenprodusert illustrasjonsplan, oppå et ortofoto fra 1881.no
- Figur 128. Egenprodusert elementplan
- Figur 129. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, dag-natt, Bryggeriparken
- Figur 130. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 1, Bryggeriparken
- Figur 131. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 2, Bryggeriparken
- Figur 132. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 3, Bryggeriparken
- Figur 133. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 4, Bryggeriparken
- Figur 134. Eget bilde fra Møllebyen, våren 2015
- Figur 135. 3D-modell fra SketchUp modell over Moss, Bakgårdskrattet
- Figur 136. Egenprodusert illustrasjon
- Figur 137. 3D-modell fra SketchUp modell
- Figur 138. 3D-modell fra SketchUp modell
- Figur 139. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 140. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 141. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 142. Vektorfigur fra eget vektor bibliotek
- Figur 143. Egenproduserte diagramskisser fra egen SketchUp modell
- Figur 144. Egenproduserte diagramskisser fra egen SketchUp modell
- Figur 145. Egenprodusert illustrasjonsplan, oppå et ortofoto fra 1881.no
- Figur 146. Egenprodusert elementplan
- Figur 147. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, dag-natt, Bakgårdskrattet
- Figur 148. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 1, Bakgårdskrattet
- Figur 149. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 2, Bakgårdskrattet
- Figur 150. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 3, Bakgårdskrattet
- Figur 151. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, 4, Bakgårdskrattet
- Figur 152. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, oversikt dag
- Figur 153. Egenprodusert rendering fra egen SketchUp modell, oversikt natt
- Figur 154. Egenprodusert illustrasjon, dråpen
- Figur 155. Egenprodusert illustrasjon, ringvirkninger
- Figur 156. Eget bilde fra Brooklyn, i NYC, våren 2014
- Figur 157. Egenprodusert illustrasjon
- Figur 158. Situasjonsplan, bakgrunns kart hentet fra Norkarts karttjeneste på kommunens hjemmeside
- Figur 159. Egenproduserte snittoppriss fra egen SketchUp modell
- Figur 160. Egenproduserte snittoppriss<sup>2</sup> fra egen SketchUp modell
- Figur 161. Egenprodusert illustrasjon, 1
- Figur 162. Egenprodusert illustrasjon, 2
- Figur 163. Sjekkliste for kommunal idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning, hentet fra <https://www.regjeringen.no/globalassets/departementene/kud/idrettsdokumenter/sjekkliste-kommunal-idrettsfunksjonell-forhandsgodkjenning-des2014.pdf>
- Figur 164. Eksempel på idrettsfunksjonell forhåndsgodkjenning, hentet hos Moss kommune
- Figur 165. Egenprodusert illustrasjon, konklusjon.
- Figur 166. Egenprodusert illustrasjon, prosess.
- Figur 167. Eget bilde, selvportrett, sommer 2014
- Figur 168. Egenprodusert illustrasjon, bakside

- Tabell 1. Barns aktivitetsnivå i prosent, Fysisk aktivitet blant barn og ungdom -kortversjon, 2008, side 3, (20.01.2015)
- Tabell 2. Barn og overvekt, Fysisk aktivitet blant barn og ungdom -kortversjon, 2008, side 6, (20.01.2015)
- Tabell 3. Voksene som oppfyller anbefalingen, Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger i 2014, side 16 (20.01.2015)
- Tabell 4. Voksene som oppfyller tilleggsanbefalingene, Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger i 2014, side 17 (20.01.2015)
- Tabell 5. Stillesittende tid, Fysisk aktivitetsnivå blant voksne og eldre i Norge Oppdaterte analyser basert på nye nasjonale anbefalinger i 2014, side 18 (20.01.2015)
- Tabell 6. Hovedfordelingen, Spillemidler til idrettsanlegg - En gjennomgang av spillemiddelsøknadene, side 43 (25.04.2015)
- Tabell 7. Hva bygges, Spillemidler til idrettsanlegg - En gjennomgang av spillemiddelsøknadene, side 19 (25.04.2015)
- Tabell 8. Hvor bygges det, Spillemidler til idrettsanlegg - En gjennomgang av spillemiddelsøknadene, side 25 (25.04.2015)





Figur 168.





Norges miljø- og  
biovitenskapelige  
universitet

Postboks 5003  
NO-1432 Ås  
67 23 00 00  
[www.nmbu.no](http://www.nmbu.no)