



FORSLAG TIL REVIDERT TEMAPLAN

FYSISK AKTIVITET OG
NATUROPPLEVELSER

2025-2037

VÆRØY KOMMUNE

Kulturkontoret 2024



INNHOLD

DEL 1. BAKGRUNN FOR PLANEN s.3-37

DEL 2. FORHOLDET TIL ANDRE PLANER s.37-40

RESULTATVURDERING s.41-43

DEL 3. ANLEGG – DAGENS SITUASJON s.44-54

DEL 4. BEHOV FOR ANLEGG / AKTIVITET s.55-64

DEL 5. HANDLINGSPROGRAM UTBYGGING s.65-71

DEL 6. ØKONOMIPLAN DRIFT OG VEDLIKEHOLD s.71-72

DEL 7. VEDLEGG s.73-86

DEL 8. KARTMATERIALE s.87-88



Del 1. HVORFOR EN PLAN FOR FYSISK AKTIVITET OG NATUROPPLEVELSER?

1.1 BAKGRUNN FOR PLANEN

1.2 PLANPROSESSEN

1.3 DEFINISJONER

1.4 SWOT ANALYSE

1.5 FYSISK AKTIVITET OG NATUROPPLEVELSE I VÆRØY - OVERSIKT

1.6 STATLIGE OG FYLKESKOMMUNALE FØRINGER

1.7 FYSISK AKTIVITET OG FOLKEHELSE

1.8 SAMFUNNSØKONOMISKE BEREGNINGER

1.9 KOMMUNAL MÅLSETTING

1.1 BAKGRUNNEN FOR PLANEN

Kommunal plan for fysisk aktivitet og naturopplevelse er et politisk styringsdokument i arbeidet med å utvikle et bredt tilbud for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv i Værøy kommune.

Tilrettelegging og tilgjengelighet til idrettsanlegg, aktivitetsarenaer og aktivitetstilbud for ulike grupper er en vesentlig del av kommunenes helsefremmende og - forebyggende arbeid. Dette skjer gjennom å fremme fysisk aktivitet og folkehelse.

Hvorfor dette har blitt en sak ligger i det som skjedde ved innføring av spillemidler til norsk idrett – og fysisk aktivitet som sådan. Utbyggingen av idrettsanlegg og aktivitetsanlegg vokste frem i 1980-årene, og det kom stadig nye anleggstyper og målgrupper.

Dermed oppsto behov for bedre styring av bruken av spillemidlene, som genereres av overskuddet fra Norsk Tipping ulike pengespill. Ansvarlig offentlig myndighet – her Kulturdepartementet - har derfor stilt krav om vedtatt kommunal plan for anlegg og områder for idrett og friluftsliv, og dermed å legge til rette for å sikre sterkere kommunal styring av anleggsutbyggingen og klarere prioritering fra kommunens side når det gjelder dette området. I tillegg skal utvikling av anlegg sees i et større helhetsperspektiv i den enkelte kommune.

Værøy kommune har nå behov for revidering og samtidig en oppdatering av plan for fysisk aktivitet og naturopplevelse. Siste gang planen ble rullert og vedtatt var høsten 2023 I den samme kommunestyresaken ble det vedtatt at planen skulle revideres i 2024 slik at den ble i samsvar med gjeldende retningslinjer.

Værøy kommune har flere aktive miljø som bruker vår vakre og varierte natur til idrett og fritidsaktiviteter. Etter som årene går kommer det nye generasjoner og grupper som

ønsker å ta i bruk natur og nærområder, og dette bør kommunen legge til rette for. Positiv og lystpreget aktivitet i naturen er viktig for fysisk utvikling, trivsel og folkehelse. I tillegg er det en økende interesse for å ta naturen i bruk til mer avanserte fritidsaktiviteter og ekstremспорт til lands og til vanns. Mange turister kommer til Værøy for naturopplevelser og folk flest i kommunen er flinke til å benytte seg av turmulighetene øya kan gi.

Det er en kjent sak at bygging av anlegg er dyrt, og det er konkurranse tilgjengelige midler. Mange søknader omkring i kommunene gjør at det er behov for styring i bruk av spillemidler. Det er satt som krav fra Kulturdepartementet at søknader om spillemidler kun kan behandles for anlegg som er forankret i en politisk vedtatt og oppdatert langsiktig plan for utvikling av idrettsanlegg i kommunen. Departementet setter maksimumsgrenser for tilskudd og tippemidler til ulike typer anlegg.

Anlegg som det søkes spillemidler til – må være innarbeidet i en kommunal plan. Det er ingen formelle krav til utformingen av planen, slik at kommunen kan velge metode for utarbeidelse som passer til dens struktur. Planen kan være selvstendig eller den kan inngå i et annet av kommunens plandokumenter. Det sentrale er at anlegg og andre tiltak skal være innarbeidet i en strukturert plan for området.



Spillemidlene er Statens viktigste virkemiddel for å få økt aktivitet hos innbyggerne. Deler av overskuddet av tippemidlene; spillemidlene, fordeles omtrent 50/50 til aktivitet og anlegg. Aktivitetsmidlene fordeles til Norges idrettsforbund (NIF) og dets aktiviteter. Anleggsmidler går til kommunene som toppfinansiering til anlegg for idrett og friluftsliv. For den enkelte kommune har disse midlene stor betydning som medfinansiering for idrettsanlegg. Spillemiddelordningen omfatter ikke sikring av friluftsområder eller turparkering. Man kan maksimalt søke om inntil 1/3 av totalkostnad i spillemidler. Større anlegg har egne satser. Det er ikke gitt at alle anleggstyper «skal ha» spillemidler – det skal være anlegg som harmonerer med aktivitetsprofil mm. Anleggseier som har mottatt spillemidler plikter å holde anlegget åpnet for allmenn idrettslig aktivitet i 30 år fra ferdigstilling av anlegget. Kravet gjelder både ved nybygg og rehabilitering. Det er et prinsipp at spillemidlene ikke skal danne grunnlag for fortjenestebaserte eierformer..

Fylkeskommunene er delegert ansvar fra Kulturdepartementet (KUD) til å fordele spillemidler i eget fylke etter søknad. Det er utarbeidet egne tildelingskriterier som fylkeskommunen skal forholde seg til. Kommunene fremmer årlig søknader på vegne av idrettsklubber og egen kommune til fylkeskommunen. Dette er søknader som gjelder nærmiljøanlegg og ordinære anlegg (idretts- og friluftsanlegg, samt rehabilitering av anlegg). Disse søknadene prioriteres og fremmes parallelt som del av kommunens handlingsprogram ved årlig budsjettbehandling. Søknadene oversendes til fylkeskommunen i etterkant. For å komme i betraktning av spillemiddeltilskudd, må anlegget inngå i gjeldende kommunedelplan idrett og friluftsliv.

Kulturdepartementet og fylkeskommunen har satt retningslinjer for revidering av planen. Hovedlinjer og større anlegg skal inn i revidert/ny plan. Ved årlig rullering kan en ta inn nye nærmiljøanlegg og mindre ordinære anlegg med kostnadsramme under 600.000 kr.

Det settes søknadsfrist for spillemidler. Kommunen setter frist seinest 15.nov, og leverer innstilling til fylkeskommunen 15.januar. Søknad om mva-kompensasjon for anlegg kan sendes fra 1.12.

FØRINGER

Plan for fysisk aktivitet og naturopplevelse i Værøy vil legge føringer på flere måter. Nye nærmiljøanlegg kan rulleres inn hvert år i planen. Større anlegg må inn ved revidering av planen, og kan ikke rulleres inn slik som nærmiljøanlegg. Store anlegg som kommunen har i dag må fortsatt inn i planen – som svømmeanlegg, kunstgressbanen og gymsal/flerbrukshall. Eventuelle planer om nye anlegg som ikke er nevnt tidligere må det også skapes rom for.

Turløyper og rasteplasser/serviceanlegg som trenger oppgradering og vedlikehold må også inn i planen samt nødvendig skilting.

Spillemidler er viktig for å realisere anlegg for idrett og aktiviteter på Værøy. Gode anlegg vil kunne engasjere og aktivere både unge og eldre på en positiv måte som også vil fremme folkehelsen generelt, samt trivsel og bolyst på det enkelte sted spesielt. Gode bomiljø er viktig for en attraktiv kommune, og levende lokalsamfunn må ha gode aktivitetstilbud.

FORANKRING

Flere av målene og strategiene i kommuneplanens samfunnsdel handler om tilrettelegging for fysisk aktivitet og friluftsliv, spesiell satsing på barn og unge i forhold til fysisk aktivitet, tilrettelegging for lag og foreninger med tanke på vedlikehold og bygging av idrettslag og anlegg for friluftsliv.

BEHOVET FOR UTREDNINGER

I kommunen vil det til enhver tid pågå ulikt planarbeid som også har relevans for planarbeidet i denne planen – både på et overordnet og detalj-nivå. Et godt eksempel er nylig ferdigstilt prosjekt "Verdisetting av friluftsområder", Gjensidigestiftelsens prosjekt "Skilting av turløyper", Ferdsselsåreplan og Plan for naturmangfold. På ulike nivå har slike planer også relevans for vårt planarbeid.

PLANENS INNHOLD

Revidering av kommunedelplanen vil avdekke om målene etter forrige revidering er nådd og om disse målene og satsingsområdene må jobbes videre med, endres eller utvikles videre.

Sentralt i planen er å få status og avklare hvilke anlegg og aktiviteter som finnes og om disse dekker kommunens behov og hvilken tilstand de er i.

Plankrav fra KUD er absolutt i hensyn til søknader om tilskudd via spillemiddelordningen som er den viktigste kilden til medfinansiering av idretts- og friluftsanlegg.



OM PLANEN

Kommunedelplanen for fysisk aktivitet og naturopplevelser skal bl.a. bidra til:

- Gjennomføre en målrettet utbygging, tilrettelegging og vedlikehold av anlegg og områder som brukes til idrett og friluftsanlegg
- Dokumentere behov for areal for lek, friluftsliv og idrettsaktiviteter samt samordne behovene
- Bedre grunnlaget for finansiering av utbyggingskostnadene inkl. grunnlag for søknader

Kommunedelplan for fysisk aktivitet og naturopplevelser skal inneholde en oppdatert oversikt over hvilke anlegg og områder som er i kommunen samt deres tilstand/status på disse og om det evt. finnes planer om videre utbygging, oppgradering eller rehabilitering.

Planen skal også inneholde et prioritert handlingsprogram for bygging og tilrettelegging av anlegg og områder for idrett og friluftsliv for kommende fireårsperiode – samt et langtidsprogram for de neste 12 år.

1.2 PLANPROSESSEN

Planarbeidet er planlagt i dialog med aktuelle samarbeidspartnere på Værøy. Planen er inspirert av veilederen *"Kommunal planlegging for idrett og fysisk aktivitet"* utarbeidet av Kultur- og kirkedepartementet i , samt aktuell info fra Nordland fylkeskommune.

En temaplan eller fagplan er en plan for et avgrenset tematisk område.

Disse planene er ikke underlagt plan- og bygningslovens krav slik som kommunedelplaner er. Hensikten med disse planene er å avklare veivalg, vise strategier og nødvendige prioriteringer på lang sikt, innenfor et temaområde.

En temaplan kan, i tillegg til en strategisk drøftingsdel, ha en tiltaksdel som er linket direkte til de overordnede strategiene.

I tillegg til prioritert 4-årig handlingsprogram med ordinære og nærmiljøanlegg på samme liste – skal planen også ta med et uprioritert handlingsprogram. Alle anlegg der det forefinnes planer om eller det har kommet innspill om – skal tas med i et uprioritert handlingsprogram som vanligvis har et 12-års perspektiv. Man vil på den måten sikre langsiktighet og forutsigbarhet i planleggingen. Mindre vesentlige endringer/oppdateringer i handlingsplanen og prioriteringslisten tas gjennom årlig rullering. Ved rulleringen kan anlegg flyttes fra uprioritert til prioritert liste.. .

ORGANISERING ARBEID

Samarbeide med kommunalt ansatte og lag/foreninger etter behov.

Kontaktpersoner:

Rita Adolfsen, Folkehelsekoordinator

FYSAK v/Fysioterapeut

Værøy Idrettslag

Erling Skarv Johansen, Kulturkontoret

Saksbehandler spillemidler og sekretær/adm.

Teknisk sjef



MEDVIRKNING I PLANPROSESSEN

Høringsutkast sendes ut i oktober 2024 til aktuelle instanser, inkludert lag og foreninger på Værøy.

Evt. merknader vil tas med videre arbeid før behandling i kommunestyre.

INFORMASJON

For å få ut informasjon til kommunens innbyggere og andre relevante instanser – vil vi i størst mulig grad bruke digitale media som hjemmeside og Facebook. I tillegg oppslag og evt. møter med aktuelle samarbeidspartnere.

FREMDRIFT – REKKEFØLGE



Fremdriftsplan

1. Lage utkast til ny plan
2. Kontakt med relevante instanser – korrigerer planen
3. Forslag temaplan ut til høring, frist min. 6 uker - september
4. Behandling av høringinnspill
5. Endelig forslag til plan sendes kommunestyre nov/des 2024
6. Vedtatt plan sendes fylkeskommunen og legges på kommunens hjemmeside

1.2.5 INNSPILL TIL PLANEN

Innspill fra Eldrerådet:

Ideer for å øke den fysiske aktiviteten blant eldre på Værøy:

1. Avtalte gå / trimturar i alt eksisterende løyper – med planlagt kvilestad
2. Alternativ rute turstien – dele i 2(sti til vannhuset frå stien)
3. Bedre tilrettelegging for rullestol/bevegelseshemmede
4. Gapahuker ved de mest populære utfartsstedene

Innspill fra folkehelsekoordinator

- Strø med sand/boks med sand og spade ved mye brukte områder om vinteren
- Sikring og lys vil gi mulighet for personer med barnevogn og allmennferdsel.
 - Opplevelse av trygg ferdsel.
 - Fordeler
 - Sørlandshagen: Turområde med parkeringsmulighet
 - Mye brukt turområde, hundeeiere, småbarnsfamilier, eldre.
 - Utfordringer
 - Industri/sandtak og turområde Hagsletta bruker samme vei og parkering. Interessekonflikt?
 - Tilbakemelding fra enkelte turgåere, at området oppleves som usikkert og at stein har ramlet ned på tilførselsveien. Det brennes avfall langsmed tilførselsveien.
 - Tungtrafikk og arbeidsmaskiner bruker samme tilførselsvei som myke trafikanter
- Behov for å sikre rasutsatt område av Bjørka
 - Uttak av grus/masse har medført at deler av området ved stien er tatt bort. Kort avstand fra sti til stup. Vurdere behov for å legge om stien/sikre ras. Merke med skilt og maling ny sti.
- Strandsonen. Per i dag er det ingen strender på Værøy som er tilrettelagt for bevegelses- og synshemmede. Det er behov for befaring andre steder for å se på alternative løsninger
 - Fortsette påbegynt arbeid med universell utforming av «Breivikstranda»
 - Vurdere hva som skal til for at stranden i Nordlandshagen kan tilrettelegges for denne gruppen.
 - Fordel. Toalett, omkleddingsrom og gode parkeringsmuligheter.
- Vannaktiviteter. Arbeide for å tilrettelegge for og motivere frivillige, lag og foreninger til å starte opp med dette. Behov for opplæring i sjøvett.
 - Svømmekurs i våtdrakt på stranda
 - Kano/robåt/windsurfing/kiting/kajakk/vannski/dykking/snorkling osv.
- Samlingssteder
 - Lekeplasser.
 - Park – ved Brannstasjonen.

- Benker, aktivitetsapparater, Søppelkasser, beplantning, grillsted? –
 - Teknisk avd Værøy
- Ungdom
 - Lite aktivitet tilpasset ungdom, spesielt jenter. Få områder tilpasset aktiviteter for ungdom.
 - Behov for å sette av areal i arealplan for ungdomsaktivitet?
- Hund – lufteområde
- Merking sti/løype med kart avstand og høydemeter-
 - FYSAK – turer
 - Tell-tur
- Treningsstudio
 - Utstyr tilpasset eldre og funksjonshemmede
 - Instruktør

Innspill fra tidligere høring:

Innarbeidet i planen

Innspill fra fysioterapeut/Fysak

- Ønske om rydding av plantefeltet, ta tilbake det hyggelige samlingsstedet for turgåere
- Økt fritidstilbud for alle aldre når lokalene tilknyttet flerbrukshallen kan taes i bruk
- Ferdigstille grillhytta ved turstien, slik at man kan benytte den til grilling
- Utarbeide området rundt skatepark, med utendørs treningsapparater
- Svømmeopplæring/svømmeklubb?
- Rassikring av stien opp Bjørka
- Fornye treningsutstyr på nytt treningscenter



1.3 DEFINISJONER

Idrett

Med idrett forstås aktivitet i form av konkurranse eller trening i den organiserte idretten.

FRILUFTSLIV

Friluftsliv er opphold og fysisk aktivitet i friluft i fritiden, med sikte på miljøforandringer og naturopplevelse. Kulturdepartementet har valgt å la friluftsliv inngå i begrepet fysisk aktivitet.

FYSISK AKTIVITET

Fysisk aktivitet er egenorganisert trenings- og mosjonsaktivitet, herunder friluftsliv og lek. I denne planen benyttes fysisk aktivitet i flere tilfeller som en felles betegnelse for både idrett og friluftsliv.

FOLKEHELSEARBEID

Samfunnets samlede innsats for å styrke faktorer som virker positivt og svekke faktorer som medfører helseisiko, og arbeid for en jevnere sosial fordeling av faktorer som påvirker helse. Værøy har en svært aktiv folkehelsekoordinator.

Frilufts – og friområder

Begrepet "frilufts- og friområder" blir ofte brukt som fellesbetegnelse for **grønne områder** som er tilgjengelig for **almennhetens frie ferdsel**.



Friluftsområder er store, oftest uregulerte områder som omfattes av allemannsretten. Det er ikke krav om parkmessig opparbeidelse, kun tilrettelegging for bruk. Områdene benyttes til **turliv, jakt, fiske, fysisk aktivitet og trening**.

I kommuneplanens arealdel er friluftsområdene oftest avsatt under landbruks-, natur- og friluftsområder (LNF-område). I reguleringsplan-sammenheng kan friluftsområder avsettes til spesialområder for friluftsliv.

Friområder er avgrensede områder med spesiell **tilrettelegging og opparbeidning** for allmennhetens uhindrede rekreasjon og opphold. Områdene er vanligvis ervervet,

opparbeidet og vedlikeholdt av kommunen, og kan være parkanlegg, **turveier, lysløyper, lekeplasser, nærmiljøanlegg og badeplasser.**

Inngrepsfrie naturområder i nærmiljøanlegget, for eksempel koller, sletter og bakker kan også defineres som friområder. I kommuneplanens arealdel er friområder ofte vist som byggeområde på kartet, da de betraktes som en del av dette formålet. I reguleringsplansammenheng er friområde en egen kategori.

IDRETTSANLEGG

Kulturdepartementet opererer med følgende klassifisering av idrettsanlegg:

- Nærmiljøanlegg
- Ordinære anlegg
- Nasjonalanlegg (ikke relevant/vil ikke bli omtalt i denne planen)

NÆRMILJØANLEGG

Med nærmiljøanlegg menes anlegg eller område for **egenorganisert** fysisk aktivitet, hovedsakelig beliggende i tilknytning til bo/eller oppholdsområder. Med nærmiljøanlegg menes **kun utendørsanlegg**. Anleggene eller områdene skal være **fritt allment tilgjengelige** for egenorganisert fysisk aktivitet, primært for barn og ungdom, men også for lokalbefolkningen forøvrig. Nærmiljøanlegg kan lokaliseres i tilknytning til et skoleanlegg eller idrettsanlegg. Ved samlokalisering med idrettsanlegg skal anlegget være for egenorganisert fysisk aktivitet.

Dette er et enkelt anlegg for fysisk aktivitet som ligger i eller i direkte tilknytning til et boligområde, og som en integrert del av dette. Balløkker, sykkelbaner og turstier er eksempler på nærmiljøanlegg. Nærmiljøanlegg skal ikke utformes for å dekke behovet for anlegg til organisert idrettslig aktivitet eller ordinær konkurranseidrett.

ORDINÆRE IDRETTSANLEGG

Kategorien ordinære anlegg omfatter alle anlegg til idretts- og friluftsmål. Tidligere ble denne type anlegg kategorisert som henholdsvis kommunale og fylkeskommunale anlegg. Kulturdepartementets oppfatning er at denne inndelingen ikke lenger er formålstjenlig.

Ordinære anlegg er de tilskuddsberettigede anlegg som fremgår av Kulturdepartementets Publikasjon V-0732 *Bestemmelser om tilskudd til anlegg for idrett og fysisk aktivitet*. De ordinære tilskuddsberettigede anleggstypene er i hovedsak nært tilknyttet konkurranse – og treningsvirksomhet for **den organiserte idretten**. De tekniske krav til mål og utforming av anleggene tar utgangspunkt i konkurransereglene til det enkelte særforbund.

1.4 ANALYSE:STYRKE/SVAKHETER/MULIGHET/TRUSSEL

På basis av tidligere innspill fra næringslivsledere, samt befolkningsframskriving (se del 7) og megatrender kan vi lage denne analyse:

Styrker (i dag)	Svakheter (i dag)
<ul style="list-style-type: none"> ○ Lønnsom og attraktiv fiskerinæring ○ Ekte fiskerisamfunn ○ Mange gründere ○ Sterk tilhørighet/patriotisme for øya ○ Høy realkompetanse innen fiskeri ○ Aktivt næringsfond ○ Flott natur ○ Rikt kulturliv ○ Nye ferjer med god kapasitet ○ Milde vintre/Godt klima ○ Stabil og god vannforsyning 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Lavt utdanningsnivå – få arbeidsplasser som krever høyskoleutdanning ○ Fiskeriavhengig lokalsamfunn ○ Kjønnsmessig delt arbeidsliv ○ Begrensende transportløsninger ○ Vesentlig nedgang folketall de senere år
Muligheter (som Værøy kan utnytte)	Trusler (i fremtiden)
<ul style="list-style-type: none"> ○ Bedre havneforhold ○ Reiselivssatsing ○ Hindre gjengroing av naturlandskap ○ Starte opp med sauedrift ○ Arbeidsplasser tilknyttet ny teknologi 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Endringer i nasjonal politikk (fiskeri) ○ Transporttilbudet forblir like begrensende som i dag eller verre ○ Kvinneandelen i befolkningen reduseres ○ Boliger blir stående tomme pga mange arvinger og uklart eierskap ○ Vanskelig å få tak i fagfolk

1.5 FYSISK AKTIVITET OG NATUROPPLEVELSE PÅ VÆRØY

Det finnes mange aktivitetstilbud for små og store i kommunen. I tillegg har Værøy kommune en fantastisk natur både på sjø og land som gir muligheter for flotte naturopplevelser. Store deler av kommunen er utmark med fri ferdsel for allmennheten. Det er gode muligheter for aktiviteter som fiske, bær- og sopplukking, bading, turgåing, padling, sykling, riding m.m.

En forskningsstudie fra universitetet i Agder viser at det å ta med seg familien på regelmessige turer i naturen reduserte sannsynligheten for overvekt og fedme med 50 %

1.5.1. ORGANISERT IDRETT

Mange av kommunens innbyggere er medlem av Værøy Idrettslag.

2023:

ALDERSTRINN	0-12	12-17	+17	TOTALT
MEDLEMMER	25	21	104	150

Værøy spinning har også mange medlemmer, hovedsakelig over 17 år

2016:

ALDERSTRINN	0-12	12-17	+17	TOTALT
MEDLEMMER	0	10	30	40

KRIK i regi av Pinsekirka ønsker å komme i gang igjen i høst etter at hallen er ferdig.

2023:

ALDERSTRINN	0-12	12-17	+17	TOTALT
MEDLEMMER	20	10	0	30

Voksne driver i liten grad organisert idrett. Det er få som trener organisert og enda færre konkurrerer. Unntaket har de siste årene vært innenfor fotball.

Trendene i Værøy utmerker seg ikke noe i forhold til trendene i landet. Enten så er man helt med, eller så står man helt utenfor. Barn i Værøy er trolig over gjennomsnittet når det gjelder å være aktiv i fritidsaktiviteter – hovedsakelig fotball.

På barne- og ungdomssiden er det relativt bra deltakelse, med høyest aktiviseringsgrad jo yngre deltakerne er. Frafallet fra organisert idrett blir tydeligere jo eldre barna blir.

Værøy Idrettslag er drevet på dugnad, med noen utdannede trenere. Kostnadene for å delta er generelt lave da det blant annet er meget lave treningsavgifter sett i forhold til resten av landet. Utgiftene man har i forhold til deltakelse for barna sine i Værøy er i stor grad knyttet til reiser i forbindelse med kamper og arrangement som er de største utgiftspostene.



1.5.2 EGENORGANISERT FYSISK AKTIVITET

Det finnes ingen undersøkelser gjort på egenorganisert fysisk aktivitet, men vi har noe lokal kunnskap på området. I all hovedsak er slik aktivitet forbundet med turgåing.

TURGÅING

Lavlandstrim og Topptur/postkasse etter loddbokprinsippet er byttet ut med Tell-tur-app på mobil. Basert på egenaktivitet.

VÆRØY GYM/HELSESTUDIO

Beliggenhet: Det Norske Hus(kommunen er leietaker. Gym/helse flyttes høsten 2024 over til den nye flerbrukshallen.

Drives av fysioterapeuten. Målgruppen er både funksjonsfriske og pasienter som har trening som del av behandlingen. Aldersgrense er 18 år, men med tillatelse fra foreldre kan man trene fra fylte 15 år.

Treningsstudioet har hatt en meget positiv tendens de siste to årene, og per i dag er det om lag 150 personer som har tegnet avtale med treningssenteret, etter det nye opplegget med registrering ved kodebrikker fra 2014. I tillegg er det en del som benytter seg av gjestetrening i perioder.

Værøy helsestudio opplever at det er en økt bevissthet på trening som en viktig faktor i forhold til egen helse.

Treningssenteret består bl.a. av tredemølle, ergometersykkel, ellipsemaskin, samt frivekter, kettelbell, slynge, knebøystativ og benkpresstativ. Det er i tillegg ulike apparater for styrketrening. De har matter, ribbevegg, bosuball, stor ball etc. I tillegg er det redcord-apparat/slyngetreningsapparat tilgjengelig.

Fremover har man først og fremst planer om å få til avtale med personlig trener, for å kunne gi tilbud om riktig trening for å forebygge skader i tillegg til motivasjon og hjelp til ulike treningsprogram. Vedlikehold og innkjøp av utstyr ligger ansvarlig hos fysioterapeuten, og hun tar gjerne imot ønsker om nytt utstyr.

Værøy Gym/helse flyttes høsten 2024 over til den nye flerbrukshallen.

SKATE/BMX-BANE

Privat initiativ. Åpent hele døgnet og åpen for alle. Aktiviteten varierer en del avhengig av værforholdene. Skate/bmx klubb opprettet.

1.5.3 LAG OG FORENINGER SOM BIDRAR MED FYSISK AKTIVITET OG NATUROPPLEVELSER PÅ VÆRØY:

Værøy båtforening

Har egen flytebrygge og gjestebrygge. Ønsker klubbhus og fire nye lysmaster. Trenger 1 betongkai i tillegg til nåværende faciliteter. Venteliste på båt plass.

Værøy idrettslag

Har eget idrettshus, klubbhus, ballbinge og tursti. Leier den nye kunstgressbanen tilhørende Værøy kommune. Aktiviteter: Fotball.

Værøy Pinsekirke/KRIK

Pinsekirken har i 2012 startet opp KRIK-lag med faste aktivitetsdager i gymsalen for aldersgruppen 6.klasse og oppover. Om lag 25-30 deltakere på aktivitetene. Siste årene har pandemi og renovering av lokaler vanskeliggjort aktivitet. Håper på gjenåpning etterhvert. Mangler ledere

Værøy fiskarkvinnelag

Har bidratt til merking av kulturminnene våre, rydder og rensker opp i naturen og vedlikeholder rasteplasser. Ønsker også oppsatt fast grill på alle rasteplasser. Har også finansiert fiskerstatue som skal settes opp i 2024.

Værøy spinning-klubb

Faste treningstilbud på idrettshuset. Klubben eier utstyret.

Fysak

Helsestudio

1.5.4 LEKEPLASSER OG LEKEOMRÅDER



1. **Skolegården:** Lekestativer m/godkjent underlag bygget. Naturgress og brostein lagt ferdig. Nytt gjerde. Oppgradert fotballbanen med nye mål, Lavvo/gapahuk innkjøpt
2. **Lekeplass barnehagen:** Asfaltert sykkelvei. Tilrettelegging handicap. De har også fått gapahuk med sitteplasser. Tilrettelagt sykkelbane. Klatrevegg/klatrestativ. Nye fotballmål.

1.6 STATLIGE OG FYLKESKOMMUNALE FØRINGER

Folkehelseloven er et rammeverk for alt forebyggende og helsefremmende arbeid. Loven stiller krav om at kommunene skal fastsette overordnede mål og strategier for å møte folkehelseutfordringene de har. Det er gitt en del føringer både fra stat og fylkeskommune som må tas i betraktning i arbeidet med ny kommunedelplan. Værøy kommune inngikk en samarbeidsavtale med Nordland fylkeskommune i 2010 om en felles satsing på folkehelsearbeid ved opprettelse av stilling som folkehelsekoordinator. Kommunedelplanen må også ses i lys av denne avtalen.

1.6.1 STORTINGSMELDINGER OG ANDRE SENTRALE FØRINGER

Idrett og fysisk aktivitet for alle er definert som den overordnede visjonen for statlig idrettspolitik. Visjonen er et uttrykk for at det ikke bare er idrett i regi av kommunedelplan for fysisk aktivitet og idrettsorganisasjonene som berettiger offentlig støtte, men at også egenorganisert fysisk aktivitet er et av målene for statlig idrettspolitik.

To viktige prinsipper som fremheves for statlig engasjement på idrettsområdet er:

- Støtte den frivillige, medlemsbaserte idretten for å opprettholde et omfattende aktivitetstilbud på lokalt nivå, primært for barn og ungdom.
- Tilrettelegge for idrett og fysisk aktivitet i befolkningen i regi av idrettslag eller som egenorganisert fysisk aktivitet.

Virkemidler for å oppnå dette er støtte til anleggsutbygging og aktivitetsformål.

Barn (6-12 år) og ungdom (13-19 år) fremheves som primære målgrupper for det statlige engasjementet på idrettsområdet. **Anlegg i lokalmiljøet som stimulerer og tilfredsstillende barns behov for fysisk aktivitet vil derfor bli prioritert.** Det tas sikte på å utvikle anlegg som tilfredsstillende ungdommens behov for utfordringer og variasjon og som gjennom dette inviterer til spontan fysisk aktivitet. Anleggene bør være i tilknytning til skoleanlegg og bør også fungere som gode sosiale møteplasser i lokalsamfunnene.

Det har de siste årene blitt gitt ut flere stortingsmeldinger som handler om fysisk aktivitet, idrett og naturopplevelser:

St.meld. nr. 16 (2002-2003) "Resept for et sunnere Norge"

St.meld. nr. 20 (2006-2007) "Nasjonal strategi for å utjevne helseforskjeller"

St. meld. nr. 23 (2001-2002) "Bedre miljø i byer og tettsteder"

St.meld. nr. 30 (2003-2004) "Kultur for læring"

St.meld. nr. 34 (2012-2013) "Folkehelsemeldingen. God helse – felles ansvar"

St.meld. nr. 39 (2000-2001) "Friluftsliv – Ein veg til høgare livskvalitet"

St.meld. nr. 39 (2006-2007) "Frivillighet for alle"

St.meld. nr. 47 (2008-2009) "Samhandlingsreformen"

St.meld. nr. 16 (2010-2011) "Nasjonal helse- og omsorgsplan 2011-2015"

tillegg er det kommet en nasjonal strategi for et aktivt friluftsliv: **«En satsing på friluftsliv i hverdagen; 2014-2020)**

Disse har mye til felles. Økt satsing på det **forebyggende arbeidet** kan bidra til å redusere livsstilssykdommer. Antall fysisk inaktive personer må reduseres og andelen av egenaktivitet må økes. Det er mange utfordringer, blant annet å legge til rette for økt fysisk aktivitet i de gruppene i befolkningen som er minst aktive. *Lavterskeltilbud for å nå flere bør prioriteres i det forebyggende arbeidet. Målgruppen barn og unge er gitt særlig prioritet.*

Regjeringen mener at man i større grad må ta i bruk friluftsliv som virkemiddel i det forebyggende arbeidet. Alle skal ha mulighet til å drive friluftsliv som helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlige aktiviteter i nærmiljøet og ellers i naturen.

Skole og barnehage trekkes frem som viktige arenaer for økt fysisk aktivitet da de vil nå mange og dermed også være med på å utjevne sosiale helseforskjeller. Derfor bør det være fokus på økt tid til fysisk aktivitet og lek i blant annet barnehager og skoler. Skolen vil også ha en viktig funksjon som arena for nærmiljøaktiviteter. Ved bosteder, skoler og barnehager skal det være god tilgang til trygg ferdsel, lek og annen aktivitet i en variert og sammenhengende grønnstruktur med gode forbindelser til nærliggende naturområder. Den frivillige sektoren er kjennetegnet ved et **mangfold** av aktiviteter, omfang og organisering innenfor de fleste samfunnssektorer og et samarbeid med frivillige organisasjoner ses på som svært viktig. De er med på å skape gode oppvekstmiljøer for barn og ungdom, fremmer helse og trivsel og er en viktig sosial arena.

Et av hovedmålene er at befolkningen skal oppleve flere leveår med god helse og trivsel og reduserte sosiale helseforskjeller. Det er viktig å skape et samfunn som fremmer god helse i befolkningen.

Visjoner folkelsearbeid - Nordland fylkeskommune;

Slik jobber vi med Folkehelse og lokal samfunnsutvikling:

Nordland fylkeskommunes visjon for folkehelsearbeidet er "Freskt Nordland".

Nordland skal være et foregangsfylke i folkehelsearbeid. Nordland fylkeskommune legger FNs bærekraftsmål som premisse for utviklingen i fylket.

Folkehelsearbeid er en lovpålagt oppgave for fylkeskommunene etter folkehelseloven. Fylkeskommunen skal understøtte folkehelsearbeidet i kommunene, samt være pådriver for og samordne folkehelsearbeidet i fylket.

Det kreves tiltak i alle sektorer for å skape gode oppvekst- og levekår, og for å utvikle et samfunn som legger til rette for gode levevaner og fremmer fellesskap, trygghet, inkludering og deltakelse. Helse skapes der vi bor og lever.

Lokal samfunnsutvikling omfatter kommunenes utviklingsarbeid og spenner fra satsing på boliger, stedsutvikling og samfunnsplanlegging, til tilflytting, rekruttering, mangfold, kvalifisering og integrering.

Lokal samfunnsutvikling kan omfatte et enkelt sted i en kommune, eller utviklingsarbeid i en hel kommune. Det kan omfatte ei lita bygd, eller en større by.

Nasjonale anbefalinger om fysisk aktivitet for barn:

- **Barn og ungdom bør være fysisk aktive minimum 60 min. hver dag. Aktiviteten bør være av høy eller moderat intensitet.**
- **Minst 3 ganger i uken bør aktiviteter som gir økt muskelstyrke og styrker skjelettet inkluderes. Økt aktivitet utover 60 min. gir ytterligere helsegevinster.**
- **Reduser stillesitting.**
-
- **Anbefalinger for voksne og eldre:**
 - **Voksne bør være fysisk aktive med minimum 150 min. moderat intensitet per uke eller minimum 75 minutter med høy intensitet per uke.**
 - **En kombinasjon er også anbefalt og bolkene kan deles opp i minst 10 min. varighet.**
 - **For ytterligere helsegevinst bør aktiviteten økes til henholdsvis 300 min. og 150 min.**

Det er viktig å se Værøy Kommune sin kommunedelplan opp mot læreplanen for grunnskolen. I forhold til grønnstruktur, fysisk aktivitet og naturopplevelser trekkes følgende sentrale elementer ut fra læreplan for grunnskolen:

Lokalsamfunnet må legge til rette for **varierte og allsidige bruk av skoleanlegget**, slik at det kan være et samlingspunkt for ulike kultur- og aktivitetstilbud. Opplæringen skal gi innsikt i sammenhengen mellom livsstil, levekår, miljø og helse. Den skal bidra til at elevene trives med fysisk aktivitet og friluftsliv og medvirke til at de tar vare på kroppen og utvikler gode helsevaner.

I småskoletrinnet skal elevene være med å velge ut et referanseområde i nærmiljøet som ramme for lek, aktiviteter og observasjoner. Også for mellomtrinnet framgår det at opplevelse i naturen og nærmiljøet skal prioriteres høyt. **Kropp, helse og mangfoldet** i naturen er to hovedmål som går igjen på alle klassetrinn i grunnskolen.

Fysisk aktivitet er en viktig forutsetning for den **fysiske, psykiske og sosiale utviklingen** til barn og unge, og det påhviler skolen et stort ansvar i å tilrettelegge for en fysisk aktiv skolehverdag i en tid hvor endringer i levesett og fritidstilbud har ført til mindre fysisk aktivitet. Det er også viktig at skoledagen inneholder mye tid til lek og fysisk aktivitet, og at dette ikke bare gjelder kroppsøvingstimene og friminuttene. Friluftsliv er høyt prioritert. Dette synliggjøres tydelig gjennom at natur og friluftsliv er et eget hovedområde i kroppsøvingundervisningen på alle alderstrinn.



1.7 FYSISK AKTIVITET OG FOLKEHELSE

FYSISK AKTIVITET I ET FOLKEHELSEPERSPEKTIV

Fysisk aktivitet defineres som "all kroppslig bevegelse produsert av skjelettmuskulatur som resulterer i en vesentlig økning av energiforbruket utover hvilenivå". I dette inngår mange former for fysisk utfoldelse, for eksempel mosjon, friluftsliv, lek, trening, trim, arbeid, idrett og kroppsøving. Fysisk aktivitet er en av de viktigste forebyggende tiltakene vi har for å oppnå god helse og trivsel.

Generelle utviklingstrekk

Fysisk aktivitet og friluftsliv/naturopplevelser er de vanligste fritidsaktivitetene i befolkningen. Flere og flere trener aktivt og ofte, og stadig færre trener aldri

Bare 58% av befolkningen 16 år og eldre trener flere ganger i uka og 15% trener 1 gang/uka. Det blir stadig færre som røyker og i 2021 røykte kun 8 prosent av den mannlige befolkningen, mens 7 prosent av kvinnene røykte. To av tre voksne nordmenn er overvektige eller har fedme. Det er flere overvektige menn enn kvinner.

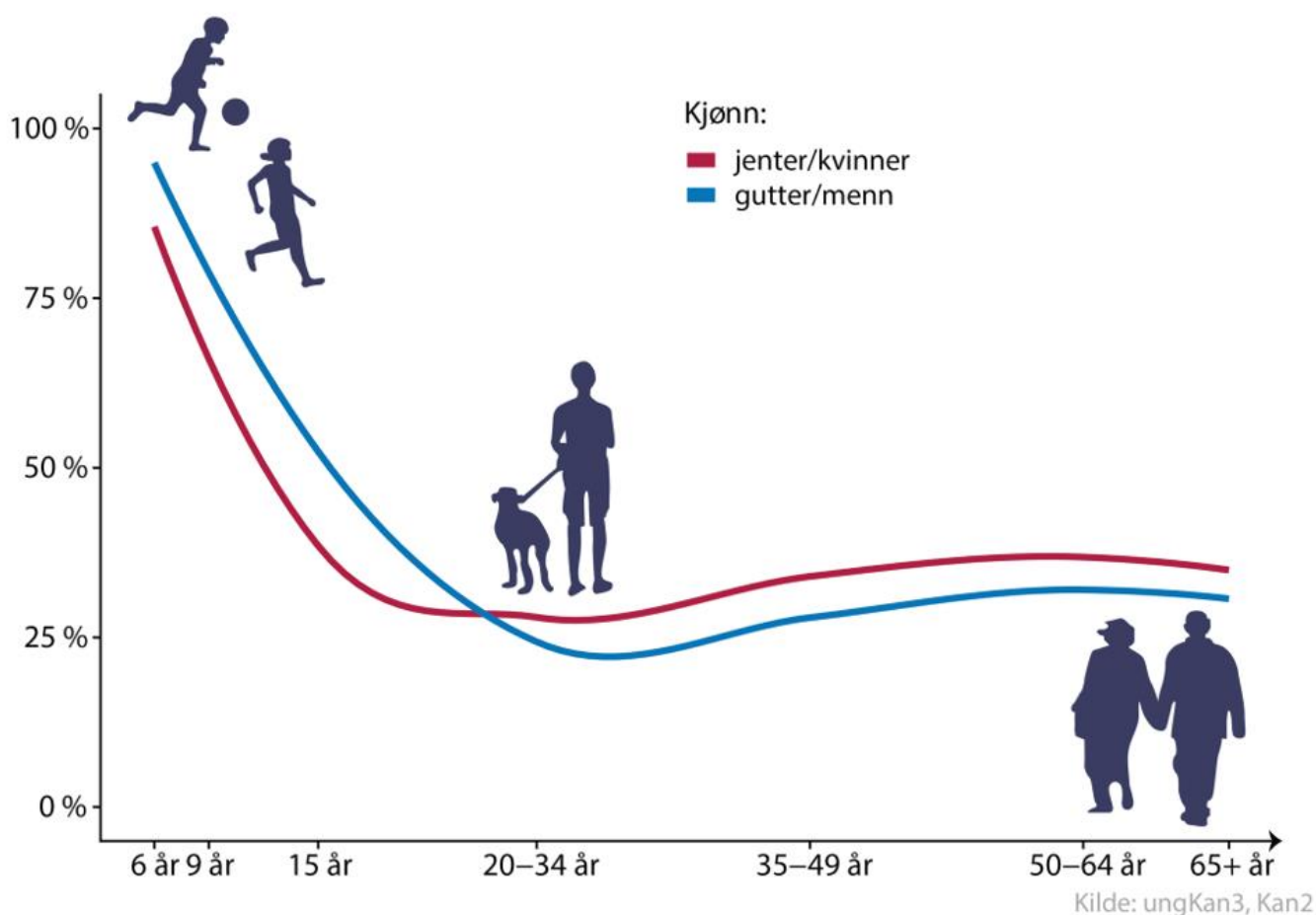
Til tross for at stadig flere rapporterer at de trener og mosjonerer på fritiden, har det totale omfanget av fysisk aktivitet i befolkningen gått ned. Dette skyldes i stor grad at

hverdagsaktiviteten går ned. Eksempler på det er at vi gjør mindre arbeid på og i huset enn tidligere, vi går mindre i hverdagen, og de fleste av oss har mer stillesittende arbeid.

Andelen personer som er fysisk aktive er også økende med utdanning og høy inntekt. For å øke andelen fysisk aktive bør det satses på tiltak for økt motivasjon og tiltak rettet mot sosial utjevning.

Hva vet vi om det fysiske aktivitetsnivået i Norge?

Figur 1, som er basert på objektivt målte data, viser hvor stor andel som oppfyller minimumsanbefalingene om fysisk aktivitet.



Figur 1. Andelen norske barn, ungdom og voksne som tilfredsstill minimumsanbefalingen for fysisk aktivitet (tabell 1) basert på tall fra undersøkelsene ungKan3 (barn og ungdom, 2018) og Kan2 (voksne, 2014)

I gjennomsnitt oppfyller kun om lag 30 prosent av den voksne befolkningen minimumsanbefalingene om fysisk aktivitet. Andelen har vært stabil på dette nivået de siste årene, men andelen varierer noe med alder og utdanningsnivå [1].

Blant barn og unge er aktivitetsnivået høyere enn blant voksne. De fleste 6-åringene oppfyller minimumsanbefalingene, men andelen faller i løpet av barne- og ungdomsårene. Blant 15-åringene oppfyller kun halvparten anbefalingene [2].

De siste 10-15 årene har aktivitetsnivået blant barn og unge vært relativt stabilt. Unntaket er blant 9-åringene hvor det har vært en nedgang. Nedgangen blant 9-årige gutter tilsvarer 1-2 timer med organisert idrett i uka [2-6].

REGELMESSIG FYSISK AKTIVITET GIR: (Utarbeidet av Sigmund B. Strømme)

- økt arbeidskapasitet**
- større overskudd - mer trivsel**
- bedre søvn**
- styrket immunforsvar**
- sterkt redusert risiko for hjerte- og karsykdommer**
- mindre risiko for kreft**
- mindre ryggbesvær**
- mindre risiko for "slitasjegikt"**
- mindre risiko for utvikling av beinskjørhet**
- sterkere benvev, bruske, sener og bånd**
- bedre kroppsbalanse og mindre risiko for fall**
- langsommere aldring**
- bedret evne til å mestre stress**
- naturlig avløp for stressreaksjoner**
- bedre lungefunksjon**
- sterkere hjerte**
- bedre blodsirkulasjon**
- mindre risiko for utvikling av høyt blodtrykk**
- bedre blodsukkerregulering**
- mindre risiko for blodpropp og slag**
- gunstigere fettstoffsifte og blodkolesterolprofil**
- bedre mage- og tarmfunksjon**
- sterkere muskulatur**
- bedre leddfunksjon og bevegelighet**
- bedre grunnlag for opprettholdelse av riktig kroppsvekt**



Utbygging av idrettsanlegg, sikring av områder for friluftsliv og tilrettelegging er en viktig faktor for økt fysisk aktivitet, men den største barrieren for å drive fysisk aktivitet er motivasjon, og er knyttet til personlig livsstil og tidspress. Lavere sosiale grupper har imidlertid en enda større barriere knyttet til mangel på organisering, utstyr og anlegg. Barn og unge har et høyt aktivitetsnivå, og gode områder for aktivitet og friluftsliv i nærhet til bosted, skole og barnehage er viktig for å stimulere til økt aktivitet. Aktivitetsnivået er avtagende fram mot voksen alder, særlig hos jenter. Helseundersøkelser blant ungdom i norske fylker og Helsedirektoratets kartlegginger bekrefter dette mønsteret. Dagens 15-åring er mindre aktive enn pensjonister, og bare halvparten oppfyller helsemyndighetene sine anbefalinger om 60 minutter moderat fysisk aktivitet om dagen (Helsedirektoratet 2012). Plan for fysisk aktivitet og friluftsliv/naturopplevelser 2016-2025 Helsedirektoratets undersøkelse viser videre at:

- I gjennomsnitt var aktiviteten til 6-åringene vel 20 prosent høyere enn aktiviteten til 9-åringene og 70 prosent høyere enn aktiviteten til 15-åringene.
- Gutter var mer aktive enn jentene. Aktiviteten til guttene er høyere på hverdagens enn i helgene.
- Størstedelen av dagen tilbringes i ro eller i aktivitet med lav intensitet.
- Ikke-vestlige innvandrere har lavere aktivitetsnivå enn innvandrere med vestlig bakgrunn.
- Venner ser ut til å påvirke aktivitetsnivået positivt, unntatt for 15 år gamle jenter.
- Støtte fra foresatt er særlig viktig for 6-åringenes aktivitet.
- Indre motivasjon og følelse av glede og mestring var viktig for økt aktivitet.

Undersøkelser viser at barn og unge bruker opptil 40 timer på stillesittende aktivitet i løpet av ei uke (Vaage 2012 Inaktivitet er en av de største risikofaktorene for mange av livsstilssykdommene som overvekt, diabetes, muskel- og skjelettlidinger og psykiske lidinger).

Nord-Norge har høyest andel barn og unge som svarer at de aldri trener. Nord-Norge har også lavest andel barn som svarer at de trener minst en gang i uka. Det finnes ingen tall for Værøy kommune på denne typen undersøkelser, men det er ingenting som tilsier at Værøy har statistikk forskjell fra resten av landsdelen.

Arbeidet med tilrettelegging og motivasjon for fysisk aktivitet for barn – og unge både på skole/barnehage og i fritiden blir viktig i Værøy kommune i årene fremover.

Det er klare sammenhenger mellom mange sykdommer/lidelser og mangel på fysisk aktivitet. Kommunelege i Værøy erfarer at muskel-/skjelettplager er den lidelsen folk sliter mest med. Innbyggerne på Værøy skiller seg derfor ikke ut fra resten av Norges befolkning.



FYSAK - fysisk aktivitet for din helse og trivsel.

Helsevesenet er viktig pga. sin gode påvirkningsmulighet, både gjennom sin posisjon i kommunen og at "helseautoriteter" oppleves som viktige stimulatorer til økt fysisk aktivitet både for de som trenger det mest og generelt i befolkningen. Kommunens helsetjeneste er med lege, fysioterapeut og helsesøster krumtappene i et opplegg med fysisk aktivitet som helsevirkemiddel.



Vi vet at regelmessig aktivitet gir: sterkere hjerte, bedre blodsirkulasjon, bedre lungefunksjon, sterkere muskler, bedre leddfunksjon, mindre ryggbesvær, sterkere, benvev/sener/bånd, bedre mage- tarmfunksjon, opprettholdelse av riktig kroppsvekt, mindre risiko for hjerte- og karsykdommer, mindre risiko for kreft, naturlig avløp for stressreaksjoner, ...

Siden 1996, da Værøy kommune ble med i program Fysak, har kommunen ønsket å sette fokus på og ta et større ansvar for forebyggende og helsefremmende arbeid. Fysisk aktivitet er et virkemiddel i dette arbeidet. Programmet har så langt resultert i en rekke positive aktivitetstilbud.

FYSAK har som mål å utvikle tilpasset fysisk aktivitet og andre aktivitetsbaserte kulturtiltak som en integrert del av kommunehelsetjenesten. Aktivitetene skal være helsefremmende, forebyggende og rehabiliterende. Programmet er forankret i kommunehelsetjenesten.

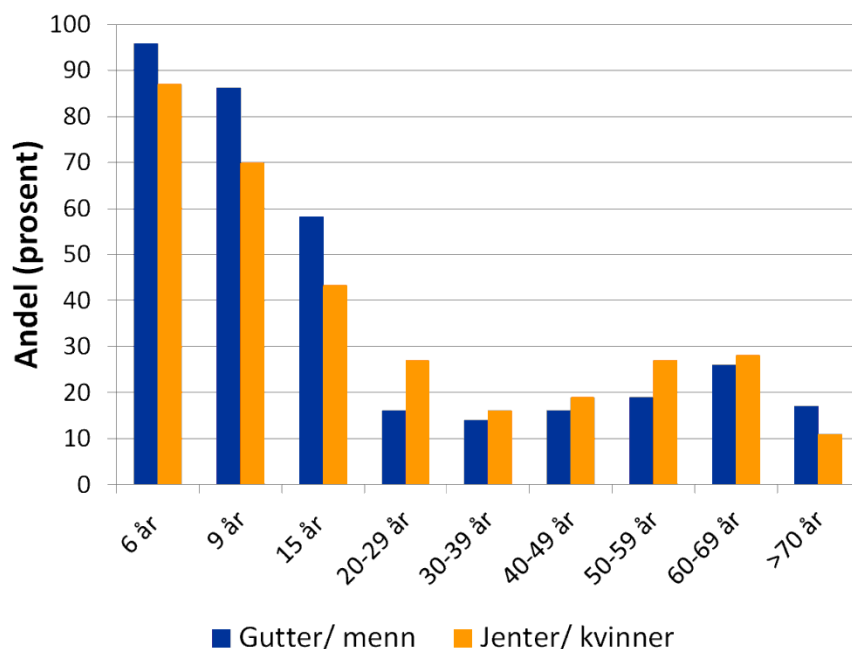
BETYDNINGEN AV FYSISK AKTIVITET/INAKTIVITET

Å være fysisk aktiv har en gunstig påvirkning på helsen og kan bidra til å øke livskvaliteten. I tillegg til at fysisk aktivitet forebygger en rekke sykdommer er aktiviteten også en kilde til glede, trivsel, overskudd, livsutfoldelse og positive mestringsopplevelser. Fysisk aktivitet påvirker humøret, gir energi, reduserer angst og stress, bedrer forholdet til egen kropp og fremmer sosialt samvær. Forskning har også vist at fysisk aktivitet stimulerer kroppens egen produksjon av antidepressiva.

Fysisk aktivitet er nødvendig for normal vekst og utvikling. For barn vil det å være fysisk aktiv gi glede og utfoldelse, styrket selvfølelse og økt mestring, sosialt samvær, bedre helse og en sprekere kropp med bedre motoriske ferdigheter, både grov- og

finmotorisk. For barn er lek den viktigste måten og utforske, forstå og takle tilværelsen på, og leken har stor betydning for barns emosjonelle og sosiale utvikling.

Andelen som oppnår anbefalt fysisk aktivitetsnivå i Norge:



Allsidig fysisk aktivitet i barne- og ungdomsårene er nødvendig for god helse i oppveksten, for å beskytte mot sykdomsutvikling og plager senere i livet og for å etablere regelmessige aktivitetsvaner som gir varig aktivitetsglede. Det er også vist at fysisk aktivitet har positiv effekt på lese- og skrivekunnskaper hos barn med motoriske problemer.

Barn som har langvarige eller kroniske sykdommer, eller andre former for mentale eller fysiske funksjonsnedsettelse, faller lett utenfor den fysiske leken med jevnaldrende, særlig fra 4. klasse og oppover. Det er viktig at disse barna gis muligheter til lystbetonte aktiviteter på egne premisser. Fysisk aktivitet er viktig – ikke minst for barn med funksjonsnedsettelse.

Forskning viser at det skal mindre fysisk aktivitet til for å redusere risikoen for sykdom og død enn tidligere antatt. For fysisk inaktive vil selv en beskjeden økning i daglig aktivitetsnivå gi betydelig helsegevinst i form av redusert sykdomsrisiko, bedre livskvalitet og økt funksjonsdyktighet.

Derimot, vil det å være inaktiv medføre stor risiko for sykdommer. I forhold til hjerte- og karsykdommer kan fysisk inaktivitet isoleres som en selvstendig risikofaktor på lik linje med overvekt, høyt blodtrykk og røyk. Fysisk inaktivitet øker risikoen for overvekt og fedme, type 2-diabetes, hjerte- og karsykdommer, flere kreftformer og muskel- og skjelettsykdommer. Overvektige som er i god fysisk form har lavere risiko for disse sykdommene enn normalvektige i dårlig fysisk form.

For de barna som er fysisk inaktive kan det bidra til redusert sukkertoleranse, fordøyelsesproblemer, nedsatt stoffskifte, utvikling av overvekt og fedme, høyt blodtrykk og psykiske problemer.

I Norges befolkning er aktivitetsnivået lavt. Det er skjevt fordelt og viser en negativ utvikling. Kun 1 av 5 voksne har et aktivitetsnivå som er i tråd med statens anbefalinger om minst 30 minutter daglig fysisk aktivitet. Når det gjelder barn og unge viser undersøkelser at 90 % av 9-årige gutter og 75 % av 9-årige jenter har tilfredsstillende aktivitetsnivå. Vel halvparten av 15-åringene er fysisk aktive i tråd med anbefalinger. Det viser at aktivitetsnivået synker fra år til år. Fra 9 til 20 år synker det med hele 60 %. Dette er bekymringsfullt fordi fysisk inaktivitet er en risikofaktor for sykdomsutvikling og flere helseplager.

Undersøkelser på befolkningsnivå viser at 7 av 10 trener eller mosjonerer minst én gang hver uke. Turer i skog og mark er den vanligste aktiviteten. Andelen som er fysisk aktive øker med økende sosioøkonomisk status. Aktivitetsnivået synker med økende alder. En gledelig økning i trening og mosjon på fritiden hos noen grupper kompenseres ikke for kraftig redusert fysisk aktivitet i det daglige for de fleste av oss. Samfunnsutviklingen gjør at kravene til fysisk aktivitet i dagliglivet, arbeidslivet og på fritiden blir stadig mindre. Mange av de opplevelsene, utfordringene og ferdighetene vi tidligere fikk som en nødvendig del av hverdagen, må vi nå aktivt oppsøke og prioritere.



Kommunens folkehelseprofil

Folkehelseinstituttet utarbeider folkehelseprofil hvert år for hver enkelt kommune. Profilen gir en god oversikt over helsetilstanden i befolkningen og faktorer som påvirker denne. Folkehelseprofilen er å finne på folkehelseinstituttets nettside www.fhi.no. Det er viktig å merke seg at resultater for Værøy må ses i lys av at det er forholdsvis få innbyggere i kommunen.

Enkeltpersoner gir dermed stor prosentvis uttelling på statistikken. For å få et reelt bilde av helsesituasjonen i kommunen, suppleres folkehelseprofilen med data fra andre kilder. Dette oversiktsbildet skal benyttes som et verktøy i forbindelse med rullering av kommunedelplanen.

Noen trekk ved kommunens folkehelse:

Befolkningen på Værøy – Folkehelsestatistikk 2023

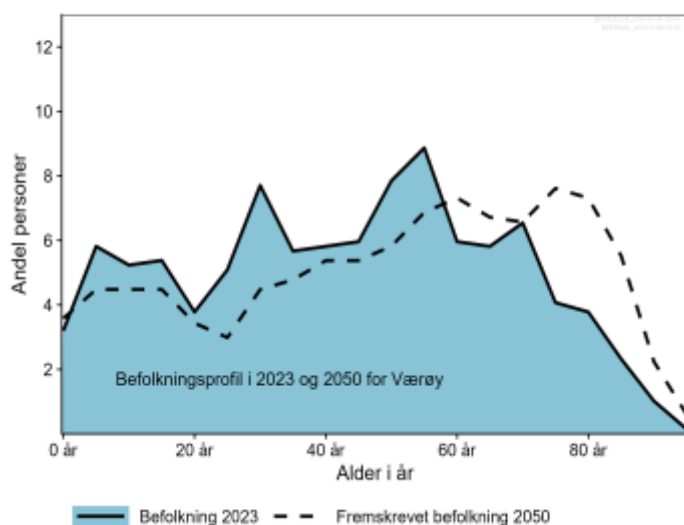
- Andelen unge eldre (65-79 år) i kommunen er ikke signifikant forskjellig fra landsnivået.
- I aldersgruppen 75 år og eldre er andelen som bor alene ikke signifikant forskjellig fra landsnivået.
- Oppvekst og levekår
- Andelen som bor i husholdninger med vedvarende lav inntekt, er høyere enn i landet som helhet. Vedvarende lav husholdningsinntekt vil si at den gjennomsnittlige inntekten i en treårsperiode er under 60 prosent av median husholdningsinntekt i Norge.
- Andelen som bor i husholdninger med høy gjeld, er lavere enn i landet som helhet. Høy gjeld vil si en gjeld tre ganger høyere enn samlet husholdningsinntekt.
- Miljø, skader og ulykker
- Det er utilstrekkelig tallgrunnlag for å vise statistikk på andelen ungdomsskoleelever som opplever at det er trygt å ferdes i nærområdet på kveldstid. Dette skyldes at Ungdata-undersøkelsen ikke er gjennomført i kommunen i perioden 2021-2023, eller at det er utilstrekkelig tallgrunnlag. Utilstrekkelig betyr at tallene er for små eller at det mangler opplysninger om klassetrinn og kjønn, noe som er nødvendig for å kunne sammenlikne med landsnivået.
- Helserelatert atferd
- Det er utilstrekkelig tallgrunnlag for å vise statistikk på andelen 17- åringene som oppgir at de trener sjeldnere enn ukentlig, basert på tallmateriale

Levealderen øker, og vi forventer en betydelig øking i antallet og andelen eldre i befolkningen fram mot 2050. Denne økningen er noe kommunene bør planlegge for. Økningen i forventet levealder gjør at flere vil leve til de er godt over 90 år. Gruppen eldre vil øke i størrelse, og flere vil leve med en eller flere kroniske sykdommer. Dagens aldersfordeling og framskrevet aldersfordeling i kommunen er vist i figur 1. Helse og funksjon Totalt sett er eldre friskere og har bedre funksjon i dag enn tidligere. Med høy alder øker imidlertid forekomsten av kreft, diabetes, hjerte- og karsykdommer, demens, kronisk obstruktiv lungesykdom (kols), beinskjørhet og brudd. Forekomsten av langvarige smerter, søvnvansker, nedsatt syn og hørsel samt funksjonstap og skrøpeligheit øker også ved økende alder. Med flere eldre i befolkningen øker også antallet som lever med flere sykdommer samtidig. Alt dette innebærer økt hjelpebehov fra familie og helse- og omsorgstjenestene. Forventede gjenstående funksjonsfriske leveår (på engelsk: Healthy Life Years, HLY) måler antall år som en person kan forvente å leve uten langvarige aktivitetsbegrensninger. Se figur 2 for lands- og fylkestall på forventede gjenstående funksjonsfriske leveår ved 65 års alder.

Eldre med lav utdanning og inntekt har flere sykdommer og helseplager, og også kortere forventet levealder enn de med høy utdanning og inntekt. Sykdomsbyrdemålet DALY (disability-adjusted life years) tallfester hvor mange friske leveår som går tapt på grunn av dårlig helse og for tidlig død i en befolkning.

Figur 3 på neste side viser forventet endring i antall tapte friske leveår (DALY) i perioden 2020 til 2050 for hovedårsakene til død og helsetap blant eldre i Norge. Som følge av at det blir flere eldre og at sykdom forskyves til høyere alder vil sykdomsbyrden blant de eldste (80 år+) øke betydelig. Det er kreft, hjerte- og karsykdommer og nevrologiske sykdommer som demens som vil bidra mest til økningen i antall tapte friske leveår blant de eldste.

Figur 1. Aldersfordelingen i kommunen i 2023 og framskrevet til 2050 (SSB).

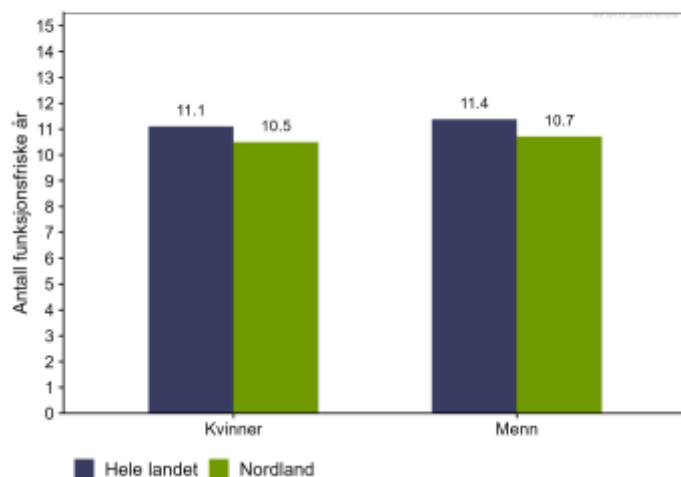


Figur 2. Forventede gjenstående funksjonsfriske leveår ved 65 år i landet og i fylket. Gjennomsnitt for perioden 2016-2022.

Demens kan utgjøre en stor belastning for de berørte og deres pårørende, og skape økt behov for helse- og omsorgstjenester. Tapet av kognitive og motoriske funksjoner fører ofte til mye lidelse for dem som rammes av demens. Psykiske tilleggssymptomer som angst, depresjon, motorisk uro, aggresjon og vrangforestillinger kan også være utfordrende. Risikoen for å få demens for hver enkelt har gått ned de siste tiårene, og økt utdanningsnivå, endrede levevaner og bedre hjerte- og karhelse i befolkningen pekes på som mulige årsaker til denne nedgangen. Likevel vil antallet med demens øke fordi det blir flere eldre. Rygglidelser og artrose (tidligere kalt slitasjegikt), samt brudd som følge av fall og beinskjørhet, er vanlig blant eldre. Etter 70 års-alderen øker tallet på hoftebrudd kraftig, og blant skrøpelige eldre vil hoftebrudd ofte føre til økt pleie- og omsorgsbehov. Nedsatt syn og hørsel kan redusere sosial kontakt, og også mulighetene til å fungere godt i hverdagen. Omtrent halvparten av befolkningen over 74 år har såpass nedsatt hørsel at det får betydning for kommunikasjon. De negative konsekvensene av hørsels- og synstap kan reduseres hvis det oppdages og behandles tidlig. Livskvalitet Mange eldre er tilfredse med livet, og mange har god livskvalitet til langt inn i alderdommen. Med alderen opplever imidlertid mange helseplager og funksjonsnedsettelse, som igjen kan medføre redusert livskvalitet. Livskvaliteten synker hos mange av de eldste, og særlig rapporterer flere om nedstemthet og ensomhet etter 80-årsalderen. Mange opplever redusert mestring og sosial støtte. Eldre med dårlig helse, dårlig økonomi og lite sosial kontakt har lavest livskvalitet.

Se figur 4 for endringer over tid i andel eldre som bor alene. Sosial støtte, gode relasjoner og sosial deltakelse er viktig for god livskvalitet. Disse faktorene kan fremmes ved tilgjengelige offentlige møteplasser, grønne lunger for rekreasjon, arenaer for aktivitet, kulturelle arrangementer og sosiale møter.

Figur 2. Forventede gjenstående funksjonsfriske leveår ved 65 år i landet og i fylket. Gjennomsnitt for perioden 2016-2022.



Eldre som en ressurs:

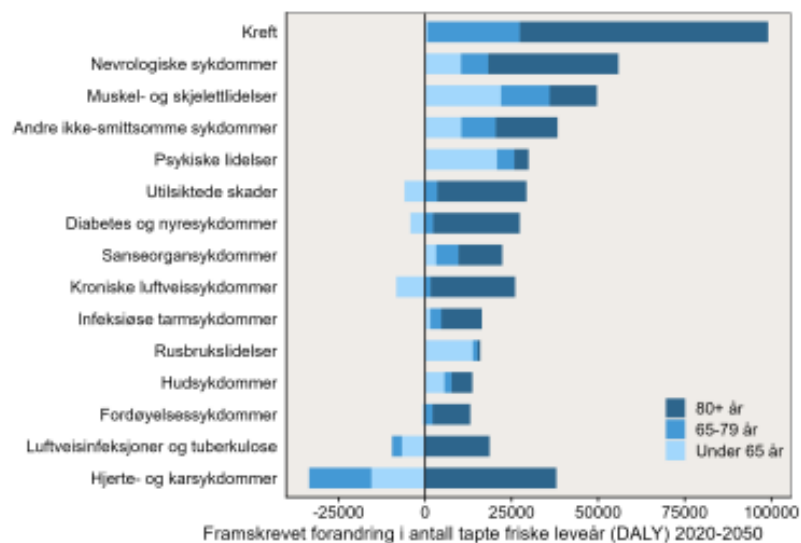
Eldre er friskere og har bedre funksjonsnivå i dag enn tidligere, og de har kunnskap og ressurser som er viktige både i familien og i samfunnet. Flere enn tidligere står lengre i lønnet arbeid og mange eldre deltar i organisert frivillighet, passer barnebarn eller hjelper egne foreldre. Mulighet til å bidra styrker opplevelsen av å ha verdi, fremmer fellesskap og gir mening. Det å delta, for eksempel som frivillig, kan ha stor betydning for å forebygge eller redusere isolasjon og ensomhet. Det er behov for mer kunnskap om hvordan det best kan tilrettelegges for at eldre kan bidra med sine ressurser på egne premisser.

Forebygging gjennom livsløpet: Det er mulig å påvirke helse og funksjon gjennom hele livsløpet, også i eldre år. Å legge til rette for helsefremmende levevaner gjennom hele livet, er viktig for en god alderdom.

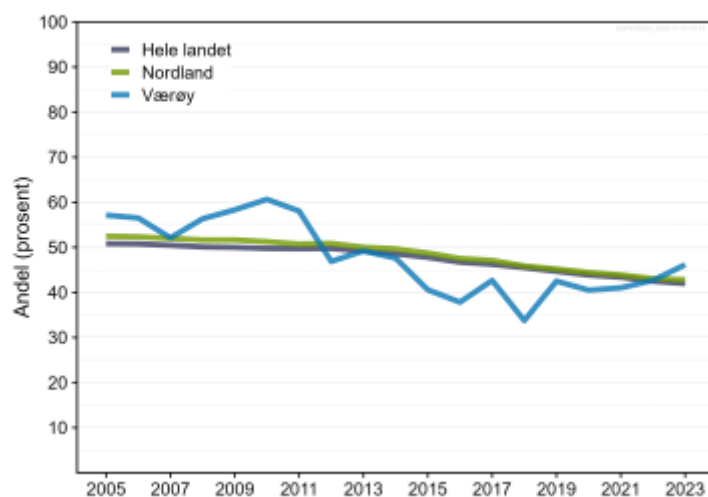
Fysisk aktivitet, et variert kosthold og å opprettholde en sunn kroppsvekt har helsegevinster fordi det forebygger kroniske sykdommer. Det er anslått at så mye som 40 prosent av alle tilfeller av demens kunne vært unngått hvis man hadde forebygget faktorer som høyt blodtrykk, fedme og diabetes, og unngått røyking og høyt alkoholkonsum. På gruppenivå er eldre mindre fysisk aktive enn yngre. Fysisk aktivitet er viktig for å opprettholde fysisk og psykisk helse, og for å forebygge fall og brudd. Selv aktivitet av kort varighet og lav intensitet gir helsegevinst.

Eldre som er fysisk aktive og i god fysisk form vil i større grad kunne være selvhjulpne i hverdagen og bo lenger hjemme. Det finnes begrenset kunnskap om hva eldre spiser, og i hvilken grad de følger nasjonale anbefalinger. For mange eldre er hovedutfordringen for lavt matinntak og vekttap. God matlyst kan opprettholdes gjennom tilrettelegging for sunne og gode måltider i trivelige omgivelser. I tillegg er det å ivareta god munn- og tannhelse nødvendig for å opprettholde et godt matinntak.

Figur 3. Framskrevet endring i sykdomsbyrde (antall tapte friske leveår (DALY)) for hovedårsakene til død og helsetap i Norge fra 2020 til 2050 (Global Burden of Disease-prosjektet 2019).



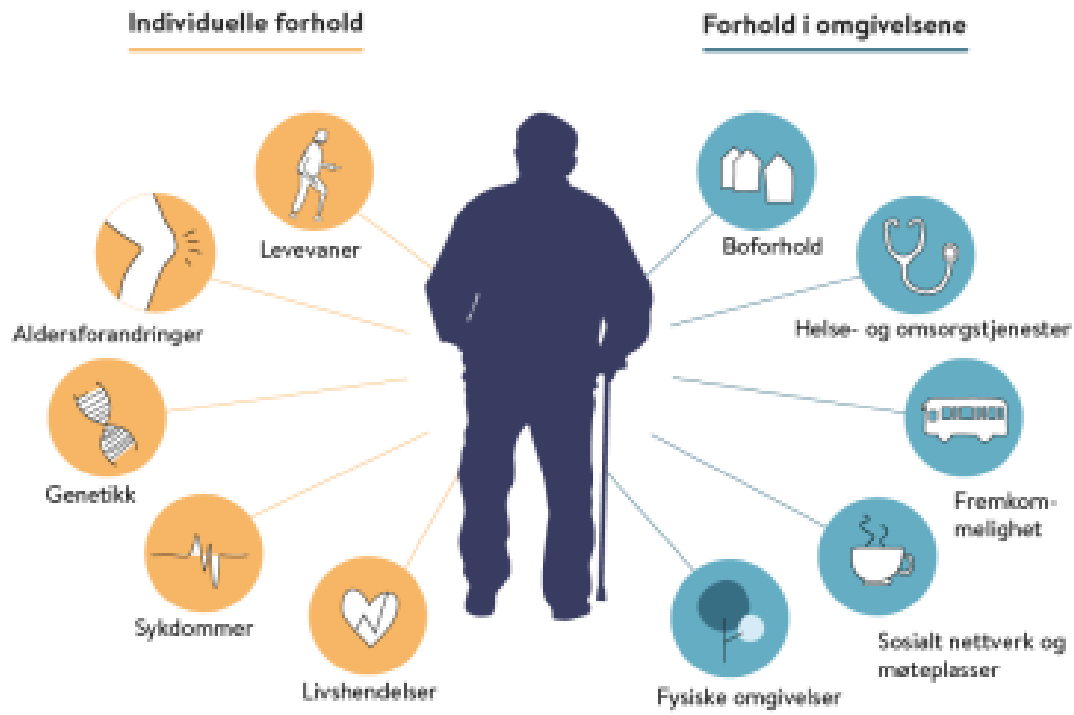
Figur 4. Andel personer over 75 år som bor alene (SSB).



Tilrettelegging for et aldersvennlig samfunn:

Det er et tverrsektorielt ansvar å legge til rette for et aldersvennlig samfunn. For å gjøre det enklere å leve aktive liv, er fysiske omgivelser og fremkommelighet viktig, for eksempel tydelig skilting, god belysning og at gang- og turveier er tilstrekkelig brøytet og strødd. Universell utforming av bygg er et annet eksempel. Fylkeskommuner og kommuner bør satse på et variert tilbud av tilpassede aktiviteter for eldre.

Figur 5 viser de viktigste faktorene som påvirker helse i eldre år. Tilrettelegging for deltakelse på sosiale arenaer er viktig for å ivareta livskvalitet og funksjon. Gode møteplasser i lokalsamfunnet har betydning for evnen til å mestre egen livssituasjon. Her er det gode muligheter for samarbeid mellom kommunen og frivillig sektor.

Figur 5. Hva påvirker eldres helse?

Folkehelsebarometer for kommunen

I oversikten nedenfor sammenliknes noen nøkkeltall for kommunen og fylket med landstall. I figuren og tallkolonnene tas det hensyn til at kommuner og fylker kan ha ulik alders- og kjønns sammensetning sammenliknet med landet. Klikk på indikatornavnene for å se utvikling over tid i kommunen. I Kommunehelse statistikkbank, <http://khs.fhi.no> finnes flere indikatorer samt mer informasjon om hver enkelt indikator.

Vær oppmerksom på at også «grønne» verdier kan innebære en folkehelseutfordring for kommunen, fordi landsnivået ikke nødvendigvis representerer et ønsket nivå. Verdiområdet for de ti beste kommunene i landet kan være noe å strekke seg etter.

- Kommunen ligger signifikant bedre an enn landet som helhet
- Kommunen ligger signifikant dårligere an enn landet som helhet
- Kommunen er ikke signifikant forskjellig fra landet som helhet
- Kommunen er signifikant forskjellig fra landet som helhet
- Ikke testet for statistisk signifikans
- ◆ Verdien for fylket (ikke testet for statistisk signifikans)
- | Verdien for landet som helhet
- ▬ Variasjonen mellom kommunene i fylket
- ▬ De ti beste kommunene i landet

Tema	Indikator (klikkbare indikatornavn)	Kommune	Fylke	Norge	Enhet (*)	Folkehelsebarometer for Værgøy
Befolning	1 Andel barn, 0-17 år	18,2	19,0	20,3	prosent	
	2 Andel unge eldre, 65-79 år	16,4	16,5	13,9	prosent	
	3 Andel over 80 år	7,3	5,6	4,5	prosent	
	4 Andel 80 år+, framskrevet til 2050	15,7	12,7	10,4	prosent	
	5 Personer som bor alene, 75 år +	46,2	42,8	42,0	prosent	
	6 Befolningsvekst	1,5	0,37	1,2	prosent	
Oppvekst og levekår	7 VGS eller høyere utdanning, 30-39 år	55	77	81	prosent	
	8 Vedvarende lavinntekt, alle aldre	13,4	8,1	9,8	prosent	
	9 Inntektsulikhet, P90/P10	3,4	2,6	2,8	-	
	10 Leier bolig, 45 år +	16,3	11,2	12,4	prosent	
	11 Bor trangt, 0-17 år	18	17	18	prosent	
	12 Gjeld større enn 3 ganger inntekt	2,3	16,5	20,8	prosent	
	13 Unge som står utenfor, 15-29 år	14,1	8,9	9,5	prosent (a,k)	
	14 Stønad til livsopphold, 20-66 år	18,5	19,9	17,4	prosent (a,k)	
	15 Laveste mestringsnivå i lesing, 5. tr.	-	28	24	prosent (k)	
	16 Gjennomføring i vdg. opplæring	58	76	80	prosent (k)	
	17 Høy tilfredshet, Ungdata 2022-23	**	50	51	prosent (a,k)	
Miljø, skader og ulykker	18 Valgdeltakelse	68,0	61,6	62,4	prosent	
	19 Drikkevann, hygienisk og stabilt	100,0	88,4	93,4	prosent	
	20 Luftforurensning, eksponert (ny def.)	0	0,31	46	prosent	
	21 Trygt i nærmiljøet, Ungdata 2022-23	**	87	84	prosent (a,k)	
	22 Fritidsorganisasjon, Ungd. 2022-23	**	54	59	prosent (a,k)	
Helse- og livsstil	23 Trener sjeldnere enn ukentlig, 17 år	-	30	28	prosent (k)	
	24 Skjermtid over 4 timer, Ungd. 2022-23	**	51	43	prosent (a,k)	
	25 Røyking, kvinner	-	2,6	2,4	prosent (a)	
Helsestatus	26 Forventet levealder, menn	77,9	79,8	80,3	år	
	27 Forventet levealder, kvinner	83,1	83,8	84,0	år	
	28 Utd.forskjeller i forventet levealder	-	4,6	5,1	år	
	29 Overvekt og fedme, 17 år	43	27	22	prosent (k)	
	30 Psykiske sympt./lidelser, 0-74 år	185	176	168	per 1000 (a,k)	
	31 Muskel og skjelett, 0-74 år	318	340	313	per 1000 (a,k)	
	32 Hjerte- og karsykdom	18,7	18,7	17,2	per 1000 (a,k)	
	33 Tykk- og endetarmskreft, nye tilfeller	-	91	84	per 100 000 (a,k)	
	34 Vaksinasjonsdekning, influensa, 65 år+	47,1	57,3	62,3	prosent	

Forklaring (tall viser til linjenummer i tabellen ovenfor):

* = standardiserte verdier, a = aldersstandardisert, k = kjønnsstandardisert og ** = tall fra Ungdataundersøkelsen mangler. Les mer om mulige årsaker til at tall fra Ungdataundersøkelsen mangler [her](#).

1.8 SAMFUNNSØKONOMISKE BEREGNINGER

Det er gjort en rekke beregninger på samfunnsgevinsten ved økt fysisk aktivitet. En befolkning med god helse innebærer at befolkningen har flere friske leveår uten økning i helse- og omsorgsutgiftene og de har mulighet for flere år i produktivt arbeid. Produksjonsgevinsten kommer i tillegg. Verdien av flere friske leveår er større enn kostnaden ved pensjon. Velferdsgevinsten av fysisk aktivitet er relatert til blant annet utgangspunktet i fysisk aktivitetsnivå, effekten av tiltaket, helsegevinsten, mengden fysisk aktivitet og hvor stor del av befolkningen som endrer adferd.

Det er velferdsgevinst når aktivitetsnivået økes fra inaktiv til delvis aktiv. I et livsløpsperspektiv er det beregnet at en inaktiv person kan spare drøyt 8 kvalitetsjusterte leveår gjennom å øke sitt fysiske aktivitetsnivå fra inaktiv til aktiv. Hvis aktivitetsnivået økes ytterligere, vil gevinsten kunne dobles til 16 kvalitetsjusterte leveår. Antall vunnede kvalitetsjusterte leveår endres med økt alder. Eksempelvis er den potensielle velferdsgevinsten omtrent 8 kvalitetsjusterte leveår, hvis en 20-åring

øker fra inaktiv til aktiv, 3 kvalitetsjusterte leveår for en 60-åring og nærmere 2 kvalitetsjusterte leveår hvis en 80-åring øker aktivitetsnivået tilsvarende.

Et kvalitetsjustert leveår (QALY) er gitt en økonomisk verdi på 588 000 kr i sektor-overgripende samfunnsøkonomiske analyser.

Hvis en tar utgangspunkt i kunnskapen om voksenbefolkningens faktiske aktivitetsnivå som tilsier at 20 prosent er inaktive, 60 prosent er delvis aktive og 20 prosent er aktive slik at de tilfredsstillende myndighetenes anbefaling, viser det seg at det er et stort potensial for økt velferdsgevinst på befolkningsnivå.

Et godt eksempel er at ved å innføre daglig kroppsøving i skolen vil den potensielle velferdsgevinsten i størrelsesorden være 27 ganger tiltakskostnadene, når en ser til et livsløpsperspektiv.

Det er altså store gevinster å hente ved å få en mer aktiv kommune. Store helsegevinster for hver enkelt og store samfunnsøkonomiske gevinster. Det krever en stor innsats, både menneskelig og resursmessig for å få det til. Men det er verdt det. I alt folkehelsearbeid er målet å forebygge mer for å reparere mindre.

Velferdsgevinsten består av flere leveår og økt livskvalitet.



1.9 KOMMUNAL MÅLSETTING

Visjonen og hovedmålet for kommunens utvikling framover er formulert slik:

Værøy, et levende kystsamfunn. Værøy kommune skal være et samfunn hvor det er godt å bo og arbeide i.

Med bakgrunn i lokale og nasjonale mål vil målsettingen for fysisk aktivitet, idrett og naturopplevelser være:

HOVEDMÅL:

Gi alle innbyggerne på Værøy et tilbud om fysisk aktivitet og naturopplevelser ut fra egne forutsetninger og behov, samt etablere et miljø som verdsetter friluftsliv og fysisk aktivitet

Delmål/hensikt:

Kommunedelplanen Fysisk aktivitet og naturopplevelser skal:

- Gi en oversikt over eksisterende anlegg og områder til fysisk aktivitet og naturopplevelser i Værøy kommune.
- Danne grunnlag for planmessig utbygging av anlegg og områder beregnet på fysisk aktivitet og naturopplevelser.
- Være retningsgivende for prioriteringer av spillemidler.
- Være til hjelp for lag og foreninger i deres planlegging.
- Dokumentere kommunens fremtidige behov for bevilgninger innen fysisk aktivitet og naturopplevelser.
- Bidra til å sikre friluftsområder for allmenn ferdsel

Det innebærer at:

*Alle skal gis en livslang interesse for fysisk aktivitet og naturopplevelser

*Kommunen skal legge til rette for at alle kan utøve fysisk aktivitet, idrett- og naturopplevelser.

*Alle skal drive aktivitet ut fra egne ønsker og behov

*Trivsel og livskvalitet er viktig

*Naturen og naturopplevelser er viktig

*Aktiviteten skal være i fokus, og ikke bare anlegg

*Målet er at *mange flere* skal bli *litt mer* fysisk aktive

*Friluftslivet skal styrkes gjennom fortsatt å prioritere enkel tilrettelegging, og da spesielt for det nære friluftslivet. All tilgjengelig informasjon om friluftsliv, kultur og historie skal gjøres lett tilgjengelig for kommunenes innbyggere blant annet gjennom informasjon på kommunenes hjemmesider.



Det skal gjelde for alle grupper i kommunen, i eget nærmiljø eller kommunen for øvrig. Det skal gis gode muligheter til allsidig fysisk aktivitet og naturopplevelser, enten det er lek, friluftsliv, breddeidrett eller konkurranseidrett som er ønskelig. Lavterskeltilbud bør prioriteres.

Værøy har med sin flotte og allsidige natur et svært godt utgangspunkt for utøvelse av et aktivt og variert friluftsliv. Friluftsliv i både nærområdene og utmarka er viktig aktivitet kommuner for folks identitet, livskvalitet og helse. Friluftsliv kan derfor spille en viktig rolle i forhold til forebyggende helsearbeid og gi økt bolyst i kommunene. Utfordringen for friluftslivet vil i fremtiden være å legge til rette for utøvelse, rekruttering og bredde.



Virkemidler for å oppnå målsettingen:

Investere i anlegg:

Det som ligger til grunn for målsettingen om å gi et tilbud om fysisk aktivitet og naturopplevelse til alle er et ønske om å øke trivselen og styrke folks fysiske tilstand. Det er altså økt fysisk aktivitet og naturopplevelse som er målet, men for å oppnå dette er ett av de virkemidlene en må bruke å investere i anlegg for aktivitet og drive disse på en forsvarlig måte. Dette gjelder lekeplasser og balløkker/skøyteløkker, så vel som idrettsanlegg, skoleplasser og andre aktivitetsskapende anlegg. Vi må ha fokus på at anlegg skal etableres i **nærmiljø**, der folk bor. Disse, viser statistikken, blir mest benyttet, og de må ha en **allsidighet** som favner. Ettersom forholdene for vinteridrett på Værøy er noe begrenset, er det viktig å kunne stille til disposisjon lokaler til allsidige aktiviteter i den mørke årstiden. Det må legges vekt på at anleggene bare er et *virkemiddel*. Det er aktiviteten som er målet.

Videreføre arbeid med turstier:

Når det gjelder naturopplevelser vil oppretting av naturstier samt leir- og rasteplasser på naturskjønne steder, fiskeplasser og båtplasser være aktuelle virkemidler. En del av disse anleggene må gjøres tilgjengelige også for fysisk handikappede.

Samarbeid:

For å oppnå best mulig effekt av innsatsen må en samordne aktivitetene og ytelsene til alle som har noe å tilby innenfor fysisk aktivitet og naturopplevelse. Dette gjelder lag og foreninger, så vel som skoler, helsesektor, kommunale etater, Folkehelsekoordinator og FYSAK. Det er også viktig å stimulere enkeltpersoner med kompetanse og interesse til å bidra med gjennomføring av aktiviteter ut fra egne ønsker og forutsetninger.

Kompetanseheving:

Vi må bidra til å *utdanne* personer som kan lede aktiviteter på forskjellige nivåer, både når det gjelder idrett, dans og spesielle aktiviteter for personer med fysiske eller psykiske handikap.

Motivasjon, info og PR.:

I tillegg til å legge forholdene til rette må innbyggerne også *motiveres* til å benytte seg av de mulighetene som finnes. Det vil si at en må avsette midler til å drive *informasjon og markedsføring*. Det er en forutsetning for å øke den frivillige fysiske aktiviteten at tilbudene er gjort kjent for alle i kommunen. Internett er her et medium som kan benyttes, men det må ikke glemmes at dette mediet ikke er tilgjengelig for alle enda. Aktiv bruk av sosiale media og hendige informasjonsbrosjyrer som utdeles til alle husstander kan være brukbare metoder.

Fysak:

Fysak på Værøy er godt innarbeidet. Drives av fysioterapeut. Fysak er aktiv med turstier, hvor man kan ta i bruk av mobilapp for å registrere turer.

Nye aktiviteter:

Motivere og bidra til ny aktivitet er en viktig oppgave. Dette kan være småskala som; hjelpe lag og foreninger vedr søknader om midler. Likeså må den planlagte flerbrukshallen legge til rette for breddeaktivitet. Dette jfr. kompetanseheving. Når ildsjel eller aktivtør skulle dukke opp i kommunen vår, er det viktig at apparatet rundt vedkommende har vilje til å bidra både økonomisk og informativt.

Satsing på trivselsfremmende tiltak som fysisk aktivitet vil kunne føre til:

- Mindre atferdsproblemer og bedre motorisk og kognitiv funksjonsevne hos barn. Dette reduserer utgiftene til sosiale tjenester, barnevern og spesialpedagogiske tiltak.
- At sykefraværet blant de yrkesaktive reduseres. Det samme gjelder deres behov for kurative helsetjenester. Dette medfører bedre kontinuitet på arbeidsplassene og økt effektivitet i næringslivet.
- At unge i etableringsfasen velger å bli boende i hjemkommunen og at utflyttede velger å vende tilbake. Kommunen blir også mer attraktiv når det gjelder å rekruttere nye innbyggere. Alle disse forholdene er vesentlige med hensyn til bosettingsmønsteret og fraflyttingsproblematikken

- Muligheter for en mer naturlig integrering av personer med særskilte behov. Eksempelvis vil slike tiltak være viktige tilbud til mennesker med psykiske lidelser. Behovet for særskilte og ofte stigmatiserende tiltak vil på denne måten kunne reduseres.
- At behovet for pleie og omsorg blant eldre og uføre reduseres.
- Dette vil igjen medføre at innsatsen i pleie- og omsorgstjenesten i større grad kan konsentreres om de mer omfattende og kompliserte problemstillingene.
- At vi kan utsette de eldres behov for heldøgns- pleie og omsorg med flere år. Dette vil innebære store årlige besparelser i det offentlige helsevesenet.

- Hensynet til enkeltindividet, livskvalitet og samfunnsøkonomi tilsier derfor at vi ikke har råd til å la være å planlegge og tilrettelegge for en bred satsing på fysisk aktivitet og derigjennom en bedre helse.
- Det offentlige må stimulere og videreutvikle innsatsen innen forebyggende og helsefremmende arbeid. Det er viktig at dette skjer i samarbeid med frivillig sektor og næringslivet.

2.0 FORHOLD TIL ANDRE PLANER

FORHOLDET TIL ANDRE PLANER I KOMMUNEN

Alle kommunedelplaner skal forankres i kommuneplanens samfunnsdel. Folkehelse skal i plansammenheng behandles på tvers av sektorer og fagfelt, og skal tas hensyn til i alle kommunale planer (jf. Folkehelseloven). Det skal tenkes "helse i alt vi gjør".

Dette plandokumentet er en tversektoriell kommunedelplan som inngår i samlet kommuneplan for Værøy kommune. Det er viktig at handlingsdelen synkroniseres/samkjøres med planer som har relevans/sammenheng.

Flere av de eksisterende kommunale sektorplaner omhandler temaer som på ulike måter henger sammen med satsing på fysisk aktivitet, trivsel og helse.

Delplanene er knyttet opp mot kommunens økonomiplan, men ikke samordnet når det gjelder målsettinger og tiltak på beslektede områder.

Den videre utvikling av fysisk aktivitet og friluftsliv i Værøy kommune må være basert på en helhetlig tenkning der relevante mål og tiltak fra de ulike delplanene koordineres i et samlet dokument for forebyggende og helsefremmende tiltak. Slik samordnet planlegging er en grunnleggende forutsetning for å skape aktivitet og deltakelse på tvers av generasjoner og interesser. Dette betyr at idretts- og friluftsplenen må forankres i andre aktuelle offentlige dokumenter.

I arealplan for Værøy kommune står flg. om: Friluftsliv og rekreasjon

Værøy kommune vil tilgjengeliggjøre naturen og fjellene for alle innbyggere. Det er gjennomført kartlegging og verdsetting av viktige friluftsområder etter miljøverndepartementets veileder M98, dette er lagt til grunn for vurdering av hensynssoner sammen med registreringer gjennomført i forbindelse med kommunedelplan for fysisk aktivitet og friluftsliv. Svært viktige og viktige friluftsområder (jf. Nordlandsatlas) er lagt inn i planen med hensynssone friluftsliv H_530, med unntak av enkelte områder som f.eks. ligger over byggeområder.

Friluftsliv og rekreasjon er viktige tema, men registreringene finnes ikke i digital form. Det bør derfor gjennomføres en samordnet registrering og innlegging i digital form for hele kommunen. Områder med stor regional eller nasjonal verdi bør prioriteres, men områder av lokalverdi bør også registreres.

Allmennhetens tilgang til friarealer skal sikres, spesielt skal det tas hensyn til naturstier og strandsonen.

Værøy kommune har vedtatt Kommunedelplan for fysisk aktivitet og naturopplevelser.

Friluftsliv og rekreasjon er tema i verdi- og konsekvensvurderingen.

Det finnes ikke Statlig sikre friluftsområder i Værøy kommune.

For å ivareta de unike mulighetene Værøy har som aktivitets- og opplevelsesarena, både for befolkningen i kommunen og for besøkende, ønsker kommunen å utrede mulighetene for et regionalt samarbeid vedrørende en kartlegging av friluftsområder i.h.h.t DN-håndbok nr 25.

De mest brukte turløypene går fra Heimretusen til Måstad ad gammel boligadkomstveg og videre til Måstadheia, samt fra Sørland over Hornet til Heimretussen, fra Sørland til Håheia, og fra Heimretussen til Håheia. Det går også turstier inn over sletta på Sørland mot foten av Gjerdheia.

Andre planer som grenser til eller overlapper(listen ikke oppdatert)

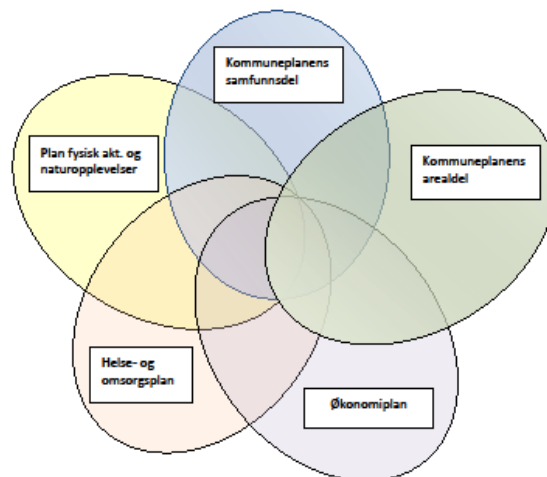
- Helse og omsorgsplan 2018-2030
- Kompetanseplan for skoler og barnehager(2013/2009)
- Arealplan (kommuneplanens arealdel) (2012-2021)
- Boligplan (2014, Jf. Husbanken) (2014)
- Havneplan(vedtatt 2005)
- Verdisetting av friluftsområder(2014)
- Økonomiplan
- Plan for fysisk aktivitet og naturopplevelse(2013)
- Rusmiddelpolitisk handlingsplan(2016-2021)
- Opptappingsplan for fysisk helse 2006-2008
- Klima og energiplan 2010
- Helhetlig forvaltningsplan 2010
- Plan for helsemessig og sosial beredskap 2005-2008
- Trafikksikkerhetsplan 2016-17
- Plan for Ferdsselsårer 2023

Andre planer og utredninger som har relevans:

- Kartlegging av friluftslivsområder(2014)
- Idrettens Anleggsplan 2012-2015, Nordland idrettskrets
- Handlingsplan folkehelsearbeid 2013-2016, Nordland fylkeskommune
- Veileder Helsefremmende barnehager
- Veileder helsefremmende skoler
- Plan for naturmangfold(ute på høring h 2024)

For øvrig skal det tas hensyn til folkehelse, idrett og friluftsliv ved løpende planutvikling i kommunene, både planstrategi og kommunedelplaner og tema/fagplaner. Folkehelse blir et felles tema og dreiepunkt for videre planutvikling i Værøy.

Som illustrasjonen under viser – henger planene sammen og griper inn i hverandre.



Værøy kommune vil i fremtidig rullering og revidering av kommuneplanen langsiktige del og arealdelen vektlegge bl.a. de arealbehovene som idrett og friluftsliv har fremover. Det vil i planprosessen bli lagt opp til at slike hensyn kommer godt frem.

Videre vil kommunen i økonomiplan og løpende saksbehandling av søknader som omhandler arealbruk ha fokus på betydningen av å sikre gjennomføring av de vedtatte planer for friluftsliv og idrett. Her vil den pågående kartlegging og friluftsområder bli vektlagt.

FYLKESKOMMUNALT PROSJEKT: VERDISETTING AV FRILUFTSOMRÅDER:

Fylkeskommunen har iverksatt et omfattende kartleggings- og verdsettingsarbeid av friluftsområder. Da med særlig vekt på de tettstedsnære områdene.

Hensikten med kartleggingen er todelt; få folk mer ut i naturen og gi kommunene et godt verktøy når de skal vurdere friluftsområdene før eventuelle utbygginger og båndlegginger.

Med disse kartene i bunn, kan det deretter utarbeides sti- og løypeplaner – før skilting i regi det nasjonale turskiltprosjektet realiseres. Sistnevnte prosjekt går parallelt med kartleggingen. Det kan ut av dette kartleggingsarbeidet også komme konkrete tiltak; som universell utforming, slik at også bevegelseshemmede kommer seg ut i naturen eller ned i fjæra.

Prosjektet er treårig og i regi av Nordland fylkeskommune. Kartene med dokumenter vil etter som de er digitalisert, legges ut på hver enkelt kommunes hjemmeside – fullt lesbare for folk flest og finnes på felles portal: www.naturbase.no.

Vår kommune ble ferdige med kartleggingsarbeidet på et relativt tidlig tidspunkt etter et langt og omfattende samarbeid mellom kulturkontoret og folkehelsekoordinator samt innspill fra brukerne. Kartleggingen brukes i utarbeidelsen av ferdselsåreplanen(2023).

Resultatet av denne kartleggingen vises under kapittel 3.5.1

PLAN FOR SKILTING OG MERKING AV STIER OG TURLØYPER

Turskiltprosjektet er et nasjonalt skilt- og merkeprosjekt der Gjensidigestiftelsen og fylkeskommunene i fellesskap gir økonomisk støtte til merking, skilting og informasjonstiltak knytta til turruter. Tiltakene skal være i overensstemmelse med retningslinjer for prosjektet ([Merkehåndboka](#)).

Kulturkontoret har søkt og fått midler flere år av Gjensidigestiftelsen for å utarbeide plan for skilting av turløyper på Værøy. Det innbefattet i første omgang å lage 10 infotavler og 23 skilt for de mest brukte og aktuelle turløypene på øya. Arbeidet gjøres i samarbeid med Lofoten friluftsråd og man skal bruke felles mal for utforming av skiltene. Bl.a. skal løypene måles og graderes mht. vanskelighetsgrad.

Turløypene skal også logges på GPS og disse skal legges inn på en felles portal samt at det lages turkart på papir. Arbeidet med utformingen har pågått en god stund og har vært arbeidskrevende. Vi begynte med å sette opp tavler og skilt i 2015 og ytterligere skilting/merking ble gjennomført i 2017-18. Arbeidet ledes av kulturkontoret. I 2018-20 ble om lag 50 nye skilt og over 25 infotavler bli montert.

I dag er det ca. 40 uliketavler og vel 100 turskilt montert rundt om på øya.

Informasjon om løyper og stier vil bli offentlig tilgjengelig, og skal inn på en felles informasjonsportal. Det er også en egen mal for informasjonstavler for turene. Forhåpentligvis vil merkingen framover bidra til å øke aktiviteten i turløypene. Det har vært avholdt eget kurs i skilting på Værøy i regi av Lofoten friluftsråd – og etter hvert kommer også kurs i bruk av gps og digital logging av turløypene.

Det vil være en felles, internasjonal fargekoding av stiens eller løypens vanskelighetsgrad.

I tillegg vil det komme skilt med utfyllende informasjon ved inngangen til hvert turområde og markedsføring, turkart, papirutgave og lagring digitalt av tur-ruter/stier.

Oversikt merkede og planlagt merkede løyper/områder – se kapittel 3.5.2



2.1 RESULTATVURDERING AV FORRIGE PLAN

2.1.2 ORDINÆRE OG NÆRMILJØANLEGG

2.1.3 FRILUFTSANLEGG

2.1.4 PRIORITERT TILTAKSDEL

2.1.5 UPRIORITERT LISTE LANGSIKTIGE TILTAK



2.1.2 PRIORITERT PLAN FOR ORDINÆRE OG NÆRMILJØANLEGG

PRIORITET	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	ANSLÅTT KOSTNAD(tusen)	PLANLAGT FERDIG
	FLERBRUKSHALL	VÆRØY KOMMUNE	50 000	2024
	FOLKEHELSEPARK	VÆRØY SKOLE	578	?
	FAMILIEPARK SPONGA	KOMMUNE/LAG /FORENINGER	?	?
	BADERAMPE SKARSURSAND OG NORDLANDSHAGEN	KOMMUNE LAG/FORENINGER	IKKE BEREGNET	2021-2022

Flerbrukshall med treningsstudio er nå realisert og kan snart tas i bruk. Flerbrukshall vil kunne dekke/gi tilbud til mange aktiviteter som fotball, håndball, volleyball, basketball, tennis, badminton, friidrettsaktiviteter, evt. miniatyrsskytebane (25M), bueskyting, klatring, turn, kampsporter etc. Behovet for et slikt bygg er også stort innenfor andre kultur/samfunnsaktiviteter.

2.1.3 PRIORITERT HANDLINGSDEL FRILUFTSANLEGG

PRIOR	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	ANSLÅTT KOSTNAD (tusen)	PLANLAGT FERDIG
	SERVICEANLEGG SKARSVOLLSANDEN	VÆRØY KOMMUNE	UKJENT	2025-2026
	FLERE SITTEGRUPPER I TUROMRÅDER	VÆRØY KOMMUNE	DUGNAD/PROSJEKT	2025
	VEDLIKEHOLD/VEGETASJONS-SKJØTSEL OG RASRYDDING AV STI EIDET-MÅSTAD	VÆRØY KOMMUNE	10-20/ÅRET	ÅRLIG
	FLERE GAPAHUKER(SØRLANDSHAGEN...	VÆRØY KOMMUNE	SØKE TILSKUDD	2021-2023
	UTKIKKSPUNKT HEIA	VÆRØY KOMMUNE	IKKE KOSTNADSBEREGNET	2021-23
	GRILLHYTTE SØRLAND/NORDLANDSHAGEN	VÆRØY KOMMUNE	30-40stk	2021-2023
	SANSEPAK	VÆRØY KOMMUNE	Eksterne midler/dugnad	2021
	LYSLØYPE TURSTIEN :SKIFTE TIL LEDLYS	IDRETTSLAG	300	2024

Resultat: Servicehus Rømdalen ferdig 2023. Flere infotavler/skilt montert. Utsifting av ledlys til Turstien ferdig. Noen nye sittegrupper montert.

2.1.4 PRIORITERT TILTAKSDEL FOR Å FREMME FYSISK AKTIVITET

PRIORITET	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	ANSLÅTT KOSTNAD	PLANLAGT FERDIG
	FRILUFTSSKOLE	KOMMUNE/FRILUFTSRÅDET		ÅRLIG
	TURKART VÆRØY	VÆRØY KOMMUNE		2021-
	FOLKEHELSEUKE	FOLKEHELSEKOORDINATOR		ÅRLIG
	TRIM FOR ELDRE	FOLKEHELSEKOORDINATOR/ELDRERÅD		ÅRLIG
	HEIALØPET	VÆRØY KOMMUNE		ÅRLIG
	NYTT BEHANDLINGSUTSTYR	FYSIOTERAPEUT/KOMMUNE		?

Resultat: Friluftsskole årlig. Parkering Nordland.

2.1.5 UPRIORITERT LISTE LANGSIKTIGE TILTAK OG ANLEGG

PROSJEKT:	EIER	ANSLÅTT KOSTNAD	PLANLAGT FERDIG
LANDINGSPLASS BÅT PUINN SANDEN	VÆRØY KOMMUNE		
GRILLHYTTER SØRLANDSHAGEN+ NORDLANDSHAGEN	GRUNNEIERLAGET	50000 pr enhet	
STATS-STØA MÅSTAD	(KYSTVERKET)		
LEKEPLASS TYVNES	UAVKLART	UKJENT	
PLANTEFELTET SKOGSKJØTSEL	VÆRØY KOMMUNE		Påbegynt gml platefelt
UTBEDRING BJØRKA STI	FORSVARET		
BASKETSTATIV SKOLEPLASSEN	VÆRØY KOMMUNE		
TURSTIEN(SNARVEI PÅ MIDTEN)TIL VANNHUSET	VÆRØY KOMMUNE		
KLUBBHUS/LOKALE MOTORKLUBB	VÆRØY KOMMUNE KLUBB/LAG		
SIKRING OG LYS TUNELL HEIA	FORSVARET		
KURSING DIVERSE VANNAKTIVITETER: DYKKING, KAJAKK, SURFING MV.	LAG/FORENINGER		
AKTIVITETSAPPARATER SITTEGRUPPER, GRILL VED SKATEBANEN	VÆRØY KOMMUNE		
ORGANISERT LUFTE- OMRÅDE HUND SØRLANDSHAGEN	GRUNNEIERLAGET?		
SANDVOLLEYBANE VED SKATEPARKEN	VÆRØY KOMMUNE		
SANITÆRANLEGG SKARSUNDSANDEN	VÆRØY KOMMUNE OG LAG/FORENING		
GOLFBANE NORDLANDSHAGEN	GRUNNEIERE ELLER PRIVATE/LAG		
HINDERLØYPE SKOLE	VÆRØY KOMMUNE	UKJENT	

Resultat: Noe skogskjøtsel i Plantefeltet etter stormskader



Del 3 Anlegg

3.0 ANLEGG – BESKRIVELSE AV DAGENS SITUASJON

3.1 ORDINÆRE ANLEGG

3.2 NÆRMILJØANLEGG

3.3 FRILUFTSLIV(+KARTLEGGING FRILUFTSOMRÅDER+SKILTPROSJEKTET)

3.4 KULTURBYGG

3.5 TURLØYPER/STIER/FRILUFTSOMRÅDER

3.0 ANLEGG – BESKRIVELSE AV DAGENS SITUASJON

Kulturdepartementet har et anleggsregister (idrettsanlegg.no) som omfatter anlegg eller tiltak for friluftsliv som er gitt tilskudd av spillemidler og planlagte anlegg. Friluftslivsanlegg er registrert så langt det er funnet hensiktsmessig.

Værøy kommune har 13 registrerte idretts- og nærmiljøanlegg, hvorav 7 i bruk. De fleste av disse er finansiert med tilskudd fra spillemidlene og dugnad/egenkapital. Det betyr at Værøy kommune og lag/foreninger som har mottatt spillemidler har gitt garanti for at anleggene kontinuerlig blir **vedlikeholdt** i 10 år (forenkla spillemidler), 20 år (nærmiljøanlegg) eller 40 år (idrettsanlegg). Vedlikeholdet blir særlig viktig i kommunedelplanen. Bruksrett for allmennheten er sikret gjennom tinglyste avtaler.

Generell situasjonsbeskrivelse

Lokale ildsjeler og lag / foreninger har i lang tid vært pådrivere og har gjennom sine aktiviteter sørget for at Værøy kommune har et minimumstilbud. Fra Værøy kommune sin side har innsatsen ikke hatt samme nivå. Årsaken har trolig vært mangelfull oppfølging av planer samt vanskelig økonomi og fokus på sammenhengen mellom fysisk aktivitet og helse. Byggingen av idrettshallen i kommunal regi vil bety en nye og større muligheter for aktivitet.

Det er videre store variasjoner når det gjelder areal- og anleggssituasjonen for de ulike aktiviteter og brukergrupper.

Områder og tilrettelegging for friluftsliv og områder for lek i nærmiljøet kunne også vært mer tilfredsstillende.

Nærmiljøanlegg

Det er et klart behov for en langsiktig planlegging av utbygging av nærmiljøanlegg.

Dette bl.a. for å stimulere lag/foreninger til utbygging av anlegg og for å sikre forsvarlig drift og vedlikehold av anleggene.

Det er viktig med utbygging av nærmiljøanlegg nært boligområdene.

Idrettsanlegg

Nordland fylkeskommune har satt opp en norm for anleggsdekning innenfor idrettsanlegg.

Kommunen får nå et kommuneanlegg som dekker behovet for konkurranser på kretsnivå for aktiviteter med stor utbredelse i kommunen.

På dette området får vi nå muligheter til nye aktiviteter i den nye flerbrukshallen.

Ny drift av svømmehallen vil også bidra til økt aktivitet og muligheter.

Friluftsanlegg

I kommunen er det rike muligheter til ulike aktiviteter som roing, fiske, turer av ulik vanskelighets grad, bading, bærplukking, padling, seiling, klatring o.s.v.

Behovet for godt og variert tilrettelagt friluftsliv er stort selv om situasjonen er blitt noe bedre de senere år.

Innenfor friluftsliv har kommunen påbegynt flere prosjekt for å tilrettelegge i forhold til tilreisende og lokalbefolkningen, men det er ennå mye som bør gjøres – for eksempel sikring av stier, sanitæranlegg/renovasjon mv. I forhold til reiseliv er det også viktig at bedrifter tilknyttet reiseliv er med og bidrar med tilrettelegging.

Det er i liten grad tilrettelagt for sjøaktiviteter, bortsett fra anlegget til den lokale båtforeningen og kommunal flytebrygge.

Det er i senere år i noen grad tilrettelagt med tiltak for økt friluftaktivitet innenfor barnehagene og skoleverket. Begrensede stimuleringstiltak innenfor de kommunale budsjetter.

Innbyggerne på Værøy er gjennom de tradisjonelle kystnæringene mer knyttet til sjøen enn nordmenn flest. Dette gir seg bl.a. uttrykk i et gjennomgående næringsrettet friluftsliv. Friluftslivet er i hovedsak knyttet til båtbaserte aktiviteter og landbaserte aktiviteter i hovedsak turer på vei, sti og utmarker.

Stadig flere grupper tar kysten i bruk til friluftslivsformål, samtidig som friluftslivet blir mer variert. Et merkbart trekk i utviklingen er en dreining mot mer opplevelserettede aktiviteter.

Reiseliv og turisme er et satsningsområde. Kommunen vil i det videre arbeid rette oppmerksomheten mot kommersiell utnytting av de rike friluftsmulighetene – i samarbeid med reiselivsnæringen. Viser til plan for Reiseliv og Cruiseturisme.

Dette vil inngå som et ledd i arbeidet med å øke sysselsetting og stabilisere bosettingen.

Utstyrssentral:

Folkehelsekoordinator har fått innkjøpt utstyr fra tilskudd for å utjevne sosiale ulikheter og organiserer utlån hele året til fastboende. Utstyret gjør det mulig for mange å drive med aktiviteter som ellers ville ha blitt for kostbart for den enkelte å kjøpe inn utstyr til.

3.1 Ordinære anlegg(eksisterende og nedlagte)

ANLEGGSSNAVN	NR.	STATUS	BESKRIVELSE	TYPE ANLEGG	TILSTAND
Værøy Flerbrukshall	0501	Under ferdigstilling	Flerbrukshall	Flerbrukshall	Ferdigstilles 2024
Værøy kultursal	0301	Ny	Tidligere Gymnastikksal	Kultur	Renovert. Endret bruksområde
Værøy svømmebasseng	0302	Eksisterende	Bad og svømmeanlegg	Svømmebasseng	Ny 1968. Tas i bruk igjen okt 2024
Værøy kunstgressbane	0104	Eksisterende	Kunstgressbane	Fotballbane	Granulat må kanskje skiftes

Merknader:

Som det fremgår av oversikten – *idrettshall/flerbrukshall* ferdigstilles 2024. Størrelse 45x25m. Justert plan fra 1998. Tiltakshaver er Værøy kommune.

Skolens flerbrukshall/gymsal fra 1968(areal 20x10m) ble tidligere brukt i undervisningen og av lag/foreninger. Endret bruk til **Kultursal**

Kultursalen dekker behov for en kulturell «Storstue» for Værøy kommune med mulighet for undervisningslokaler for enkelte fag som skolen nå mangler. Oppgradering av skolens gamle del har medført at man har nødvendige lokaler til bl.a. håndverksfag og musikk.

Realisering av Flerbrukshall er gjort gjennom å bruke skolebyggets nyrenoverte garderober, trapperom med heis, fellestoletter og tekniske anlegg for ventilasjon, elektro og rør. Spinning er også etablert i Skolens lokaler.

Værøy svømmebasseng(12,5x8,5m) var stengt fra 2007 og i denne 10-års perioden var det ikke noen form for svømmeopplæring på øya. Svømmehallen er nå rehabilitert og ble satt i ordinær drift igjen i 2018. Kommunen har fått innvilget spillemidler til prosjektet. Åpnes for ny drift høsten 2024.

Værøy kunstgressbane(100x65m) ble bygd i 2011 og etterhvert lyssatt med gjerde rundt og klubbhus. Værøy Idrettslag leier banen og har stor aktivitet i alle aldersgrupper. I god stand, men noe vedlikehold i forhold til kunstgresset påkrevd. Evt. nytt granulat.



3.2 Nærmiljøanlegg(eksisterende og nedlagte)

ANLEGGSSNAVN	NR.	STATUS	BESKRIVELSE	TYPE ANLEGG	TILSTAND
Værøy ballbinge	0303	Eksisterende	Aktivitetsanlegg	Ballbinge	Ny 2007. Brukes mye
Være skate/BMX-bane	0701	Eksisterende	Aktivitetsanlegg	Bane for skating/BMX	Ny 2015
Værøy paintball		Pause	Aktivitetsanlegg	Område for paintball	Planlagt oppstart 24

Merknader:

Værøy ballbinge(23x16m) bygget 2007 av Værøy Idrettslag. Dekke og kabler må oppdateres. Høy brukerfrekvens.

Værøy Skate/BMX(12x25m)bygget av Værøy skate/BMX klubb i 2005. Brukerfrekvens – naturlig nok væravhengig/sesongbetont.

Værøy Paintballklubb i samarbeid med Værøy kommune/kulturkontoret. Ingen aktivitet for tiden, planlegges ny oppstart høsten 2024.

3.3 Friluftsliv

ANLEGGSSNAVN	NR.	STATUS	BESKRIVELSE	TYPE ANLEGG	TILSTAND
Værøy skileikeområde	0402	Eksisterende	Aktivitetsanlegg	Skileikeanlegg	Ikke ferdig
Værøy tursti	0401	Eksisterende	Tursti	Friluftsliv	Brukes mye. Lysløype

Merknader:

Værøy skileikeområde bygd 1996 lokalisert i Rømdalen. Lysløype.

Værøy tursti(2,8 km) bygget 1999 av Værøy Idrettslag. Lysløype. Høy brukerfrekvens. Har anlagt sittegrupper underveis. Brukes hele året rundt. Fungerer også for sykkelturner og rullestol. Årlig vedlikehold påkrevd mht. underlag. Ledbelysning ferdig sommer 2024.

3.4 Kulturbygg

ANLEGGSSNAVN	NR.	STATUS	BESKRIVELSE	TYPE ANLEGG	TILSTAND
Værøy Idrettshus	0201	Eksisterende	Idrettshus	Idrettshus	Bra vedlikeholdt

Merknader:

Værøy Idrettshus ble bygget i 1927 av Værøy Idrettslag. Areal 243m². I god stand. Brukes i mange sammenhenger – også utleie til private og andrelag/foreninger til arrangement. En god del påkostet senere år – både utvendig og innvendig(nytt kjøkken mv.)

3.5 TURLØYPER/STIER/FRILUFTSOMRÅDER

3.5.1 Turløyper/stier/friluftsområder(ikke anleggsregistrert)

Registrerte stier/friluftsområder i prosjektet «**Verdisetting av friluftsområder**). Mer opplysninger finnes på **naturbase.no**

OMRÅDE	BESKRIVELSE
Tursti - Tursti Idrettslaget	Gruslagt 2,8 km tursti langsmed fjellet forbi lite skogsområde. Lite kupert
Korridor Eidet-Måstad	Adkomstvei/sti fra Eidet til Måstad. Gammel ferdselsvei. Rasfare
Korridor Breivik til Kalvskaret	Lett tursti opp Breivikdalen med destinasjon Nordlandsnupen eller Gjerdheia
Kvalneset/Kvalnesodden	Kupert område nært sjøen med sti til Fyret ytterst på Kvalnesodden
Rømdal/Hornet/Heia	Tur-og utfartsområde Rømdalen, Hornet og Heia
Hornskaret	Gammel ferdselsvei fra Nordland til Sørland
Korridor Breivik til Kalvskaret	Lett tursti opp Breivikdalen med destinasjon Nordlandsnupen eller Gjerdheia
Eidet	Område med lite fuglefjell og gamle tufter
Måstad-Måstadheia	Gammel sti/ferdselsvei til fuglefjellet/bærplukking/sauehold for Måstadfolket
Eidet-Kalkomnan(fuglefjell)	Sti ut til lite fuglefjell(krykkje).
Håheia-Eidet	Krevende sti fra Håheia ned til Eidet og evt. videre til Måstad
Korridor Hornet-Gjerdheia	Korridor fra Hornet til området Gjerdheia/evt. videre til Breivika
Sørlandshagen	Flatt turområde med mange stier og forekomst av rullestein. Badeplass. Særegen strandkvalitet/landskapsform.
Eidet-Slettstranda	Del av gml ferdselsvei til Måstad. Mulighet for avstikkere ned til fjæra og små strender
Skjersvika/Vallbergtind/Gullaksla	Område rundt Skjersvika samt fjellene Valbergtind og Gullaksla. Fra fjære til fjelltur
Tjuvberget/Gangskardet	Lekeområde+Gml. Kirkeveg opp til Gangskardet

Sållbotstinden-Svinkammen	Til dels krevende og bratt. Topptur i nærmiljøet
Værøy Gamle Fyr	Gml. ferdselsvei ut til Værøy Gamle Fyr(ikke i bruk). Skal tilrettelegges.
Muskaret-Værøy gamle kirke	Gml. ferdselsvei gjennom Muskaret til den gamle Kirken på Nordland
Slettstranda-Skiphalsen	Del av gml ferdselsvei til Måstad. Mulighet for avstikkere ned til fjæra og små strender
Korridor Kalvskaret-Gjerdheia	Del av kupert fjellside for å komme seg videre til Gjerdheia/Hornet
Nordlandsnupen m/stier	Fjellside med stier med adkomst til Nordlandsnupen. Til dels krevende terreng(spesielt siste parti mot toppen)
Nordlandshagen(område)	Stort område med lettere turterreng og mange stier
Tverrberget østsiden	Bærturterreng med plantet skog og kulturminner
Atkomstvei Sponga-tursti	Atkomstvei/Snarvei fra bebyggelse/barnehage til tursti
Atkomstvei Skolen-Åtteveien	Atkomstvei Åtteveien-Skolen
Atkomstvei skolen-kommunesenter	Atkomstvei kommunesenter-bebyggelse bak skolen
Hanslistrand/Avløysneset Mosken	Liten sandstrand og mulighet for adkomst for båt
Puinn' Sanden	Badestrand 700m lang med hovedatkomst fra sjøen(sandstrand)
Lamholmen(naturhamn) Nordland	Tidligere viktig havn/nødhamn for fiskebåter
Skarsvollen	Populær liten badestrand nær vei og parkering – på veien til Breivik/Nordland
Breivika - strand	Sandstrand/bading i Breivika (liten grend med mye historie) og ingen fastboende p.t.
Nevan - strand	Liten badestrand nær Breivika
Skolen	Leke og rekreasjonsområde tilhørende skolen. Asfaltert og flatt grønt område
Idrettsplassen	Kunstgressbane og ballbinge
Barnehagen	Uteområde på barnehagen
Fjære Stølen/Brønnsvika	Spesiell sone med stor kulturhistorisk verdi
Langholmen(Korneliusodden)	Lett tilgjengelig holme i nærområde brukt av barnehagen
Måstad(område ved bebyggelse)	Fraflyttet fiskevær og fuglefangergrend med spesiell forhistorie
Parkområde v/Sponga	Område avsatt med klausul for park. Planlagt søknad skate/BMX-bane

Slettstranda	Strandsone egnet for rekreasjon/overnatting underveis til Måstad
Sørsanden-Yttersanden Mosken	Turområde på Mosken. Tidl. beiteområde for sau. Ubebodd
Svarven	Holme med hytte bygd for overnatting i forbindelse med fiske i Moskstraumen i gamle dager
Plantefeltet(Marka-området)	Lite skogsområde plantet rundt 1930 med bål plass og sittebenk
Sørvika/Bensvik/Grindvika	Turområde med noe industriell aktivitet
Vika-Kvalnes	Turområde med mange opplevelseskvaliteter langs strandsonen. Noe utfordrende enkelte partier
Kirkegårdsstranda(Ebergan) ved kirkegården på Nordland	Ca. 800 m lang sandstrand v/kirkegården med utsikt mot Mosken og Lofotveggen
Strand Skiphalsen	Sandstrand 300m med tilrettelagt parkering, toaletter, vann og septik(bobil)
Teisthammeren(hamneanlegg)	Havneanlegg m/molo og brygge. Overtatt av Nordland grunneierlag
Område på Tyvnes v/moloen	Avsatt i arealplan for aktivitet for ungdom/industriformål. Ikke i bruk
Molo Tyvnes	Betongdekke og beskyttet av mur. Lengde 500m. Egner seg godt som turområde. Kommunal flytebrygge nært molo.
Molo/kai-område i Røstnesvågen	Kai og molo-område for småturer og fiske(fra land)
Tjern Torvågan	Område med små tjern brukt til lek/rekreasjon for barn. Noe gjengrodd.
Hundholman(naturvernområde)	Naturvernområde med spesiell forhistorie og restriksjoner. Brukt som nødhamn tidligere
Holmen v/Austervågen	Rekreasjonsområde med potensiell bruk for trial/BMX
Rullebane/flyplass Nordland	Ikke i organisert bruk. Mulighet for bruk med fjernstyrte biler/fly/droner/Gocart?
Gjerdheia	Fjellplatå, tidligere brukt til sauebeite
Småbåthavna	Tilrettelagt småbåthavn med gjesteplasser(eier Båtforeningen)
Områder utsetting kajakk/kano	4 områder egnet for utsetting av kano/kajakk, men foreløpig ikke tilrettelagt
Områder strandhugg kajakk	Områder egnet for ilandstigning med kano/kajakk
Adkomstvei til Turstien	"Snarvei" til Idrettslagets tursti. Halverer turstien. Trenger klopping el.l.

Kvitsanden ekskursjonsområde	Område brukt av skolen til ekskursjon og nærtur i lokalmiljøet
Snarvei Sjyen-Skippergata	Snarvei mellom Sjyveien og Skippergata
Strandområde/sjøområde	Område vest for Langholmen. Brukt til aktivitet for barn/barnehage
Leke/område Tyvnes	Område påbegynt til lekeareal på Tyvnes
Strandområde/sjøområde	Område vest for Langholmen. Brukt til aktivitet for barn/barnehage
Snarvei Idrettshuset/kunstgr.	Snarvei mellom Idrettshuset og Kunstgressbanen
Raakhalsflua	Fiskeplass
Høgtunskallene	Fiskeplass
Toppskallene	Fiskeplass
Rørliskallene	Fiskeplass
Storfjeldbøen	Fiskeplass
Brandsgrunn+Møkkelgaaren+Grunderegga	Fiskeplass
Steinsgrunnen	Fiskeplass
Måstadvika-området	Fiskeplass
Fausken	Fiskeplass
Moskenskallen	Fiskeplass
Skjersvika	Fiskeplass
Område sør for Nupneset	Fiskeplass
Nordlandsflag	Fiskeplass

Merknader:

I naturbase.no er områdene i kartleggingen verdsatt i følgende verdiklasser: A Svært viktig-, B viktig og C registrert friluftslivsområde. Andre kriterier var brukerfrekvens og hvilke grupper som bruker området. I tillegg vurdert opplevelseskvaliteter; har området spesielle natur- eller kulturhistoriske opplevelseskvaliteter? Har området et spesielt landskap? Har området en spesiell symbolverdi eller funksjon? Er området spesielt godt egnet for en eller flere enkeltaktiviteter som det ikke finnes like gode alternative områder til? Er området tilrettelagt for spesielle aktiviteter eller grupper? Kunnskaps-verdier; er området egnet i undervisningssammenheng eller har området spesielle natur- eller kulturvitenskaplige kvaliteter? Er området inngrepsfritt? Utstrekning; er området stort nok for formålet? Har området et godt lydmiljø? – mulighet for stillhet og naturopplevelse?

3.5.2 Merkede turløyper/stier(ikke anleggsregistrert.)

Turskiltprosjektet er et nasjonalt skilt- og merkeprosjekt der Gjensidigestiftelsen og fylkeskommunene i fellesskap gir økonomisk støtte til merking, skilting og informasjonstiltak knytta til turruter. Tiltakene skal være i overensstemmelse med retningslinjer for prosjektet ([kriterier](#) og [manual](#)) og [Merkehåndboka](#).

Kulturkontoret har søkt og fått midler av Gjensidigestiftelsen for å utarbeide plan for skilting av turløyper på Værøy. I første omgang ble det laget 8 infotavler og 23 skilt for de mest brukte og aktuelle turløypene på øya. Arbeidet ble gjort i samarbeid med Lofoten friluftsråd og man bruker felles mal for utforming av skiltene. Bl.a. ble løypene målt og gradert mht. vanskelighetsgrad. Turløypene skal også senere logges på GPS og disse skal legges inn på en felles portal samt at det lages turkart på papir. Arbeidet med utformingen har pågått en god stund og har vært arbeidskrevende. Vi begynte med å sette opp tavler og skilt i 2015 og ytterligere skilting/merking gjennomført i 2017-20. Arbeidet ledes av kulturkontoret.



Informasjon om løyper og stier vil bli offentlig tilgjengelig, og skal etter hvert inn på en felles informasjonsportal. Det er også en egen mal for informasjonstavler for turene. Forhåpentligvis vil merkingen framover bidra til å øke aktiviteten i turløypene.

Skiltene utformes slik at de også skal fungere godt for svaksynte. Videre gis det en felles, internasjonal fargekoding av stiens eller løypens vanskelighetsgrad.

Det er i alt nå montert ca 120 skilt på øya – og flere vil bli montert i 2021. Etter hvert behov for vedlikehold av gamle skilt.

I tillegg vil det komme skilt med utfyllende informasjon ved inngangen til hvert turområde, turkart, papirutgave og lagring digitalt av tur-ruter/stier.



Eksempel på infotavle:



MÅSTADFJELLET





• Du er her. Avstander til: Reka 0,7 km (0,5 time) Måhornet 1,8 km (1 time) Måstadheia 1,8 km (1 time)

Turbeskrivelse: Sti fra sørenden av Måstadgrenda i nærheten av Brønnhuset opp til Måstadjellet. Stien er godt synlig, smal og stedvis luftig og bratt. Stien er sleip i fuktig vær, vær forsiktig. Når man er kommet opp på fjellet til Reka (stikkryss), kan man enten gå sørover mot Måhornet (439 m.o.h.) eller nordover mot Måstadheia (407 m.o.h.). Fra Måstadheia er det utsikt til fuglefjellet med Lundeura.

Måstadjellet er naturreservat med spesiell verdi og regler knyttet til områdets funksjon som hekkeområde for en rekke fugleljangsarter. Rundt hele området er det forekomster av hekkende sjøfugl som lunde, krykkje, alke og lomvi.



Utsekk mot måstadjellet

the nesting cliff and Lundeura mountain area from Måstadheia.

Måstadjellet is a nature reserve with special values and rules for the area, in which a number of bird species nest. Around this area, there are lots of nesting seabirds such as puffins, kittiwakes, razor-billed auks and common guillemots.

Up until the 1950s, 150 people made their living from fishing, farming and hunting in Måstad (now vacated). Puffin hunting with the unique Norwegian Lundehund (Puffin Dog), along with collecting eggs in the nesting cliffs, played an important part in making a living.

Århunderavtaler/ vilkår og beting.

- Du kan forlate fott utmark til fott.
- Fri ferdsel skal ikke være til vesen eller utprege for andre, eller for planter og dyr.
- Vis hensyn til utvandrere i naturen.
- Forstyr ikke dyr og fugler.
- Åk opp og ned med forsiktighet og bruk jakk.
- Lukk igjen grøften etter deg.

Public access to the country - vilkår/betingelser.

- You have the right to roam through unenclosed land.
- Show consideration for wilderness conditions.
- Show consideration for other users of unenclosed land.
- Avoid close all game-hunted you.
- Do not disturb animals and birds.
- All game is protected except for legal hunting.

Vær oppmerksom på:

- Åk forsiktig og bruk jakk.
- Ved uheller ring 112 eller 113.

Caution:

- All passages is at your own risk. Call 112 or 113 in emergency situations.

Let / Easy

Middels / Medium

Krevende / Demanding

Ekspert / Expert

UT.no

Den usynlige turgårder kan ingen være, men vi ser gjerne at du prøver.
We realize it is not possible to be an invisible hiker, but we appreciate you trying.



Det er nå laget og montert ca 40 infotavler rundt omkring på øya – og det planlegges ca 10-15 nye med utgangspunkt i øyas historie og turmulighet.

Del 4. BEHOV PÅ KORT OG LANG SIKT

4.0 BEHOV FOR ANLEGG/AKTIVITET –

KORT(4-ÅR) OG LANG SIKT(12 ÅR)

4.1 ORDINÆRE ANLEGG

4.2 NÆRMILJØANLEGG

4.3 FRILUFTSLIV

4.4 REHABILITERING ANLEGG

4.5 TILTAK FYSISK AKTIVITET

4.6 REISELIV

4.7 MENNESKER MED BEHOV FOR SÆRSKILT TILRETTELEGGING

4.0 BEHOV FOR ANLEGG/AKTIVITET PÅ KORT SIKT(4ÅR)

ANALYSER AV BEHOV/AKTUELLE PROBLEMSTILLINGER

Det er et overordnet mål for Værøy kommune er at alle grupper i befolkningen får gode muligheter til fysisk aktivitet der de bor.

Dette kapitlet i planen tar utgangspunkt i overordnet mål for kommunen, idretts- og friluftaktiviteter som utøves i dag og hvilke nye idretts- og friluftaktiviteter det er naturlig å utvikle.

Ut fra dette utformes det behov for:

- * Arealer til idretts- og friluftsmål.
- * Opprusting og ombygging/rehabilitering av eksisterende anlegg og arealer.
- * Utbygging og tilrettelegging av nye anlegg og områder til nærmiljø- og kommuneanlegg.
- * Adkomst og bedre tilgjengelighet/utforming

Skolens behov for uteområder og lekearealer i skoletida er tatt med i denne planen. Likeså er de konkrete behov sett i lys av behovet fra reiselivsbedrifter i kommunen for å fremme reiselivsnæringen.

Hva som er realistisk å gjennomføre i løpet av en fireårsperiode er et viktig moment i vurderingen av behovet. I dette inngår både hva som er realistisk rent økonomisk sett, men også hva som er et fornuftig nivå av aktiviteter, anlegg og tiltak.

Det bør tas med i vurderingen at befolkningstallet har vist en markant nedgang senere år og at andelen eldre fortsatt vil stige i årene fremover.

Det er viktig også å tenke på at idrettsanlegg vil kreve til dels betydelig vedlikehold for å opprettholde den nødvendige standard.

Lavterskeltilbud er viktig for at flest mulig av innbyggerne skal kunne delta. I denne kategorien finner bl.a. vi stier og turløyper som er et viktig tilbud i folkehelsearbeidet.

For å kunne tilby fysisk aktivitet og naturopplevelser for de av innbyggerne som har funksjonshemninger – er det nødvendig med spesiell tilrettelegging. Dette er en utfordring som må tas med i vurderingen av nye tiltak.

Å skape interesse for – og muligheter til økt hverdagsaktivitet blant kommunens befolkning krever fokus på temaet, samt vilje til bruk av tid, krefter og midler. Det må settes søkelys på, og samle innbyggerne til innsats for bedre folkehelse. Et godt og bredt samarbeide med frivillige lag og organisasjoner er nødvendig for å komme i mål.

For i større grad å kunne utøve hverdagsaktiviteter – bør det vurderes gang- og sykkelstier slik at både barn, unge og voksne på en trygg måte skal kunne sykle eller gå til/fra skole og arbeid. Dette er også foreslått i den nye Trafikksikkerhetsplanen til kommunen.

4.1 ORDINÆRE ANLEGG

Svømmehallen var stengt fra 2007 og i denne 10-års perioden var det ikke noen form for svømmeopplæring på øya. Svømmehallen er nå rehabilitert og ble satt i ordinær drift igjen i 2018. Kommunen har fått innvilget spillemidler til prosjektet. Ny åpning oktober 2024.

Flerbrukshall er nå realisert og kan snart tas i bruk. Flerbrukshall vil kunne dekke/gi tilbud til mange aktiviteter som fotball, håndball, volleyball, basketball, tennis, badminton, friidrettsaktiviteter, evt. miniatyrsskytebane (25M), bueskyting, klatring, turn, kampsporter etc. Behovet for et slikt bygg er også stort innenfor andre kultur/samfunnsaktiviteter.

Flerbrukshall vil også langt på vei dekke et behov for en kulturell «Storstue» for Værøy kommune med mulighet for undervisningslokaler for enkelte fag som skolen nå mangler. Oppgradering av skolens gamle del har medført at man har nødvendige lokaler til bl.a. håndverksfag og musikk.

4.2 NÆRMILJØANLEGG

Folkehelsepark:

Værøy skole ble offisielt en Helsefremmende skole i 2018, i den forbindelse startet arbeidet med å anlegge en folkehelsepark i tilknytning til skolegården.

Motorcross/ATV/trialbane

Motorinteressert ungdom og voksne har i dag ingen organiserte tilbud på Værøy. Det har vært ønske om egnet bane/område som kan brukes til formålet. I tillegg trengs klubbhus hvor det både er mulighet for sosialt samvær og verkstedfaciliteter.

Lekeplass for barn på Tyvnes

Det finnes i dag ingen ordentlig lekeplass med fasiliteter for barn i Tyvnesområdet. Det er til tider stor biltrafikk/tungtrafikk langs Tyvnesveien relatert til ferjeavgang/ankomst som gjør området trafikkutsatt. Derfor er det behov for et egnet sted til lekeplass hvor man er skånet fra verste trafikken. Det finnes arealer i området – for eksempel vest for nedre Tyvnesveien som burde kunne brukes til formålet.

Baderampe ved badestrender

Det er behov for rampe for rullestol ved badestrendene – spesielt stranden ved Skardsura og også i Nordlandshagen ved Skipshalsen hvor det kommunale servicehuset står.

4.3 FRILUFTSLIV

Stier og turløyper: Skilt og Infotavler

Fokus framover vil først og fremst være vedlikehold av eksisterende skilt samt flere infotavler som kan belyse øyas historie og samtidig stimulere til økt turaktivitet.

”Å gå tur” er en folkesport i Norge og en av de mest benyttede formene for fysisk aktivitet. Turgåing kan bedrives av de fleste, er en skånsom form for trim og gir relativt god treningseffekt. I den grad det oppstår nye behov for turstier og/eller oppgradering av eksisterende stier bør dette prioriteres av kommunen. Kommunen bør eventuelt selv initiere nye stiprosjekter i områder som mangler gode turstier i dag.

Tilrettelegging for funksjonshemmede:

Nødvendig å bedre adgangen og tilgjengeligheten for denne gruppen. Lite tilrettelagt i dag. Foreslås rampe ved utfartssteder og badeplass. Ikke ferdig utredet/prosjektert.

Det er nå bygd ny atkomstvei inn til plantefeltet beregnet på rullestolbrukere.

Båtbaserte aktiviteter:

Båtbaserte aktiviteter/friluftsliv er i sterk økning langs hele kysten i regionen. I løpet av få år har antall fritidsbåter blant lokalbefolkningen blitt fordoblet. I tillegg er det blitt større bredde i friluftslivet med hensyn til brukergruppene sammensetning og typer friluftslivsformer som blir drevet.

Aktiviteter: fritidsfiske, opplevelse, seiling, dykking, padling, vannscooter, roing mv.

Landbaserte aktiviteter:

En gruppe i befolkningen disponerer ikke egen båt. For disse gruppene er landbasert friluftsliv et godt alternativ til båten. Det er få områder i kommunen som er spesielt tilrettelagt for strandbaserte aktiviteter. Landbaserte aktiviteter: Bading og soling, bruk av fritidsbolig, fotturer i strandsonen, camping/teltslagning, fritidsfiske fra land, grill-plasser/grillhytte, strandvolleyball og gapahuk.

Det er usikkert i hvilken grad lokalbefolkningen ønsker tilrettelegging annet enn det naturen sjøl har sørget for. For tilreisende synes det som behovet for informasjon om egnede turområder er større enn fysisk tilrettelegging på stedet. Behov for campingplass eller annen tilrettelegging for telting. Foreløpig bare Nordlandshagen med noe tilrettelegging.

Utsatte turstier krever bedre tilrettelegging og sikring.

Stien fra Nordland til Måstad

Stien er en del av «Fotefar i Nord» prosjektet. Kommunen har en forpliktende avtale med Fylkeskommunen vedr. årlig vegetasjonsskjøtsel og rassikring. Avtalen er ikke overholdt de senere år pga. manglende bevilgninger/innsats fra kommunen.

Sti fra Håheia til Eidet

Gammel luftig sti/snarvei fra Håheia til Eidet og videre til Måstad. Brukes en del – ikke merket. Bør sikres og merkes på de mest utsatte stedene. Noe sikring utført. Anbefales brukt bare av erfarne fjellfolk med godt utstyr og i godt vær.

Gapahuker

Ønske om Gapahuker både i Sørlandshagen, i Nordlandshagen (under planlegging), evt. Måstad og ved Slettstranda. Første gapahuk ble bygget i Vika i 2017.

Bjørka

Bjørka er en gammel luftig sti fra Rømdalen og opp til Håheia/kystradarstasjonen. Ble mye brukt tidligere av personell som arbeidet på stasjonen – i tillegg til turgåere. Delvis sikret, men deler av sikringen ligger nede. Også et område hvor partier er utrast pga. steinbrudd i nærheten og derfor trenger utbedring/flytting av sikring. Burde egentlig vært gjort i regi av Forsvaret. Ikke anbefalt brukt før evt. utbedring.



Sittegrupper

Det er behov for flere sittegrupper (fast bord/benk) langs populære turløyper og utfartssteder.

Kulturkontoret har finansiert og tatt initiativ til 10 nye sittegrupper som ble utplassert sommeren 2018 på ulike steder nær stier og utfartssteder. Disse ble bygget av teknisk etat. Senere er det blitt bygget sitteplasser ved begge moloene i regi av Folkehelsekoordinator.



Utsiktspunkt Håheia

Det er populært for både tilreisende og fastboende å gå opp til Nato-stasjonen på Håheia som pga. asfaltert vei opp er lett tilgjengelig – i tillegg er det flere stier parallelt med selve veien. De fleste går bak stasjonen hvor man har flott utsikt 440 m over havet til badestranden under og Måstad – et veldig populært fotomotiv. Imidlertid finnes det ingen sikkerhetsanordninger hvor selve utkikkspunktet befinner seg.

Økt trafikk har medført stor slitasje på området og behov for sikring/tilrettelegging.

Det foreslås at dette området – med forbehold om nødvendige tillatelser fra Forsvaret – tilrettelegges slik at man ivaretar sikkerheten for besøkende. Ønskelig med fundament og rekkverk/gjerde rundt samt en installasjon med fast kikkert. Også sittegruppe ønskelig. Evt. også en del infotavler med info om hva man ser fra dette punktet og Måstads historie mv. Hvis mulig – tilrettelegging rullestol.



Eksempel på utforming – kanskje kan gjøre noe tilsvarende ved Natostasjonen?

4.4 REHABILITERING ANLEGG

Svømmehall – se tekst under 4.1

Turløypene: Utbedring/vedlikehold av slitasjeutsatte områder. For eksempel klopping og sikringstiltak. Dette gjelder i særlig grad Bjørka og stien fra Nordlandshagen til Måstad samt sti ned fra Håheia til Eidet. Men også mange mindre partier ved andre stier/løyper er aktuelle for bedre sikring og tilrettelegging. Kulturkontoret har søkt og fått midler til innkjøp av noe utstyr til sikring og tilrettelegging. Trenger midler til materiell og selve arbeidet. Noe klopping og sikringstiltak utført av Turlaget.

Stats-Støa i Måstad

Steinmolo for mindre båter. Mye brukt av fritidsbåter. Ingen flytebrygge eller kai i området. Trenger sikring av steinmolo (skifting av jern).



4.5 BEHOV FOR TILTAK FYSISK AKTIVITET

Frisklivsentral

Samhandlingsreformen forplikter alle kommuner til å ha et godt sekundærforebyggende tiltak til sine innbyggere slik at de som ønsker det kan få hjelp til å endre livsstil. En frisklivsentral skal gi et tilbud innen fysisk aktivitet, kosthold, depresjonsmestring, røykeslutt og mange andre tilbud som må stå i samsvar til kommunens utfordringer (blant annet et tilbud til flyktningene, forebyggende prosjekt knyttet til barn med overvekt, reduksjon av sykefravær). Målgruppen er alle fra 0-100 år og det kan også omfatte primærforebyggende tiltak, det vil si at det kan være et tilbud til alle, ikke bare de som er i risikoen for å utvikle sykdom. Fylkeskommunen oppfordrer oss til opprette en frisklivsentral.

Matjungelen barnehage

Barnehagen er med i «Matjungelen barnehage» som er et nasjonalt prosjekt for å sikre at barna får næringsrik og bærekraftig mat i barnehagen

Helsefremmende skole

Våren 2014 kom nasjonale retningslinjer for helsefremmende skoler. Fokuset var blant annet fysisk aktivitet og et av kriteriene er at alle elever skal få opp pulsen minimum 1t. Hver dag. Fysisk aktivitet må være en del av det integrerte undervisningsopplegget og de ansatte må få økt kompetanse på temaet. Uteområdene må være attraktivt utformet slik at de ligger

til rette for aktivitet og sikkerhet, både i hverdagen og i fritiden. Det skal også være et fokus på involvering av foreldrene. Dette er viktig for at alle skal trives i kroppsøvingsfaget og få et positivt forhold til fysisk aktivitet og egen kropp, samtidig som man får økt kompetanse på hvordan man kan utøve fysisk aktivitet i ulike grupper, blant annet til barn med funksjonsnedsettelse. Værøy skole er nå en del av helsefremmende skolesystemet.

Helsefremmende skole er et viktig primærforebyggende tiltak, det vil si at de når alle, ikke bare de som er i risikoen for å utvikle sykdommer. Å være helsefremmende vil bidra til sosial utjevning, da alle får et likt tilbud.

Kartlegging av friluftsområder

Tilrettelegging av stier og løyper i nærmiljøet virker. Det får folk opp av godstolen og ut i marka. Og det er gratis for alle! Friluftsliv er sentralt i folkehelsearbeidet i Nordland fylke. Kartleggingen ferdig og finnes off. tilgjengelig på naturbase.no

Turkart Værøy

Turene merkes etter vanskelighetsgrad og det legges ut bilder av turene. På sikt vil det komme en telefon applikasjon. Alle rutene skal registreres digitalt og legges på nettportal. Mangler midler og kompetanse til digitalisering. Også trykking av fysisk kart med nødvendig informasjon.

Skilting og merking

Tiltaket med å skilte og merke turstier- og løyper i alle fylkets kommuner er både forebyggende, utviklende, aktivitetsskapende og samfunnsbyggende. Det foregår et regionalt prosjekt for merking av stier(Gjensidigestiftelsen finansierer dette s.m. kommunene). Parkeringsmuligheter må vurderes i samarbeid med grunneierne og det bør vurderes utvidelse bl.a. Skardsura badestrand og Marka-området.

Kompetanseheving/utdanning/kursing

Folkehelseperspektivet bør inngå som en del av politikeropplæringen.

Kurse alle støttekontakter i forhold til fysisk aktivitet.

Kurs i motiverende intervju og endringsfokusert fokus for helsesøstre, leger og fysioterapeuter for å øke kompetansen i møtet med brukere av kommunens tjenester. Se beskrivelse av helsefremmende barnehager og skoler.

Tilbud om offentlig bading i svømmehallen

Flere av innbyggerne ønsker å benytte seg av bassenget etter at det kom i drift igjen - og ønsker også et tilbud i helgene/ferie. Også opplæring av de som ikke har lært å svømme. Babysvømming og tilbud til spesielle grupper som revmatikere representerer også et behov.

Postkassetrim

Fysak har ansvaret for Lavlandstrim og Topptur/postkasse. Egen tlf.app er nå utviklet, og har erstattet postkasser med lodbok. Basert på egenaktivitet. Populær aktivitet med stor oppslutning.

Åpen hall i helger og ferier

Det har lenge vært etterspurt et tilbud i feriene. Det er mange barn/ungdom som ikke reiser bort og for de er det viktig å ha et tilbud. Et samarbeid med frivillige lag/foreninger, FAU og kommunen for å inneha en idrettsvakt kan sikre at vi har gode tilbud også i helgene/feriene.

«Feriecamp for barn/ungdom»

Dette vil være et tilbud til barn og ungdom i Lofoten om sommeren. Planlagt på Værøy 2017 i regi av folkehelsekoordinator og Lofoten friluftsråd. Sommeren er lang og det er også en del som ikke reiser bort (blant annet på grunn av økonomi). Å ha et tilbud til barn og unge på sommeren hvor den flotte naturen kan utforskes, vennskap kan skapes og aktiviteten holdes oppe er viktig. Det bør i fremtiden leies inn en ferievikar og det bør også være noen fra barnehage eller skole tilstede. Samarbeid med frivillige lag/foreninger vil gi et bredere tilbud. Bør bli et fast årlig tilbud. Gjennomført.

Turgrupper

Turgrupper har vært forsøkt i regi av eldrerådet men med manglende deltakelse. En synliggjøring og rekruttering av turgåere kan være et aktuelt samarbeid mellom kommunen og lag/foreninger.

Folkehelseuke

De senere år har det vært arrangert egen folkehelseuke med ulike aktiviteter for både unge og gamle. Varierende oppslutning, men et tiltak som absolutt bør prioriteres og få en sentral plass i folkeopplysningen mht. egen helse. Folkehelsekoordinator er ansvarlig for uken og trekker inn andre ressurser etter behov. Bredt aktivitetstilbud.

Lofoten Friluftsråd

Mulighetene til å utøve friluftsliv som en helsefremmende, trivselsskapende og miljøvennlig fritidsaktivitet skal bevares og fremmes. Det fastslås i Friluftslovens formålsparagraf. Kommunene har et ansvar for å følge opp dette. Samhandlingsreformen setter fokus på forebygging framfor reparasjon i helsearbeidet, og viktige oppgaver er lagt til kommunene etter Folkehelseloven.

Hovedargumentet for å samarbeide interkommunalt om friluftsliv er at det gir mer effektiv utnyttning av ressursene. All erfaring viser at samling av kompetanse og økonomiske ressurser i et interkommunalt friluftsråd gir mer friluftsliv for pengene og utløser økte regionale og statlige midler til arbeidet. Friluftslivet kjenner ingen grenser, det drives uavhengig av kommune- og fylkesgrenser. For friluftsutøvere er det viktig at stier og skiløyper, merking og skilting, er ensarta og sammenhengende på tvers av kommunegrensene. Interkommunalt samarbeid styrker kompetansen. Et interkommunalt friluftsråd skal være et kompetansesenter for friluftsliv i regionen, og en faglig ressurs i arbeidet for medlemskommunene. Gjennom interkommunalt samarbeid kan ressursene samles slik at en får nødvendig kompetanse i friluftsarbeidet



4.6 BEHOV REISELIV/FRILUFTSLIV

Behov i forhold til reiseliv/friluftsliv:

Campingplass

Ordinær Campingplass med fasiliteter mangler på Værøy, noe som etterspørres.

Parkering:

Etablert to områder for bobilcamp i tillegg til hotellet. Få steder med universell utforming for handikappede. Trenger flere parkeringsplasser Skarsursanden, Breivik og evt. andre steder.

Dusj for tilreisende

Dette er et tilbud som er sterkt etterspurt blant de tilreisende. Mulig å plassere i tilknytning til servicebygget på ferjekaia. Tilbud i forbindelse med kiosken vurderes.

Fysisk tilrettelegging utfartssteder

Opparbeidelse bålplasser utfartssteder/møteplasser som mangler dette. Også grillhytter og gamle/gapahuk ønskelig.

Også behov for tilrettelegging i forhold til funksjonshemmede

Toalett fasiliteter

Tidligere planlagt i tilknytning til fuglefangergrenda Måstad som er en del av «Fotefar i Nord». Grunnarbeid påbegynt i selve grenda Måstad. Trengs også flere toalett andre steder på øya. Nytt serviceanlegg/toalettfasiliteter etablert Rømdalen.

Servicehuset(kommunalt) Nordlandshagen

Trenger en del vedlikehold(utskifting dører, evt. solcellepanel)og ønskelig med dusjmuligheter. I samarbeid med grunneierlaget har kommunen stengt av atkomst med bil utenfor veien.

Markedsføring reiseliv

Nye turistbrosjyrer bør vurderes 2025. Digitalt turkart ønskelig. Egen hjemmeside reiseliv. Egen perm på turistkontoret med oversikt alle aktører og aktiviteter. Lage opplegg og tilbud for guiding. Utarbeide egne ferdige turopplegg/aktivitetspakker s.m. næringslivet.

Skilt og infotavler: turløyper og historie

Kommunen igangsatte i 2012 prosjekt med egne midler skilting av enkelte turløyper samt infotavler. Senere har vi deltatt i Gjensidige prosjektet og gjennomført skilting og merking av de viktigste turløypene. Arbeidet med skilting og merking vil fortsette.

Kommunalt Plantefelt

Det eldste beplantede området nær Rømdalen og trenger fortsatt uttynning/skjøtsel. Ryddet 2024 etter omfattende stormskader. Populært utfartsområde. Tilrettelagt for rullestol. Bålplass/lavvo. Bør også vurdere skjøtsel av plantefeltet ved Tverrberget som er av nyere dato.

4.7 MENNESKER MED BEHOV FOR SÆRSKILT TILRETTELEGGING

Noen mennesker trenger spesiell tilrettelegging for å kunne delta på aktiviteter. Det kan være tilrettelegging av større og mindre grad, fra strøing av isete veier til rullestolramper m.m.

Flg. tiltak er det behov for i forhold til denne gruppen:

- *Behov for rehabiliteringsplan i kommunen
- *Brøyting og strøing av veiene spesielt der eldre ferdes
- *Integrering av bevegelseshemmede/utviklingshemmede i idrettslagene/andre
- *Seniordans/trim for eldre(etablert i regi av folkehelsekoordinator)
- *Oppfølging av diagnosegrupper (eks diabetes, revmatikere, LHL, osv)
- *Fysisk tilrettelegging for funksjonshemmede
- *Åpen idrettshall på dagtid, aktiv hverdag
- *Hjelpe til med transport
- *Utdanning, motivasjon, veiledning, kursing
- *Mosjon og aktivitet på institusjonene
- *Tiltak/arrangement som fremmer aldersblanding
- *Eldre som ressurs mot skole, kultur, historie, osv.
- *Støttekontakter bør drive fysisk aktivitet med klientene
- *Utstyrssentral: Etablert av folkehelsekoordinator

FORSLAG TIL REVIDERING AV PLAN FOR FYSISK AKTIVITET OG NATUROPPLEVELSE 2025-2037

Del 5. Handlingsplan

5.0 HANDLINGSPROGRAM UTBYGGING

5.1 PRIORITERT HANDLINGSDEL ORDINÆRE OG NÆRMILJANLEGG

5.2 PRIORITERT HANDLINGSDEL FRILUFTSANLEGG

5.3 PRIORITERT TILTAKSDEL FOR Å FREMME FYSISK AKTIVITET

5.4 UPRIORITERT LISTE ANLEGG LANGSIKTIGE BEHOV(12 ÅRS PLAN)

5.5 BESKRIVELSE AV TILTAKENE

5.6 FINANSIERING



5.0 PRIORITERT HANDLINGSPROGRAM UTBYGGING

Handlingsplanen tar utgangspunkt i planen for fysisk aktivitet og naturopplevelse som ble revidert og vedtatt av kommunestyre 21.09.20 og gjelder for perioden 2025-2037. Planen inneholder en kortsiktig og en langsiktig del. Planen har et langsiktig perspektiv på 12 år fra 2025-2037 og inneholder en kortsiktig del for 2025 samt oversikt fremtidige prosjekt.

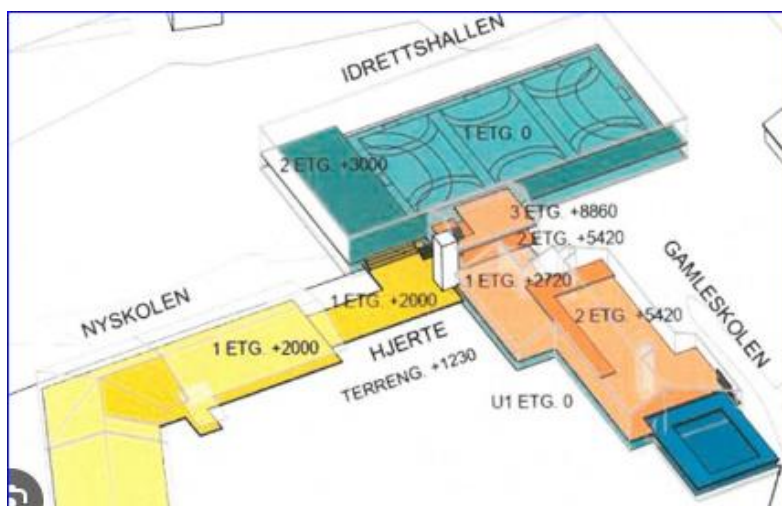
Alle anlegg som har planlagt å søke om spillemidler skal ligge inne i handlingsprogrammet mens den langsiktige delen av planen skal inneholde en del med anlegg som er aktuelle, men ikke starta opp planlegging på. Vi bygger for det meste på den planen vedtatt i 2024 med oppdateringer/justeringer etter høringsrunden o.a. utspill.

Kommunedelplanen skal ha en langsiktig del; dvs. ei liste over uprioriterte anleggsprosjekt som kan bli aktuelle å bygge i kommende 12 årsperiode. Disse anleggene kan føres over til prioritert handlingsprogram ved den årlige rulleringa av planen når prosjektet er klar for realisering

For å stimulere til fysisk aktivitet og friluftsliv/naturopplevelser er det utarbeidet en tiltaksliste fordelt på ansvar og periode. Listen inneholder tiltak som er rettet mot innbyggerne som helhet. Det er viktig å få med seg hele befolkningen for å ivareta folkehelseprinsippet på en god måte. Det skal være stort fokus på lavterskeltilbud som flest mulig har nytte av.

Alle nye bygg skal være universelt utformet, jmf. PBL. Det vil si at produkter, byggverk og uteområder som er i alminnelig bruk, skal utformes på en slik måte at alle mennesker skal kunne bruke dem på en likestilt måte så langt det er mulig uten spesielle tilpasninger eller hjelpemidler. Drift og vedlikehold av eksisterende anlegg tilhører ansvarsområdet til teknisk avdeling. Driftskostnader er hovedsakelig lønnskostnader knyttet til renhold og vaktmestertjenester, i tillegg til ordinære driftsutgifter. Utgiftene som er skissert er grove overslag som må utredes nærmere og innarbeides i kommunens økonomiplan. En del av prosjektene er ikke ferdig beregnet.

Værøy kommune har en økning i aktiviteter innenfor enkelte områder, samtidig som vi vet at det er mange som er inaktive. Med den flotte naturen vi har rundt oss ligger alt til rette for å skape gode arenaer for fysisk aktivitet og naturopplevelser. Det er viktig at kommunen legger til rette for tilbud som kan passe alle og vi ønsker å holde et høyt aktivitetsnivå.



Basert på kommunens utfordringer og mål samt utførte tiltak – vil vi foreslå at følgende bli prioritert i perioden 2025-2029:

5.1 PRIORITERT PLAN FOR ORDINÆRE OG NÆRMILJØANLEGG

PRIORITET	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	ANSLÅTT KOSTNAD (tusen) eks.mva	PLANLAGT FERDIG
	Værøy flerbrukshall	Værøy kommune	50 000	Høsten 2024
	Folkehelsepark✕✕	Værøy kommune	600	2024/2025?
	Trimpark	Værøy kommune	350	2025
	Baderampe✕ Skardsursand og nordlandshagen	Kommune Lag/foreninger	Ikke beregnet eller utredet	Avhengig tilfredstillende grunnforhold
	Værøy kulturhus	Værøy kommune		

✕Rampe ned til stranden. Usikkert pga. underlaget ✕✕=Prosjekt nær skateparken

Merknader:

5.2 PRIORITERT HANDLINGSDEL FRILUFTSANLEGG

PRIOR	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	ANSLÅTT KOSTNAD	PLANLAGT FERDIG
	Turskilt og infotavler	Værøy kommune	Fortsettelse – div. Tavler/skilt 30000	2024-2026
	Flere sittegrupper i turområder	Værøy kommune	4000 pr sittegruppe Dugnad	2024-2026
	Parkering Breivik ved badestrand Skardsursanden og evt. ved vannhuset i Breivik	Værøy kommune	1 000 000 pga. * Sikring havnivåstigning (Skardsursanden)	2025-2027
	Vedlikehold/rydding enkelte stier(bl.a. Håheia/Måstad)✕	(Værøy kommune)	5-10 000/året? Tilskudd lag/forening? Noe dugnad?	Årlig
	Utkikkspunkt v/håheia – sikring/utkikk Se eget doc./vedlegg	Værøy kommune forsvaret	(3 500 000)* Samarbeid forsvaret Avh. Grunnforhold**	2025-2027
	Gapahuker(sørlandshagen/Skiphalsen/ Nær Måstad?)	Værøy kommune	40 000/stk Søke tilskudd	2025-2027

Merknad: x=Avtale med fylket i forbindelse med prosjekt:Fotefar i Nord»
 *=tall fra teknisk sjef **=Usikkert eiendomsforhold og grunnforhold mv.

Nærmere opplysninger/merknader/beskrivelser om de ulike prosjektene er tatt med i behovsanalysen – jfr. kap. 4.3 (plan 2020-2032)i tidligere vedtatte plan.

5.3 PRIORITERT TILTAKSDEL FOR Å FREMME FYSISK AKTIVITET

Merknader: Det foreligger foreløpig ingen estimerte kostnader for disse tiltakene. En del av foreslåtte tiltak er basert på frivillig innsats/dugnad. Andre tiltak er en del av den stilling som kommunalt ansatte innehar.



5.3 PRIORITERT TILTAKSDEL FOR Å FREMME FYSISK AKTIVITET

PRIORITET	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	ANSLÅTT KOSTNAD	TID
	TURKART VÆRØY – DIGITALT/PAPIR	VÆRØY KOMMUNE	20 000	PÅBEGYNT
	FOLKEHELSEUKE	FOLKEHELSEKOORDINATOR	---	ÅRLIG
	FRILUFTSSKOLE	FOLKEHELSE SAMARBEID FRILUFTSRÅDET		ÅRLIG
	MARATON VÆRØY	PRIVAT/LAG	---	START 2025?
	LEKESTATIV SKOLEPlass	KOMMUNE/SKOLE	100 000 pr lekestativ	
	HELSEFREMMEDE SKOLE	SKOLE OG FOLKEHELSE	?	ÅRLIG
	HINDERLØYPE PLANTEFELTET	BARNAS TURLAG	?	PLANLEGGES

	NY MERKING STI MÅSTAD	AVTALE MED TURLAGET	DUGNAD	ÅRLIG
--	-----------------------	---------------------	--------	-------

Merknader: Det foreligger foreløpig få estimerte kostnader for disse tiltakene. En del av foreslåtte tiltak er basert på frivillig innsats/dugnad. Andre tiltak er en del av den stilling som kommunalt ansatte innehar.

5.4 UPRIORITERT LISTE LANGSIKTIGE TILTAK OG ANLEGG 2025-2037

I tillegg til den detaljerte oversikten for kommende fireårsperiode (prioritert handlingsprogram 2025 – 2029), skal planen gjennom en uprioritert liste over langsiktige behov for anlegg synliggjøre behov og planer i påfølgende år.

Denne listen vil naturlig nok alltid være mindre detaljert, men også her skal i utgangspunktet oppstartsår og totalkostnad antydes. Imidlertid ligger byggestart for disse anleggene så langt fram i tid at det i mange tilfeller vil skje endringer underveis, ikke minst når det gjelder anleggets kostnad. Etter hvert som det prioriterte handlingsprogrammet rulleres er det naturlig å hente inn aktuelle anlegg fra listen av over langsiktige behov. Sammenhengen mellom prioritert handlingsprogram og uprioritert liste for langsiktige behov gjør det mulig for kommunen så vel som anleggsutbyggerne å planlegge på lang sikt. Behovsdokumentasjon og kostnadsoverslag for anleggene i langtidsprogrammet utarbeides i løpet av kommende fireårsperiode.

Her følger en uprioritert liste over langsiktige ønsker og behov for idrettsanlegg og tiltak. Denne oversikten bygger i hovedsak på planer/behov som er innmeldt fra lag/enkelt personer tidligere og vedtatt i planen av 2020.

Dette er anlegg der planene kun er på idèstadiet, og hvor det ikke er fremmet spillemiddelsøknader eller andre søknader.

En del av forslagene er å betrakte som en ønskeliste – og vil kanskje ikke kunne realiseres

PROSJEKT:	EIER	ANSLÅTT KOSTNAD	PLANLAGT FERDIG
LANDINGSPLASS BÅT PUINN SANDEN	(VÆRØY KOMMUNE)		
STATS-STØA MÅSTAD: VEDLIKEHOLD	(KYSTVERKET) /VÆRØY KOMMUNE		
LEKEPLASS TYVNES	UAVKLART		
PLANTEFELTET SKOGSKJØTSEL	VÆRØY KOMMUNE		

KLUBBHUS/LOKALE MOTORKLUBB	KLUBB/LAG		
SANDVOLLEYBANE VED SKATEPARKEN	VÆRØY KOMMUNE		
LUFTEOMRÅDE FOR HUND SØRLANDSHAGEN?	GRUNNEIERLAG		
KURSING DIVERSE VANNAKT.: DYKKING,KAJAKK,SURFING	LAG/FORENING/FOLKE- HELSE/FRILUFTSRÅDET		
MÅNEDENS TUR	FRIVILLIGE/IDRETTSLAG		
INFOBROSJYRE OM LAG OG FORENINGER	KULTUR		

5.6 Finansiering

Finansiering av anlegg:

Denne finansieringsnøkkel gjelder for realisering av anlegg:

Spillemidler

- nye ordinære anlegg og rehabilitering av eksisterende anlegg (1/3 av kostnadene + 20 % lokalt tillegg for Nordland) - maxbeløp for forskjellige anlegg.
 - nærmiljøanlegg (50 %) max kr. 300.000
 - mindre kostnadskrevende anlegg (50 %)
- Maks tilskudd pr anleggssted er 1,5 million

Egen finansiering:

- dugnad
- egenkapital
- gaver/rabatter
- lån

Oversikten over eksisterende anlegg i Værøy viser at det finnes en del ulike anlegg. Bortsett fra pågående ferdigstilling av Flerbrukshall – har det har vært relativt liten anleggsutbygging de siste årene, og for framtiden vil det nok i større grad være nødvendig med en del rehabilitering av eksisterende anlegg.

Det har vært satset en del på nærmiljøanlegg de siste årene, dvs. anlegg eller områder tilrettelagt for fysisk aktivitet, beliggende i, eller i direkte tilknytning til bolig/skoleområder. Dette behovet finnes fortsatt og må prioriteres, spesielt uteområdene ved skolene. Bedre tilrettelegging av områder for friluftsliv vil også være aktuelt framover.

Søkere om spillemidler og kommunale anleggsmidler må være forberedt på at det kan være flere års ventetid på tilskuddsordningene.

Nordland Fylkeskommune opplyser at anleggsprosjektene i Nordland er så mange og kostnadene så høye at alle søkere ikke lenger er garantert å motta spillemidler. Byggestart før tilsagn gis skjer på egen risiko.

Finansiering av utstyr og drift anlegg

Når det gjelder drift av anlegg er det behov for utredning av dette i forhold til større kommunalt engasjement både når det gjelder kommunale anlegg og anlegg som lag/foreninger driver.

Et evt. økt kommunalt engasjement vil nok måtte utløse økte kostnader da kommunen trolig ikke nok egne ansatte til alt vedlikehold.

Del 6. Den økonomiske siden

6.0 ØKONOMIPLAN DRIFT OG VEDLIKEHOLD

6.1 EKSISTERENDE ANLEGG

6.2 PLANLAGTE ANLEGG



6.1 EKSISTERENDE ANLEGG

nr	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	DRIFTSUTGIFTER	VEDL.HOLD
	Svømmehall	Værøy kommune	Estimat 300 000/året	Renovert
	Kunstgressbanen	Værøy kommune	20 000/året	Strømutgifter, ny gressmatte?
	Ballbinge	Idrettslag	?	?
	Servicehus Skiphalsen	Værøy kommune	Utleie Private	Mangler tall vedlikehold
	Turstien-grusing Rydding vegetasjon	Idrettslag	?	Fått tilskudd ledlys som nå er montert
	Flerbrukshallen	kommune	?	Ny

6.2 PLANLAGTE ANLEGG

nr	PROSJEKT:	PROSJEKT-EIER	DRIFTSUTGIFTER	VEDL.HOLD
	Folkehelsepark/ Aktivitetspark	Værøy kommune	Ikke beregnet	Ikke beregnet
	Trimpark	Værøy kommune	Ikke beregnet	Ikke beregnet

Merknader: P.t. har vi få sikre tall mht. drift og vedlikehold av alle anleggene

De ulike prosjektene er forelagt teknisk etat for beregning av bygging og drift/vedlikehold.

Planens handlingsdel er oppdatert og justert.

Kulturkontoret, den 04.10.24

Erling Skarv Johansen/kulturkonsulent

VISJON FOR PLANEN:

I stedsmerkevareprosjektet «Jakten på Lofoten» og magasinet «Vi er Lofoten» (2019), ble det gjort en innbyggerundersøkelse, hvor 42 % av folket på Værøy uttrykker i større grad enn i andre Lofot-kommuner, at viktigheten av friluftsliv har mye å si for at Værøy er et attraktivt sted å bo. Naturen blir i stor grad verdsatt av befolkningen. I tillegg trekkes det fram at det er viktig at alle tar et ansvar for å holde naturen ren og at ansvarsfølelsen må ligge hos hver enkelt.

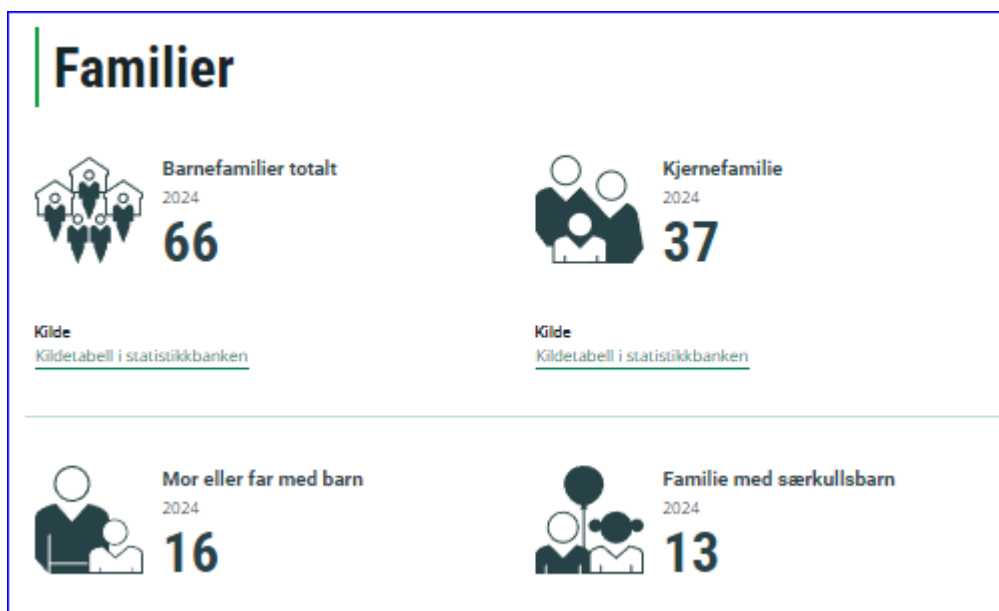
Det er likevel viktig at man vektlegger alle former for fysisk aktivitet og opplevelser, ikke kun det som omfattes av idretts- og friluftslivbegrepet. Begrepet fysisk aktivitet omfatter i hovedsak bevegelse gjennom selve aktiviteten (trening, mosjon, lek/sosialisering og konkurranse).

Begrepet naturopplevelse omfatter like mye ro som bevegelse, like mye sjel som kropp. For alt overnevnte er målet en styrket mental helse, så vel som fysisk helse. For alle «For alle» er et viktig punkt som forplikter. Dette skal sikre at alle uavhengig av sosial status, kjønn, alder, etisk bakgrunn og funksjonsevne skal sikres gode muligheter for aktiviteter og opplevelser. Det er viktig at universell utforming legges til grunn når anlegg og områder utvikles.

7.0 VEDLEGG

Vedlegg 1. Demografi / utviklingstrekk i Værøy kommune

Faktadel/Statistikk:



Folketall og befolkningendringer *)

Region/Kommune	År	Innbyggere ved årets inngang	Endringer gjennom året			Samlet tilvekst gjennom året	Innbyggere ved årets utgang
			Fødsels-overskudd	Innflytt-overskudd	Innvandr. over-skudd		
1857 Værøy	2005	743	-5	2	7	5	748
1857 Værøy	2006	748	1	-11	10	0	748
1857 Værøy	2007	748	3	-11	3	-5	743
1857 Værøy	2008	743	-4	-25	24	-5	738
1857 Værøy	2009	738	1	-3	25	23	761
1857 Værøy	2010	761	-1	3	-15	-13	748
1857 Værøy	2011	748	-2	0	5	3	751
1857 Værøy	2012	751	-8	1	9	3	754
1857 Værøy	2013	754	4	-2	21	23	777
1857 Værøy	2014	777	-2	0	6	3	780
1857 Værøy	2015	780	0	-13	-3	-15	765
1857 Værøy	2016	765	-3	-18	0	-21	744
1857 Værøy	2017	744	3	-1	0	2	746
1857 Værøy	2018	746	-1	-25	12	-14	732
1857 Værøy	2019	732	-4	-2	2	-4	728
1857 Værøy	2020	728	-12	-19	1	-30	698
1857 Værøy	2021	698	-2	-13	-5	-20	678
1857 Værøy	2022	678	-7	13	4	10	688
1857 Værøy	2023_4	688	-5	-3	3	-5	683

Kilde: Statistisk sentralbyrå - SSB <>> Bearbeiding: KommuneProfilen

*) 3. kvartal 2023

Som det vil fremgå av tabellen – har det vært en gradvis nedgang i folketallet siden 2014 etter en positiv utvikling fra 2005 og til 2014. Folketallet ser nå ut til stabilisere seg. Dette kan til dels skyldes bosetting av flyktninger de siste årene.

Befolkningsutvikling 2000-2050. Alternative framskrivninger. Valgt region

Region/Kommune	År	Alternative framskrivninger 2025-2050		
		Normal alternativet	Ingen netto innvandring	Høy netto innvandring
1857 Værøy	2000	775	775	775
1857 Værøy	2005	743	743	743
1857 Værøy	2010	761	761	761
1857 Værøy	2015	780	780	780
1857 Værøy	2020	728	728	728
1857 Værøy	2025	672	663	680
1857 Værøy	2030	670	648	684
1857 Værøy	2035	669	635	691
1857 Værøy	2040	671	625	702
1857 Værøy	2045	672	614	713
1857 Værøy	2050	670	601	722

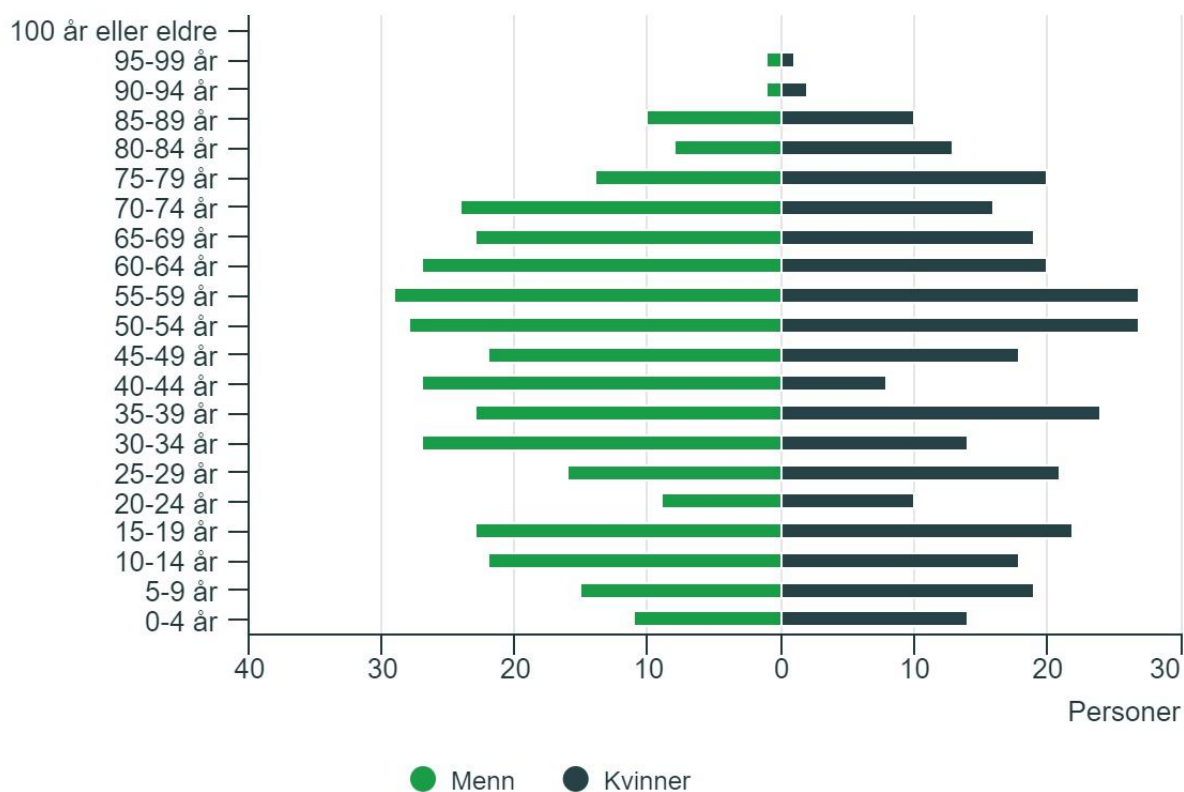
Kilde: Statistisk sentralbyrå - SSB <>> Bearbeiding: KommuneProfilen

Iflg. beregninger/estimat fra SSB vil folketallet frem til 2050 vise en svak økning i tilfelle høy netto innvandring, mens normalt alternativ tilsier ytterligere nedgang. Uten innvandring er anslagene en kraftig nedgang – rundt 10% i forhold til dagens tall.

Det ser ut til, pr i dag, at vi vil komme til å få høy innvandring til Norge fremover. Det kan derfor være grunn til å legge dette som premiss også for Værøy når det gjelder befolkningsutvikling. Da vil antall personer i yrkesaktiv alder øke med 14% frem til 2040, og antall pensjonister vil øke med 42%. Barnetallet vil forbli stabilt.

Aldersfordeling for innbyggerne i kommunen

Alder



Kilde: Befolkning, Statistisk sentralbyrå

Tabell 2. Innbyggere etter aldersgruppe. Prosent. Valgt region

Region	År	Innbyggere i alt	Aldersgrupper. Andel. Prosent						
			0-15	16-24	25-39	40-54	55-66	67-79	80+
1857 Værøy	2024	683	16,1	7,8	18,3	19,0	17,7	14,3	6,7
1857 Værøy	2023	688	15,3	8,1	18,5	19,6	17,0	14,2	7,3
1857 Værøy	2022	678	14,7	8,6	16,7	20,6	17,1	14,5	7,8
1857 Værøy	2021	698	16,2	8,3	17,3	21,6	16,0	13,5	7,0
1857 Værøy	2020	728	16,3	9,6	16,6	22,0	15,0	13,9	6,6
1857 Værøy	2019	732	15,4	10,2	16,8	22,4	14,8	14,3	6,0
1857 Værøy	2018	746	17,3	9,0	18,6	22,5	13,1	13,9	5,5
1857 Værøy	2017	744	17,5	9,4	18,3	22,2	13,0	14,2	5,4
1857 Værøy	2016	765	18,4	9,9	17,6	22,5	13,1	13,3	5,1
1857 Værøy	2015	780	17,9	11,2	17,9	21,9	14,4	12,3	4,4
1857 Værøy	2014	777	18,7	10,4	18,0	21,4	14,9	11,7	4,9
1857 Værøy	2013	754	18,7	11,8	16,6	21,1	15,5	10,9	5,4
1857 Værøy	2012	751	18,2	12,0	16,4	21,0	15,4	11,2	5,7
1857 Værøy	2011	748	19,1	10,7	16,6	21,1	15,8	11,1	5,6
1857 Værøy	2010	761	18,7	10,6	19,3	19,7	14,7	11,4	5,5
1857 Værøy	2009	738	18,6	11,2	18,6	19,8	14,9	11,1	5,8

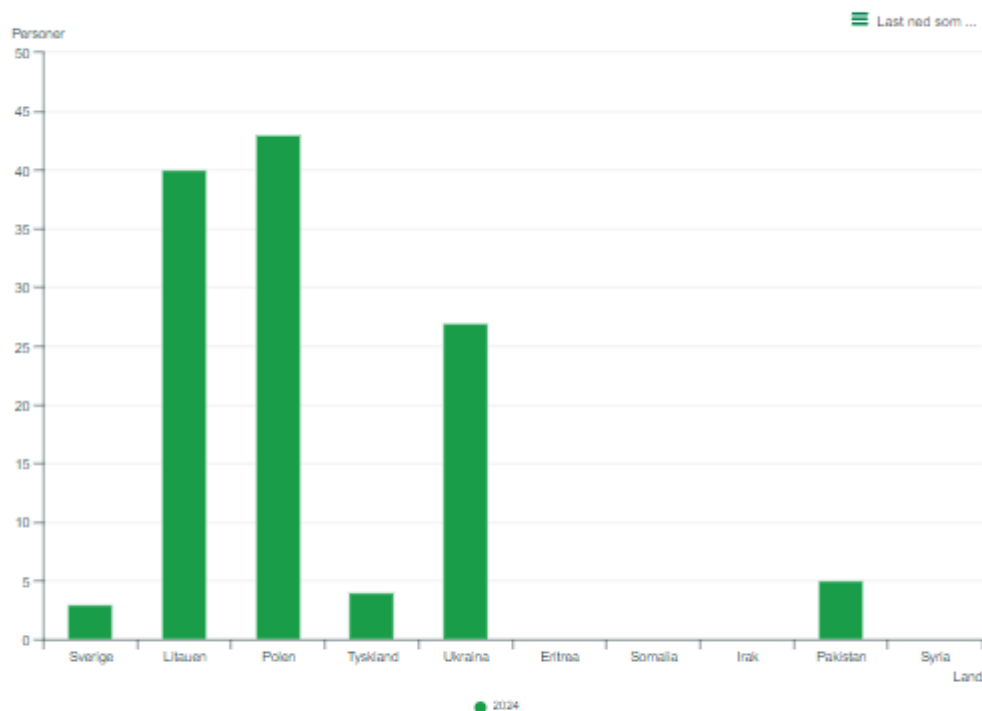
Kilde: Statistisk sentralbyrå <-> Bearbeiding: KommuneProfilen

Tallene viser en markant økning i gruppen 67-80+ det siste tiåret – fra 16,6% og til dagens tall på 21%. Også gruppen 55-66 har økt fra 14,9% til 17,7% i samme tidsrom. Aldersgruppen 0-15 og 16-24 viser 29,1% i 2014 og ned til 26,1% i dag.

Personer med innvandrerbakgrunn. Utvalgte land.

Vis som figur

Vis som tabell



Kilde: Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre, Statistisk sentralbyrå

Figuren viser hvor mange personer som bor i kommunen som enten har innvandret selv eller er barn av to innvandrere med bakgrunn fra utvalgte land.

Les mer om innvandring til Norge på vår [faktaside om innvandring](#).

Som tabellen viser – har minst 120 av innbyggerne innvandrerbakgrunn. Størsteparten er arbeidsinnvandring. Av disse har flere jobbet og bodd her ute i mange år. De aller fleste jobber i fiskeindustrien.

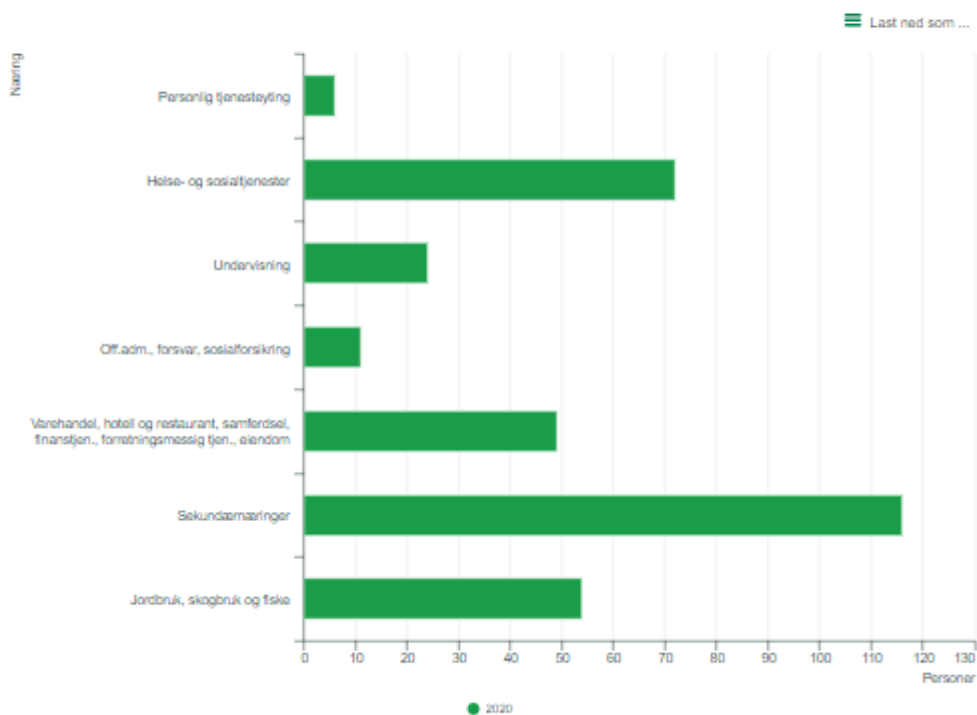


Arbeid og utdanning

Hva innbyggerne jobber med

Vis som figur

Vis som tabell

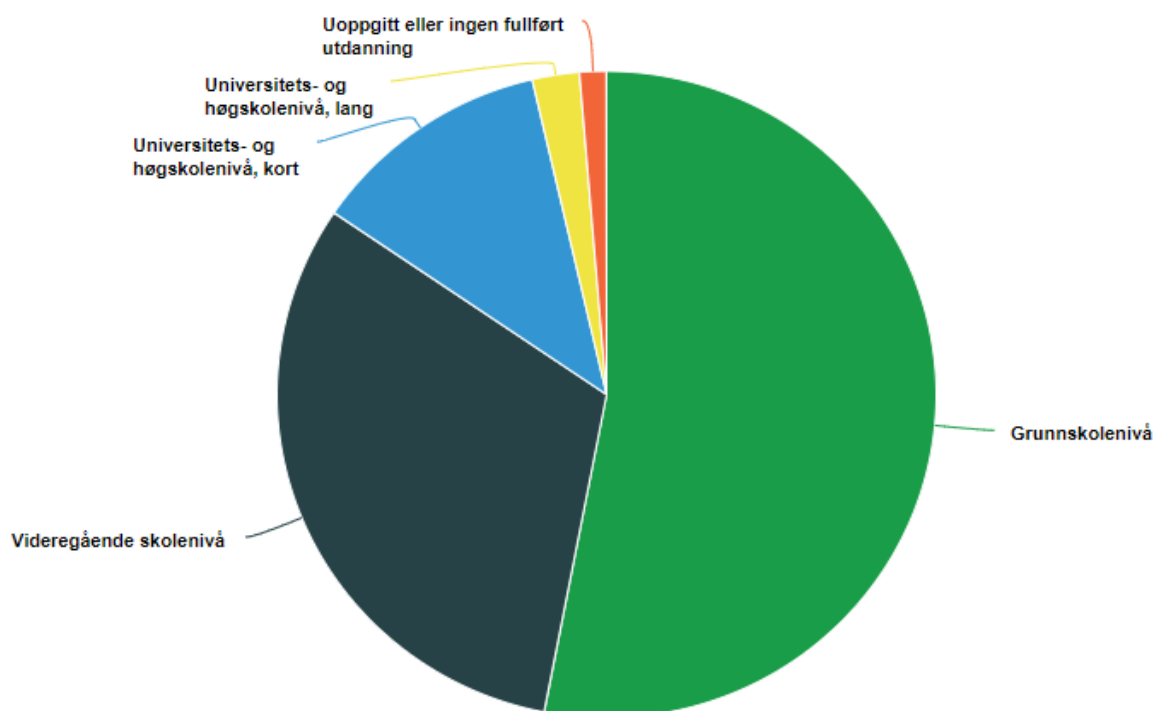


Kilde: Sysselsetting, registerbasert, Statistisk sentralbyrå

Som tallene viser arbeider de fleste i sekundærnæringer – de fleste trolig i fiskeindustrien, mens om lag 50 er sysselsatt innen fiske. Helse-og sosialtjenester er også en stor gruppe.



Høyeste fullførte utdanningsnivå for personer 16 år og over



Kilde: Utdanningsnivå, Statistisk sentralbyrå

Vel 50% av personer over 16 år har bare utdanning på grunnskolenivå (landsgjennomsnitt 25%) mens ca 30% har utdanning på videregående skolenivå ((37%) og ca 15% har høghskole-og universitetsnivå (35%).



Tabell 1. Sysselsatte i offentlig og privat sektor. Antall og andel. Valgt region.

Region/Kommune	År	Antall sysselsatte. Offentlig/privat			Andel offentlig/privat. Prosent	
		Ialt	Offentlig	Privat	Offentlig.	Privat.
1857 Værøy	2023	329	115	214	34,95	65,05
1857 Værøy	2022	332	117	215	35,24	64,76
1857 Værøy	2021	332	116	216	34,94	65,06
1857 Værøy	2020	314	105	209	33,44	66,56
1857 Værøy	2019	340	116	224	34,12	65,88
1857 Værøy	2018	349	118	231	33,81	66,19
1857 Værøy	2017	363	122	241	33,61	66,39
1857 Værøy	2016	356	124	232	34,83	65,17
1857 Værøy	2015	353	122	231	34,56	65,44
1857 Værøy	2014	397	126	271	31,74	68,26
1857 Værøy	2013	387	119	268	30,75	69,25
1857 Værøy	2012	374	117	257	31,28	68,72
1857 Værøy	2011	373	119	254	31,90	68,10
1857 Værøy	2010	375	121	254	32,27	67,73
1857 Værøy	2009	383	109	274	28,46	71,54
1857 Værøy	2008	346	117	229	33,82	66,18

Antall bedrifter i alt for valgt region.

Region/Kommune	År	Antall bedrifter	Endring fra forrige år		%Andel av bedriftsbestanden i:		Bedrifter per 100 innb
			Antall	Prosent	Landet	Eget fylke	
1857 Værøy	2005	154	-9	-5,5	0,036	0,73	20,73
1857 Værøy	2006	155	1	0,6	0,034	0,71	20,72
1857 Værøy	2007	151	-4	-2,6	0,032	0,68	20,19
1857 Værøy	2008	143	-8	-5,3	0,031	0,65	19,25
1857 Værøy	2009	139	-4	-2,8	0,030	0,63	18,83
1857 Værøy	2010	140	1	0,7	0,029	0,62	18,40
1857 Værøy	2011	142	2	1,4	0,029	0,63	18,98
1857 Værøy	2012	140	-2	-1,4	0,029	0,63	18,64
1857 Værøy	2013	136	-4	-2,9	0,026	0,59	18,04
1857 Værøy	2014	149	13	9,6	0,028	0,63	19,18
1857 Værøy	2015	150	1	0,7	0,027	0,62	19,23
1857 Værøy	2016	138	-12	-8,0	0,025	0,56	18,04
1857 Værøy	2017	141	3	2,2	0,025	0,57	18,95
1857 Værøy	2018	142	1	0,7	0,025	0,56	19,03
1857 Værøy	2019	145	3	2,1	0,025	0,57	19,81
1857 Værøy	2020	139	-6	-4,1	0,024	0,54	19,09
1857 Værøy	2021	133	-6	-4,3	0,022	0,51	19,05
1857 Værøy	2022	135	2	1,5	0,021	0,50	19,91
1857 Værøy	2023	134	-1	-0,7	0,021	0,49	19,48
1857 Værøy	2024	130	-4	-3,0	0,020	0,47	19,03

Kilde: Statistisk sentralbyrå - SSB <-> Bearbeiding: KommuneProfilen

Bedriftsstruktur etter næring

Bedriftsstruktur. Antall bedrifter etter næringsområde.

	1857 Værøy											
	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	
Bedrifter i alt	136	149	150	138	141	142	145	139	133	135	134	
01-03 Jordbruk, skogbruk, fiske	51	56	55	50	51	53	51	49	45	44	40	
05-09 Bergverk og Utvinning	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
10-33 Industri	13	13	14	14	15	12	12	11	13	14	14	
35-39 Elektrisitet, vann, renovasjon	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
41-43 Bygge og anleggsvirksomhet	12	12	13	11	10	8	7	10	9	9	7	
45-47 Varehandel, motorvognreparasjon	8	9	7	8	8	9	9	8	7	7	7	
49-53 Transport og lagring	5	5	5	5	5	5	6	3	3	5	5	
55-56 Overnatting og servering	6	7	7	6	6	6	7	7	9	8	10	
58-63 Informasjon og kommunikasjon	2	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	
64-66 Finansiering og forsikring	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
68-75 Teknisk tjenesteyting, eiendomsdrift	9	16	16	14	14	16	20	17	15	17	15	
77-82 Forretningsmessig tjenesteyting	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	6	
84 Offentlig administrasjon, forsvar	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
85 Undervisning	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
86-88 Helse og sosialtjenester	9	10	11	9	10	9	11	9	10	9	10	
90-99 Personlig tjenesteyting	6	6	7	7	8	8	8	11	7	6	7	
00 Uoppgitt næring	0	0	0	0	0	1	0	0	1	2	2	

Kilde: Statistisk sentralbyrå - SSB <><> Bearbeiding: KommuneProfilen

Forenklet sagt arbeider folk på Værøy enten i fiskerinæringen eller i kommunal sektor. I tillegg kommer service til fiskerinæringen eller annet lokalt næringsliv og innbyggere.

Det er 134 registrerte bedrifter på Værøy. Antall årsverk er betydelig lavere enn antall sysselsatte grunnet sesongarbeid. Antall ansatte hatt en nedgang på ca 15% siste tiåret.

Gjennomsnittlig inntekt, formue, gjeld og skatt per innbygger*). Valgt region

Region/Kommune	År	Per innbygger*). Gjennomsnitt (kroner):			
		Brutto inntekt	Formue	Gjeld	Skatt
1857 Værøy	2005	277 900	396 900	254 100	63 000
1857 Værøy	2006	269 100	418 400	271 400	59 600
1857 Værøy	2007	271 700	495 100	313 800	62 400
1857 Værøy	2008	294 500	507 400	270 400	64 800
1857 Værøy	2009	295 000	552 400	283 900	67 100
1857 Værøy	2010	325 000	644 000	296 600	72 800
1857 Værøy	2011	345 700	647 000	321 200	78 300
1857 Værøy	2012	347 700	645 100	342 300	81 900
1857 Værøy	2013	355 300	806 100	335 500	84 900
1857 Værøy	2014	367 700	901 100	325 000	88 000
1857 Værøy	2015	406 000	1 042 600	317 300	99 700
1857 Værøy	2016	422 600	1 151 100	379 700	106 100
1857 Værøy	2017	436 300	1 239 400	361 800	109 800
1857 Værøy	2018	433 400	1 199 100	369 800	106 300
1857 Værøy	2019	486 600	1 354 500	374 000	125 900
1857 Værøy	2020	477 700	1 363 500	415 200	121 000
1857 Værøy	2021	495 900	1 431 200	413 900	124 600
1857 Værøy	2022	529 600	1 731 900	434 000	139 800

Kilde: Statistisk sentralbyrå - SSB <><> Bearbeiding: KommuneProfilen
*) Innbyggere 17 år og eldre.

Kulturtilbud i kommunen



Bøker lånt på biblioteket

2023

2 316 bøker



Besøk per kinoforestilling

Tall ikke tilgjengelig



Barn med plass i kommunal musikk- og kulturskole

2023

10,1 %



Frivillige lag og foreninger¹⁾

2023

4 foreninger

Kultur



Netto utgifter til kultursektoren

2023

1 665

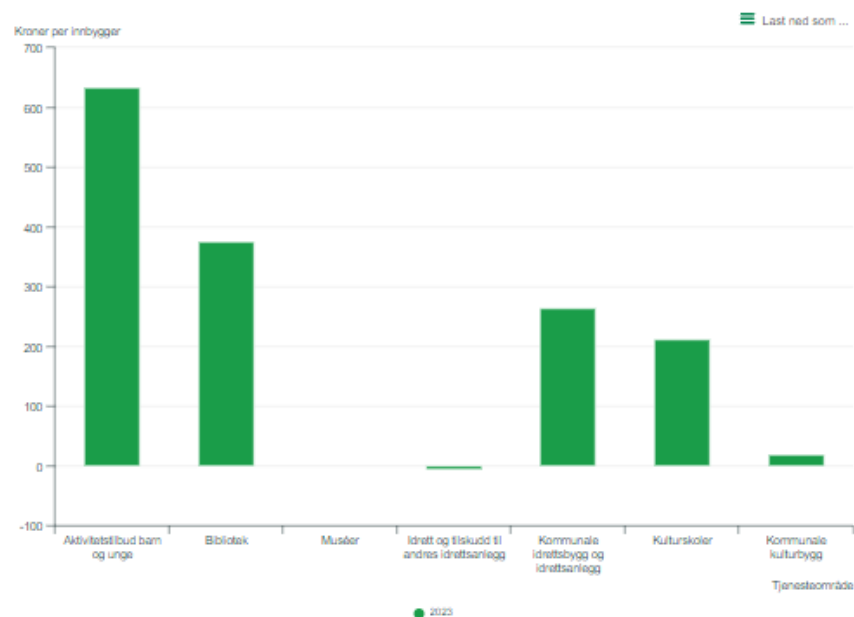
kroner per innbygger

Kilde

Kulturtilbud, Statistisk sentralbyrå

Hva bruker kommunen kulturmidlene¹ til? Utvalg.

Vis som figur Vis som tabell



Kommunens økonomi

Finansielle nøkkeltall



Kommunens driftsutgifter per innbygger⁽¹⁾
2023

166 025 kroner



Kommunens driftsinntekter per innbygger⁽¹⁾
2023

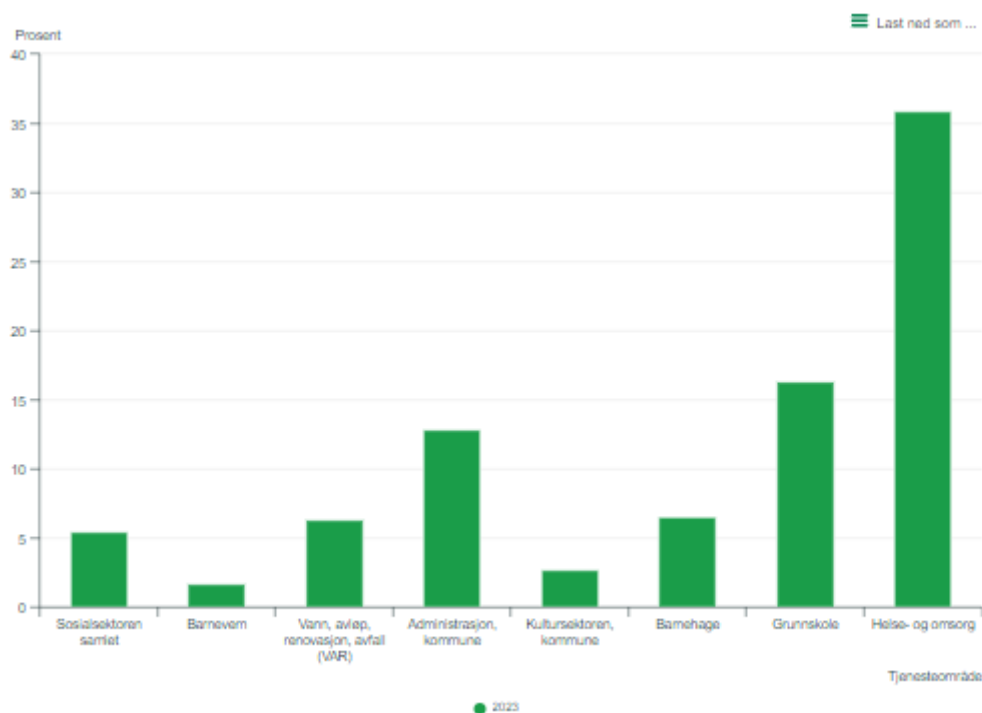
179 193 kroner

Kilde

Kommuneregnskap, Statistisk sentralbyrå

Utgifter etter utvalgte områder

Vis som figur Vis som tabell



Som tabellen viser – er helse/omsorg den største utgiftsposten – noe som er vanlig i de fleste kommuner. Dernest kommer grunnskole, administrasjon og barnehage.

Iflg. tallene ovenfor har kommunen(2023) større driftsinntekter pr innbygger enn driftsutgifter.

Vedlegg 2. Folkehelseprofil for Værøy kommune



Folkehelseprofilen er et bidrag til kommunens arbeid med å skaffe oversikt over helsetilstanden i befolkningen og faktorer som påvirker denne, jamfør lov om folkehelsearbeid. Også andre informasjonskilder må benyttes i oversiktsarbeidet, se figuren nedenfor.



Statistikken er hentet fra Kommunehelse statistikkbank per februar 2024.

Utgitt av
Folkehelseinstituttet
Postboks 222 Skøyen
0213 Oslo
E-post: kommunehelse@fhi.no

Redaksjon:
Gun Peggy Knudsen, ansvarlig redaktør
Eise Karin Grøholt, fagredaktør
Fagredaksjon for folkehelseprofiler
Idékilde: Public Health England
Illustrasjoner: FHI og Fete Typen

Bokmål

Batch 0503241925.1803241650.0503241925.1803241650.19/03/2024 8:24

Nettside:

Noen trekk ved kommunens folkehelse

Eldres helse er temaet for folkehelseprofilen 2024. Temaet gjenspeiles i indikatorer og figurer.

Indikatorerne som presenteres i profilen er valgt med tanke på helsefremmende og forebyggende arbeid, men er også begrenset av hvilke data som er tilgjengelige på kommunenivå. All statistikk må tolkes i lys av annen kunnskap om lokale forhold.

Befolkning

- Andelen unge eldre (65-79 år) i kommunen er ikke signifikant forskjellig fra landsnivået. Finn tall for andelen over 80 år på side 4. Les mer om eldre og eldres helse på midtsidene.
- I aldersgruppen 75 år og eldre er andelen som bor alene ikke signifikant forskjellig fra landsnivået.

Oppvekst og levekår

- Andelen som bor i husholdninger med vedvarende lav inntekt, er høyere enn i landet som helhet. Vedvarende lav husholdningsinntekt vil si at den gjennomsnittlige inntekten i en treårsperiode er under 60 prosent av median husholdningsinntekt i Norge.
- Andelen som bor i husholdninger med høy gjeld, er lavere enn i landet som helhet. Høy gjeld vil si en gjeld tre ganger høyere enn samlet husholdningsinntekt.

Miljø, skader og ulykker

- Det er utilstrekkelig tallgrunnlag for å vise statistikk på andelen ungdomsskoleelever som opplever at det er trygt å ferdes i nærområdet på kveldstid. Dette skyldes at Ungdata-undersøkelsen ikke er gjennomført i kommunen i perioden 2021-2023, eller at det er utilstrekkelig tallgrunnlag. Utilstrekkelig betyr at tallene er for små eller at det mangler opplysninger om klassetrinn og kjønn, noe som er nødvendig for å kunne sammenlikne med landsnivået.

Helserelatert atferd

- Det er utilstrekkelig tallgrunnlag for å vise statistikk på andelen 17-åringer som oppgir at de trener sjeldnere enn ukentlig, basert på tall fra nettbasert sesjon 1.

Helsetilstand

Lengre liv – flere eldre

Levealderen øker, og vi forventer en betydelig økning i antallet og andelen eldre i befolkningen fram mot 2050. Denne økningen er noe kommunene bør planlegge for.

Økningen i forventet levealder gjør at flere vil leve til de er godt over 90 år. Gruppen eldre vil øke i størrelse, og flere vil leve med en eller flere kroniske sykdommer. Dagens aldersfordeling og framskrevet aldersfordeling i kommunen er vist i figur 1.

Helse og funksjon

Totalt sett er eldre friskere og har bedre funksjon i dag enn tidligere. Med høy alder øker imidlertid forekomsten av kreft, diabetes, hjerte- og karsykdommer, demens, kronisk obstruktiv lungesykdom (kols), beinskjørhet og brudd. Forekomsten av langvarige smerter, sømnavanser, nedsatt syn og hørsel samt funksjonstap og skrøpeligheit øker også ved økende alder.

Med flere eldre i befolkningen øker også antallet som lever med flere sykdommer samtidig. Alt dette innebærer økt hjelpebehov fra familie og helse- og omsorgstjenestene.

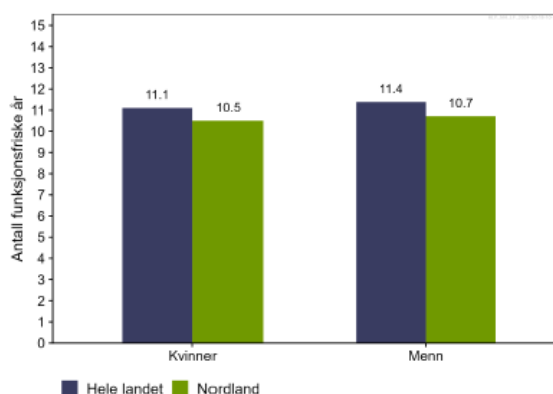
Forventede gjenstående funksjonsfriske leveår (på engelsk: Healthy Life Years, HLY) måler antall år som en person kan forvente å leve uten langvarige aktivitetsbegrensninger. Se figur 2 for lands- og fylkestall på forventede gjenstående funksjonsfriske leveår ved 65 års alder.

Eldre med lav utdanning og inntekt har flere sykdommer og helseplager, og også kortere forventet levealder enn de med høy utdanning og inntekt.

Sykdomsbyrdemålet DALY (disability-adjusted life years) tallfester hvor mange friske leveår som går tapt på grunn av dårlig helse og for tidlig død i en befolkning. Figur 3 på neste side viser forventet endring i antall tapte friske leveår (DALY) i perioden 2020 til 2050 for hovedårsakene til død og helsetap blant eldre i Norge. Som følge av at det blir flere eldre og at sykdom forskyves til høyere alder vil sykdomsbyrden blant de eldste (80 år+) øke betydelig. Det er kreft, hjerte- og karsykdommer og nevrologiske sykdommer som demens som vil bidra mest til økningen i antall tapte friske leveår blant de eldste.

Figur 1. Aldersfordelingen i kommunen i 2023 og framskrevet til 2050 (SSB).

Figur 2. Forventede gjenstående funksjonsfriske leveår ved 65 år i landet og i fylket. Gjennomsnitt for perioden 2016-2022.

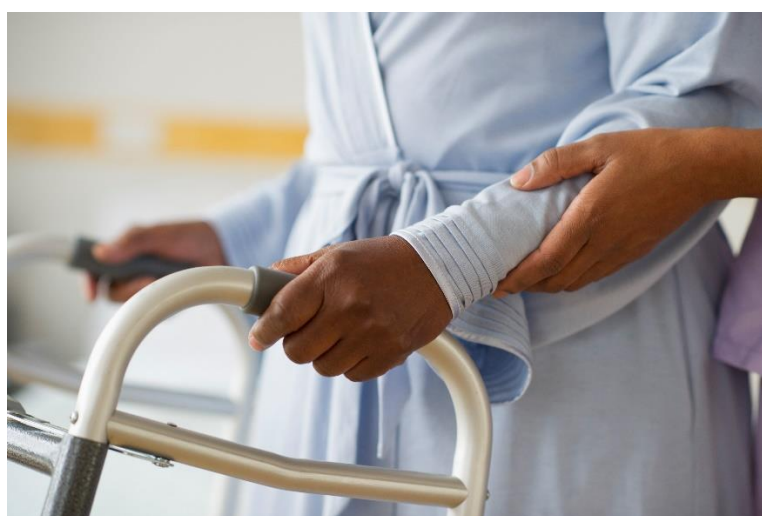


Demens kan utgjøre en stor belastning for de berørte og deres pårørende, og skape økt behov for helse- og omsorgstjenester. Tapet av kognitive og motoriske funksjoner fører ofte til mye lidelse for dem som rammes av demens. Psykiske tilleggssymptomer som angst, depresjon, motorisk uro, aggresjon og vrangforestillinger kan også være utfordrende. Risikoen for å få demens for hver enkelt har gått ned de siste tiårene, og økt utdanningsnivå, endrede levevaner og bedre hjerte- og karhelse i befolkningen pekes på som mulige årsaker til denne nedgangen. Likevel vil antallet med demens øke fordi det blir flere eldre.

Ryggplager og artrose (tidligere kalt slitasjegikt), samt brudd som følge av fall og beinskjørhet, er vanlig blant eldre. Etter 70 års-alderen øker tallet på hoftebrudd kraftig, og blant skrøpelige eldre vil hoftebrudd ofte føre til økt pleie- og omsorgsbehov.

Nedsatt syn og hørsel kan redusere sosial kontakt, og også mulighetene til å fungere godt i hverdagen. Omtrent halvparten av befolkningen over 74 år har såpass nedsatt hørsel at det får betydning for kommunikasjon. De negative konsekvensene av hørsels- og synstap kan reduseres hvis det oppdages og behandles tidlig.

Livskvalitet



Eldre som en ressurs

Eldre er friskere og har bedre funksjonsnivå i dag enn tidligere, og de har kunnskap og ressurser som er viktige både i familien og i samfunnet. Flere enn tidligere står lengre i lønnet arbeid og mange eldre deltar i organisert frivillighet, passer barnebarn eller hjelper egne foreldre. Mulighet til å bidra styrker opplevelsen av å ha verdi, fremmer fellesskap og gir mening. Det å delta, for eksempel som frivillig, kan ha stor betydning for å forebygge eller redusere isolasjon og ensomhet.

Det er behov for mer kunnskap om hvordan det best kan tilrettelegges for at eldre kan bidra med sine ressurser på egne premisser.

Forebygging gjennom livsløpet

Det er mulig å påvirke helse og funksjon gjennom hele livsløpet, også i eldre år. Å legge til rette for helsefremmende levevaner gjennom hele livet, er viktig for en god alderdom. Fysisk aktivitet, et variert kosthold og å opprettholde en sunn kroppsvekt har helsegevinster fordi det forebygger kroniske sykdommer.

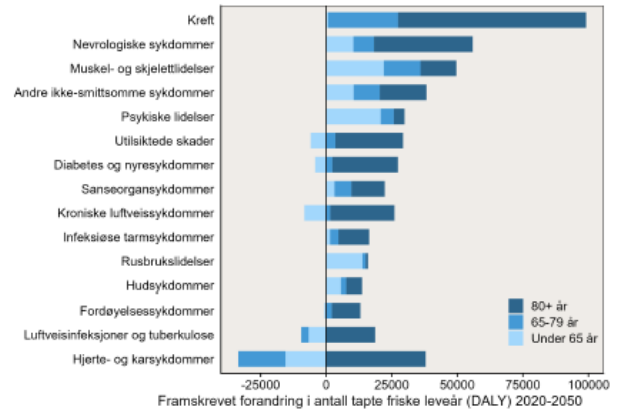
Det er anslått at så mye som 40 prosent av alle tilfeller av demens kunne vært unngått hvis man hadde forebygget faktorer som høyt blodtrykk, fedme og diabetes, og unngått røyking og høyt alkoholkonsum.

På gruppenivå er eldre mindre fysisk aktive enn yngre. Fysisk aktivitet er viktig for å opprettholde fysisk og psykisk helse, og for å forebygge fall og brudd. Selv aktivitet av kort varighet og lav intensitet gir helsegevinst. Eldre som er fysisk aktive og i god fysisk form vil i større grad kunne være selvhjulpne i hverdagen og bo lenger hjemme.

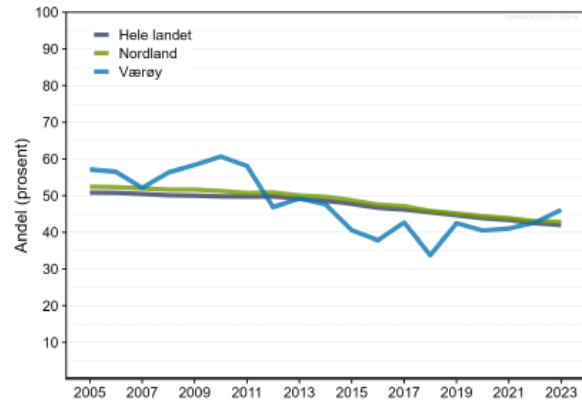
Det finnes begrenset kunnskap om hva eldre spiser, og i hvilken grad de følger nasjonale anbefalinger. For mange eldre er hovedutfordringen for lavt matinntak og vekttap. God matlyst kan opprettholdes gjennom tilrettelegging for sunne og gode måltider i trivelige omgivelser. I tillegg er det å ivareta god munn- og tannhelse nødvendig for å opprettholde et godt matinntak.

Tilrettelegging for et aldersvennlig samfunn

Figur 3. Framskrevet endring i sykdomsbyrde (antall tapte friske leveår (DALY)) for hovedårsakene til død og helsetap i Norge fra 2020 til 2050 (Global Burden of Disease-prosjektet 2019).



Figur 4. Andel personer over 75 år som bor alene (SSB).



Folkehelsebarometer for kommunen

I oversikten nedenfor sammenliknes noen nøkkeltall for kommunen og fylket med landstall. I figuren og tallkolonnene tas det hensyn til at kommuner og fylker kan ha ulik alders- og kjønns sammensetning sammenliknet med landet. Klikk på indikatornavnene for å se utvikling over tid i kommunen. I Kommunehelsa statistikkbank, <http://khs.fhi.no> finnes flere indikatorer samt mer informasjon om hver enkelt indikator.

Vær oppmerksom på at også «grønne» verdier kan innebære en folkehelseutfordring for kommunen, fordi landsnivået ikke nødvendigvis representerer et ønsket nivå. Verdiområdet for de ti beste kommunene i landet kan være noe å strekke seg etter.

- Kommunen ligger signifikant bedre an enn landet som helhet
- Kommunen ligger signifikant dårligere an enn landet som helhet
- Kommunen er ikke signifikant forskjellig fra landet som helhet
- Kommunen er signifikant forskjellig fra landet som helhet
- Ikke testet for statistisk signifikans
- ◆ Verdien for fylket (ikke testet for statistisk signifikans)
- ▮ Verdien for landet som helhet
- ▬ Variasjonen mellom kommunene i fylket
- ▬ De ti beste kommunene i landet

Tema	Indikator (klikkbare indikatornavn)	Kommune	Fylke	Norge	Enhet (*)	Folkehelsebarometer for Værøy
Befolkning	1 Andel barn, 0-17 år	18,2	19,0	20,3	prosent	
	2 Andel unge eldre, 65-79 år	16,4	16,5	13,9	prosent	
	3 Andel over 80 år	7,3	5,6	4,5	prosent	
	4 Andel 80 år+, framskrevet til 2050	15,7	12,7	10,4	prosent	
	5 Personer som bor alene, 75 år +	46,2	42,8	42,0	prosent	
	6 Befolkningsvekst	1,5	0,37	1,2	prosent	
Oppvekst og levekår	7 VGS eller høyere utdanning, 30-39 år	55	77	81	prosent	
	8 Vedvarende lavinntekt, alle aldre	13,4	8,1	9,8	prosent	
	9 Inntektsulikhet, P90/P10	3,4	2,6	2,8	-	
	10 Leier bolig, 45 år +	16,3	11,2	12,4	prosent	
	11 Bor trangt, 0-17 år	18	17	18	prosent	
	12 Gjeld større enn 3 ganger inntekt	2,3	16,5	20,8	prosent	
	13 Unge som står utenfor, 15-29 år	14,1	8,9	9,5	prosent (a,k)	
	14 Stønad til livsopphold, 20-66 år	18,5	19,9	17,4	prosent (a,k)	
	15 Laveste mestringsnivå i lesing, 5. tr.	-	28	24	prosent (k)	
	16 Gjennomføring i vdg. opplæring	58	76	80	prosent (k)	
Miljø, skader og ulykker	17 Høy tilfredshet, Ungdata 2022-23	**	50	51	prosent (a,k)	
	18 Valgdeltakelse	68,0	61,6	62,4	prosent	
	19 Drikkevann, hygienisk og stabilt	100,0	88,4	93,4	prosent	
	20 Luftforurensning, eksponert (ny def.)	0	0,31	46	prosent	
	21 Trygt i nærmiljøet, Ungdata 2022-23	**	87	84	prosent (a,k)	
	22 Fritidsorganisasjon, Ungd. 2022-23	**	54	59	prosent (a,k)	
Helse-relatert atferd	23 Trener sjeldnere enn ukentlig, 17 år	-	30	28	prosent (k)	
	24 Skjermtid over 4 timer, Ungd. 2022-23	**	51	43	prosent (a,k)	
	25 Røyking, kvinner	-	2,6	2,4	prosent (a)	
Helsetilstand	26 Forventet levealder, menn	77,9	79,8	80,3	år	
	27 Forventet levealder, kvinner	83,1	83,8	84,0	år	
	28 Utd.forskjeller i forventet levealder	-	4,6	5,1	år	
	29 Overvekt og fedme, 17 år	43	27	22	prosent (k)	
	30 Psykiske sympt./lidelser, 0-74 år	185	176	168	per 1000 (a,k)	
	31 Muskel- og skjelett, 0-74 år	318	340	313	per 1000 (a,k)	
	32 Hjerter- og karsykdom	18,7	18,7	17,2	per 1000 (a,k)	
	33 Tykk- og endetarmskreft, nye tilfeller	-	91	84	per 100 000 (a,k)	
	34 Vaksinasjonsdekning, influensa, 65 år+	47,1	57,3	62,3	prosent	

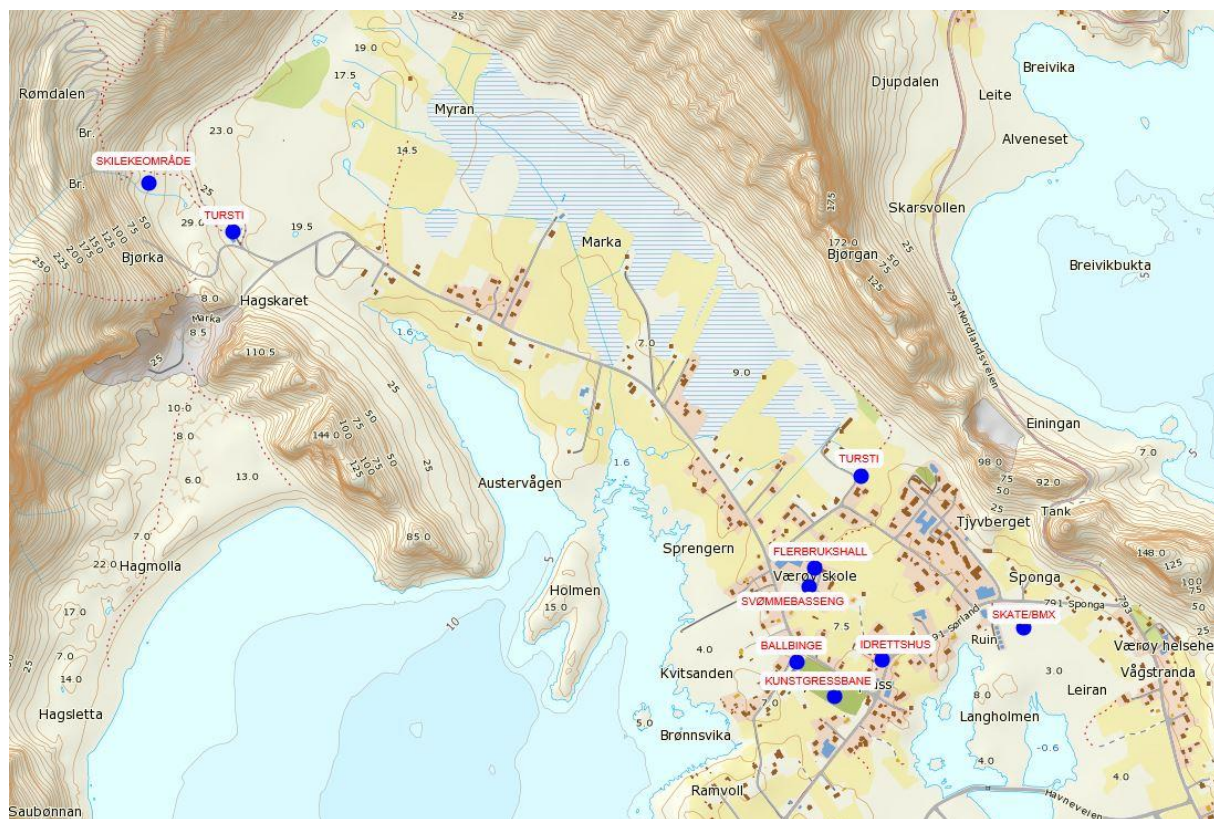
Forklaring (tall viser til linjenummer i tabellen ovenfor):

* = standardiserte verdier, a = aldersstandardisert, k = kjønnsstandardisert og ** = tall fra Ungdataundersøkelsen mangler. Les mer om mulige årsaker til at tall fra Ungdataundersøkelsen mangler [her](#).

Av vesentlige avvik fra landsgjennomsnittet ser vi at andel av befolkningen over i pensjonistalder er betydelig høyere enn landsgjennomsnittet. Tilsvarende er andel med liten utdanning(gjennomført bare 58% mot landsgjennomsnitt 80%) Andel med lav inntekt og de som leier bolig også høyere. Mht. helsetilstand har 43% av unger 17 år fedmeproblem(gj.snitt 22%). Værøy har også lav andel når det gjelder vaksinasjonsdekning(influensa) blant eldre.

8.0 KARTMATERIALE – ANLEGG/FRILUFTSOMRÅDER(EKSISTERENDE OG PLANLAGTE)

EKSISTERENDE/PLANLAGTE ANLEGG REGISTRERT I ANLEGGREGISTERET



KOORDINATER FOR EKSISTERENDE OG PLANLAGTE ANLEGG:

TURSTIEN: N 7508269.3 Ø 400638.33 N 7507713.95 Ø 402121.91

FLERBRUKSHALL(TIDLIGERE): N 7507489.17 Ø 402018.77

FLERBRUKSHALL(NY) : N 7507521.42 Ø 402016.35

SVØMMEBASSENG: N 7507446.85 Ø 402000.26

BALLBINGE: N 7507269.67 Ø 401965.88

KUNSTGRESSBANE: N 7507208.85 Ø 402050.51

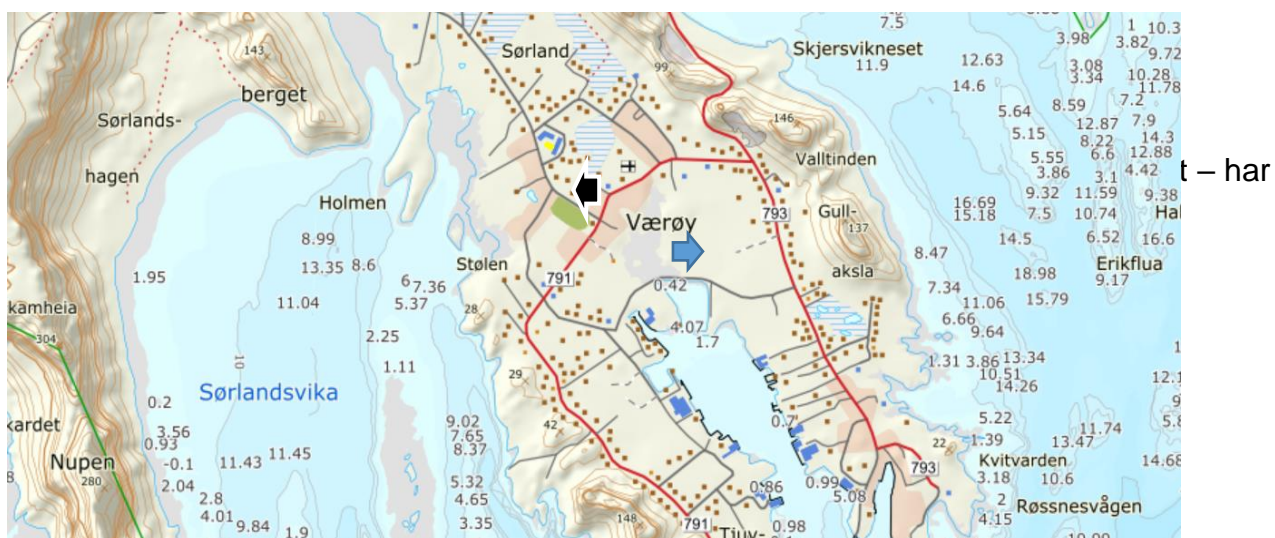
IDRETTSHUSET: N 7507272.32 Ø 402180.09

SKATE/BMX/TRIMPARK/: N 7507346.36 Ø 402508.01

NY IDRETTSHALL: N 7507510.78 Ø 402011.33

FOLKEHELSEPARK: N 7507482.86 Ø 401958.08

KULTURHUS: N 7507489.17 Ø 402018.77



NYE PROSJEKT: Lokalisering Folkehelsepark(blå pil) Ny flerbrukshall(sort pil)

KART OVER STIER(EKSISTERENDE OG PLANLAGTE) OG BADEPLASSER



Merknader:

Stiene er merket med blå farve

Badeplasser merket med grønn farve

