

## Innspill til stortingsmeldingen om folkehelsepolitikken 2023

### Om Ungdom og Fritid

Ungdom og Fritid – Landsforeningen for fritidsklubber og ungdomshus er en demokratisk barne- og ungdomsorganisasjon for brukere, ansatte og frivillige i kommunalt støttede fritidsklubber, ungdomshus og lignende åpne møteplasser. Vi representerer mer enn 650 fritidsklubber, 100 000 ungdommer og 2500 ungdomsarbeidere over hele landet.

Den forrige folkehelsemeldingen omtalte fritidsklubber og ungdomshus som spydspissen i det generelle forebyggende arbeidet mange kommuner gjør overfor ungdom<sup>1</sup>. Fritidsklubbene ble opprettet som et rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak på 70-tallet, og er i dag den mest benyttede fritidsaktiviteten blant ungdommer etter den organiserte idretten, og den største kulturarenaen for ungdom. Fritidsklubber bidrar til å sikre gode oppvekstvilkår for mange barn og unge ved å gi dem tilgang på rusfrie, inkluderende, demokratiske og trygge aktivitets- og kulturarenaer, hvilket har helsefremmende og forebyggende folkehelseeffekter. Fritidsklubb, ungdomshus og liknende åpne møteplasser er et begreper som omfatter alt fra ungdomskulturhus, ungdomskafeer til gamingsentre, og aktivitetstilbudet ved slike møteplasser varierer ut fra hva brukerne ønsker å gjøre, hvilket inkluderer yoga, foto, BMX, parkour, strikking, dans, basket og mye mer.

### Innspill til relevante innsatsområder

#### Sosial ulikhet i helse

Forutsetningene for god helse er ikke rettferdig fordelt, og sosiale helseforskjeller gjelder for nesten alle sykdommer og helseplager i befolkningen. Ifølge Kjøsutvalget er det en lineær sammenheng mellom sosioøkonomisk status og helse; god sosioøkonomisk status gir bedre helse<sup>2</sup>. I familier med lav sosioøkonomisk status er det en høyere andel barn og unge som oppgir at de har dårlig helse enn blant dem med høy sosioøkonomisk status, og sosioøkonomiske forskjeller fortsetter inn i alderdommen. Studier viser også at barn født inn i lavinntektsfamilier har økt risiko for å bli hengende etter på flere levekårsområder, og at oppvekst i lavinntekt henger sammen med negative helseutfall. Over halvparten av barn i lavinntektsfamilier har innvandrerbakgrunn. Dessverre er det også slik at helseplager i ungdomstid forsterker eksisterende økonomiske og sosiale forskjeller fordi helseplager påvirker evnen til deltakelse på skole og i arbeidslivet.

For å redusere sosiale ulikheter i helse bør statlige myndigheter styrke fritidsklubbfeltet. Det å være i aktivitet og å være sammen med venner har en positiv effekt på unges utvikling og helse, og alle barn har rett til lek og fritid etter barnekonvensjonens artikkel 31<sup>3</sup>. I Norge lever 115 000 barn og unge i

---

<sup>1</sup> Helse- og omsorgsdepartementet (2019) *Folkehelsemeldinga: Gode liv i eit trygt samfunn*

<sup>2</sup> Kjøs, P. m.fl. (2021). *Livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under Covid-19-pandemien: Utfordringsbilde og anbefalte tiltak*, Regjeringsoppnevnt ekspertgruppe

<sup>3</sup> Redd Barna (2019) *Får alle barn og unge delta?:* <https://www.reddbarna.no/aktuelt/far-alle-barn-og-unge-delta/>

lavinntektsfamilier<sup>4</sup>. De har i mindre grad enn andre en nær venn og er mindre populære blant jevnaldrende, og sjansen for at de opplever utenforskap og psykiske vansker er større<sup>5</sup>. Deltakelsen i fritidsaktiviteter blant dem med lav sosioøkonomisk status er halvparten så høy som blant dem med høy sosioøkonomisk status. I fritidsklubben er det motsatt. Klubbene når alle typer ungdom, men skiller seg fra andre fritidsaktiviteter fordi de når ut til flere med lav sosioøkonomisk status, flere med minoritetsbakgrunn og flere med sosialt svake relasjoner til skole og foreldre<sup>6</sup>. Det er fordi fritidsklubben er den fritidsarenaen der barn og unge møter færrest barrierer for deltakelse; prestasjonspress minimeres, tilbudet er gratis og påmelding kreves ikke<sup>7</sup>. Samtidig viser forskning at ungdom som bruker klubb har sterkere vennerelasjoner enn andre på grunn av klubbens arbeidsform og innretning<sup>8</sup>. Slik skjer det et viktig helsefremmende og forebyggende arbeid på klubb, og feltet bør derfor styrkes som et viktig lavterskeltiltak for aktivisering og sosialisering av barn og unge.

### God psykisk helse og livskvalitet

Ifølge Ungdatas nasjonale undersøkelse fra 2021 opplever flertallet av barn og unge å ha det bra<sup>9</sup>. Et mindretall oppgir å ha symptomer på psykisk uhelse, inkludert stress-symptomer, søvnproblemer, tristhet eller nedstemthet. God psykisk helse kan forstås som at man trives i hverdagen sin, at man føler tilhørighet og mening i livet og at man takler vanlige utfordringer som dukker opp<sup>10</sup>. Syv helserettigheter bør innfris for at man skal ha en god psykisk helse: retten til identitet og selvrespekt, mening i livet, mestring, tilhørighet, trygghet, deltakelse og sosial støtte, samt fellesskap og sosialt nettverk<sup>11</sup>. De viktigste arenaene for utvikling av god psykisk helse er der vi oppholder oss i det daglige. For barn og unge er dette i familien, på skolen og på fritidsarenaer.

Fritidsklubbene er fritidsarenaer som bidrar til god psykisk helse for barn og unge som bruker dem. På klubb er det ikke bare arrangementer og aktiviteter i som står i fokus, men medvirkning som metode<sup>12</sup>. I dette arbeidet er relasjonsbygging og ressursmobilisering sentralt; de ansattes evne til å se og skape relasjoner til og mellom ungdommer, og tilrettelegge for et inkluderende og godt miljø der barn og unge medvirker i utviklingen av relevante og attraktive aktiviteter. Skal de unge medvirke må de bygges opp som ressurser som selv kan tåle stress og ansvar, og inkludere og se andre ungdommer. Denne metoden bidrar til at barn og unge brukere opplever nettopp mening, mestring, tilhørighet, trygghet, fellesskap, deltakelse og til at de utvikler sin identitet. I tillegg fungerer fritidsklubbene som en viktig førstelinjetjeneste der ansatte og ungdomsfrivillige, gjennom relasjonsbygging, kan se, snakke med og fange opp barn og unge som sliter med psykiske utfordringer og uhelse, og henvise dem til aktuelle helseinstanser. I klubbundersøkelsen fra 2020 rapporterte 71% av våre medlemsklubber at de hadde engasjert seg i et holdningsskapende arbeid på temaet psykisk helse i 2020<sup>13</sup>.

---

<sup>4</sup> Redd Barna (2019) *Får alle barn og unge delta?*: <https://www.reddbarna.no/aktuelt/far-alle-barn-og-unge-delta/>

<sup>5</sup> Andersen, P. L. og Seland, I. (2019) *Fritidsklubber i et folkehelseperspektiv*, Forskningsinstituttet NOVA

<sup>6</sup> Andersen, P. L. og Seland, I. (2019) *Fritidsklubber i et folkehelseperspektiv*, Forskningsinstituttet NOVA

<sup>7</sup> Redd Barna (2019) *Får alle barn og unge delta?*: <https://www.reddbarna.no/aktuelt/far-alle-barn-og-unge-delta/>

<sup>8</sup> Andersen, P. L. og Seland, I. (2019) *Fritidsklubber i et folkehelseperspektiv*, Forskningsinstituttet NOVA

<sup>9</sup> Bakken, A. (2021) *Ungdata 2021: Nasjonale Resultater*, Forskningsinstituttet NOVA

<sup>10</sup> Helsenorge (2022) «Hva er psykisk helse?»: <https://www.helsenorge.no/psykisk-helse/hva-er-psykisk-helse/>

<sup>11</sup> Norsk Psykologforening (2016) «De syv psykiske helserettighetene»: <https://www.psykologforeningen.no/foreningen/aktuelt/aktuelt/de-syv-psykiske-helserettighetene>

<sup>12</sup> Bredeesen, M. og Schmidt, I. (2017) *Med ungdom som ressurs*, Ungdom og Fritid

<sup>13</sup> Heggelund, A. R. (2020) *Klubbundersøkelsen 2020*, Ungdom og Fritid

Fritidsklubbene bidrar også til å bedre livskvaliteten til barn og unge ved å tilrettelegge for fysisk aktivitet. Regelmessig fysisk aktivitet fører til at livskvaliteten blir bedre på grunn av økt psykisk velvære og bedre fysisk helse<sup>14</sup>. Fysisk aktivitet reduserer angst, forbedrer søvnkvalitet og styrker barn og unges evne til læring, og mange opplever at det å delta på fysiske aktiviteter sammen med andre bidrar til økt trivsel og godt humør. Omtrent 78 % (507 klubber) av våre medlemmer tilrettelegger for egenorganisert idrett og fysisk aktivitet ute og/eller inne, og hele 14 % (91 klubber) av Ungdom og Fritids medlemmer regner seg selv som et aktivitetshus, skatehall eller idrettshall<sup>15</sup>.

Ved å styrke klubbfeltet med midler til drift og etablering, tilrettelagte lokaler og relevante aktiviteter, samt flere ansatte med kompetanse på psykisk og fysisk helse, i tråd med kvalitetskriteriene og Europarådets tilråding om ungdomsarbeid, kan det helsefremmende og forebyggende tiltaket klubb allerede er bidra til god psykisk og fysisk helse blant enda flere barn og unge, og således bedre livskvaliteten deres<sup>16</sup>.

### Livet etter pandemien

Under pandemien var ungdommer den gruppen i befolkningen som rapporterte å ha det verst<sup>17</sup>. Stadig flere ungdommer sliter med ensomhet og utfordringer relatert til psykisk helse, og denne trenden ble forverret av isolasjonen smitteverntiltak og nedstenginger medførte. I Folkehelse rapportens temautgave for 2021 om folkehelse etter covid-19, står det at pandemien medførte at noen undergrupper blant barn og unge var særlig utsatt for å få dårlige psykisk helse, spesielt de med lav sosioøkonomisk status<sup>18</sup>. Det barn og unge rapporterte å ha savnet mest under pandemien var fysiske møteplasser og fritidsaktiviteter der de kunne tilbringe tid med jevnaldrende<sup>19</sup>.

I sin rapport om livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under pandemien, pekte Kjøsutvalget på viktigheten fritidsklubber spiller som en sosial førstelinjetjeneste for barn og unge fordi de bidrar til sosial utvikling og god psykisk helse, særlig blant sårbare grupper<sup>20</sup>. Ifølge utvalget ligger det et stort potensial i å styrke denne sosiale førstelinjetjenesten, noe de anbefaler. I tillegg understreker utvalget viktigheten av at ungdomsarbeidere er godt forberedt på å møte en høyere andel av ungdom med ulike psykiske helseplager og at de må ha kunnskap om hvor de mest utsatte kan få tilgang til spesialhelsetjeneste. Til tross for denne anbefalingen har ikke fritidsklubbfeltet mottatt noen ekstra midler under pandemien med unntak av 2 millioner til ferieaktiviteter julen 2020. I stedet opplevde feltet å havne i randsonen til det offentlige tjenestetilbudet og fikk utfordringer med å opprettholde drift fordi aktivitetene ble definert som fritidsaktivitet og arrangement heller enn helse- og velferdstjenester.

---

<sup>14</sup> Helsedirektoratet (2019) «Hva fysisk aktivitet gjør med kroppen»: [Hva fysisk aktivitet gjør med kroppen - helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)

<sup>15</sup> Heggelund, A. R. (2020) *Klubbundersøkelsen 2020*, Ungdom og Fritid

<sup>16</sup> Fagforbundet og Ungdom og Fritid (2017) *Kvalitetskriterier for fritidsklubber og åpne møteplasser for ungdom*: <https://www.fagforbundet.no/globalassets/globalfiler/ungdogfritfagforbundet.pdf> og EU-rådet (2017) «Ministerkomiteens tilråding til medlemsstatene om ungdomsarbeid», Council of Europe

<sup>17</sup> Hølaas, I.I. m.fl. (2021) *Psykt Ensom. Om ensomhet blant barn og unge*. Røde Kors

<sup>18</sup> Bergsaker, M. R. m.fl. (2021) *Folkehelse rapportens temautgave 2021: Folkehelsen etter covid-19*, Folkehelseinstituttet

<sup>19</sup> Bakken, A. (2021) *Ungdata 2021: Nasjonale Resultater*, Forskningsinstituttet NOVA

<sup>20</sup> Kjøs, P. m.fl. (2021) *Livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under Covid-19-pandemi*, Kjøsutvalget

Under nedstengingen hadde klubbfeltet den største frafallsprosenten blant fritidsaktivitetene med 32%<sup>21</sup>. I effekt mistet 30 000 unge sitt tilbud. Med antallsrestriksjoner har klubber måtte bortvise mange ungdommer i døra over lengre tid. I vår spørreundersøkelse, sendt ut til klubbledere i februar, kom det frem at mange var særlig bekymret for sårbare barn og unge som mistet sitt tilbud da deltakelse krevde påmelding<sup>22</sup>. Til tross for klubbenes oppsøkende arbeid i lokalmiljøet har denne gruppen ungdommer vært svært vanskelig å få tak i. Etter gjenåpningen rapporterer flere klubbledere at relasjonsbygging med hele årskull har gått tapt, med tilhørende varig frafall. Andre melder om rekordbesøk og utfordringer med å opprettholde kvaliteten på tilbudet med få ansatte.

Denne erfaringen tilsier at fritidsklubbfeltet bør få den anerkjennelsen det fortjener som en sosial førstelinjetjeneste. Det var nettopp bekymringen for sårbare barn og unge som gjorde at koordineringsgruppen for tjenester til denne gruppen, nedsatt av regjeringen, i sin 15 statusrapport skrev at lavterskeltilbud og fritidsaktiviteter må prioriteres framover<sup>23</sup>. De skriver at fritidsklubber har vært nedprioritert mange steder og at dette er negativt fordi tilbudet er spesielt viktig for unge som står i fare for å falle utenfor. Vi anbefaler at feltet styrkes med midler til attraktive aktiviteter og arrangementer slik at barn og unge rekrutteres tilbake til denne helsefremmende og forebyggende arenaen, og midler til flere faste stillinger og til en økt kompetanse på psykisk helse blant disse slik at klubbene kan ta imot flere barn og unge med ansatte som er bedre rustet til å snakke med dem om psykisk helse og ensomhet. En slik styrking av feltet vil på den ene siden bidra til å motvirke de negative konsekvensene pandemien har hatt for barn og unge, og på den andre til å styrke denne lavterskel førstelinjetjenesten i møte med fremtidige pandemier.

### Folkehelsearbeid i kommunene

I den forrige folkehelsemeldinga omtales fritidsklubber og ungdomshus som spydspissen i det generelle forebyggende arbeidet mange kommuner gjør overfor ungdom<sup>24</sup>. Årsaken er at klubbene, med sin kjennskap til det lokale ungdomsmiljøet, er en viktig aktør i det tverrfaglige samarbeidet med andre lokale instanser som politi, helsetjeneste og barnevern, og fordi at klubb mange steder i landet er den eneste offentlige arenaen som er åpen for alle ungdommer på fritiden. I meldingen fremgår det at regjeringen støtter dette arbeidet i kommunene, men det understrekes at kommunene må styrke arbeidet sitt på dette området for at effekten av nasjonale tilskuddsordninger skal bli best mulig.

Ifølge Ungdataundersøkelsen for 2021 er kun 48% av ungdommer i landet fornøyd med tilgangen på møteplasser som fritidsklubber og ungdomshus. I 69 kommuner finnes det ingen fritidsklubber i det hele tatt. Fordi fritidsklubbene er overlatt til kommunale prioriteringer blir de ofte salderingsposter på kommunale budsjetter. Det til tross for at medvirkning er et av fem grunnprinsipper i folkehelseloven og at barn og unge ønsker en prioritering av klubb<sup>25</sup>. Vi anbefaler at det kommer en nasjonal politikk på området som sikrer barn og unge retten til åpne og gratis møteplasser lokalt, uavhengig av hvilken kommune de bor i. Det kommunale ansvaret for å skape lavterskel møteplasser bør dermed lovfestes i Kulturlova, på lik linje som folkebibliotek og kulturskole ettersom disse tre regnes å utgjøre den

---

<sup>21</sup> Bakken, A. (2019) *Ungdata 2019: Nasjonale Resultater og Ungdata 2021: Nasjonale Resultater*, Forskningsinstituttet NOVA

<sup>22</sup> Menne, A. E. (2022) *Kartleggingsundersøkelse: Klubbfeltet under pandemien*, Ungdom og Fritid: <https://www.ungdomogfritid.no/wp-content/uploads/Kartleggingsundersokelse-medlemmer.pdf>

<sup>23</sup> Bufdir (2022) «Statusrapport 15: Barn og unges tjenestetilbud under covid-19-pandemien»: <https://www.regjeringen.no/contentassets/07a94a46945c43408c50a168e540079d/statusrapport-15-fra-koordineringsgruppen-03.03.22.pdf>

<sup>24</sup> Helse- og omsorgsdepartementet (2019) *Folkehelsemeldinga: Gode liv i eit trygt samfunn*

<sup>25</sup> Bjune, M. (2019) *Oppdrag 31: Rett på Fritid*, Redd Barna

kulturelle grunnmuren. En slik lovfesting bør gi kommunene lokal frihet til å utforme egne løsninger, men inneholde nasjonale krav til grunnbemanning, kompetanse og unges rett til medvirkning. Forebyggede ungdomstiltak er ikke lovfestet i Norge, men blir ofte pekt på av politi og hjelpetjenester når det oppstår problemer i ungdomsmiljøer. Også barneombudet har anbefalt å styrke fritidsklubbene, og at staten gir tydeligere føringer til kommunen om dette<sup>26</sup>.

I 2018 mottok vi støtte fra Helsedirektoratet med det formål å styrke lokal kompetanse på barne- og ungdomsmedvirkning i de kommunene som deltar i program for folkehelsearbeid. Gjort på en god måte bidrar medvirkning til at barn og unge opplever trivsel og mestring, hvilket er helsefremmende i seg selv. Ved å ta utgangspunkt i medvirkningsmetodikken fra klubbfeltet har Ungdom og Fritid laget et medvirkningsverksted for kommuner og fylker med det mål at ungdom, ansatte og ledelse skal lære om og etablere gode og varige prosesser for medvirkning i sine kommuner. Ungdomsarbeideres rolle er sentralt i dette arbeidet, og derfor har vi også utviklet kurs for denne gruppen. Vi oppfordrer dere til å tilby denne kompetansen til alle kommuner, og til å se viktigheten av ungdomsarbeidere som viktige ressurser i det kommunale folkehelsearbeidet med sin medvirknings-, relasjons- og ungdomskompetanse.

### Ny kunnskap og innovasjon

Vi ønsker ny kunnskap om sammenhengen mellom folkehelse og fritid som undersøker de helsefremmende og forebyggende effektene av barn og unges deltakelse på ulike fritidsaktiviteter, inkludert fritidsklubb. Utover Velferdsinstituttet NOVAs tre studier av klubbfeltet, finansiert av Helsedirektoratet, er det forsket relativt lite på helseeffektene ved deltakelse på fritidsklubb de siste årene. Formålet med slik forskning bør være å undersøke hvordan staten mest effektivt kan bidra til å bedre folkehelsen blant barn og unge, også blant særlig sårbare grupper. Vi vet allerede at én ungdom som havner i varig utenforskap grunnet manglende mestring på skole eller i jobb, psykisk eller fysisk sykdom, rus, mobbing, ensomhet, omsorgssvikt og fattigdom koster staten 15,6 millioner kroner<sup>27</sup>. Et utenforskap har ikke bare store kostnader for samfunnet, men også for den det gjelder. 10,7% av alle unge under 30 år befant seg utenfor arbeid, utdanning og arbeidsrettede tiltak i 2019, og undersøkelser viser at utenforskapet for mange forblir permanent<sup>28</sup>. Unge med innvandrerbakgrunn har dobbelt så stor risiko for å havne i denne kategorien.

Vi er svært fornøyde med Bufdirs bevilgning av 24 millioner til forskning ved Velferdsinstituttet NOVA på konsekvensene av pandemien på oppvekst, ettersom vi foreslo dette for departementene allerede i 2020. Det vil imidlertid være viktig å supplere dette store forskningsprosjektet med flere mindre og spissede studier for å undersøke virkningene av ulike tiltak på folkehelse, spesielt effekten av universalforebyggende tiltak som fritidsklubbene.

### **Med vennlig hilsen**

André Ruud  
Generalsekretær i Ungdom og Fritid

---

<sup>26</sup> Departementene (2020) *Like muligheter i oppveksten: Regjeringens samarbeidsstrategi for barn og ungdom i lavinntektsfamilier (2020-2023)*

<sup>27</sup> Stortinget (2020) «Skriftlig spørsmål fra Rigmor Aasrud (A) til arbeids- og sosialministeren»: <https://www.stortinget.no/no/Saker-og-publikasjoner/Sporsmal/Skriftlige-sporsmal-og-svar/Skriftlig-sporsmal/?qid=82663>

<sup>28</sup> Voksne for barn (2019) «Om utenforskap hos barn og unge»: <https://vfb.no/vart-arbeid/arkiv/utenforskap-hos-barn-og-unge/>