



## Oppsummering av ekstern medvirkning høsten 2025 – innspill til kommunedelplan for folkehelse og forebyggende arbeid 2026-2038

### Innledning

Sarpsborg kommune gjennomførte høsten 2025 en ekstern medvirkningsprosess i arbeidet med planutkast til kommunedelplan for folkehelse og forebyggende arbeid 2026–2038. Det var i perioden 1. september til 1. oktober mulig for innbyggere, organisasjoner og frivillige aktører å gi skriftlige, anonyme innspill gjennom åpne digitale spørreskjemaer. Til sammen er det mottatt 59 skriftlige innspill. Det har også vært gjennomført besøk på Seniorskolen, Eldredagen, temakveld i regi av Framtidsretta sarping og på SFO.

Innspillene som har kommet representerer både lokale forhold og overordnede folkehelseutfordringer, og viser et betydelig engasjement for levekår, oppvekst, deltakelse og livskvalitet i Sarpsborgsamfunnet. Mange av innspillene er konkrete forslag til handlinger, mens andre uttrykker verdier, bekymringer og forventninger til kommunens rolle som samfunnsutvikler.

Alle innspill er gjennomgått og har blitt vurdert i utarbeidelsen av planutkastet. Nedenfor følger en oppsummerende tekst for skjemaene som er mottatt. Innspillene er systematisert etter de seks delmålene i planutkastet

### 1. En god start i livet

Innspillene knyttet til *En god start i livet* viser et tydelig ønske om å styrke kvaliteten og tryggheten i barns oppvekstmiljø. Flere peker på behov for mindre barnegrupper og høyere voksensentetthet i barnehage, skole og SFO, og understreker betydningen av at barn blir sett og får ro og tilstedeværende voksne i hverdagen. Det etterlyses også mer tid til lek og frie aktiviteter i skolen, og sterkere vektlegging av psykisk helse og sosialt miljø som del av det forebyggende arbeidet.

Noen innspill retter seg mot forholdet mellom foreldre og skole, der foreldreveiledning og samarbeid fremheves som viktige virkemidler for tidlig innsats. Det pekes på behov for bedre tilgjengelighet til helsesykepleier og mer helsefremmende arbeid i skolemiljøet, herunder handlinger rettet mot skjermbruk og sosial isolasjon.

Noen innspill trekker frem betydningen av natur og friluftsområder som oppvekstarenaer, og advarer mot nedbygging av slike områder. Dette knyttes til barns rett til fysisk utfoldelse og tilgang til trygge møteplasser.

Samlet viser innspillene et sterkt ønske om at kommunen prioriterer helhetlige, forebyggende tiltak som styrker barns trivsel, trygghet og mestring fra tidlig alder.

### Utvalgte sitater:

*«Den frie leken MÅ tilbake til skolen.»*

*«Få liv i ungdomsklubbene igjen. Dette vil gi ungdom et sted å være.»*

*«Tenk om vi sammen kunne klart å snu den negative utviklingen skjermbruk har på barn, ...»*

## **2. En sunn hverdag**

Innspillene knyttet til *En sunn hverdag* handler i hovedsak om mat, fysisk aktivitet og tilrettelegging for sunne valg. Flere etterlyser billigere og mer tilgjengelige sunne matvarer, spesielt for barnefamilier og ungdom. Det foreslås blant annet billig kantinemat på skolene, mer kunnskap om kosthold i undervisningen og tiltak som gjør sunn mat mer attraktiv.

Det er også mange innspill knyttet til fysisk aktivitet og bruk av nærmiljøet. Flere peker på behovet for flere lavterskel aktivitetstilbud, og aktiviteter som vil stimulere til økt bruk av eksisterende turstier og treningsapparater. Innspillene understreker viktigheten av motivasjon, sosial tilhørighet og kulturforståelse for å lykkes med deltakelse, ikke bare tilgang til anlegg.

Et innspill fremhever varmtvannsbasseng og tilrettelagt trening for personer med kroniske lidelser som viktige helsefremmende tiltak.

Samlet peker innspillene på at kommunen bør legge større vekt på å fjerne økonomiske og praktiske barrierer for deltakelse, og på å fremme sunne valg som en naturlig del av hverdagslivet for alle aldersgrupper.

### **Utvalgte sitater:**

*«Innsatsen bør ligge i HVORDAN få folk til å møte opp og bruke det.»*

*«Vi behøver mer tilrettelagte aktiviteter i skolegårdene, spesielt skoler som har typiske asfaltskolegårder.»*

*«Arrangere Matfestival på hver skole initiert av rektor, og i samarbeid med FAU.»*

*«Flere aktivitetsområder med apparater for å holde seg i form.»*

## **3. Et godt nabolag**

Innspillene knyttet til *Et godt nabolag* handler i stor grad om trygghet, trivsel og sosialt fellesskap. Flere fremhever behovet for bedre lekeplasser og møteplasser i nærmiljøet, både for barn, ungdom og voksne. Særlig løftes bydelskafeer, fellesområder og grillplasser som tiltak som kan bidra til økt sosial kontakt og mindre ensomhet.

Det foreslås å styrke Natteravnene og andre lokale trygghetstiltak, og at kommunen bør ta en mer aktiv rolle i å initiere og koordinere frivillighet. Det er også forslag om digitale løsninger for dugnadsarbeid, der frivillige kan melde seg og bidra til små praktiske oppgaver i nabolaget.

Flere innspill uttrykker bekymring av blant annet utbygging av vindkraft i etablerte boområder som fører til støy, trafikk og tap av grøntarealer. Det pekes på at trivsel og helse påvirkes av bomiljø og opplevd trygghet.

Samlet viser innspillene et tydelig ønske om å styrke lokale møteplasser, fellesskap og dugnadsånd, og å sikre at bomiljøer utvikles på måter som fremmer tilhørighet og trygghet.

#### **Utvalgte sitater:**

«*Bedre lekeplasser i nærmiljøene. Dette kan virke som samlingspunkt og kan føre til nye vennskap på tvers av kulturer.*»

«*Utbygging i hager må stoppes!*»

«*Vindturbiner og solcelleparker truer oppvekstvilkårene til barna våre.*»

«*Vi må få fart på frivilligheten og få med flest mulig.*»

#### **4. Et samfunn med plass til alle**

Innspillene knyttet til *Et samfunn med plass til alle* løfter frem behovet for tilgjengelighet, inkludering og sosial mobilitet. Flere peker på at kommunen bør bidra til bedre transportløsninger, spesielt i ytterområdene, og at bomringen kan skape økonomiske barrierer som forsterker sosiale forskjeller.

Det er også et tydelig ønske om flere praksisplasser og jobbmuligheter for ungdom, samt mer samarbeid mellom kommunen og næringslivet om arbeidstrening og inkludering. Innspillene viser til at arbeid og deltakelse i meningsfulle aktiviteter er avgjørende for både helse, mestring og samfunnstilhørighet.

Flere etterlyser flere møteplasser for frivillighet, og ønsker at kommunen legger til rette for samhandling på tvers av generasjoner og organisasjoner.

Samlet peker innspillene på at et samfunn med plass til alle forutsetter aktiv innsats mot utenforskap, bedre samordning mellom tjenester og arenaer som styrker fellesskapet.

#### **Utvalgte sitater:**

«*Kommunen bør legge til rette for en dugnadsapp der man kan samle poeng ...*»

«*De gode verdiene og lysten til å bidra skjer når folk møtes.*»

«*Bedre bussforbindelser. Bomringen skaper et klasseskille.*»

#### **5. En vital alderdom**

Innspillene knyttet til *En vital alderdom* viser et sterkt engasjement for sosial deltakelse, aktivitet og trygghet for eldre. Mange etterlyser flere møteplasser, også i helger og høytider utenfor sentrum, og foreslår økt samarbeid mellom generasjonene, der barn og ungdom kan besøke sykehjem, delta i aktiviteter og bidra til sosial kontakt.

Noen peker på behov for enkle trimtilbud og aktivitetsapparater for eldre, samt fortsatt satsing på forebygging og hverdagsmestring. Det rettes også oppmerksomhet mot utfordringer knyttet til ensomhet og digitalisering, og det uttrykkes bekymring for at teknologiske løsninger i helse- og omsorgstjenesten kan redusere menneskelig kontakt.

Innspillene fremhever behovet for nye boligformer og bofellesskap for eldre, der både trygghet og sosialt fellesskap vektlegges. Noen ønsker boligområder som kun er for eldre, andre ønsker seg en blanding av flere generasjoner.

Samlet peker bidragene på at kommunen bør legge til rette for aktive og inkluderende lokalsamfunn der eldre deltar, bidrar og opplever mening i hverdagen.

#### **Utvalgte sitater:**

*«Elever kan en gang i året besøke et hjem for å fremføre noe eller gjøre aktiviteter med de eldre.»*

*«Tilbud om enkel eldretrim!»*

*«Ha åpne møtesteder, også i helgene og høytider. Gjerne utenfor sentrum.»*

*«På Hofstad skole i Asker hjelper besteforeldre (evt bare eldre) til i skolefri. Supert tiltak for både små og store!»*

### **6. Tjenestesamhandling for bedre folkehelse**

Innspillene knyttet til *Tjenestesamhandling for bedre folkehelse* handler i hovedsak om samordning, kommunikasjon og felles ansvar. Mange fremhever behovet for bedre samarbeid mellom kommunens tjenester, frivillighet og innbyggere. Det foreslås blant annet at kommunen samler informasjon om aktiviteter, arrangementer og tilbud på ett sted, og at kommunikasjonen forsterkes gjennom sosiale medier.

Flere peker på at kommunen bør arbeide mer tverrfaglig og tverrsektorielt i folkehelsearbeidet, og at planlegging, nærmiljøutvikling og helse må ses i sammenheng. Ett av innspillene foreslår etablering av et større samarbeidsprogram – et «Byens puls»-initiativ – som samler innbyggere i aktiviteter knyttet til fysisk og psykisk helse, læring, arbeid og fellesskap gjennom året.

Samlet peker innspillene på behovet for en tydelig felles retning i folkehelsearbeidet.

#### **Utvalgte sitater:**

*«Samle alle aktiviteter som skjer på hjemmesidene til kommunen og markedsføre de i SoMe.»*

*«Si NEI til vindmøller og solanlegg!»*

*«Huske på at Sarpsborg kommune er mer enn sentrum.»*

*«I arbeidet med folkehelseplanen er det viktig at arealbruken i kommunen vies oppmerksomhet»*

## 7. Generelle innspill

De generelle innspillene viser et bredt spekter av engasjement fra innbyggerne. Mange uttrykker glede over trivselstiltak som lysinstallasjoner, karneval og aktiviteter i sentrum, men etterlyser flere lavterskel og inkluderende møteplasser for voksne i yrkesaktiv alder. Det pekes også på at Sarpsborg har mange gode tilbud i sentrum, men at utkantområdene bør få mer oppmerksomhet for å sikre likeverdige tilbud.

Flere fremhever betydningen av natur, rekreasjon og friluftsområder som grunnlag for helse og livskvalitet, og advarer mot nedbygging av grønne områder. Andre foreslår konkrete tiltak som flere fysioterapeuter, bedre lekeplasser for eldre barn og utvikling av kultur- og musikkarenaer for unge og voksne som ikke driver med idrett.

Samlet viser innspillene et sterkt ønske om at kommunen skal være en aktiv tilrettelegger for sosiale fellesskap, deltakelse og mangfold, og at folkehelsearbeidet må favne bredt – både sosialt, kulturelt og geografisk.

### Utvalgte sitater:

*«Karneval. Allsang. Dans på torget på lørdagene.»*

*«Utrolig fin pynting med lys de siste årene. Mer av dette. Det gir en glede å se slikt.»*

*«Naturen kan bidra både i reparerende og forebyggende arbeid med folkehelse.»*



*Tegninger laget av elever under besøk på SFO på Grålum og Lande skole i høstferien.*