



## SLUTTRAPPORT FOR 2019-HE2 - 280703 "Elvelangs i ÅI" for alle.



**ÅI Idrettslag / NIF**

**Levert av Trond Kleppen**



## FORORD

Prosjektet «Elvelangs i Ål» er gjennomført av Ål Idrettslag i nært samarbeid med Ål kommune, fordelt med 70 % på Ål IL og 30 % på kommunen. Den kommunale delen er avgrensa til statleg sikra område i avtale med Miljødirektoratet.

Ål IL var initiativtakar til prosjektet med 800 000 kr i startkapital. Det var heilt avgjerande for realisering at prosjektet møtte tilslutning frå finansieringsinstitusjonar. Dette løyste seg på godt vis. Med positive tilsagn frå 4 stiftingar, hadde me den støtte i ryggen som var naudsynt for å gå i gang.

Extrastiftelsen, no Stiftelsen DAM ga tilskott om 800 000 kr. Dette var særstakt viktig for oss.

For å starte prosjektet slik prosjektplanen la opp til, var det behov for å skaffe 15 MNOK. Styringsgruppa med ordførar Solveig Vestenfor i spissen, ga i januar 2019 klarsignal for oppstart av Del 1.

Det gjaldt ca. 1 km turstig av totalt 3,5 km, men den desidert dyraste delen.

Sjølve byggeprosessen starta i juli 2019, og etter 1 ½ år er heile prosjektet ferdigbygd med 3,5 km turstig, hinderløype, trimpark med 11 apparat, fiskebrygge, badeplass og 3 høgstandard rastepllassar.

Ål den 19. nov 2020

Trond Kleppen  
prosjektleiar



## INNHOLD

<b>FORORD.....</b>	<b>2</b>
<b>KORT SAMANDRAG: .....</b>	<b>4</b>
<b>BAKGRUNN FOR PROSJEKTET.....</b>	<b>5</b>
<b>PROSJEKTLENGDE, MÅLGRUPPE OG MÅLSETTING.....</b>	<b>5</b>
<b>PROSJEKTGJENNOMFØRING OG METODE.....</b>	<b>6</b>
<b>RESULTAT .....</b>	<b>6</b>
<b>OPPSUMMERING / KONKLUSJON .....</b>	<b>7</b>
<b>VEDLEGG BILDER AV FERDIG PROSJEKT.....</b>	<b>8</b>



## KORT SAMANDRAG:

Gjennom «Elveprosjektet i Ål» får me til dette:

- Sentrumsnær turstig med universell utforming
- Betre og trygg tilkomst til Ål Idrettspark Bråta for gåande og syklande
- Etablering av sentrumsnær fiskeplass med universell utforming
- Ny og tryggare badeplass i Opsjø, sentrumsnært og med universell utforming
- Forlenging av turvegen fra Hallingdal Feriepark og ny turveg til Ål Camping
- Trafikksikker tilkomst for gåande og syklande til områda vest for Opsjø næringspark
- Gjennom rydding/hogst vil det åpne opp Opsjø og elva og gi et betre inntrykk av Ål
- Innbyr og tilrettelegg for trim og aktivitet
- Betre universell tilkomst frå Ål Helsetun via gangbru over RV7
- Auka moglegheit for Ål Helsetun/Hallingdal sjukestugu til å nytte idrettsanlegget til rehabilitering og aktivitet. I tillegg blir det ein stad der unge og gamle kan møtast.
- Knytte saman skilta sykkelveg frå Geilo vidare til Gol
- Mange nye rasteplassar langs elva og Opsjø
- Nye treningsarenaer og læringsarenaer nært til helsetun, skule og barnehage
- Samarbeid med helseorganisasjonar for god utnytting av anlegget
- Støttar opp om målsettinga for folkehelse i Kommuneplanen for Ål 2015 – 2027

Eit stort allmennyttig prosjekt midt i Ål Sentrum initiert og organisert av Ål Idrettslag.

Prosjektet vil ha stor nytteverdi for alle i Ål, besøkande og turistar, barn/ungdom, funksjonshemma, vaksne, pasientar ved sjukestugu og bebuarar ved Ål Helsetun.

I tillegg til lokale firma som har gjort fint arbeid og fleire har gitt rabatt, har me hatt firma/personar som har bidratt med gratisarbeid. Samla sett har dette ein verdi på ca. 3 mill. kroner.

Prosjektet er gjennomført innafor tidsplanen og den økonomiske ramma.

Alle mål er nådd og vel så det !

Innbyggjarar og turistar jublar over tiltaket og er særstiltfreds med resultatet.

No kan folk rusle på grus langs elva og i natur, i staden for på asfalt i bustadfelt og sentrum. Brukargruppene er alt frå barnehage og skule til sjukeheimsbebuarar. Stigen har òg vorte populær som trasé for unge mødrer med barnevogn og som luftearena for hundar.

Mange har i ei vanskeleg Covid19-tid, hatt glede av dette nye tilbodet, ikkje minst skulane. Takk til Stiftelsen Dam, Gjensidigestiftelsen, Sparebankstiftelsen Hallingdal og Sparebankstiftelsen DnB som trudde på oss og ga tilskot som vart heilt avgjerande for realisering.



## BAKGRUNN FOR PROSJEKTET

"Elvelangs i Ål" er ei utviding av Ål IL sin aktivitet for å nå alle potensielle brukarar i kommunen, med tanke på fysisk fostring for ikkje aktive. Ein 3,5 km lang universell turstig langs natur og vatn, og med 8 ulike aktivitetsarenar skal freiste ikkje aktive til å gå tur, nytte treningsapparat, søke læring, oppleve sosialt fellesskap, fiske, bade m.v. Ligg sentrumsnært og ved skule og helse (inkl. psyk.pol., BUP). Lett tilgang for funksj.h. Alt som gratistilbod for òg å nå innvandrargrupper, folk med dårleg råd, og som alltid er tilgjengeleg (ikkje berre til faste treningstider).

Før Elvelangs var innbyggjarane, om dei ikkje kunne reise til fjells, avhengig av å gå tur på asfalt i sentrum eller bustadområder. Å lage ein turarena som var gruslagt og som ein kunne køyre opp skispor i halve traseen på vinteren, var viktig. At den gikk gjennom Ål Idrettspark med alle sine anlegg og med alle nye treningsarenaer var eit mål for idrettslaget.

## PROSJEKTLENGDE, MÅLGRUPPE OG MÅLSETTING

Planen var å gjennomføre sjølve hovudprosjektet over 2 år(2019-2020). Planen åpna for at finpuss og detaljar som ikkje var ferdigstilt, kunne utførast i 2021. Sidan 98 % er ferdigstilt ved sluttdato, vart det berre rekkverk og gjerde på spesielle parti som pga. leveringstid står att til 2021.

### Målgruppe

Alle i Ål med behov for sosial treffstad, og som er universelt utforma.

Spesielt tilbod for trimmarar, rehabilitering v. Hallingdal sjukestugu, psykiatri, skular m.v.

### Målsetting for prosjektet i samarbeidet med DAM

Gi grupper som ikkje er aktive, tilgang til aktivitetar som kan auke livskvaliteten og styrke det førebyggjande arbeidet gjennom fysisk aktivitet. Spesielt fokus på funksjonshemma, innvandrarar, psykisk sjuke, trimgrupper, samla elevgrupper, uorg. ungdom, men òg med mål å auke medlemstalet i Ål IL.



## PROSJEKTGJENNOMFØRING OG METODE

Etter ein prosjekteringperiode på eitt år og med godkjent reguleringsplan + byggesøknad vart det gjort vedtak av styringsgruppa i des.-2019 om oppstart av eit hovudprosjekt delt i 3 delprosjekt. Delprosjekt 1 starta bygging av den vanskelegaste 1 km inn på Ål Idrettspark sommaren 2019. Delprosjekt 2 starta detaljprosjektering i juli/aug 2019 og ferdigstilt hausten 2020, og det er denne delen Ål IL ba om støtte til frå Extrastiftelsen/DAM. Det er vidareføring av turstig med tilhøyrande aktivitets og læringsarenaer.

Leiar i Ål IL som prosjektleiar og ei særstark prosjektgruppe og styringsgruppe hadde hand om framdrift og økonomi. Det vart med andre ord etablert **full prosjektorganisering**. Prosjektleiar har òg fungert som byggeleiari med ansvar for å følgje opp framdrift og finne løysingar. Dette har ført til gratisarbeid tilsvarande ca. 70 % stilling i 3 år.

Mykje er òg gjort som dugnadsarbeid frå medlemmer og bygdefolk + bedrifter, men dei vanskelegaste partia har skjedd ved bygging frå lokale entreprenørar + innkjøp av materiell / utstyr i både inn- og utland. Ca. 10 000 timer frivillig arbeid er lagt inn.

Avtaler er gjort med grunneigarar, vegvesen, kommune, bedrifter, org. og bidragsytarar. Vedlikehaldsavtale er inngått mellom Ål IL og Ål kommune. Statusrapportar jamnleg til styringsgruppa og sluttevaluering for kvart delprosjekt. Rapportering gjort til tilskotsgivarar.

Ål IL sine medlemmer bidrog med gratis kompetanse og arbeidsinnsats saman med repr. for trimgruppe., skule + barnehage, repr. Elvefiskelag, Lions, Rotary, arkitektar, ingeniørar, kommuneplanleggjarar, og repr. for brukargrupper innan Helse som: Kommuneoverlege, fysioterapeut, pleiarar. (ca. 25 samarbeidspartar er bedrifter + org.+ instit. + enkeltpers.).

I tillegg til dialog med ovannemnde grupper, har me gjennom eigen facebookside hatt kontinuerleg dialog med innbyggjarar og brukarar. Nesten 1200 personar har bedt om å få vere medlemmer i Vennegruppa.

## RESULTAT

Med tanke på målsettinga knytt til DAM-delen av prosjektet, der me skulle samarbeide med organisasjonar og fagfolk, for å få fleire i aktivitet og trim og gi tilbod til brukargrupper som til vanleg ikkje nyttar idrettsarenaer, ligg her kanskje den største gevinsten og suksessen i vårt prosjekt.

Bruken av våre anlegg i løpet av det fyrste halvåret dei har vore tilgjengeleg, blir anslått til at 80 % av brukarane er folk som ikkje nyttar seg av Ål Idrettspark tidlegare.

Av desse vil me anslå at ca. 50 % er trimmarar/turgårarar. Dei resterande 50 % er fordelt på barn på sykkel, trilleturar med pasientar, folk som vil trenre i hinderløypa eller apparatpark og ikkje minst skulane som i desse koronatider har hatt stor nytte av prosjektet til uteundervisning.



Me har registrert at av turgåarane er det stadig grupper frå psykisk helse og avdeling for demens. LHL-medlemmer og eigne trimgrupper er òg ofte å sjå i traseen.

Desse brukargruppene får me òg stadfesta gjennom responsen på Facebooksida.

Me har gjennom siste 8-9 mndr. lagt ut nyheiter og innlegg her 1-2 gonger pr veke.

I snitt har kvart innlegg 200 likarklikk og frå 1 -15 kommentarar. Ingen negative !!

Nærare 1200 personar har bedt om å få bli medlem i vennegruppa.

Mange kommentarar er som denne:

«Fantastisk. Jeg elsker denne fine tur vegen. 😊😊😊😊»

eller denne:

«Flinke folk 😊 Ål er utruleg heldig som har så mange flinke folk som stiller opp på all slags dugnader 🥰🥰🥰»

Turstigen er no ferdigstilt, saman med alle aktivitetsarenaene.

Krav til kvileplassar/rastepllassar (10 stk.) er følgd opp, og i tillegg til vanlege kvilebenkar langs stigen har me 3-4 høgstandard rastepllassar / sosiale samlingsplassar der alle skal kunne delta (UU gapahuk og bålpllassar).

I møter med ulike samarbeidsgrupper og brukargrupper er tilbakemeldingane heilt fantastiske, sjølv om me har fått eit par tips om betringar (t.d. tak over trimparken). Slike tips vil me sjølv sagt i vare ta.

Effekten av prosjektet er ikkje målt gjennom brukarundersøking (ikkje hatt tid så langt). Responsen på Facebook og direkte tilbakemeldingar når me er i arbeid på anlegget, er i grunnen nok til å forstå at me har treft spikaren på hovudet.  
«Det beste som har skjedd i Ål på 40 år», var ein kommentar.

Me har òg lykkast med finansieringa og ligg an til å koma akkurat i mål. Det står att nokre kroner til rekrekverk på dei høgaste partia til våren 2021. **Totalt 10.3 MNOK i ÅL IL regi.**  
I tillegg har Ål kommune sine arenar kosta 4.7 MNOK, slik at samla kostnad er 15 MNOK.

## OPPSUMMERING / KONKLUSJON

Vidareutvikling av Ål Idrettspark og målsettingane i kommunedelplan for idrett, fysisk aktivitet og friluftsliv i Ål kommune var bakgrunn. Eit stort allmennyttig prosjekt midt i Ål Sentrum initiert og organisert av Ål Idrettslag. Prosjektet har stor nytteverdi for alle i Ål, besøkande og turistar, barn/ungdom, vaksne, funksjonshemma, pasientar ved sjukestugu og bebuar ved Ål Helsetun. Synergiar ved eit samarbeid mellom idrettslag, frivilligheita, næringsliv, Ål kommune/Viken Fylke. Mykje organisert som eit dugnadsprosjekt.



## VEDLEGG BILDER AV FERDIG PROSJEKT



**MEIR ENN EIN TURSTIG**

HER KJEM ARENA FOR :

- AKTIVITETAR
- TRENING
- LÆRING
- UTSIKTPUNKT
- RASTE OG KVILEPLASSAR



150 m lang gangbru



UU Turstig 3,5 km



Rasteplatz



Fiskebrygge



Hinderløype (ved sida av stigen)



Trimpark (ved sida av stigen)



Ny badeplass ved Opsjø



Turstigen langs Opsjø



100 lyktestolpar og armatur



Fint kveldslys på stigen



Dugnadshogst før stigen kjem



Så kom stigen gjennom skogen til Ål Camping