



PROSJEKTRAPPORT

# PLASTSMART IDRETT

Kartlegging av plastbruk i idretten

PROSJEKTRAPPORT

# Plastsmart idrett

- Kartlegging av plastbruk i idretten

**Utført av Mepex Consult AS for samarbeidsprosjektet Plastsmart Idrett**

**Forfattere av rapporten:**

Hildegunn Bull Iversen, Kathrine Kirkevaag, Rebecca Briedis, Thomas Rem.

**Ansvarlig for design:**

Lene Jensen, WWF Verdens naturfond

SAMARBEIDSPROSJEKTET

# Plastsmart Idrett

## PROSJEKTETS STYRINGSGRUPPE

Sondre Sande Gullord, 2.visepresident Norges idrettsforbund

Gro Holstad, Organisasjonssjef Norges idrettsforbund

Torstein Busland, Seniorrådgiver idrettspolitikken Norges idrettsforbund

Karoline Andaur, Generalsekretær WWF Verdens naturfond

Anja Stokkan, Prosjektforvalter Handelens Miljøfond

Silje Sørfonn Moe, Seniorrådgiver/prosjektleder WWF Verdens naturfond

Hildegunn Bull Iversen, Rådgiver Mepex AS

## STYRINGSGRUPPEN ØNSKER Å RETTE EN STOR TAKK TIL SAMARBEIDSPARTNERE OG BIDRAGSYTERE SOM HAR GJORT DETTE PROSJEKTET MULIG:

Norges Skiforbund, Norges Håndballforbund, Norges Fotballforbund, Norges Ishockeyforbund, Norges Seilforbund og Norges Gymnastikk- og Turnforbund.

Erik Loe (Norges Fotballforbund), Thomas Nilsson (Norges Seilforbund), Stig Nilssen (Norges Gymnastikk- og Turnforbund), Marita Andresen (Norges Skiforbund), Ottar Eide (Norges Ishockeyforbund).

Ole Jørgen Flått og Megan Fjell (Lier IL), Sverre Gylseth og Allan Bjørnstad (Asker Seilforening), Yngve Hellerud og Jens Lillegraven (ROS IL), Torunn Breilid og Marie Sandmæl (Nesøya IL), Merethe Hassel og Cathrine Mile (Strømsgodset Idrettsforening), Nicolay Sørensen og Nils Berg Jensen (Frisk Asker), Per Olav Andersen (Olympiaparken), Terje Lund (NSF), Vibeke Linderøth Grennes (Kongelig Norsk Seilforening) og Silje Gullteig Lurssen (NFF).

Christine Spiten, Siri Karine Hanslien-Olsson, Eirik Lindebjerg, Johanne Sophie Geisler, Lene Jensen og Nora Presttun Hindenes hos WWF Verdens naturfond.

Rune Arctander, Finn Aagaard og Vigdis Brekkan hos Norges idrettsforbund.

# INNHOOLD

SAMMENDRAG .....	7
<b>1 INNLEDNING.....</b>	<b>10</b>
<b>2 OM KARTLEGGINGSARBEIDET.....</b>	<b>13</b>
2.1 Metode	13
2.2 Arrangementer og aktiviteter	14
2.3 Gjennomføring og utfordringer underveis	15
2.4 Andre prosjektaktiviteter	15
<b>KARTLEGGING AV DE ULIKE IDRETTENE.....</b>	<b>18</b>
<b>3 FOTBALL.....</b>	<b>19</b>
3.1 Plastbruken i fotball	19
3.2 Kilder til plast	21
3.3 Forsøpling og avfallshåndtering	23
3.4 Utstyr brukt i fotball	24
3.5 Oppsummering og anbefalinger fotball	25
<b>4 HÅNDBALL.....</b>	<b>29</b>
4.1 Plastbruken i håndball	29
4.2 Kilder til plast	29
4.3 Forsøpling og avfallshåndtering	30
4.4 Utstyr brukt i håndball	30
4.5 Oppsummering og anbefalinger	31
<b>5 GYMNASTIKK OG TURN.....</b>	<b>34</b>
5.1 Plastbruken i gym og turn	34
5.2 Kilder til plast	35
5.3 Forsøpling og avfallshåndtering	36
5.4 Utstyr brukt i gym og turn	36
5.5 Oppsummering og anbefalinger	37

<b>6 LANGRENN .....</b>	<b>40</b>
6.1 Plastbruken i langrenn	40
6.2 Kilder til plast	40
6.3 Forsøpling og avfallshåndtering	42
6.4 Utstyr brukt i langrenn	43
6.5 Oppsummering og anbefalinger for langrenn	44
<b>7 ISHOCKEY .....</b>	<b>48</b>
7.1 Plastbruken i ishockey	48
7.2 Kilder til plast	48
7.3 Forsøpling og avfallshåndtering	49
7.4 Utstyr brukt i ishockey	49
7.5 Oppsummering og anbefalinger ishockey	50
<b>8 SEILING .....</b>	<b>53</b>
8.1 Plastbruken i seiling	53
8.2 Kilder til plast	54
8.3 Forsøpling og avfallshåndtering	54
8.4 Utstyr brukt i seiling	55
8.5 Oppsummering og anbefalinger seiling	57
<b>9 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER .....</b>	<b>59</b>
9.1 Sjekkliste	63
9.2 Videre arbeid	66

# SAMMENDRAG



# SAMMENDRAG

Norges Idrettsforbund og WWF Verdens naturfond har siden 2019 samarbeidet om å gjøre idretten plastsmart. Prosjektet har fått støtte av Handelens Miljøfond, som også har vært en aktiv del av prosjektets styringsgruppe. Denne rapporten sammenfatter funn i kartleggingen som er gjort i prosjektet.

Plast brukes i stor utstrekning i idretten. I tekstiler, utstyr, bane/anlegg/arena, reklameplakater og bannere, bespisning, giveaways, premier og startnummer. Mye av plasten er et gode og nødvendig for å kunne utøve idretten. Men det brukes også mye unødvendig plast. Særlig på idrettsarrangementer er det mye plast som bare brukes en gang. Det skaper store mengder avfall, og utendørs er det også stor risiko for at plastavfall havner på avveie.

For å se på hva slags plast som brukes, og hvor det er mulig å kutte unødvendig plast, er plastbruken i 6 idretter kartlagt: *fotball, håndball, langrenn, ishockey, seiling og gymnastikk og turn*. Kartleggingene viser at det er et stort potensial for å redusere plastbruken i samtlige idretter. Noen av utfordringene er typiske for den enkelte idrett, men det er også mange fellesnevner. De fleste vi har snakket med er modne for å ta tak i problemstillingen, men trenger litt hjelp for å komme i gang. Som lederen i et idrettslag sa: endringer kan være slitsomt når de kommer, men så blir man vant til det.

Arbeidet med plastsmart idrett er et ledd i idrettens helhetlige bærekraftsarbeid, hvor idretten skal bli plastsmart og ta ansvar innenfor idrettens rammer. Dette prosjektet er ment å bidra med verktøy og kunnskap i hele bredden av norsk idrett, og styrke idrettens bærekraftsarbeid.

Våre anbefalinger er oppsummert i en [sjekkliste med 6 punkter](#). Det viktige nå er å legge til rette for at denne informasjonen spres, og at de gode eksemplene og ideene deles på tvers.

## 1 - SETT PLAST PÅ AGENDAEN

For at noe skal skje, må vi snakke om det. Arbeidet med å kutte ut unødvendig plast må forankres i organisasjonens ledelse som ledd i et større bærekraftsarbeid og knyttes til klubbens verdigrunnlag. Større klubber kan vurdere å ha en egen bærekraftsansvarlig. Velg ut arrangementer og arenaer hvor plast kan være et tema, for eksempel trenersamlinger, klubbmøter, styremøter, kurs og sommerskoler, eller møter i idrettskretsen.

## 2 - DROPP ALL UNØDVENDIG PLAST

Finn alternativer til engangspplast, og erstatt engangsprodukter med flergangs der det er mulig. Alternativer til premier og giveaways kan være å gi opplevelser heller enn ting, for eksempel billetter til fotballkamp eller kino, møte med en eliteutøver, eller en gave til et godt formål.

### 3 - GJØR PLASTSMARTE INNKJØP

Det som kjøpes inn har stor påvirkning på det som til slutt blir avfall og skal kastes. Her kan NIF og særforbundene følge opp med gode råd og retningslinjer for hvordan idretten skal stille krav til leverandører, også utover det å ta plastsmarte valg. Idretten kan legge press på leverandører til å tilby alternativer.

### 4 - INGEN PLAST PÅ AVVEIE

Engangsemballasje og lignende plastprodukter må unngås så langt det er mulig. Det reduserer risiko for at plast havner på avveie. Avfallsløsningene må være tilpasset situasjonen de brukes i slik at avfallet ikke blåser av gårde. Det bør være dedikerte personer som har ansvar for å holde områder forsøplingsfrie.

### 5 - GI PLASTEN VIDERE LIV

For en klubb kan det være utfordrende å få gode rutiner på avfallshåndteringen, og man er ofte prisgitt andres (mangelfulle) avfallsordninger. En anbefaling er å se på muligheter til å framforhandle avtaler for avfallshåndtering for idretten sentralt. Det bør også tas initiativ til dialog med kommunal sektor. Kommunene må tilrettelegge for kildesortering ved anlegg de drifter. I den praktiske gjennomføringen er det viktig med synlig informasjon og god merking av hvordan avfallet skal håndteres.

### 6 - INNGÅ PLASTSMARTE SAMARBEID

Plastsmarte løsninger skapes gjennom samarbeid. Gjennom kartleggingen har vi sett at viljen til endring er stor. De gode ideene må samles og gjøres tilgjengelig, og det bør utarbeides et felles sett med retningslinjer og maler som flere kan bruke. Her spiller NIF og særforbundene en viktig rolle. Det er også lettere for forbundene å stille krav enn for den enkelte klubb. Lokale idrettslag vil gjerne at dette koordineres fra noen nærmere «toppen». Vi oppfordrer til at særforbundene møter klubbenes utfordringer og ser på hva som kan tas tak i sentralt.

***Slik kan idretten bli plastsmart.***



# INNLEDNING



# 1 INNLEDNING

## SAMARBEIDSPROSJEKTET PLASTSMART IDRETT

WWF Verdens naturfond (WWF) og Norges idrettsforbund (NIF) har siden 2019 hatt et felles samarbeidsprosjekt kalt «Plastsmart Idrett». Hensikten har vært å redusere forbruket av unødvendig engangspplast innenfor norsk idrett, og minimere plastavfall som kommer på avveie fra idrettsaktiviteter.

### Tilknyttede målsetninger for prosjektet har vært å:

- Kartlegge plastbruken i norsk idrett. Herunder hva slags type plast som er i bruk og omfanget av dette, samt estimere hvor mye plast som trolig kommer på avveie per år.
- Utarbeide et veikart. En veiledning for hvordan plastbruk bør begrenses og hvordan plast på avveie bør reduseres. Veikartet var ment for idrettslag, idrettskretser og særforbund, samt alle andre interesserte organisasjoner.
- Identifisere hvordan ulike deler av idretten best nås gjennom prosjektet, og hva som er realistiske men ambisiøse mål og virkemidler på ulike felt.

Prosjektet har fått midler fra Handelens Miljøfond (HMF) for å realisere arbeidet. Prosjektet har hatt en styringsgruppe tilknyttet seg, med deltakere fra både WWF, NIF og HMF på leder/seniornivå som har hatt overoppsyn med strategi og framdrift. En prosjektleder hos WWF har vært ansatt for å koordinere arbeidet. Prosjektleder har samarbeidet med styringsgruppen, øvrige faglige rådgivere hos WWF og med rådgiver hos NIF som har tilrettelagt arbeidet.

En viktig del av prosjektet ble å få en oversikt over omfanget av plastbruken i idretten. Mepex Consult AS fikk i oppdrag fra WWF å kvalitetssikre dette arbeidet.

Mepex er et rådgivingselskap spesialisert innen avfall, sirkulære verdikjeder og plastproblematikk, og har derfor vært en uvurderlig ressurs i prosjektet. Rådgiverne i Mepex ble etter hvert invitert med inn i styringsgruppen til prosjektet, og har også tatt del i strategisk arbeid tilknyttet kommunikasjonsmateriell og annet.

Prosjektet har i stor grad oppnådd sine målsetninger. I løpet av prosjektperioden bestemte en seg for å utvikle en mye enklere form for veileder. Den er nå utformet som en sjekklister med tilhørende gode eksempler og tips og triks for hvordan et særforbund, idrettslag og klubb kan bli plastsmarte. Denne rapporten bidrar som et underlag for denne sjekklister og for videre arbeid med å gjøre idretten plastsmart.

## IDRETT OG BÆREKRAFT

Interessen og engasjementet rundt bærekraft øker både i idretten og i befolkningen. Arbeidet med plastsmart idrett er et ledd i idrettens helhetlige bærekraftsarbeid. Å være plastsmart handler om å ta ansvar innenfor idrettens rammer. Dette prosjektet er ment å bidra med verktøy og kunnskap i hele bredden av norsk idrett, og styrke idrettens bærekraftsarbeid.

## HVORFOR PLASTSMART?

Vårt moderne samfunn bruker enorme mengder plast, og idretten er intet unntak. Plastens egenskaper gjør den til et svært egnet materiale med mange bruksområder. På mange områder ser vi at plasten har erstattet andre materialer, og tilgangen på billig plast har gjort at vi bruker mye mer enn vi trenger. Plast som materiale er svært holdbart. Likevel benyttes det i stor utstrekning til en gangs bruk. Det skaper enorme mengder plastavfall. I Norge alene er det beregnet at vi kaster 540 000 tonn med plast hvert år, i snitt 101 kg per nordmann.<sup>1</sup> Kun 24 % av plastavfallet gjenvinnes, og det resterende går stort sett til forbrenning<sup>2</sup>. Plast som forbrennes gir høyt utslipp av klimagassen karbondioksid.

Derfor må vi kutte. Vi må slutte å bruke unødvendig plast, og vi må gjøre det i alle sektorer. Idretten organiserer 1,9 millioner nordmenn, men har en slagkraft som går enda bredere. Hver kommune har et eller flere idrettslag som spiller en sentral rolle i lokalmiljøet. Ifølge ungdomdata har hele 93 % av barn og unge vært innom idretten, de har med seg idrettsleden hjem til foreldre, besteforeldre og andre. Idretten er en viktig del av folks hverdagsliv gjennom toppidretten og dens underholdningsverdi. Den er også til stede på arbeidsplassen til folk, ofte gjennom bedriftslag. Det gir en unik mulighet til å gå foran som et godt eksempel. Hvis idretten blir plastsmart, vil det gi store ringvirkninger i hele samfunnet.

## HVA BETYR DET FOR IDRETTEEN Å VÆRE PLASTSMART?

Ikke all plastbruk er problematisk. Flere av idrettene ville hatt store problemer med å utøve idretten sin uten plast. Plast brukes for å lage seilbåter, turnmatt, ski, treningstøy, fotballsko, håndballer og hockeykøller. Det er dette plastsmart idrett handler om; å kun bruke plast som er nødvendig for at man skal kunne utøve idretten. Det er målet vårt.

Men, mye av plasten som brukes i idretten er unødvendig og skaper store mengder avfall. Store mengder engangsplast brukes på små og store idrettsarrangementer, til profilering, giveaways og salg av mat og drikke. Ved utendørs bruk gir dette en betydelig risiko for at plasten havner på avveie. Dette må vi unngå. Slik plast bør kuttes ut, eller reduseres i størst mulig grad.

---

<sup>1</sup> Materialstrømmen til plast i Norge – Hva vet vi, Mepex, 2021

<sup>2</sup> *ibid*

# OM KARTLEGGINGSARBEIDET



## 2 OM KARTLEGGINGSARBEIDET

Kartleggingen har dekket arrangementer tilknyttet idretter underlagt Norges Skiforbund, Norges Håndballforbund, Norges Fotballforbund, Norges Ishockeyforbund, Norges Seilforbund samt Norges Gymnastikk- og Turnforbund.

Innenfor hver av de 6 idrettene er det kartlagt hva slags utstyr som brukes som inneholder plast, og plastbruk i forbindelse med arrangementer. Disse to områdene gjenspeiler to sider av idretten; den daglige driften og hva som brukes i hverdagen, og spesielle anledninger hvor man konkurrerer og forholdene er litt annerledes, gjerne med publikum involvert.

Det er gjort befaringer på ulike typer idrettsarrangementer, både innen elite- og breddeidrett. Det er gjort observasjoner av hva slags plast som benyttes og en vurdering av nødvendig og unødvendig bruk av plast. Det er også gjort en evaluering av avfallshåndteringen på stedet, om det er risiko for at plastavfall havner på avveie, og en vurdering av hvilke muligheter som finnes for å forebygge forsøpling.

Gjennom dialog og intervjuer med arrangementsansvarlige og lederfunksjoner i klubbene har vi fått et innblikk i holdninger og praksiser i klubbene vi har besøkt. Dette har vært svært nyttig for å vurdere hvilke tiltak som kan gjennomføres for å redusere bruken av plast, hva det er behov og rom for å gjøre, og hvilken rolle forbundene kan spille for å gjøre klubbene og idrettsarrangementene plastsmarte.

Kartleggingen gir et godt bilde av plastbruken og hva som er nødvendig og unødvendig bruk av plast. Det kartleggingen ikke gir, er sikre tall på mengde plast brukt, eller anslag på hvor mye plast som havner på avveie fra idretten. Til det har omfanget av kartleggingen ikke vært stort nok. Et slikt datagrunnlag kan være nyttig dersom man ønsker å etablere en nullpunktsmåling for å måle effekt av ulike tiltak, og kan vurderes som en oppfølging fra denne kartleggingen. Det fordrer at man har mulighet til å gjennomføre jevnlig målinger.

### 2.1 METODE

Kartleggingene baserer seg på befaringer på ulike idrettsarrangementer, både innenfor eliteidrett og breddeidrett. Vi har samarbeidet med særforbundene for å finne aktuelle arrangementer å kartlegge. Det er utarbeidet et observasjonsskjema som er benyttet for alle arrangementene og tilpasset de ulike typene arrangementer slik at informasjonen er sammenlignbar.

I tillegg til observasjoner på arrangement er det gjennomført intervjuer med arrangementsansvarlig og andre lederfunksjoner i klubbene vi har besøkt. Der det har vært mulig har vi også fått tilgang til innkjøpslister.

Anbefalingene som gis er en samlet vurdering av observasjoner som er gjennomført og dialog/intervjuer med sentrale personer i klubbene. Som kvalitetssikring er det gjennomført en workshop med NIF og representanter fra de ulike særforbundene, WWF og Mepex.

## 2.2 ARRANGEMENTER OG AKTIVITETER

En oversikt over kartlagte arrangementer, møter og forskning som er gjort i forbindelse med kartleggingen.

IDRETT	KARTLEGGING UTSTYR	KARTLEGGING ARRANGEMENT	KOMMENTAR
<b>SKI (LANGRENN)</b>	Møte med NM-komiteen på Konnerud  Møte med Holmenkollen skifestival	World Cup Lillehammer  NM Konnerud (31.02.20)  Holmenkollmarsjen (29.02.20)  Møte med Norengros	Flere arrangementer som var planlagt utgikk grunnet covid-19.  Holmenkollen Skifestival gikk for tomme tribuner og derfor valgte vi å ikke delta der
<b>TILTAK IFM VM I SNØSPORT FOR PARAUTØVERE</b>	Dialog med Looping, og gjennomført forprosjekt med Norwegian Trash	Pilot for å teste om det er mulig å kompostere engangsservise i materialet bagasse sammen med matavfallet. Samarbeid med avfallsselskapet GLØR og Mjøsanlegget Biogass.	Norengros leverte servise i bagasse til Mjøsanlegget.
<b>FOTBALL</b>	Dialog med forbund  Intervjuer Nesøya IL og Lier IL  Research	TINE fotballskole, Nesøya (11.08.21)  Eat Move Sleep, Tranby (16.10.21)	Eat Move Sleep cup på Fjellhamar var planlagt, men ble avlyst grunnet covid-19.
<b>HÅNDBALL</b>	Dialog med forbund  Intervju klubb  Research	Søndagsturnering j/g 9-10 år, Gulskogenhallen, Drammen (24.10.21) Norges	Gulskogenhallen er gymsalen på Gulskogen skole

		Håndballforbund Region Sør	
<b>GYM OG TURN</b>	Dialog med forbund  Intervju med ROS IL  Research	TeamGym Rekrutt, ROS Arena (23.10.21)	
<b>ISHOCKEY</b>	Dialog med forbund  Intervju med arrangementsansvarlig i Frisk Asker	Frisk Asker – Sparta, Sarpsborg (18.02.20)	Vi fikk omvisning i alle områder av Askerhallen
<b>SEILING</b>	Dialog med forbund  Intervju med KNS og Asker Seilforening  Research	AskerOptimisten, Asker Seilforening Blakstad brygge (29.08.21)	

### 2.3 GJENNOMFØRING OG UTFORDRINGER UNDERVEIS

Koronapandemien og påfølgende nedstengning av samfunnet traff Norge da vi var kommet i gang med kartleggingsarbeidet. Det gjorde at alle planlagte arrangementer ble avlyst og kartleggingsarbeidet ble satt på vent på ubestemt tid. Dette har naturlig nok gått ut over kontinuiteten i prosjektet.

I desember 2019 og vinteren 2020 - før nedstengingen, fikk vi gjennomført kartlegginger i langrenn og ishockey. Arbeidet med kartleggingen startet opp igjen i juni 2021, samtidig med at samfunnet gradvis ble åpnet opp igjen, og fra august 2021 ble det suksessivt gjennomført kartlegginger av fotball, seiling, gym og turn og håndball.

### 2.4 ANDRE PROSJEKTAKTIVITETER

Da planlagte arrangementer ble avlyst ble det i samråd med styringsgruppen brukt en del tid på å bistå VM i Snøsport for parautøvere, blant annet for å finne alternative materialer til engangsartikler i plast, og teste om det er mulig å kompostere disse engangsartiklene i bagasse sammen med matavfallet. Piloten ble gjennomført i samarbeid med avfallsselskapet GLØR og Mjøsaneanlegget Biogass. Piloten var vellykket, og bidro sterkt til at det vil benyttes et alternativ til plast under VM.

Det ble også satt i verk et forprosjekt sammen med Norwegian Trash for å finne en løsning for å gjenvinne slalåmporter til akkrediteringskort. Hovedkonklusjonen var at prosjektet ble for omfattende i forhold til hva man fikk igjen; plastmengden som kreves for å lage akkrediteringskort ble for liten. Prosjektet ble dermed avsluttet, men kan tas opp igjen dersom man har flere produkter å spille på. I tillegg ble det gjort forskning og gjennomført møte med Looping (leverandør av ombrukbare transportcovere i plast) for å gjenvinne sponsorbannere. Det ble også utarbeidet et grunnlag for å stille miljøkrav til leverandører til arrangementet.

På vårparten i 2021 ble det utarbeidet en videostory og kommunikasjonspakke til NIF og særforbundene i forbindelse med innføringen av EUs direktiv om plastprodukter, og forbud mot enkelte engangsartikler i plast (SUP-direktivet)<sup>3</sup>. Hensikten med dette var å spre informasjon om at forbudet mot utvalgte engangsartikler i plast trådte i kraft den 3. juli, og gi anbefalinger til idretten deretter.

---

<sup>3</sup> <https://marintavfall.mepex.no/sammen-gjor-vi-idretten-plastsmart#289986>



# KARTLEGGING AV DE ULIKE IDRETTENE

*«Endringer kan være slitsomt når de kommer,  
men så blir man vant til det.»*

**Ole Jørgen Flått, daglig leder Lier IL**

# FOTBALL



## 3 FOTBALL

Fotball er Norges største idrett og skaper stor aktivitet i lokalsamfunn over hele landet. Over 24 000 fotballag er fordelt på 1730 klubber<sup>4</sup>. For mange barn er dette det første møtet med organisert idrett, og med mange aktive utøvere er potensialet for plastreduksjon stort.

I fotball har vi kartlagt to typiske arrangementer innen breddeidretten; Tine fotballskole arrangert av Nesøya IL, og Eat Move Sleep Cup på Tranby Stadion arrangert av Lier IL.

Eat Move Sleep er et samarbeid mellom Bama, Norges Fotballforbund og EAT<sup>5</sup>. Cupen arrangeres av klubber over hele landet, og Bama bidrar med gratis mat og drikke, bestikk og emballasje, premier og profileringsartikler til cupen. De er også til stede på arrangementet. Cupen er en stor inntektskilde for klubbene som eksempelvis får inntektene fra salg av mat og drikke. For å kvalifisere seg som arrangørklubb må man blant annet ha minimum 600 deltakere. I 2021 ble det planlagt 37 cuper, noen ble avlyst grunnet Covid-19. I normalåret 2019 ble det arrangert 44 cuper.

TINE fotballskole er et aktivitetstilbud for barn i sommerferien og er et samarbeid mellom Norges Fotballforbund (NFF) og TINE. Det er klubbene selv som er arrangør, og alle klubber som er tilsluttet NFF kan søke om å arrangere fotballskolen. NFF leverer innhold og kvalitetssikrer fotballskolen. Tine bidrar med mat og drikke og noen profileringsartikler. Hvert år deltar nærmere 500 klubber, 70 000 barn og unge og 14 000 instruktører. Siden oppstart i 1998 har mer enn 1,5 millioner barn deltatt.

### 3.1 PLASTBRUKEN I FOTBALL

Plast brukes i stor utstrekning i fotballen. I tekstiler, utstyr, anlegg, bispising, giveaways, profilering og premier. På grunn av fotballens popularitet og utbredelse er den også attraktiv for sponsorer. Mye av plastbruken i fotballen er knyttet til profilering. Innenfor barne- og ungdomsidretten arrangeres det store cuper med mange deltakere. Avfallsmengden og plastbruken fra disse arrangementene er betydelig.

Siden både Eat Move Sleep cup og Tine fotballskole er konsepter som arrangeres av klubber i hele landet, gir de et representativt bilde av plastbruken for arrangementer innen barne- og ungdomsfotballen.

---

<sup>4</sup> [fotball.no/tema/om-nff/statistikk-og-historikk](https://www.fotball.no/tema/om-nff/statistikk-og-historikk), NFF (tallene oppdateres fortløpende)

<sup>5</sup> Fra 2022 erstattes Eat Move Sleep med et nytt cupkonsept; KIWI-BAMA Cup.

## HOLDNINGER I KLUBBENE

Begge klubbene vi har besøkt drives godt. Nesøya IL er sertifisert som NFF kvalitetsklubb, og Lier IL er arrangør av Eat Move Sleep-cupen, noe de må kvalifisere seg til. Nesøya IL har et ønske om å «drive mer miljøriktig». Lier IL har ikke diskutert miljø eller bærekraft i særlig grad, men har reagert på hvor mye plast det blir på arrangementer, og har valgt å ha utsortering av plast på cupen.

## INNKJØP

I Lier IL har hver idrettsgruppe en egen innkjøpsansvarlig. Klubben prøver å koordinere noen av innkjøpene. Felles innkjøp til klubbhuset gjøres av ledelsen. Det er ingen føringer for innkjøp annet enn pris. Ingen av klubbene har tenkt på å stille miljøkrav i forbindelse med innkjøp når det ikke er tilbud eller informasjon om det fra leverandørene. Det blir stort sett «copy paste» på det man har gjort de siste 5 årene. I forbindelse med cupen får klubben mye levert av Bama.

Det er 3-årige sponsoravtaler på drakter. Det er ikke noe problem å bruke klær med tidligere sponsorer. «Klubbjakka fra 70-tallet» og eldre klubbgensere er fortsatt stas. Ingen av klubbene har fått tilbud om alternativer til polyesterbasert treningstøy.

Informasjon om SUP-direktivet gjorde at Nesøya IL valgte å kjøpe inn pappbeger (belagt med plast) i stedet for plastglass. Daglig leder i Lier IL hadde ikke fått informasjon om SUP-direktivet, men hadde likevel fått det med seg på annen måte.

## TILTAK I KLUBBENE

### ***Gummigranulat og alternativer***

Begge klubber har gjort tiltak for å begrense lekkasje av gummigranulat fra kunstgressbanene. På Tranby Stadion er det asfaltert rundt kunstgressbanene for å gjøre det enklere å få granulatet inn på banen igjen. Det er hengt opp skilt ved utgang om å børste av skoa (NFF).

På Nesøya blir granulatet som lekker ut fra banen spadd opp og samlet i sekker. Granulatet renses i en trommel og føres tilbake på banen. Det er lagt plastduk i avløp for å hindre at den kommer på avveie. Alternativer til gummigranulat er vurdert. De har blant annet sett på organiske løsninger med kokos og kvernet olivenstein. Foreløpig må slike løsninger tilføres salt for å holdes nede, og det er ikke heldig for klær og sko. Klubben utarbeidet et forslag om å bruke «coated sand» som erstatning, men fikk ikke finansiering av kommunen til det valget. Dermed er arbeidet lagt på is.

Lier IL har en kunstgressbane på Lierskogen. Den er anlagt uten gummigranulat og egner seg best for spillere under 50 kg.

### ***Kildesortering av plast***

Lier IL har selv tatt initiativ til plastsortering på cupen.

### ***Ombrukskopp/drikkeflaske***

Nesøya IL har tidligere gjort et forsøk med ombruks-termoskopper til kaffe. Ble ikke så ofte brukt om

igjen, men er blant annet sett brukt på tur. Klubben har ellers sluttet å tilby gratisting som for eksempel drikkeflasker. Nesten halvparten av flaskene ble liggende igjen, de hadde ingen opplevd verdi. Barna har med egen flaske. I eposter klubben sender ut oppfordrer de alltid til å ta med egen flaske.

### **Premier/giveaways**

Til en cup Nesøya IL hadde planlagt i 2020 (avlyst grunnet Covid-19), ble det sponset billetter til en Stabekk-kamp som premie i stedet for en pokal. Stabekk er samarbeidsklubb med Nesøya IL.

---

*«Det er en vinn-vinn-situasjon for begge klubber; når barna har billett kjøper foreldrene billett, og man kjøper gjerne også noe i kiosken når man drar på kamp. Det bidrar også til god stemning under kamp når tribunen fylles opp.»*

**Torunn Breilid, administrativ leder, Nesøya I.L.**

---

### **Tiltak mot forsøpling**

Ved større arrangementer settes det ut flere søppelbøtter, og det er også kampverter som har ansvar for at områdene er rene og pene. På Nesøya plukker barna søppel rundt anlegget et par ganger i året og får velge mellom kake, kjeks eller is som belønning.

## **3.2 KILDER TIL PLAST**

### **Engangs plastartikler til mat- og drikke**

Det benyttes engangs plastartikler i forbindelse med servering av mat og drikke.

Under fotballskolen serveres det gratis mat og drikke til deltakerne. Alle deltakerne får et TINE-produkt hver dag; Litago Lett i drikkekartong. Drikkekartongen har innvendig plastbelegg. Det benyttes papptallerkener, bestikk av tre og pappkopper med plastbelegg. Det går med cirka 100 plastbelagte pappkopper og papptallerkener hver dag.

***Hvis alle som arrangerer Tine fotballskole bruker 1 plastbelagt pappkopp og 1 plastbelagt papptallerken hver dag per barn, og det er 70 000 barn og 14 000 instruktører som er med på fotballskolen hvert år, blir det 420 000 plastbelagte pappkopper og 420 000 plastbelagte papptallerkener bare fra fotballskolen i løpet av ett år.***

Til Eat Move Sleep cupen er det Bama som leverer mat og drikke. I tillegg selges det kaffe og vafler. En del av maten er emballert i plast, som smoothie og eplejuice, salat og blåbærshaker og bagetter i

blandingsemballasje av papp og plast. Klubben mottar kasser med frukt som de skjærer opp selv og fordeler i pappbeger med plastbelegg inni. Tidligere ble det levert plastbeger til å ha frukten i, men her har Bama gjort en omlegging fra plast til papp. Av varmmat serveres lapskaus i pappbeger (uten plast med plastskjeer merket «biodegradable»<sup>6</sup>. Dette hadde klubben på lager fra tidligere planlagt cup som ble avlyst grunnet covid-19. Til kaffe benyttes plastbelagte pappkopper som de får fra USBL. Til cupen ble det levert 1000 slike kopper.

Grunnet avlysning i fjor har de en del ting liggende på lager; både plastshakere, plastskjeer (biodegradable), papptallerkener og så videre.

### Profilering og reklameseil

Det benyttes reklameseil i polyestertekstil til profilering. Seilene er hengt opp med plaststrips. Slike seil benyttes også til profilering av klubben. På Eat Move Sleep cup er det hengt opp mange hundre meter Eat Move Sleep-seil langs hele området og rundt fotballbanene. Kiosk-og premietelt som er oppført har tilsvarende profilering og er også i et polyestermateriale.

Alt profileringsmaterieell er ombruksutstyr som leveres av Bama før arrangementet, og hentes igjen etter at cupen er ferdig. Bama har 4-5 slike sett som går på rundgang til alle klubbene som arrangerer cupen i løpet av sesongen. Plaststripsene brukes ikke på nytt og kan være en kilde til forsøpling.

Det brukes også sponsorskilt i stål med klistremerker i plast. Dette er mer faste installasjoner og skiltene byttes ut når avtale med sponsorer sies opp. Avtalene som Nesøya IL har, er treårige.

### Giveaways

På Eat Move Sleep cup får barna en pokal og en BAMA-sekk i polyestermateriale som premie. Tidligere ble det delt ut t-skjorter, men ulike størrelser gjør det arbeidskrevende å dele ut. Arrangøren opplever at sekker er et bedre alternativ, og at sekkene blir brukt videre. På fotballskolen får alle deltakerne en treningsskjorte og en ryggsekk, begge i polyestertekstil. T-skjortene de får fra TINE er laget av polyester. T-skjortene kommer i pappeske hvor 10 og 10 er pakket inn i tynn plastfolie. Ryggsekkene kommer i store pappesker uten plast.

USBL er den eneste sponsoren som er til stede på Eat Move Sleep cup foruten Bama. De deler ut giveaways med USBL profilering: isskrape, refleksbånd, pastilleske (i plast) og en «poseryggsekk». Pastilleskene er pakket inn i plast 20 og 20. USBL har tidligere delt ut drikkeflasker, men dette har de sluttet med. De vurderer også å droppe giveaways og har et internt prosjekt der de ser på hva de kan erstatte giveaways med.



USBL posesekker med gratisting. Foto: Mepex AS

<sup>6</sup> Nedbrytbar plast er ikke nedbrytbar i naturen. Dette gir ofte et misvisende bilde, og folk tror ofte at de kan kaste fra seg nedbrytbare produkter fordi de brytes ned.

Lier IL har ikke noen spesiell praksis rundt giveaways. Klubben har tidligere kjøpt inn drikkeflasker til spillere. Dette har vært populært. Daglig leder forteller at giveaways oppleves som veldig stas, det blir alltid kø foran slike. KIWI Solberg cup nevnes som eksempel på en cup i distriktet som mange ønsker å være med på. En gratis goodiebag til alle deltakerne oppgis som årsak til det.

### 3.3 FORSØPLING OG AVFALLSHÅNDTERING

#### Forsøpling

På Nesøya sitt anlegg ligger det en del sneip og snus både på og rundt banen. Dette kommer i hovedsak fra uorganisert aktivitet på kveldstid. Noen Litagokartonger og pappkopper med plastbelegg ligger også rundt banen. Små avrevne rester etter målnett ligger i ytterkant av banen. Nettene som er hengt opp rundt banen har begynt å flise seg opp i bunn og små plastfibre kan spre seg i miljøet. Det er lagt ut plastduk rundt banen for å hindre granulat på avveie. Plastduken har begynt å flise seg opp i endene.

Under Eat Move Sleep cupen har tre personer ansvar for å holde ute- og inneområdene rene og pene. Stadionet oppleves som ryddig. Hallingstad skole ligger like ved, og fotballanlegget brukes av skoleklasser i skoletiden og andre på kveldstid. Det forekommer noe mer forsøpling etter slik bruk.

#### Generell avfallshåndtering

Det er satt ut avfallsdunker til restavfall.

Ved større arrangementer settes det ut ekstra dunker, og det gjøres som regel avtale med privat renovatør om henting. Begge idrettslag sorterer ut pant og papp. Under Eat Move Sleep er det lagt opp til plastsortering og det er satt ut plastbakker til pant og plast merket «plast + pant». De har en stor 240 liters avfallsdunk til plastavfall ved inngangen til klubbhuset. Det er bestilt avfallshenting av Ragn-Sells til arrangementet. I etterkant har klubben reagert på at det er dyrere å sortere ut pappen enn å levere den som restavfall.

Nesøya IL har planer om å utvide kildesorteringen innendørs, eventuelt også for uteområdene. Foreløpig har det vært for kostbart å investere i nødvendig utstyr/dunker. Panten samles i beholdere fra Pant mot kreft, eller i sekker fra Infinitum.



Sortering på Eat Move Sleep Cup. Foto: Mepex AS

## UTSTYR BRUKT I FOTBALL

Under følger en oversikt over vanlig utstyr som brukes i fotball og som inneholder plast.

UTSTYR PÅ BANEN	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Kjeglere og markører</b>	Kjeglere og markører brukes til trening for å dele inn ulike områder, markere avstand, eller gjennomføre øvelser for å styrke ballkontroll. Kjevlene er laget i hardplast, markørene i et mykere plastmateriale. Utstyret slites ved sol, vær og vind. Over tid blir platen sprøere og ødelegges lettere.
<b>Fotballnett</b>	Fotballnett har relativt lang holdbarhet. Spillerne får ikke henge og klatre i nettene. Nettene byttes når de blir for ødelagte. De fikser mindre skader, men har ikke noe system for å reparere dem ved større skader.
<b>Småmål og baneinndelere</b>	Idrettskretsen i Buskerud har en utlånsordning blant annet for baneinndelere. På Eat Move Sleep cup er baneinndelere lånt inn fra kretsen. Baneinndelere er i hardplast med Santander-profilering. Småmålene har stenger av hardplast i PVC og nett av polyester.

TEKSTILER	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Fotballdrakter, shorts og strømper</b>	Polyestertekstil er normalen for treningstøy. I begge klubbene er det vanlig praksis at drakter/overdeler går i arv og brukes så lenge de er hele. Produsentene kommer som regel med nye kolleksjoner annethvert år, men eldre og nyere drakter brukes om hverandre. Begge klubber forteller at holdningen fra draktprodusenter er at de fortsatt kan bruke tøy fra tidligere/andre leverandører selv om de inngår avtale. Leveranser kommer gjerne i pappesker med 10 og 10 eller 15 og 15 t-skjorter pakket inn i plast. Noen ganger er hver enkelt t-skjorte pakket i plast. Klubben eier selve drakta, spillerne kjøper som regel shorts og strømper selv.
<b>Vester</b>	Vester er også i polyester. Brukes til de er utslitt.



<b>Klubbdrakter</b>	<p>Klubbdresser (jakker og bukser med profilering) er i polyestertekstil. Den enkelte spiller kjøper selv klubbdressen. Dette er slitesterkt tøy som gjerne går i arv. Eldre utgaver brukes fortsatt.</p> <p>Ingen av klubbene har vurdert, eller fått informasjon eller tilbud fra leverandører om, t-skjorter/drakter i resirkulert materiale, eller andre materialer som ikke inneholder plast.</p>
---------------------	--

ANNET UTSTYR	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Sko og leggskin</b>	<p>Fotballsko av plastmateriale har blitt mer og mer vanlig, og er et billigere alternativ enn skinnsko. Skinnsko krever vedlikehold, det gjør ikke de syntetiske skoene. Det er ikke oppgitt hva slags plastmateriale som benyttes.</p> <p>Leggskin består som regel av et hardplastmateriale, ofte i kombinasjon med en polyesterbasert strømpe rundt. Leggskin utsettes ikke for særlig slitasje, har lang brukstid og går gjerne i arv.</p>

### 3.4 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER FOTBALL

«Endringer kan være slitsomt når de kommer, men så blir man vant til det.»

**Ole Jørgen Flått, daglig leder Lier IL**

Basert på de to kartleggingene som er gjennomført oppleves det som om klubbene er mottakelig for å gjøre endringer, men at de må få hjelp til å prioritere og gjennomføre tiltak. Det er mange frivillige som står på for å gjennomføre arrangementer. Derfor bør det legges til rette for at klubben får god veiledning og at det blir enkelt å gjennomføre tiltak. Her spiller både forbundet og idrettskretsen en viktig rolle.

## Våre anbefalte tiltak i fotballen

TEMA	ANBEFALINGER
<b>Benytte eksisterende ordninger</b>	Tiltak for å gjøre fotballen mer plastsmart må bli en del av eksisterende ordninger, for eksempel inngå som del av sertifiseringsordningen NFF Kvalitetsklubb.
<b>Engangsartikler i plast</b>	<p><b>Erstatte</b> Engangsartikler som inneholder plast kan erstattes med andre materialer som tre, papp (uten plastfilm), bagasse eller andre fibermaterialer. Vær oppmerksom på at pappkopper til varm drikke ofte har en plastfilm på innsiden.</p> <p><b>Redusere</b> Teste ut insentivløsninger for å redusere bruk av pappkopper, for eksempel oppfordre folk til å ha med egen kopp.</p> <p><b>Velge flergangsløsninger</b> Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, tre eller glass, porselen eller stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p> <p>For at dette skal være gjennomførbart ved større arrangementer anbefales det å investere i en industrivaskemaskin som bruker kort tid på hver syklus. Man kan ha panteordninger for å sikre at publikum leverer servise og bestikk tilbake etter bruk.</p>
<b>Giveaways og premiering</b>	Sette krav om at det ikke skal deles ut giveaways og goodiebags på arrangementer. Still krav om dette til sponsorer. Tenk alternativt rundt premiering, kan man for eksempel gi opplevelser heller enn ting? Billetter til fotballkamper på elitenivå er ett forslag.
<b>Innkjøp og krav til leverandører</b>	<p>Utarbeide felles innkjøpsrutiner for innkjøp til arrangementer der det settes miljøkrav til leverandører. Se eksempel fra VM i Snøsport for parautøvere.</p> <p>Stille krav til leverandører når det gjelder emballering og alternativer til plast.</p> <p>Samarbeide med sponsorer om ombruksløsninger for å redusere avfall. For eksempel har Bama en god ordning med at alt profileringsutstyr er til utlån og går på rundgang hos alle som arrangerer Eat Move Sleep Cup, og idrettskretsen har baneinndelere som er til utlån.</p>

<b>Profilering og sponsing</b>	<p>Ombruksløsningen som Bama har etablert for Eat Move Sleep cup er god og kan benyttes for lignende type konsepter som arrangeres flere steder. Slik sikres lang levetid på seil og andre profileringsartikler.</p> <p>Unngå å skrive på dato på skilt, bannere og seil slik at produktene har lengre brukstid. Forsøk å oppnå langtidskontrakter med sponsorer.</p>
<b>Avfalls-håndtering</b>	<p>Helhetlige løsninger må til. Forsøk å få en avfallsløsning tilpasset ditt arrangement med din renovatør. Avfallsløsningen skal legge til rette for utsortering av plast og god merking av avfallsbeholderne. På sikt bør det utarbeides en felles avtale for alle idrettslag fra sentralt hold.</p>
<b>Unngå forsøpling</b>	<p>Alle arrangementer må ha noen med ansvar for å holde områdene frie for søppel. Ryddeaksjoner i nærmiljøet er bevisstgjørende og kan gjennomføres jevnlig.</p>
<b>Kommunikasjon</b>	<p>Sett plast på agendaen. Snakk om hva som kan gjennomføres av tiltak i klubben. Sentralt kan man bidra med budskap og materiell som kan benyttes. Kommuniser i forkant av, og under arrangementer om tiltak som gjennomføres. Ha synlig kommunikasjon i klubben.</p>
<b>Tekstiler – vasking av tøy</b>	<p>Drakter og treningstøy er i all hovedsak laget av polyester. Vaskingen av disse syntetiske klærne innebærer utslipp av mikroplast. Syntetisk tøy bør vaskes med bruk av Guppyfriend, og/eller ved ettermontering av ekstra lofilter på avløpet til vaskemaskinen.</p>

# HÅNDBALL



## 4 HÅNDBALL

Med nær 140 000 aktive medlemmer, 814 klubber og i underkant av 11500 lag er håndball den største hallidretten i Norge. Ca 2/3 er under 17 år, og ca 2/3 er kvinner<sup>7</sup>. Det er 6 håndballregioner som leder håndballidretten i sine områder.

Lørdags- og søndagstureringer er et tilbud fra Norges Håndballforbund Region Sør til barnehåndballen. Turneringene spilles en lørdag/søndag i måneden fra september til og med april.

Vi har kartlagt en søndagsturnering i håndball for gutter og jenter 9-10 år i Gulskoghallen i Drammen. Håndballgruppa i Strømsgodset Idrettsforening er arrangør.

### 4.1 PLASTBRUKEN I HÅNDBALL

Det brukes en del plast i håndballen; i tekstiler, utstyr og engangsartikler i plast i forbindelse med kiosksalg og bespisning, isposer og tilknyttet smittevern.

Lørdags- og søndagsturneringene er et tilbud til barneidretten og var fri for sponsorplakater og giveaways. Det er premiering til alle kun en gang i halvåret. Når det gjelder klister, er det ikke lov å bruke det før etter fylte 15 år.

#### **Holdninger i klubben**

Dugnadsansvarlig/kasser/sportslig leder i håndballgruppa og arrangementsansvarlig hadde fått med seg info om engangsplastdirektivet, og hadde begynt utfasingen av engangsartikler i plast. De hadde kjøpt nye bionedbrytbare kaffekopper i papp med plast på innsiden. Det er foreldre og håndballspillerne selv som jobber dugnad i hallen og som står for kiosksalget. Det er en viktig inntektskilde for klubben. De som jobbet dugnad hadde god kunnskap og engasjement knyttet til miljø, og uttrykte ønske om å lære mer for å iverksette flere tiltak for å redusere plastbruken.

Ombruk og gjenbruk av drakter er viktig for å holde utgiftene nede. SIF er godkjent som NFFs Kvalitetsklubb og mange av rutinene derfra er tatt i bruk av håndballen. Det har ikke vært spesifikt fokus på miljø, men de har mange gode miljøløsninger med intensjoner om å spare penger.

### 4.2 KILDER TIL PLAST

#### **Drikkeflasker**

Alle spillerne har egne drikkeflasker som fylles med egen drikke.

---

<sup>7</sup> Tall fra handball.no (2020)

### Engangsartikler i plast til kiosksalg

Klubben har kiosksalg under søndagsturnering i hallen. Her selges det pølser og vafler, varm kaffe, brus/vann, capri-sun, nudler (rett i koppen), sjokolade og mellombar. De serverte vaffel på papptallerken, og pølser i lompe/brød i papir. Kaffen ble servert i bionedbrytbare pappkopper med plastbelegg på innsiden. De brukte de gamle plastkoppene til “dugnadskaffe”.

### Engangsartikler i forbindelse med pandemien

De dugnadsansvarlige brukte engangshansker i plast når de skulle rydde og fiske opp panteflasker fra restavfallssekkene. De hadde satt frem antibac-flasker i kiosken for å sørge for god hygiene ved handling av varer.

### Isposer

Det benyttes isposer både i forbindelse med trening og kamper, men fordi klubben har flest lag i barnehåndballen, er ikke forbruket stort. Dette er et engangs-plast produkt, og kastes som restavfall etter bruk.

## 4.3 FORSØPLING OG AVFALLSHÅNDTERING

SIF leier Gulskoghallen av Drammen kommune. I Drammen er det i utgangspunktet innført kildesortering ved alle skoler, men det er ikke kildesortering i hallen. Dette har de etterspurt. Det er ikke problemfritt å ha en gymsal som hjemmearena. De opplever samarbeidsproblemer med skolen. Det er mangelfull rengjøring, og de møter ofte en hall og garderobes med mye rot og avfall. Det gjør at de må bruke tid på rydding før trening/kampstart.

Alt avfall fra turneringen ble samlet i gjennomsiktige sekker og lagt i container utenfor hallen. De frivillige tok inn pant og fisket opp panteflasker som lå i restavfallssekkene. Langs banen var det satt opp stoler for publikum. Her ble det satt igjen en del tomgods/engangsemballasje som kiosk- og arrangementsansvarlig rydder med jevne mellomrom. Det var satt opp søppelkasser i og utenfor hallen.

I buskene rett utenfor hallen lå det en del søppel. Hvorvidt dette kommer fra håndballturneringene eller fra den ordinære bruken av hallen i skoletiden, er vanskelig å stadfeste.

## 4.4 UTSTYR BRUKT I HÅNDBALL

Under følger en oversikt over vanlig utstyr som brukes i håndball og som inneholder plast.

HÅNDBALLUTSTYR	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
Kjeglere og figurer i plast til keepertrening	Håndballen bruker kjeglere til bruk for inndeling av banen. Helfigurer og mindre figurer i plast (ekspandert PE) benyttes til keepertrening.

<b>Baller og ballnett</b>	Ballene som benyttes ligger i nett av plast. Det er to ulike typer baller; de som kan benyttes ute og baller til innendørs bruk. Det er ulik størrelse på ballene for de ulike aldersbestemte klassene. Ballene har god gripeevne, og det benyttes ikke klister før etter 15 år.
<b>Drakter og vester</b>	<p>Spillerne får låne drakter fra SIF som vaskes og håndteres av den enkelte spiller så lenge han/hun bruker drakten. Gjenbrukes over flere år til de er utslitt.</p> <p>I tillegg brukes det markeringsvester i polyester under trening. Disse er også klubbens, og brukes av alle og byttes ut ved behov. I tillegg benyttes rød vest av arrangementsansvarlig i hallen.</p> <p>Vestene kommer fra Diadora og hver vest ligger innpakket i plast.</p>

## 4.5 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER

### Våre anbefalte tiltak i håndballen

TEMA	ANBEFALINGER
<b>Engangsartikler i plast</b>	<p><b>Velge flergangsløsninger</b> Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, tre eller glass, porselen og stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p> <p>For at dette skal være gjennomførbart ved større arrangementer anbefales det å investere i industrivaskemaskin som bruker kort tid på hver syklus. Man kan ha panteordninger for å sikre at publikum leverer servise og bestikk tilbake etter bruk.</p> <p><b>Redusere</b> Teste ut insentivløsninger for å redusere bruk av pappkopper, for eksempel oppfordre folk til å ha med egen kopp.</p> <p><b>Erstatte</b> Engangsartikler som inneholder plast kan erstattes med andre materialer som tre, papp (uten plastfilm), bagasse eller andre fibermaterialer. Vær</p>

	oppmerksom på at pappkopper til varm drikke ofte har en plastfilm på innsiden.
<b>Sortiment i kioskvarer</b>	Erstatte varer som skaper mye søppel eller innføre pilot for pant på varer som capri-sun (drikk uten kullsyre) og nudler (rett i koppen).
<b>Sette krav om kildesortering ved leie av hall</b>	Leietakere bør sette krav om kildesortering og utstyr for å kunne gjennomføre dette på arrangement i hallen når de underskriver leiekontrakt.
<b>Rydderutiner</b>	I tillegg til å rydde inne i hallen bør det legges inn rydding utenfor hallen, slik at det ikke oppstår forsøpling.
<b>Sette krav til leverandører ved innkjøp</b>	Det bør i hele klubben settes miljøkrav ved innkjøp av alt fra drakter, håndballer og engangsservice. Det bør gis felles veiledning til alle klubber om hvilke krav som skal settes og ikke minst kunnskap om hvilke produkter som faktisk er i tråd med engangspplast direktivet.
<b>Profilering og sponsing</b>	Forsøk å oppnå langtidskontrakter med sponsorer, og unngå å skrive på dato på skilt, bannere og seil slik at produktene har lengre brukstid.
<b>Kommunikasjon</b>	Sett plast på agendaen. Snakk om hva som kan gjennomføres av tiltak i klubben. Sentralt kan man bidra med budskap og materiell som kan benyttes. Kommuniser i forkant av, og under arrangementer om tiltak som gjennomføres. Ha synlig kommunikasjon i klubben.
<b>Tekstiler – vasking av tøy</b>	Drakter og treningstøy er i all hovedsak laget av polyester. Vaskingen av dette syntetiske tøyet, innebærer utslipp av mikroplast. Tøyet bør vaskes med bruk av Guppyfriend, og/eller ved ettermontering av ekstra lofilter på avløpet til vaskemaskinen.





# GYMNASTIKK OG TURN

## 5 GYMNASTIKK OG TURN

Gymnastikk- og turnforbundet (NGTF) er det femte største særforbundet i Norge med ca 100.000 medlemmer og 420 turnforeninger og lag. NGTF er i stor grad bygget på bredde, og den største delen av forbundets medlemmer er barn og ungdom.

I gym og turn har vi kartlagt ett arrangement; TeamGym rekrutt som er en nasjonal konkurranse i troppsturn for jenter og gutter mellom 11 og 12 år. Konkurransen arrangeres av ROS IL i ROS Arena i Spikkestad.

### 5.1 PLASTBRUKEN I GYM OG TURN

Det benyttes en del utstyr som er særegent for gym og turn. Mye av dette består av plast i et slitesterkt materiale med lang holdbarhet. Ellers er plastbruken i hovedsak knyttet til turntøy, og i forbindelse med servering av mat og drikke ved arrangementer.



*Tjukkaser og annet turnutstyr i bruk av ROS IL. Foto: Mepex AS*

#### **Holdninger i klubben**

Klubben har et sett med verdier som definerer klubben; respekt, omsorg og samhold. De har et klart samfunnsengasjement nedfelt i klubbhåndboken. Det sier noe om rollen de ønsker å ta for å skape felleskap og tilhørighet blant barn og unge i lokalsamfunnet, og bidra til at ungdom ikke faller utenfor. Miljø er ikke nevnt i klubbhåndboken.

Klubben drives rasjonelt med god og nøktern økonomistyring. Økonomi er også hovedårsaken til eksempelvis avfallsreducerende tiltak som å unngå matsvinn. De benytter seg av personer i klubben som har kompetanse på storkjøkkendrift. Under turnstevnet ble det laget en stor porsjon kyllinggryte som ble servert deltakerne til middag. De fører nøye regnskap med det som kjøpes inn, hvor mye som eventuelt ble til overs, og hvor det legges (eks fryses) for å sikre at man ikke kjøper inn mer enn man trenger. Klubben fryser ned mat som er egnet for det og som ikke ble brukt opp. Ved tidligere anledning har de også gitt bort brus som har gått ut på dato ved å legge ut post på Facebook.

Klubben har et bevisst forhold til hvordan de skal drive dugnadsarbeidet og er klare på at inntekter til klubben skal komme fra aktivitet, ikke fra salg av doruller eller andre ting som idrettslag ofte gjør for å skaffe inntekter. Utover dette jobber ikke klubben bevisst med avfallsreduksjon eller plast, men har god økonomistyring og rutiner som gir god effekt.

## 5.2 KILDER TIL PLAST

### Engangs plastartikler til mat- og drikke

Hallen drives i fellesskap mellom ROS sentralt og de ulike idrettsgruppene. Kiosken er oppe hver dag. ROS Arena kjøper inn standardvarer, mens klubben kjøper inn det de trenger til arrangementer. Varer som bestilles kommer i pappesker eller innpakket i plast, som f.eks. plastfilm rundt brusflaskene.

I kiosken selges mineralvann (pant) og kaffe, vafler, pølser, bagetter innpakket i plast og sjokoladebarer. Lagene kan bestille lunsjesker på forhånd. Disse deles ut i grønne plastkasser og består av bagetter, frukt og muslibarer. Det serveres smågodt og twistsjokolade i skåler til dommerbordene.

Klubben har fått med seg SUP-direktivet, men bruker opp det de har på lager av engangsbestikk. Under middagen brukte de vanlig porselensservice og stålbestikk som ble vasket etter bruk.

Det ble benyttet pappkopper med plastbelegg til kaffesalg, frokost og middag begge dager, samt en felles lunsj søndag. Styreleder i klubben anslo at de brukte opp mot 1000 slike kopper i løpet av arrangementshelgen, men vi har ikke fått oppgitt faktiske tall på innkjøp da det gjøres av klubben sentralt og varierer etter aktivitetsnivået i klubben.

### Drikkeflasker

Alle turnerne har egne drikkeflasker som fylles med egen drikke.

### Reklameseil

Det er 18 reklameseil i hallen. Det er utfordrende å få tak i sponsorer, og disse byttes sjelden ut. Klubben har også to ROS-seil. Hovedsponsor Elopak har tapetsert en hel langvegg med budskap om å drikke opp restene og resirkulere emballasjen.

### Engangsartikler fra pandemien

Flasker med antibac utplassert ved inngangen, i kiosken etc. Ellers ingen andre engangsartikler relatert til smittevern.

**Premier/giveaways**

Lagene får pokal (laget av plast). Alle deltakerne får i tillegg en t-skjorte fra turneringen i polyesterstoff. Det oppleves at det er litt stas med disse t-skjortene som bl.a. brukes til trening.

**5.3 FORSØPLING OG AVFALLSHÅNDTERING****Forsøpling**

Lite merkbar forsøpling i og rundt hallen. Beliggenheten og nærheten til skole gir nok noe forsøpling på uteområdene. Dette er ikke nødvendigvis relatert til turn.

**Generell avfallshåndtering**

Det er montert avfallsbeholdere på vegger rundt om i hallen, kantine og i gangene. Papp sorteres ut, primært fra kjøkkenet. Pant sorteres også ut i en egen sekk. Plast sorteres ikke ut. Sortering av matavfall er diskutert, men ikke innført ennå. Dette ble forklart med at det ikke er noe system for det. Siden ansvar for kiosken går på rundgang mellom foreldre, og det er nye hallvakter hver uke, kan det være utfordrende å få til gode systemer og rutiner.

**5.4 UTSTYR BRUKT I GYM OG TURN**

Under følger en oversikt over vanlig utstyr som brukes i gym og turn og som inneholder plast.

TURNUTSTYR	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Tjukkaser/tumbling (lang tjukkase)</b> <b>Stor turnmatte</b> <b>Trampoline/trampett</b> <b>pegagus og skumgrop</b>	<p>Turn benytter en del utstyr som er spesifikk for idretten. Utstyret er i hovedsak laget av plastmaterialer, f.eks. har tjukkaser en tykk plastpresenning laget av polyester med en kjerne av spesialsikum. Tumblingtjukkassen festes til gulvet med borrelåser.</p> <p>I etterkant av store konkurranser er det ofte mulig for klubbene å få kjøpt utstyr til en billigere penge.</p> <p>Utstyret har lang levetid, i hvert fall 10-12 års holdbarhet. Noe slitasje over tid, for eksempel mister tjukkaser spenst etter hvert.</p>

ISPOSER	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Isposer til engangsbruk</b>	<p>Det benyttes isposer både i forbindelse med trening og turneringer. Dette er et engangs-plast produkt, og kastes som restavfall etter bruk. Anslag på bruk: 30-50 isposer i året i klubben</p>

TEKSTILER	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Konkurransedrakter Klubbdrakter og jakker</b>	<p>Fra utøverne er 13 år kjøper klubben inn draktsett. Konkurransedrakter er dyre drakter. Egne merker, som Chopar. Relativt lang brukstid, brukes så lenge draktene er hele. Leverandør bytter design med jevne mellomrom, dermed må hele settet byttes ut hvis man ikke har nok like drakter (eks i troppesturn kan man få poengtrekk hvis ikke alle har like drakter). Nåværende draktsett har vært i bruk siden 2016.</p> <p>Treningstøy blir stort sett vasket etter hver bruk, noe som kan føre til store mengder mikroplast (fra de syntetiske plaggene) på avveie.</p>
<b>Sokker og hårstrikker</b>	<p>Det er et høyt forbruk av svarte sokker. Sokker tas av og på i forbindelse med ulike øvelser, dermed blir sokkene ofte borte.</p>

## 5.5 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER

### Våre anbefalte tiltak i gym og turn

TEMA	ANBEFALINGER
<b>Engangsartikler i plast</b>	<p><b>Erstatte</b> Engangsartikler som inneholder plast kan erstattes med andre materialer som tre, papp (uten plastfilm), bagasse eller andre fibermaterialer. Vær oppmerksom på at pappkopper til varm drikke ofte har en plastfilm på innsiden.</p> <p><b>Redusere</b> Teste ut insentivløsninger for å redusere bruk av pappkopper, for eksempel oppfordre folk til å ha med egen kopp</p> <p><b>Velge flergangsløsninger</b> Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, eller glass, porselen og stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p> <p>For at dette skal være gjennomførbart ved større arrangementer anbefales det å investere i industrivaskemaskin som bruker kort tid på hver syklus. Man kan ha panteordninger for å sikre at publikum leverer tilbake etter bruk.</p>

<b>Sortiment i kioskvarer</b>	Erstatte varer som genererer mye plastavfall
<b>Sette krav om kildesortering ved leie av hall</b>	Leietakere bør sette krav om kildesortering og utstyr for å kunne gjennomføre dette på arrangement i hallen når de underskriver leiekontrakt.
<b>Rydderutiner</b>	I tillegg til å rydde inne i hallen bør det legges inn rydding utenfor hallen, slik at det ikke oppstår forsøpling.
<b>Sette krav til leverandører ved innkjøp</b>	Det bør i hele klubben settes miljøkrav ved innkjøp av alt fra drakter, emballasje og engangsservice. Det bør gis felles veiledning til alle klubber om hvilke krav som skal settes og ikke minst kunnskap om hvilke produkter som faktisk er i tråd med engangspplast direktivet.
<b>Profilering og sponing</b>	Forsøk å oppnå langtidskontrakter med sponsorer, og unngå å skrive på dato på skilt, bannere og seil slik at produktene har lengre brukstid.
<b>Kommunikasjon</b>	Sett plast på agendaen. Snakk om hva som kan gjennomføres av tiltak i klubben. Sentralt kan man bidra med budskap og materiell som kan benyttes. Kommuniser i forkant av, og under arrangementer om tiltak som gjennomføres. Ha synlig kommunikasjon i klubben.
<b>Tekstiler – vasking av tøy</b>	Drakter og treningstøy er i all hovedsak laget av polyester. Vaskingen av dette syntetiske tøyet, innebærer utslipp av mikroplast. Tøyet bør vaskes med bruk av Guppyfriend, og/eller ved ettermontering av ekstra lofilter på avløpet til vaskemaskinen.

# LANGRENN



## 6 LANGRENN

Skisporten har lange tradisjoner i Norge. Skiforbundet er Norges nest største forbund med i underkant av 150.000 medlemmer. I vår kartlegging har vi valgt å konsentrere oss om grenen langrenn. Arrangementer foregår som regel litt utenfor allfarvei, dermed settes det gjerne opp midlertidige løsninger både med tanke på profilering, servering og avfallshåndtering. Slik er grenen mer utsatt for forsøpling enn mange av de andre idrettene.

Vår kartlegging baserer seg på World Cup i langrenn på Birkebeineren skistadion, NM på ski på Konnerud og Holmenkollmarsjen i Romeriksåsen. De tre arrangementene vi har kartlagt, gir et godt grunnlag for å si noe om plastbruken i langrenn og faren for at plastbruken bidrar til forsøpling.

### 6.1 PLASTBRUKEN I LANGRENN

Kartleggingene i langrenn består både av et mosjonsløp i langrenn, et Norgesmesterskap på ski og et langrenn i World Cup. Arrangementer med nasjonale og internasjonale TV-rettigheter innebærer en større kommersialisering med muligheter for profilering av sponsorer på startnummer og med sponsorbannere i TV-sonene ute i løypa og på stadionene. Arrangementene foregår ute i all slags vær og ofte et stykke unna klubbhus og faste anlegg. Det innebærer at det må settes opp provisorier (telt og brakker) for å huse arrangementene. Skirennene trekker ofte store folkemengder, og det er viktig å legge til rette for gode avfalls løsninger som tåler å stå ut i all slags vær.

Mosjonsløp samler et stort antall løpere som etterlater seg avfall i form av drikkebeget i papp og plast og emballasje fra barer og gels før, under og etter løpet. Det som imidlertid skaper mest plast er goodiebags som deles ut til alle som har deltatt i løpet.

### 6.2 KILDER TIL PLAST

#### **Engangsartikler i plast**

Det ble servert varm og kald mat og drikke til utøvere, media, VIP, frivillige funksjonærer og andre akkrediterte, og salg av mat og drikke til publikum under World Cup og NM. På matstasjonene under Holmenkollmarsjen ble det servert varm og kald drikke i tillegg til bananer, kjeks og sjokolade. Til dette ble det brukt engangsartikler som kopper, glass, tallerkener og skåler. På Lillehammer ble det brukt både engangsartikler i plast, papp og palmeblader. De benyttet produkter både fra restlager og nye produkter. På Konnerud var mange av engangsartiklene i plast er allerede byttet ut med alternativer i papp, bagasse og palmeblader. Dette både fordi de ønsker miljøriktige løsninger og på grunn av SUP-direktivet som vil forby enkelte engangsartikler i plast fra og med 2021.

#### **Reklamesegl og sponsorplakater**

Sponsorplakater og reklamesegl utgjør en stor del av plastbruken i langrenn. I verdenscupen skal både FIS-sponsorer, NSF-sponsorer og lokale sponsorer synliggjøres. Før ble materialet produsert for hvert renn. Her har både FIS og NSF tatt et godt grep og i dag ombrukes dette både av FIS, NSF og lokale sponsorer. FIS og NSF har hvert sitt team som kjører rundt på alle rennene og setter opp og tar ned



sponsormateriellet. Dette bidrar også til at alt av elektriker-strips og skruer plukkes opp, og kastes (elektrikerstrips) og brukes om igjen (skruer). I tillegg benyttes løypemerking og løypedelere i plast til å synliggjøre sponsorer. Dette er også materiell som gjenbrukes av FIS/NSF/lokal arrangør.

### **Profilering for sponsorer og utdeling av 'giveaways'**

Noen av sponsorene har avtale med arrangøren (en del av sponsoravtalen) at de kan dele ut produkter til publikum. Vi snakket med representanter fra Riis Bilglass på Lillehammer, og de delte ut luer og pannebånd. De tok av all emballasje, og satte på lue/pannebånd kun til de som ønsket å motta dette. Under World Cup på Lillehammer den søndagen vi var til stede delte de ut ca. 2000 luer/pannebånd.

### **Premiering og goodiebager**

Goodiebagene som ble delt ut til alle deltakerne i Holmenkollmarsjen, utgjorde en stor mengde plast på Romeriksåsen. På World Cup på Birkebeineren stadion var premien til de tre beste en glassvase. De tre første utøverne i NM på Konnerud fikk marsipankake i gull, sølv og bronse, NM-medalje og en liten papirbag med sølvfat og skje, en nøkkelring med et kort som fortalte om en gitt gave til Sykehusklovnene. Alle som deltok, fikk deltakerpremie som var et innrammet bilde/foto. I tillegg fikk utøverne, både på Lillehammer og på Konnerud, blomster i plast under blomsterseremonien.

### **Startnummer**

Både under verdenscupen på Lillehammer og under NM på Konnerud ble det delt ut nye startnummer for hver øvelse. Startnummeret er produsert i Lycra og her profileres i første rekke sponsorene og arrangementet, og startnummeret utgjør en viktig del av sponsoravtalene. Dette er produsert med tanke på å brukes flere ganger, men slik det brukes i dag, kastes det etter endt øvelse.

***I langrenn benyttes det nye startnummer for hver øvelse både i Norgescupen og verdenscupen. Legger vi til grunn at det deles ut 3000 startnummer sammenlagt for rennene i løpet av en sesong (antall renn for 2019) utgjør det 156 kg Lycra/blandingsmateriale. Legger vi til startnummer som deles ut i turrenn estimert til 11 350 startnummer i 2019, vil det utgjøre 680 kg Lycra/blandingsmateriale.***

Deltakerne i Holmenkollstafetten fikk startnummer i et plastmateriale og med tidtakerbrikken festet bak på startnummeret.

### **Emballasje til skismøring**

Mye av emballasjen knyttet til skismøringen oppleves som unødvendig. Den består dessuten for det meste av sammensatte materialer, noe som er lite egnet for materialgjenvinning; eks klistertuber er i metall med plastlokk og har papp og plast kartong, smøringsboksene er av metall med plastlokk og klistert/glider på boks er i metall med plastlokk. Glider kommer som regel i ren plastboks. Større blokker av glider kommer i plastposer.

### **Andre plastprodukter**

Under NM og World Cup blir det brukt hvite bæreposer til å oppbevare tøyet til utøverne i. Dette er

viktig for å holde tøyet tørt dersom det skulle komme nedbør. Posene blir fraktet fra start til målområdet, slik at utøverne får på seg tøyet med en gang de kommer i mål og går inn i mixed zone. Noen av utøverne benyttet egne bager til dette.

### **Annet utstyr av plast**

Under NM på Konnerud ble det benyttet en sklisikker matte som utøverne kunne stå på i oppvarmingsområdet. Denne matten hadde plastknotter på undersiden som avga mikroplast til snøen.

## **6.3 FORSØPLING OG AVFALLSHÅNDTERING**

### **Forsøpling**

Arrangørene av NM og World Cup iverksatte tiltak for å fjerne forsøplingen både på arenaen og i publikumsområdene, inkludert langs løypa. Etter NM-øvelsene ble hele løypetrassen gjennomgått, og det fantes ikke spor av forsøpling.

Under Holmenkollmarsjen, var det forsøpling å spore underveis. Forsøplingen tiltok jo lengre ut i løypen vi kom. Spesielt i forbindelse med OBOS-bakken var det en del forsøpling. Mange løpere tok sine barrer og gels her og kastet fra seg emballasjen etterpå. Emballasjen ble kastet utenfor løypa, mange med plasttape rundt. Løypa ble plukket ren for søppel etter rennet, men noe kan ha havnet/blitt blåst utenfor løypa.

Før start fester løpere i WC og NM et klistremerke med startnummer på leggen/låret. Mange av disse merkene mister utøverne underveis i rennet. Nummeret er i et sammensatt materiale av papp og plast.

I turrenn blir det liggende igjen en del trinser og smådelar fra bindinger som faller av underveis i rennet, men dette har et relativt lite omfang og blir som oftest plukket opp av løypeplukkerne etter rennet.

### **Kildesortering og avfallshåndtering**

Både på World Cup og NM var det satt ut beholdere for

kildesortering av avfall. På Lillehammer var det laget avfallsstasjoner som syntes godt i terrenget. På Konnerud hadde de gjort det samme. Beholderne var ulikt merket; både når det gjaldt utforming og språk. Det var heller ikke de samme fraksjonen som skulle sorteres ut på de ulike stasjonene. Det manglet en enhetlig kildesorteringsordning og enhetlig merking av beholderne.

Dette førte til mye feilsortert avfall. Vi har ikke fått kartlagt antall kg/tonn innlevert avfall/plast for hvert av arrangementene. Årsakene til dette er at avfallsbeholderne ikke tømmes for hvert arrangement.



*Kildesortering på World Cup Lillehammer.  
Foto: Mepex AS*

## 6.4 UTSTYR BRUKT I LANGRENN

Felles for de tre arrangementene er utstyret brukt av utøverne. Vi har sett på om utstyret er nødvendig for utøvelsen av idretten og om det finnes gode og plastfrie alternativer.

SKI, STAVER OG SKO	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Ski</b> <b>Staver</b> <b>Sko</b>	<p>Skiene er laget av polyethylene, stavene av karbonfiber, epoksy og PE-plast. Sko er av karbon og uidentifisert plast.</p> <p>Utstyret er nødvendig for utøvelsen av langrenn og en følge av utviklingen av grenen.</p> <p>Når utstyret ikke brukes mer, er det vanlig praksis å selge skiene eller gi dem bort til andre. Det er sjelden de ikke brukes flere ganger.</p> <p>Ofte brukes skiene i bare ett år av toppidrettsutøverne. Det er kun brukne staver, pigger og deler av bindingene som kan falle av underveis i løypen som kan utgjøre et forsøplingsproblem.</p>

TEKSTILER	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Treningstøy</b>	<p>Treningstøy består i stor grad av syntetiske stoffer. I stor grad Lycra eller blanding med PP. Undertøy kan være laget av både ull og/eller syntetiske stoffer.</p> <p>Treningstøy blir stort sett vasket etter hver bruk, noe som kan føre til store mengder mikroplast (fra de syntetiske plaggene) på avveie.</p>

SKISMØRING	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Klister i metalltube med plastkork eller i aluminiumsflaske</b>  <b>Festevoks i metall boks og med plastlokk</b>	<p>Før renn er det stor aktivitet i smørebodene.</p> <p><b>World Cup:</b> Nasjonene har egne smørebusser eller låner egne smøreboder hvor arrangøren legger til rette for sortering av spesialavfall (papir/fiberlen med ski-rens/kjemikalier/rester av glider/fluor), papir, plast og restavfall. Noen</p>

<p><b>Glider i plastbokser og glider på sprayboks av aluminium.</b></p>	<p>få nasjoner brukte alle mulighetene. De fleste brukte spesialavfall og restavfallsbeholderne/posene/eskene.</p> <p>Vi var inne i den norske smørebussen, og der var det tilrettelagt for restavfall og spesialavfall. Det ble kastet en del tape (brukes til å tape sammen skipar) og plastemballasje til smøringen/glideren i restavfallet.</p> <p><b>NM:</b> Her var det felles smøretelt med «båser» for de store lagene. Det var lagt opp til avfallshåndtering i hver bås; alt ble kastet som restavfall.</p> <p><b>Turrenn:</b> Under turrenn er det få som bruker skismøring. De kommer med ferdig smurte ski eller får hjelp av arrangøren som har egne smørestasjoner i start/målområdet og underveis hvor avfallet er under kontroll.</p>
---	--

## 6.5 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER FOR LANGRENN

### Våre anbefalte tiltak i langrenn

TEMA	FORSLAG TIL TILTAK
<p><b>Engangsartikler i plast</b></p>	<p>Arbeidet med å fase ut engangsartikler av plast må fortsette. I tillegg bør arrangørene sette i verk tiltak for å redusere forbruket av engangsartikler.</p> <p><b>Erstatte</b> Engangsartikler som inneholder plast kan erstattes med andre materialer som tre, papp (uten plastfilm), bagasse eller andre fibermaterialer. Vær oppmerksom på at pappkopper til varm drikke ofte har en plastfilm på innsiden.</p> <p><b>Redusere</b> Teste ut insentivløsninger for å redusere bruk av pappkopper, for eksempel oppfordre folk til å ha med egen kopp.</p> <p><b>Velge flergangsløsninger – der det er mulig</b> Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, tre eller glass, porselen og stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p>

<b>Reklameseil</b>	Eliteidrett: Flere store arrangører investerer nå i LED-reklameskilt. De er dyre, så det vil ta noe tid før dette er «fast inventar» under alle større arrangement. Dette er kun aktuelt i arenaområdene, ikke ute i løypa.
<b>Profilering og sponsing</b>	Under NM på ski fikk enkelte sponsorer profilere produktene sine inne i Konnerudhallen, dvs en leverandør av treningsutstyr lot publikum teste treningsutstyr og fikk også besøk av en av landslagsutøverne som stilte opp for sponsoren. Ute i publikumsområdene på arenaen fikk alle barn som var til stede teste uteleker. Å la sponsorene profilere seg på en slik måte, gir langt mindre bruk av plast og fare for plastforsøpling.
<b>Premiering og goodiebags</b>	<p>Utdeling av goodiebags fører både til økt plastbruk, økt matsvinn og fare for forsøpling. Istedenfor disse bagene bør det gjøres mer av det NM-arrangørene gjennomførte under NM på Konnerud; det gis gaver til veldedige formål i utøvernes navn, eks rydding av plast på en 100 meter lang strand, bevaringen av Regnskogen, bidrag til Sykehusklovnene, etc.</p> <p>Når det gjelder blomsterseremoniene i langrenn og utendørs vinteridretter generelt, bør det vurderes å kutte ut blomsterutdeling og heller endre navn på seremonien til seiersseremoni. Eventuelt kan det, som vi så under skisprinten, deles ut gavekort til blomster som utøverne kan benytte når de selv ønsker.</p>
<b>Startnummer</b>	Profileringen på startnummeret i WC og NM bør gis til en sponsor som forplikter seg til å bidra til arrangementet over flere år, slik at startnumrene kan gjenbrukes over flere renn/arrangement. I turrenn kan det benyttes startnummer som gjenbrukes år etter år, og heller feste chip rundt legg, eller lignende.
<b>Emballasje til skismøring</b>	Leverandørene av skismøring bør inviteres til å designe emballasje som egner seg bedre for materialgjenvinning, det vil si som ikke består av sammensatte materialer og laget av materialer som enkelt lar seg materialgjenvinne.
<b>Bæreposer i plast til oppbevaring av tøy</b>	Oppfordre utøverne til å ha med egne vanntett bager til å oppbevare eget tøy istedenfor å bruke plastposer.
<b>Sklisikre matter i oppvarmings-området</b>	Arrangøren bør finne en annen type sklisikre matter til å bruke i oppvarmingsområdet som ikke avgir mikroplast.

<b>Unngå forsøpling</b>	<p>Her må utøvere, akkrediterte og publikum bidra og arrangørene må gjøre mye for å gjøre dette til en «snakkis» - både i forkant-, under- og etter arrangementet. I forkant; kommunisere nulltoleranse, engasjere utøvere, evt «bøtelegge» med tillegg i eksempelvis tid slik de gjør i Birken eller diskvalifisering slik de gjør i seiling.</p> <p>Speakertjenesten bør også brukes i forbindelse med arrangementet. Gi informasjon om kildesorteringsordning, hvor avfallsstasjonene er og at under dette arrangementet er det nulltoleranse i forhold til forsøpling. Speaker og arenaproduksjonen kan også benyttes til forebyggende arbeid for å forhindre forsøpling og til å bruke ombrukskopper mm.</p>
<b>Avfallshåndtering</b>	<p>Arrangørene må få konkrete råd til hvilke avfallstyper som skal kildesorteres, hvordan kildesortering skal tilrettelegges (beholdere, størrelse, antall, merking, tømming, veiing) og avfallsstasjonene bør bemannes slik at det kildesorteres riktig. Med et nytt nasjonalt merkesystem bør dette benyttes, forsterket med engelsk tekst i forbindelse med World Cup.</p>
<b>Kommunikasjon</b>	<p>Sett plast på agendaen. Snakk om hva som kan gjennomføres av tiltak i klubben. Sentralt kan man bidra med budskap og materiell som kan benyttes. Kommuniser i forkant av, og under arrangementer om tiltak som gjennomføres. Ha synlig kommunikasjon i klubbhus o.l.</p>
<b>Tekstiler – vasking av tøy</b>	<p>Utøverne benytter treningstøy som vaskes etter hvert renn/trening. Vaskingen av dette syntetiske tøy, innebærer utslipp av mikroplast. Tøyet bør vaskes med bruk av Guppyfriend, og/eller ved ettermontering av ekstra lofilter på avløpet til vaskemaskinen.</p>

# ISHOCKEY



# 7 ISHOCKEY

Det er om lag 15000 aktive utøvere i ishockey<sup>8</sup>. I Norges Ishockeyforbund sin strategiplan for 2020-2024 er bærekraft nedfelt som et av satsningsområdene for idretten.

I ishockey har vi kartlagt en kamp mellom Frisk Asker og Sparta, Sarpsborg i Askerhallen. Kampen ble kartlagt kort tid før pandemien og nedstengingen av idretten.

## 7.1 PLASTBRUKEN I ISHOCKEY

Plastbruken i ishockey er høy; både utstyr i form av køller og puck, drakter og treningstøy, beskyttelse, hjelmer, anlegg og sponsormateriell i form av bannere og plakater i hallen.

### Holdninger

Det er gode holdninger og en nøysomhetskultur som råder i klubben. Her er det i første rekke tenkt økonomi for å finne gode og varige løsninger. Dette er også gode og plastsmarte løsninger. Det brukes i utstrakt grad porselen og stålbestikk til servering av mat både til spillere, frivillige, VIP og presse og når det gjelder reklamemateriell er det forsøkt å finne løsninger som er flerårige og som ikke krever store utskiftninger. Men skiftes det sponsorer, må det skiftes sponsormateriell.

## 7.2 KILDER TIL PLAST

### Sponsorplakater og bannere

Reklameplakater og segl er viktig for klubbens økonomi, og i Askerhallen finnes de i mange ulike kvaliteter. Det er reklameplakater trykket på PVC bannere, på aluminium, «bølgeplast» og MDF plater. Av hensyn til sikkerheten får de ikke lov til å bruke aluminiumsplater i områder der tilskuerne står nedenfor.

På vantene byttes reklamen ut hvert år, og i Askerhallen har de testet å bruke papir med brukbar suksess. Noen av platene med høyere kvalitet blir brukt flere ganger, eller trykt på hver side for å bli brukt minst to ganger.

### Lite engangsprodukter i plast til mat og drikke

Det var overraskende lite engangsprodukter i omløp i Askerhallen. Frivillige og presse fikk servert mat på porselen og med stålbestikk. Det samme gjaldt for spillerne. Serviset og bestikket ble vasket på kjøkkenet i hallen. I VIP området ble det brukt noe porselen/stålbestikk, samt ombruksplast i form av brett/skåler. Øl ble servert i engangsplastglass.

---

<sup>8</sup> Tall fra Norsk Ishockeyforbund (2019)



Kaffekoppene var laget av papp med PE-belegg på innsiden. Ellers ble det solgt mineralvann på PET flasker, vafler, pølser og sjokolader.

### Drikkeflaske

Alle spillerne hadde egne drikkeflasker. Det samme hadde bortelaget.

## 7.2 FORSØPLING OG AVFALLSHÅNTERING

Det var ingen form for kildesortering utenom innsamling av panteflasker.

Det ble ikke observert avfall på avveie og dette bør også forventes etter hallidrett blir arrangert i et lukket miljø. Det var riktignok lite folk på Frisk Asker kampen, så det kan være fare for noe forsøpling utenfor hallennår tilskuertallet er høyere.

Utenfor hallen var det helt tydelig røykeplasser uten noen form for oppsamlingsutstyr. Nå skal Frisk Asker inn i ny hall. Ved innflytting her bør det legges til rette for en avfallshåndtering av både snus og sneiper.



*Panteinnsamling i hallen. Foto: Mepex AS*

## 7.3 UTSTYR BRUKT I ISHOCKEY

Under følger en oversikt over vanlig utstyr som brukes i ishockey og som inneholder plast.

UTSTYR	INFORMASJON OM PLASTBRUKEN
<b>Køller, pucker, beskyttelse inkl. hjelmer</b>	<p>Køller brukt av eliteutøvere er forbruksvare og er stort sett laget av blandingsmaterialer med karbon og kevlar (poly-para-phenylene terephthalamide). Køller som brekker blir riktig kastet som restavfall.</p> <p>Ettersom utstyret er kostbart er det vanlig praksis å selge det videre, eller gi det bort når det ikke brukes mer.</p> <p>Det øvrige utstyret inneholder plast i større eller mindre grad, samt syntetisk gummi. Likevel er dette ting som er nødvendig for sporten og en følge av utviklingen i sporten.</p>
<b>Drakter og undertøy</b>	<p>Treningstøy består i stor grad av syntetiske stoffer. Det er normalt med undertøy og svettedresser av bomull eller syntetiske stoffer for å transportere svette. Det er vanlig å skifte mellom periodene og lagene har egne drakter for oppvarming.</p>

	<p>Draktene byttes ut hvert år på grunn av sponsorer, men brukte drakter gis bort eller auksjoneres bort til inntekt for ulike formål.</p> <p>Treningstøy og drakter blir vasket av støtteapparatet i ishallen etter hvert bruk. Dette er definitivt en kilde til mikroplast og det er ikke gitt informasjon om noen bruker vaskeegg, Guppyfriend, eller liknende for å begrense utslippene.</p> <p>Navnene på draktene tas av og sys på nye drakter – så sant det er mulig.</p>
<b>Tape</b>	<p>På ett område har hockey et stort forbruk av plast av både historiske og praktiske årsaker. Elektrikertape brukes til å holde leggskinn og strømper på plass, mens tjæretape brukes på køllebladet. Det estimeres at en fulltidsspiller bruker 2-3 ruller elektrikertape og 1 rull tjære/sportsteip i uken. Det bør finnes alternativer med borrelåser, men spillerne foretrekker fortsatt tape.</p> <p>Ettersom tapen er laget av PVC er det ikke egnet for gjenvinning og sorteres riktig som restavfall. Lite av dette havner på avveie ettersom det brukes i garderoben.</p>
<b>Funksjonær-antrekk</b>	<p>Ansatte i Frisk Asker som jobber i hallen har egne dressjakker for å vise at de er på jobb for klubben. Enkelte frivillige har vester for å markere ulike funksjoner.</p>
<b>Anlegg; vant og plexiglass</b>	<p>Spesielt relatert til ishockey er vant og plexiglass. Begge er laget av plast eller er blandingsmaterialer med plast. Disse blir byttet ut når de sprekker eller knuser.</p>

## 7.4 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER ISHOCKEY

### Våre anbefalte tiltak for ishockey

TEMA	ANBEFALING VIDERE
<b>Engangsartikler i plast</b>	<p><b>Velge flergangs</b></p> <p>Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, eller glass, porselen og stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p>

	<p>For at dette skal være gjennomførbart ved større arrangementer anbefales det å investere i industrivaskemaskin som bruker kort tid på hver syklus. Man kan ha panteordninger for å sikre at publikum leverer tilbake etter bruk.</p> <p><b>Redusere</b> Teste ut insentivløsninger for å redusere bruk av pappkopper, for eksempel oppfordre folk til å ha med egen kopp. Man kan f.eks. innføre en «lagkopp (Frisk Asker-koppen).</p> <p><b>Erstatte</b> Engangsartikler som inneholder plast kan erstattes med andre alternativer som ikke inneholder plast, for eksempel tre, papp (uten plastfilm) eller bagasse. Vær oppmerksom på at pappkopper til drikke som regel har en plastfilm på innsiden.</p>
<b>Isposer</b>	Materialforvalter/oppmann lager isposer til hjemme- og bortelag før kampen. Bruker is fra høvling av banen og fyller tynne brødposer med denne isen.
<b>Vasking av treningstøy/ drakter</b>	Treningstøy og drakter vaskes i hallen etter hver trening/kamp. Vaskingen av dette syntetiske tøyet, innebærer utslipp av mikroplast. Tøyet bør vaskes med bruk av Guppyfriend, og/eller ved ettermontering av ekstra lofilter på avløpet til vaskemaskinen.
<b>Bruk av tape</b>	Elektrikertape brukes til å holde leggskinn og strømper på plass, mens tjæretape brukes på køllebladet. Det estimeres at en fulltidsspiller bruker 2-3 ruller elektrikertape og 1 rull tjære/sportsteip i uken. Her bør det innføres alternativer med borrelåser.
<b>Kommunikasjon</b>	<p>Sett plast på agendaen. Snakk om hva som kan gjennomføres av tiltak i klubben. Sentralt kan man bidra med budskap og materiell som kan benyttes. Kommuniser i forkant av, og under arrangementer om tiltak som gjennomføres. Ha synlig kommunikasjon i klubben.</p> <p>Frisk Asker kjørte en kahoot med premiering i siste pause i ishockey-kampen. I en slik kahoot kan det legges inn spørsmål knyttet til det å være plastsmart og til avfallshåndteringen.</p>

# SEILING



## 8 SEILING

Av de over 24 000 medlemmene i norske seilforeninger er rundt regnet 90 prosent turseilere<sup>9</sup>. Norges Seilforbund har engasjert seg i kampen mot forsøpling og har blant annet satt i gang initiativet Hold Havet Rent.

I seiling har vi vært til stede på AskerOptimisten; en jolleregatta for barn og unge. Regattaen arrangeres av Asker Seilforening og går over to dager fra Blakstad Brygge. Vi har også intervjuet bærekraftsansvarlig i Kongelig Norsk Seilforening (KNS).

### 8.1 PLASTBRUKEN I SEILING

På grunn av sin nærhet til det maritime miljøet er seilporten i en særstilling blant idrettene vi har kartlagt. Praksiser knyttet til bruk av selve havneanlegget, og avfallshåndtering ved arrangementer bør ta særlig hensyn til forsøplingsrisiko. Mye av utstyret som brukes i seiling er laget av plast. Både båter, seil og presenninger som skal beskytte båtene når de ikke er i bruk, er laget av plast. På grunn av sine egenskaper har isopor lenge vært brukt som flyteelement under bryggeinstallasjoner og lignende, men isopor er særlig utsatt for slitasje, og forårsaker marin forsøpling. Det benyttes også en del engangsplast under arrangementer.

#### Holdninger i klubben

Asker Seilforening er i gang med flere miljøtiltak, blant annet har de installert en kum for å samle opp avrenningsvann med bunnstoff etter rengjøring av båter. De ønsker seg hjelp og oppfølging for å få gjennomført større grep. De har vært i dialog med kommunen om kildesortering, men opplever at de ikke kommer noen vei. De ønsker seg mer støtte i form av veiledning, tips og råd, sjekklister, krav og maler. Klubben har hatt ryddeaksjoner, utover det har det ikke vært så mye diskusjon rundt plast og forsøpling.

De vi snakket med hadde fått med seg informasjon om SUP-direktivet, og blant annet kjøpt inn trebestikk i stedet for plast. De kunne imidlertid ikke huske å ha fått informasjon om SUP-direktivet.

Klubben jobber med å fase ut uemballert isopor til flyteelementer, men har fortsatt noen isoporelementer som er i bruk.

KNS har kuttet all engangsplast og har innført kildesortering på sine anlegg. Hvert arrangement har en miljøansvarlig som har ansvar for at området skal forlates like fint som når de kom. De har kuttet mineralvann til frivillige, og bruker stålflasker som fylles på. I forbindelse med t-skjorter med sponsorlogoer som byttes ut for hvert arrangement har de også etterspurt ombruksmuligheter fra

---

<sup>9</sup> Tall fra Norges Seilforbund

leverandør for å se om det er mulig å redusere bruken av slike t-skjorter. De tillater ikke bruk av klistremerker på båtene. Flyteelementer er i emballert isopor.

## 8.2 KILDER TIL PLAST

### Engangs plastartikler og emballasje til mat- og drikke

Det benyttes engangskopper av papp med plastbelegg til kaffe. Det selges også mineralvann og is. Tomme brusflasker og ispapir kan lett fly bort med vinden. Kiosken er åpen tirsdag og torsdag, noen søndager, og under arrangementer. Andre ting som selges i kiosken er vafler og pølser.

### Kunstgress

Nede på havneområdet var det laget til et område med kunstgress, cirka 50 m<sup>2</sup>. Kunstgresset er uten gummigranulat, men slitasje kan gi forsøpling.

### Maling

I et maritimt miljø har malte overflater relativt kort holdbarhet. Plastmaling trekker ikke inn i treverket, men ligger på utsiden. Når malte overflater eksponeres for vær og vind løsner den lett. For eksempel begynte malingen på en oppslagstavle å skave av i store flak.

### Pussing av båter

Når båter pusses brukes en slipemaskin for å få bort gammelt bunnstoff. Bunnstoff er et plastpolymer som inneholder diverse kjemikalier for å hindre begroing av skroget. Når man bruker slipemaskiner uten pãmøntert støvsuger, går dette rett ut i naturen.

### Klistremerker på båtene

Klistremerker brukes for eksempel som bevis på medlemsbetaling. Klistremerkene har spesielt lim for at det skal sitte godt på. Hos KNS er det ikke lenger tillatt å bruke klistremerker på båtene.

### Reklame og profilering

En utfordring med t-skjorter med sponsorlogoer er at det blir nye t-skjorter for hvert arrangement. T-skjortene er 100 % resirkulert polyester. T-skjortene blir ikke brukt i noen særlig grad etter arrangementet.

## 8.3 FORSØPLING OG AVFALLSHÅNDTERING

### Forsøpling

Havneområdet ved Blakstad så rent og pent ut, men vi fant blant annet flasker, bokser og småsøppel liggende rundt. Det var ingen avfallsbeholdere nede på selve havneområdet, men det var laget litt «uoffisielle søppelkasser, for eksempel i en stor pappeske ved inngangen til et lagerrom. Forsøplingen kan knyttes til de åpne søppelkassene som klubben benytter, de uoffisielle avfallsplassene på området der avfallsbeholderne står og de midlertidige søppelkasser.

### Avfallshåndtering

Asker Seilforening drives på kommunens område. Asker kommune henter avfallet. Klubben sorterer ut pant og papp/papir. Kildesortering har vært diskutert i klubben og de har hatt dialog med kommunen, men dette har ikke ført fram.

Det var satt opp enkle søppelkasser (hvite, med Hennig-Olsen Is logo) til restavfall. På vindfulle dager kan avfallet lett blåse bort og havne på sjøen. På oppstillingsplass nede på havneområdet har klubben store 240-liters beholdere for restavfall og en for papir. Et problem er at de fylles opp av andre. De har også skur for levering av farlig avfall. Det har dannet seg en litt uoffisiell avfallsplass ved siden av dunkene, som de må rydde opp i ved jevne mellomrom. Her lå det blant annet plastkanner, samt deler av en gammel flytebrygge med flyteelement av isopor.



Åpen søppelkasse i nærheten av havet.

Foto: Mepex AS

KNS har innført kildesortering av alle avfallsfraksjoner ved Bygdøy seilsenter og havneanlegget sitt i vår. De har kuttet ut små avfallsbeholdere og har kun 120/240 liters avfallsbeholdere med innkastluke og god merking. De jobber også for å få til kildesortering på arrangementer, men her er de mer prisgitt infrastrukturen der arrangementet er, så dette er mer krevende å få til. De har en miljøansvarlig for alle arrangementer og har som mål å forlate stedet i samme stand som når de kom. De jobber for å informere om avfallshåndteringen og har blant annet laget informasjonsvideo og delt ut kjærlighet på pinne for å markere.

## 8.4 UTSTYR BRUKT I SEILING

### Båter og tilbehør

INFORMASJON OM PLASTBRUKEN		AVFALLSHÅNDTERING OG PLAST PÅ AVVEIE
<b>Seilbåter</b>	Laget av plastfiber, epoksy, karbonfiber, etc. Plasteoksy brukt som binding.	
<b>Øsekar</b>	Brukes i båtene.	
<b>Tau</b>	Brukes i båtene og ved havna til fortøyning.	Ulik holdbarhet avhengig av type. Slites av vær og vind.
<b>Klistremerker på båter</b>	Bevis for betaling. Hos KNS er det ikke lenger tillatt med klistremerker.	Kan falle av. Hos KNS er det ikke lenger tillatt med slike klistremerker.

### Flyteelementer i EPS under bryggeinstallasjoner

INFORMASJON OM PLASTBRUKEN		AVFALLSHÅNDTERING OG PLAST PÅ AVVEIE
<b>Isopor, emballert</b>	Isopor innkapslet i hardplast	Flyteelementene er solide, men de kan skades og slås hull på. Liten forsøplingsrisiko.
<b>Isopor, uemballert</b>	Isoporblokker uten noen form for innpakning benyttes som flyteelement	Meget utsatt for slitasje i bruk. Isoporkuler løsner lett. Stor forsøplingsfare i det marine miljø.
<b>Kanner fra landbruk</b>	Ombruk. Flere kanner bindes sammen og festes under bryggeanretninger.	Kan av og til løsne og fare til havs.

### Tekstiler

INFORMASJON OM PLASTBRUKEN. NØDVENDIG ELLER UNØDVENDIG?		AVFALLSHÅNDTERING OG PLAST PÅ AVVEIE
<b>Våtdrakter, hansker, sko og flytevester</b>	Våtdrakter/sko er laget av et isolerende materiale (cellegummi, isopren/neopren).	
<b>Seil</b>	Ulike typer, stort sett i kunststoff. Dacron (vevd polyester) og plastseil	Slites av vær og vind.
<b>Trekk og presenninger</b>	Ulike typer finnes, for eksempel i vevd polyesterstoff, eller i tykkere plastduk. Brukes for å beskytte båtene mot vær og vind	Ulik holdbarhet avhengig av type. Slites av vær og vind.
<b>Flyteelementer i tekstil til bruk i båtene</b>	Brukes for at båten ikke skal synke dersom båten kullseiler	Slites av vær og vind. Er bundet fast i båten.
<b>Stoffremser i farger festet bak på båtene</b>	Brukes for å lettere se vindretningen (mest vanlig i barne- og juniorseiling)	Flere var slitt.



## 8.5 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER SEILING

### Våre anbefalte tiltak for seiling

TEMA	ANBEFALING VIDERE
<b>Bunnstoff/pussing av båt</b>	<p>KNS har gjort tester med mer miljøvennlige bunnstoff. Resultater fra dette bør utforskes nærmere.</p> <p>Ved pussing av båt bør benyttes slipemaskiner med påmontert støvsuger for å samle opp miljøskadelig bunnstoffrester og støv. Oppsamlingskummer for avrenning fra spyling og rengjøring bør installeres på havneanlegg.</p>
<b>Engangsartikler i plast</b>	<p>Kutte ut bruk av engangsartikler som inneholder plast.</p> <p><b>Velge flergangsløsninger</b></p> <p>Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, tre eller glass, porselen og stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p> <p>For at dette skal være gjennomførbart ved større arrangementer anbefales det å investere i industrivaskemaskin som bruker kort tid på hver syklus. Man kan ha panteordninger for å sikre at publikum leverer servise og bestikk tilbake etter bruk.</p>
<b>Mineralvann</b>	<p>Kutte ut mineralvann for frivillige. Ha ståflasker som kan fylles på med drikke.</p>
<b>Flyteelementer</b>	<p>Uemballert isopor (EPS) bør ikke kunne benyttes som flyteelement da det er stor forsøplingsfare fra slike installasjoner. Et enkelt tiltak er å erstatte slike flyteelementer med emballert isopor, som er kapslet inn i solid hardplast.</p>
<b>Avfallshåndtering</b>	<p>Sikre at man har god kontroll på avfallshåndteringen, særlig ved arrangementer. Avfallsdunker må være lukket da det er stor risiko for at avfall blåser av gårde. Arrangementer bør ha en person som har ansvar for at det ikke skal være forsøpling</p>
<b>Rutiner for innkjøp og krav til leverandører</b>	<p>Det bør utarbeides felles innkjøpsrutiner sentralt for innkjøp til arrangementer og krav til leverandører. Se eksempel fra VM i Snøsport for parautøvere.</p>

	Stille krav til leverandører når det gjelder emballering og alternativer til plast.
<b>Profilering og sponsing av tøy</b>	Utfordre leverandører av sponsortøy til å tilby tøy som kan brukes flere ganger ved at logoer/profilering kan byttes ut.
<b>Bevisstgjøring og holdningsskapende arbeid</b>	<p>Seilforbundet jobber mye med holdningsskapende arbeid gjennom Hold havet rent-kampanjen. Dette arbeidet kan det bygges videre på. Det kan utvikles materiell som klubbene kan benytte for å kommunisere om å redusere plastbruk.</p> <p>Jevnlige ryddeaksjoner på området. Klubben kan «adoptere en strand» gjennom Hold Norge Rent og ha ansvaret for at det blir ryddet der. Dette har også en bevisstgjørende effekt og er en fin inngang til å starte et arbeid for å redusere plastbruk.</p>

# OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER



## 9 OPPSUMMERING OG ANBEFALINGER

Idrettene vi har kartlagt er forskjellige, men det er likevel mange fellesnevner som går igjen i de ulike idrettene. Alle idrettene bruker plast i svært stor utstrekning, fra utstyr, klær og tekstiler, i profilering, i giveaways og sponsorartikler – og i forbindelse med servering av mat og drikke. Dermed kan vi gi anbefalinger som i hovedsak er felles for alle idrettene, og vi ser at det er et stort potensial for å samarbeide på tvers av ulike særforbund om tiltak og utveksling av ideer og erfaringer.

Felles for klubbene vi har snakket med er at alle har vært positive og interesserte i prosjektet. Mange har et ønske om å drive mer miljøvennlig, men har ikke alltid kapasitet, eller mulighet til å gjennomføre tiltak på egenhånd. Det er heller ikke så lett å vite hvor man skal starte. Det å redusere plastbruken er håndgripelig og innebærer flere enkle tiltak som er lett å starte med. Det lover godt for det videre arbeidet.

Under følger våre samlede anbefalinger for tiltak som er felles for alle idrettene. Anbefalinger som er knyttet til den enkelte idrett ligger under hvert delkapittel.

### Samlede anbefalinger for alle idretter

Tema	Anbefalinger
<b>Benytte eksisterende ordninger</b>	Der det er mulig må tiltak for å gjøre idretten mer plastsmart bli en del av eksisterende ordninger. Eksempel på dette er å inngå som del av sertifiseringsordningen NFF Kvalitetsklubb, eller Skiforbundets e-læring.
<b>Engangsartikler i plast</b>	<p><b>Erstatte</b> Engangsartikler som inneholder plast kan erstattes med andre alternativer som ikke inneholder plast, for eksempel tre, papp (uten plastfilm) eller bagasse. Vær oppmerksom på at pappkopper til drikke som regel har en plastfilm på innsiden.</p> <p><b>Redusere</b> Teste ut insentivløsninger for å redusere bruk av pappkopper, for eksempel oppfordre folk til å ha med egen kopp</p>

<b>Engangsartikler i plast</b>	<p><b>Velge flergangs</b></p> <p>Flergangsløsninger er servise og bestikk i hardplast, eller glass, porselen og stålbestikk som vaskes mellom hver bruk.</p> <p>For at dette skal være gjennomførbart ved større arrangementer anbefales det å investere i industrivaskemaskin som bruker kort tid på hver syklus. Man kan ha panteordninger for å sikre at publikum leverer tilbake etter bruk.</p>
<b>Giveaways og premiering</b>	<p>Sett krav om at det ikke skal deles ut giveaways og goodiebags på arrangementer. Tenk alternativt rundt premiering, kan man for eksempel gi opplevelser heller enn ting? Still krav om dette til sponsorer.</p>
<b>Innkjøp og krav til leverandører</b>	<p>Det bør utarbeides felles innkjøpsrutiner sentralt for innkjøp til arrangementer og krav til leverandører. Se eksempel fra VM i Snøsport for parautøvere.</p> <p>Stille krav til leverandører når det gjelder emballering og alternativer til plast.</p> <p>Samarbeid med sponsorer om ombruksløsninger for å redusere avfall. For eksempel har Bama en god ordning med at alt profileringsutstyr er til utlån og går på rundgang hos alle som arrangerer Eat Move Sleep Cup, og idrettskretsen har baneinndelere som er til utlån.</p>
<b>Profilering og sponing</b>	<p>Ombruksløsningen som Bama har etablert er god og kan benyttes for lignende type konsepter som arrangeres flere steder. Slik sikres lang levetid på profileringsseil og andre profileringsartikler. Dette kan også vurderes for drikkeglass.</p> <p>Unngå å skrive på dato slik at seilene har lengre brukstid. Langtidskontrakter med sponsorer.</p>
<b>Avfallshåndtering</b>	<p>Helhetlige løsninger må til. Det bør legges til rette for at det sentralt inngås avtaler med en renovatør om en fast avtale for en avfallsløsning tilpasset arrangementer og henting av avfallet. Avfallsløsningen skal legge til rette for utsortering av plast og god merking av avfallsbeholdere.</p>
<b>Unngå forsøpling</b>	<p>Alle arrangementer må ha noen med ansvar for å holde områdene frie for søppel. Ryddeaksjoner i nærmiljøet er bevisstgjørende og kan gjennomføres jevnlig.</p>

<b>Kommunikasjon</b>	Sett plast på agendaen. Snakk om hva som kan gjennomføres av tiltak i klubben. Sentralt kan man bidra med budskap og materiell som kan benyttes. Kommuniser i forkant av, og under arrangementer om tiltak som gjennomføres. Ha synlig kommunikasjon i klubben.
<b>Tekstiler – vasking av tøy</b>	Treningstøy er i all hovedsak laget av polyester. Vaskingen av dette syntetiske tøyet, innebærer utslipp av mikroplast. Tøyet bør vaskes med bruk av Guppyfriend, og/eller ved ettermontering av ekstra lofilter på avløpet til vaskemaskinen.



Far og Datter på Eat Move Sleep Cup. Foto: WWF Verdens naturfond

## 9.1 SJEKKLISTE

Kartleggingene har vist at det er mange fellesnevnerne mellom idrettene. På bakgrunn av disse fellesnevnerne har vi laget en sjekkliste med 6 punkter som oppsummerer anbefalte tiltak, og samler konkrete tips og råd til hva man kan gjøre. Sjekklisten gjør det lettere å kommunisere ut om hvordan idretten skal bli plastsmart, og gjør det lett for klubber og andre å finne fram til informasjon. Tanken er at sjekklisten blir et hjelpemiddel som kan ligge på NIF sine nettsider, som skal være levende og som kan suppleres med flere tips og råd, og vise fram gode eksempler som kan inspirere flere.

**Her oppsummeres hovedpunktene i sjekklisten.**

1

### Sett plast på agendaen

- Arbeidet med å redusere plast må knyttes til bærekraftsarbeid generelt og forankres i klubben på styrenivå
- Velg ut arrangementer og arenaer hvor plastbruk kan være et tema. Dette kan være trenersamlinger, klubbmøter, styremøter, kurs og sommerskoler, eller i idrettskretsen.
- Se på hvordan tiltak kan knyttes til eksisterende verdier i klubben. Eksempel fra Nesøya IL sitt verdigrunnlag; *respekt*. «Vi har respekt for hverandre, respekt for utstyr – og respekt for miljøet.»

2

### Dropp all unødvendig plast

- Sats på ombruk, eks utlånsordninger
- Erstatt engangs med flergangs til servering av mat og drikke
  - Bruk servise og bestikk i hardplast, stentøy, stål, eller glass
  - Vurder å investere i en industriell oppvaskmaskin.
- Finn alternativer til engangspast til mat og drikkeservering
  - Bagasse, eller andre fiberprodukter, papp uten plastbelegg etc.

- Selg mat som ikke trenger å pakkes inn i plast
- Oppfordre publikum til å ha med egen drikkeflaske, eller kaffekopp
- Ha dialog med sponsorer om at dere ønsker å redusere plastbruk og inviter til samarbeid
- Dropp giveaways i plast
- Erstatt premier med opplevelser, eks billetter til fotballkamp, eller kino
- Del de gode ideene:
  - Ishockey: lag egne isposer med brødposer og is fra banen
  - Seiling: Ha stålflasker som kan fylles på med drikke til funksjonærer og frivillige i stedet for mineralvann
  - Tilby billigere kaffe/varm drikke til de som har med egen kopp
- Kommuniser at dere ønsker å kutte engangspplast i forkant av arrangementer
- Ha synlig informasjon og oppslag på klubbhus o.l.

## 3

### **Gjør plastsmarte innkjøp**

- Ha gode rutiner for det som kjøpes inn, og hvordan det brukes. Evaluer det som gjøres
- Still krav til leverandører og sponsorer om å unngå plast
- Etterspør alternativer fra leverandører, sponsorer og samarbeidspartnere

## 4

### **Ingen plast på avveie**

- Unngå engangsemballasje og lignende plastprodukter så langt det er mulig
- Tilpass avfallsløsningene til situasjonen de brukes. Ha lukkede beholdere utendørs
- Ha lukkede beholdere utendørs slik at avfall ikke blåser av gårde
- Ha dedikerte personer som har ansvar for å holde områder forsøplingsfrie
- Gjennomfør ryddeaksjoner jevnlig
- Snakk om forsøpling



# 5

## **Gi plasten videre liv**

- Ha synlig informasjon om avfallshåndtering under arrangement. Kommuniser gjerne i forkant.
- Sørg for at det er god merking om hvordan avfallet skal håndteres. Bruk nasjonale kildesorteringssymboler.
- Etterspør kildesortering og god avfallshåndtering fra utleier, kommunen eller andre.
- Snakk med de som har ansvaret for henting av avfall. Etterspør løsning for kildesortering av plast.
- Etterspør muligheten for at det kan etableres en utlånsordning for avfallsbeholdere for arrangementer med en sentral avtale for avfallshåndtering.

# 6

## **Inngå plastsmarte samarbeid**

- Finn personer lokalt, eller i klubben som kan bidra
- Samarbeid med andre klubber i kretsen
- Ha dialog med krets og særforbund om tiltak som kan samordnes
- Ta initiativ til dialog med andre klubber, kretsen og særforbund

## 9.2 VIDERE ARBEID

Sjekklisten gir et godt grunnlag for det videre arbeidet. Samarbeid mellom forbund, kretser og klubber står sentralt i dette. NIF vil være toneangivende her, og vil ha en viktig koordinerende funksjon.

Neste fase av prosjektet vil inkorporere Plastsmart idrett inn i det bredere bærekraftsarbeidet til norsk idrett. For å få dette ut i bredden av norsk idrett må flere særforbund og idrettskretser involveres. Arbeidsgruppen som jobber med bærekraft i norsk idrett vil være en viktig forankring for arbeidet, og for å videreutvikle og formidle prosjektet ut til klubber og idrettslag.

Dette forprosjektet samlet WWF, NIF, HMF og Mepex i et godt og matnyttig samarbeid om å gjøre idretten plastsmart. Dette skal vi undersøke potensialet for videre. NIF og WWF vil evaluere fremgangen som har vært, og om det er potensiale for å gjennomføre et hovedprosjekt sammen. Dette kan ta oss ut i hele norsk idrett, og bistå klubber og idrettslag i å inkorporere bærekrafts- og plastsmarte prosjekter i deres daglige drift og aktiviteter.

***Vi gleder oss alle til videre arbeid.***

## **PLASTSMART IDRETT**

Et samarbeid for å redusere forbruket av unødvendig plast i norsk idrett og minimere plastavfall på avveie.

**NORGES IDRETTSFORBUND OG OLYMPISKE OG PARALYMPISKE KOMITE**

Adresse Sognsveien 73 | 0855 Oslo | postadresse Postboks 5000, 0840 Oslo | tlf +47 21 02 90 00  
[www.idrettsforbundet.no](http://www.idrettsforbundet.no) | e-post [nif-post@idrettsforbundet.no](mailto:nif-post@idrettsforbundet.no)