

## **Minnesanteckningar - Slutseminarium i projektet *Hälsofrämjande utemiljöer i samverkan***

Datum: 29 januari 2025, kl 10-12

Plats: Digitalt via MS Teams

Deltagare: Representanter från fastighetsbolag, kommuner, akademien samt Region Skåne och konsultföretaget Sweco.

### **Program**

10.00 – 10.10 Välkommen och introduktion

10.10 – 10.45 Forskningsperspektiv på hälsofrämjande utemiljöer

10.45 – 11.15 Presentation av slutrapporten

10.15 – 11.30 Panelsamtal – kommunernas reflektioner

11.30 – 11.45 Diskussion i mindre grupper (Breakout Rooms)

11.45 Panelsamtal: Region Skåne, Sweco, forskare, kommuner  
Sammanfattning och framåtblick

12.00 Avslutning



Figur 1. Ett genomförande av [Regionplan för Skåne 2022-2040](#) har lett fram till förstudien [Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne](#) (Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne) som i sin tur varit en grund för detta projekt Hälsofrämjande utemiljöer i samverkan.

## Välkommen och introduktion

Projektledaren Karl Magnus Adielsson hälsade alla välkomna och introducerade projektets bakgrund och syfte.

Det övergripande syftet med insatser för att skapa fler och bättre hälsofrämjande utemiljöer är att stärka människors förutsättningar att leva hälsosamt. Syftet med projektet är att, i samverkan med relevanta samhällsaktörer, bidra till att skapa fler och bättre hälsofrämjande utemiljöer i Skåne som en del i genomförandet av [Regionplan för Skåne 2022-2040](#). Specifikt innebär det bl.a. att förtydliga vad regionplanens begrepp ”hälsofrämjande livsmiljöer” kan betyda i praktiken på olika platser runtom i hela Skåne.

Mer konkret betyder det i detta projekt att, genom samverkan med kommuner och fastighetsbolag, konkretisera ambitioner om hälsofrämjande livsmiljöer enligt [Regionplan för Skåne 2022-2040](#) och de insatsområden som framkommit i förstudien [Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne](#). Om man anpassar identifierade insatsområden från förstudien och skriver om det till fokusområden för den regionala fysiska planeringen blir det:

1. Bebyggelsestruktur; bostäder, förskola, skola och fritidshem.
2. Transportinfrastruktur; aktiva transporter / aktiv mobilitet.
3. Grönstruktur; grönområden av hög kvalitet, sociala mötesplatser på fritiden för idrott och friluftsliv (goda lekmiljöer med tillgång till platser för spontanidrott och rekreation).

Konkretisering av dessa insatsområden görs i detta uppdrag genom gestaltning och analys av utvecklingspotential för konkreta platser och rörelsestråk samt analys av samhällsbyggnadsprocessen kopplat till befintliga goda exempel på hälsofrämjande utemiljöer. Samtliga tre strukturbildande delar finns representerade bland de platser/stråk som lyfts fram i projektet - i form av skola, rörelsestråk för aktiv mobilitet och rörelserika grönområden/parker med sociala mötesplatser.

Syftet med slutseminariet är att sammanfatta projektets arbete och resultat samt att föra en diskussion om hur de lärdomar som dragits kan omsättas i praktiken.

Under projektet, som pågått under 2024, har sex (6) kommuner samverkat med Region Skåne, forskare och konsultföretaget Sweco för att identifiera och gestalta utvecklingsbara platser/stråk genom evidensbaserade metoder för att

skapa och utveckla utemiljöer som främjar en god hälsa; fysisk aktivitet, lek och social gemenskap.

Sju (7) platser/stråk med goda exempel på hälsofrämjande utemiljöer har också identifierats och de delar av (sambandsbyggnads-)processen som ligger bakom.

Inledande mentometer-fråga (Menti): “Vilka närvarar idag?”.

Svaren visade på en bred representation, vilket tydde på ett stort och brett intresse för ämnesområdet.

Folkhälsan i Sverige står inför flera utmaningar, såsom ökande stillasittande, stress och psykisk ohälsa, och att välplanerade utemiljöer kan vara en viktig del av lösningen att underlätta för en hälsofrämjande livsstil. I detta projekt har både den fysiska, psykiska och sociala hälsan beaktats i analysen av utemiljöer och deras utformning.

Projektledaren betonade att forskningen visar att god tillgång till gröna hälsofrämjande utemiljöer nära bostaden/skolan/jobbet kan bidra till bättre återhämtning, minskad stress, ökad fysisk aktivitet och förbättrad social interaktion.

Avsikten med projektet är att bidra till ökad implementering av hälsofrämjande utemiljöer som gynnar fysisk aktivitet, lek och social gemenskap i Skånes städer och tätorter. Dels genom konkreta förslag på vad som kan vara möjligt, samt identifiering av när i den kommunala processen man lyckats initiera liknande förslag tidigare.

Efter denna introduktion presenterades seminariets agenda, där deltagarna fick en överblick över de olika presentationerna och diskussionerna som skulle följa. Fokus låg på att både få ta del av forskningsbaserad kunskap och konkreta exempel från kommuner som deltagit i projektet.

## **10.10 – 10.45 Forskningsperspektiv på hälsofrämjande utemiljöer**

Därefter tog två forskare vid, Emilie Stroh från Lunds universitet och Anna Bengtsson från Sveriges lantbruksuniversitet (SLU), som presenterade aktuella forskningsperspektiv på hälsofrämjande utemiljöer.

Emilie Stroh, som är medicinsk doktor och epidemiolog vid Lunds universitet, inledde med att beskriva sin forskning om hur goda livsmiljöer påverkar hälsa, särskilt med fokus på barn och unga. Hon berättade att hon under de senaste 15 åren bedrivit tvärvetenskaplig forskning om grönområdets fysiologiska och

psykologiska effekter på hälsan och bl.a. har varit involverad i Folkhälso-myndighetens kunskapssammanställning “Grönskans kvaliteter och barns hälsa”, som publicerades 2024.

Emelie lyfte fram flera viktiga forskningsresultat, bl.a. :

- Barns hälsa och grönområden. Forskningen visar att barn som växer upp med tillgång till grönområden har bättre koncentrationsförmåga, motorik och sociala förmågor. Studier har också visat att barn som går i skolor med närhet till gröna miljöer har bättre återhämtningsförmåga och lägre stressnivåer.
- Ekosystemtjänster och hälsa. Växter och träd har en viktig roll i att förbättra luftkvaliteten och minska bullernivåer i urbana miljöer, vilket har direkta positiva effekter på människors hälsa. Dessutom har vattenmiljöer och biologisk mångfald visat sig ha en lugnande effekt på människor och bidra till ökat välbefinnande.
- Stadsplaneringens roll. En av de största utmaningarna är att säkerställa att alla invånare har tillgång till grönområden, oavsett socioekonomisk bakgrund. Hon påpekade att det är viktigt att inte enbart inkludera grönområden i nyproduktion, utan också hitta sätt att integrera dem i redan befintliga stadsdelar.

Efter Emelie Stroh tog Anna Bengtsson vid. Hon är agronomie doktor och landskapsarkitekt samt universitetslektor vid SLU och forskar om evidensbaserad design av utemiljöer. Hennes presentation handlade om hur man kan utforma grönområden för att främja hälsa och välbefinnande.

Hon presenterade flera viktiga principer för hur utemiljöer kan utformas för att bli mer hälsofrämjande, bl.a.:

- Grönområden bör stödja både fysisk aktivitet och mental återhämtning. Detta kan exempelvis göras genom att skapa varierade miljöer med både öppna ytor och mer avskilda, lugna platser.
- Sensoriska miljöer, där flera sinnen aktiveras (t.ex. dofter från växter, ljudet av rinnande vatten eller olika texturer på gångvägar), kan öka välbefinnandet.
- Trygghetsperspektivet är avgörande. Hon betonade att platser måste upplevas som trygga för att användas av alla grupper, särskilt kvinnor, äldre och barn.

Som avslutning presenterade hon exempel från forskningsprojekt där små förändringar i bostadsområdets utemiljöer, såsom fler sittplatser och mer

grönska, lett till ökad användning av områdena och förbättrad social interaktion.

### **10.45 – 11.30 Presentation av slutrapporten**

Efter forskarnas presentation tog projektgruppen och Sweco vid och presenterade den slutrapport som sammanfattar projektets arbete och resultat. De beskrev projektets metodik och vilka insatser som har genomförts i de deltagande kommunerna.

Projektet har bland annat omfattat:

- *Kartläggning av kunskapsläget. Omvärldsbevakning och Nulägesanalys.*
- *Designdialog kring utvecklingsbara platser/stråk.*
- *Process-analys av befintliga goda exempel på platser/stråk och genomgång av (samhällsbyggnads-)processen i dessa. Identifiering av möjligheter och hinder/utmaningar för implementering.*

Slutsatser från projektet:

- Kommuner och fastighetsbolag behöver integrera evidensbaserade principer för lokalisering och utformning av utemiljöer i sin stadsplanering på ett mer systematiskt sätt.
- Samverkan mellan olika sektorer och aktörer är avgörande, exempelvis mellan folkhälsa, stadsplanering och fastighetsägare.
- Det behövs bättre uppföljning och mätning av hälsoeffekterna av grönområden för att säkerställa att de faktiskt bidrar till ökad folkhälsa.

### **10.50 – 11.30 Panelsamtal – kommunernas reflektioner**

Tre av de sex deltagande kommunerna delade med sig av sina erfarenheter från projektet. Diskussionen fokuserade på vad som varit mest värdefullt, vilka metoder som fungerat bäst och vilka faktorer som varit avgörande för framgång.

Kommunerna lyfte fram vikten av att ha en tydlig politisk förankring och att samarbeta tvärsektoriellt. En utmaning som flera kommuner identifierade var hur man kan säkerställa långsiktig finansiering och underhåll av grönområden.

### 11.30 – 11.45 Diskussion i mindre grupper (Breakout Rooms)

Efter panelsamtalet delades deltagarna in i mindre grupper för att genomföra ”bikupediskussioner” kring hur hälsofrämjande perspektiv kan stärkas i kommunal planering och hur projektresultaten kan tillämpas i praktiken.

Varje grupp ombads reflektera kring fyra centrala frågor:

1. Hur kan vi bredda och fördjupa det hälsofrämjande perspektivet i kommunal planering?
2. Hur kan projektresultaten tillämpas lokalt i den egna kommunen?
3. Vilka konkreta steg kan kommuner och andra aktörer ta?
4. Vilket stöd behövs från regional och nationell nivå?

Under diskussionerna delade deltagarna erfarenheter från sina respektive verksamheter. Flera lyfte vikten av att integrera hälsofrämjande utemiljöer redan i tidiga planeringsskeden, snarare än att försöka kompensera för brister i efterhand. Det framkom också att det är nödvändigt att skapa tvärasektoriella samarbeten mellan stadsplanerare, folkhälsosamordnare, landskapsarkitekter, fastighetsägare och politiker för att säkerställa att hälsoaspekterna får genomslag.

Exempel på konkreta idéer och insikter från diskussionerna:

- Stärkta riktlinjer för fysisk planering och grönstrukturplanering. Kommuner behöver uppdatera sina översiktsplaner och detaljplaner så att de aktivt inkluderar krav på hälsofrämjande utemiljöer.
- Mer evidensbaserad planering. Att på ett mer systematiskt sätt använda forskning och evidensbaserade metoder för att utvärdera och utveckla urbana utemiljöer ansågs vara avgörande.
- Incitament för privata aktörer. Kommunerna behöver arbeta fram strategier för att involvera byggföretag, bostadsbolag och andra privata aktörer i utvecklingen av hälsosamma utemiljöer.
- Fokus på långsiktigt underhåll. En av de största utmaningarna är att säkerställa att investeringar i utemiljöer inte bara handlar om nyanläggning utan också om löpande underhåll och utveckling.
- Ökat medborgarinflytande. Att involvera invånarna i planeringsprocessen och förstå deras behov ansågs vara en nyckelfaktor för att skapa utemiljöer som verkligen används.

## 11.45 – 11.55 Panelsamtal – lärdomar och framåtblick

Efter diskussionerna i smågrupper följde ett panelsamtal där forskare, representanter från Sweco och kommunala företrädare diskuterade de viktigaste lärdomarna från projektet samt framtida utmaningar och möjligheter. Moderatoren (projektledaren) inledde med att lyfta några av de insikter och frågor som kommit fram under diskussionerna i breakoutrummen och bad panelen att reflektera kring dessa.

Vilka tre konkreta åtgärder skulle ni rekommendera kommuner att satsa på för att skapa hälsofrämjande utemiljöer?

- Närhet till grönområden och hälsofrämjande utemiljöer är avgörande för att platserna ska användas som tänkt.
- Storlek på grönytor i staden spelar stor roll för att kunna erbjuda upplevelsekvaiteter och ekosystemtjänster som människor är beroende av för hälsa och välbefinnande.
- Tidig planering är avgörande. Genom att säkerställa att hälsa och ekosystemtjänster integreras i stadsplaneringen från början kan man undvika att behöva göra dyra och ineffektiva justeringar i efterhand.
- Skapa fler tillgängliga och inkluderande grönområden – detta innebär att beakta både fysisk tillgänglighet (exempelvis för äldre och personer med funktionsnedsättningar) och social tillgänglighet (så att grönområden känns trygga och välkomnande för olika grupper).
- Samarbete med fastighetsägare och privata aktörer – kommunerna bör utveckla incitament och styrmedel för att även privata aktörer ska bidra till att skapa och underhålla hälsosamma utemiljöer.

Vad är det mest kostnadseffektiva sättet att skapa en hälsofrämjande utemiljö i ett redan byggt område?

- Panelen lyfte fram att små och strategiska insatser ofta kan ge stor effekt. Exempelvis att tillföra fler sittplatser, förbättra belysning, skapa avskärmade gröna rum samt att säkerställa naturvårdsanpassad skötsel av befintliga grönområden, t.ex. ängsytor istället för kortklippta gräsytor.
- Att öppna upp skolgårdar och andra offentliga platser efter skoltid för att skapa fler tillgängliga ytor var en annan idé som lyftes fram som en relativt enkel och kostnadseffektiv åtgärd.
- Hur kan vi mäta och följa upp effekterna av hälsofrämjande utemiljöer på folkhälsan?

- Ett stort behov av bättre uppföljningsmetoder identifierades. Kommunerna behöver utveckla mätbara indikatorer för att kunna visa på de positiva effekterna av hälsofrämjande utemiljöer, både i termer av fysisk aktivitet och mental hälsa.
- Digitala verktyg, såsom GIS-analyser och enkätundersökningar, kan vara användbara för att få en mer datadriven uppföljning.

Hur kan privata aktörer och bostadsbolag bidra?

- Det betonades att kommuner behöver arbeta mer aktivt med att skapa incitament för privata aktörer. Exempel på sådana incitament kan vara avgiftslättnader (t.ex. lägre VA-taxa om man själv tar hand om sitt dagvatten, LOD), subventioner eller samarbetsavtal som premierar fastighetsägare som satsar på gröna utemiljöer.
- Fastighetsägare har själva mycket att vinna på att utveckla attraktiva och hälsosamma boendemiljöer, då detta kan öka både områdets värde och de boendes trivsel, vilket kan medföra fler trogna hyresgäster som vill bo kvar.

Vilket stöd behövs från regional och nationell nivå?

- En återkommande fråga var behovet av tydligare riktlinjer och styrmedel från nationell nivå. Många kommuner upplever att det saknas tillräckligt stöd och resurser för att kunna prioritera hälsofrämjande utemiljöer i stadsplaneringen.
- Regionala aktörer, såsom Region Skåne, kan spela en viktig roll genom att samordna kunskap och resurser samt erbjuda vägledning till kommunerna.

Sammanfattningsvis var panelen överens om att det finns ett stort behov av att stärka samverkan mellan olika aktörer, utveckla bättre planeringsverktyg och säkerställa att hälsofrämjande utemiljöer blir en självklar del av stadsutvecklingen.

## **11.55 – 12.00 Sammanfattning och framåtblick**

Seminarier avslutades med en sammanfattning av de viktigaste insikterna från dagen. Projektledaren betonade att projektet “Hälsofrämjande utemiljöer i samverkan” har visat på konkreta möjligheter att integrera hälsa i stadsplanering, men att det nu krävs fortsatt arbete för att omsätta resultaten i praktiken.



Några av de centrala slutsatserna från seminariet var:

- Kommuner och kommunala bostadsbolag har en avgörande roll i att skapa hälsofrämjande utemiljöer, men de behöver stöd i form av evidensbaserade riktlinjer, samverkan och i viss grad finansiering.
- Tidig planering och tvärsektoriellt samarbete är nyckeln till framgång.
- Det behövs bättre metoder för att mäta och följa upp effekterna av hälsofrämjande utemiljöer.

Avslutningsvis uppmanades deltagarna att fortsätta dialogen och använda sig av projektets resultat i sina respektive verksamheter. Projektledaren tackade alla medverkande och betonade att detta är början på en långsiktig utveckling av hälsofrämjande utemiljöer i Skåne.