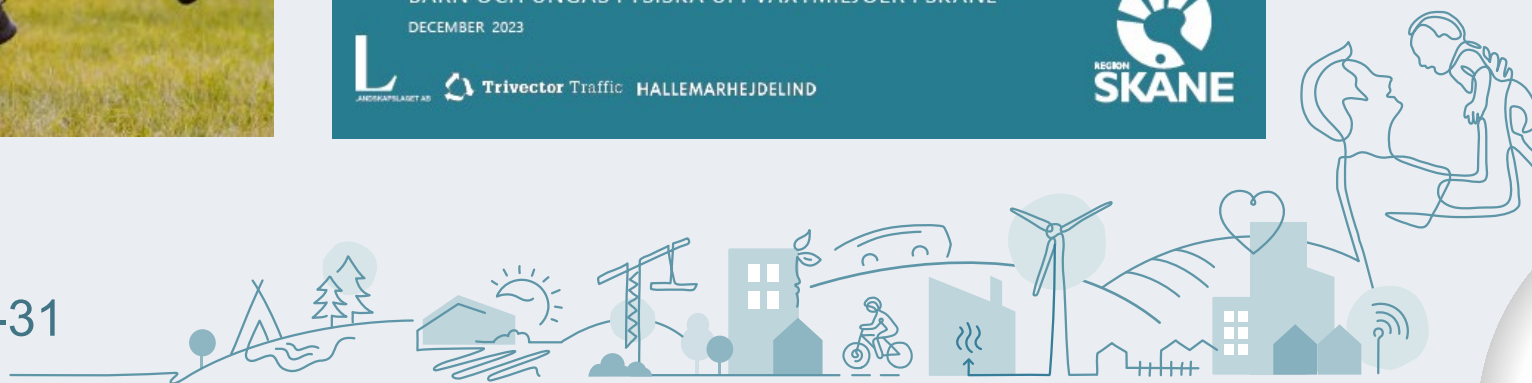


Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne (förstudie)




Slutseminarium 2024-01-31



Webbsida utveckling.skane.se

https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/samarbeten-och-projekt/pagaende-projekt/regional-utveckling/barn-och-ungas-fysiska-uppvaxtmiljoer-i-skane/

Bing AI - Sök VattenAtlas Regionplan för Skå... eMarketeer inlogg... Klimatsamverkan S... TendSign SharePoint Regiona... RU ENHET Regional... Regionplan för Skå... Bildbank Region Sk... Ärendehandboken...

 Utveckling Skåne
Vi gör skillnad för skåningens framtid

Kontakt Sök på webbplatsen...

Regional utveckling Kulturutveckling För företag Söka stöd Publikationer

Utveckling.skane.se / Regional utveckling / Samarbeten och projekt / Pågående projekt / Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne


OM PUBLIKATIONEN

Utgivningsår
2024

KATEGORISERAD SOM

HÄLSA MILJÖ OCH KLIMAT

Visa fler publikationer





Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne


Förstudien **Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne** har bedrivits inom ramen för genomförandet av Regionplan för Skåne 2022–2040.

Projektets inriktning kopplar till regionplanens avsnitt om bebyggelseutveckling och utveckling av hälsofrämjande livsmiljöer.

KONTAKT

 **Karl Magnus Adielsson**
Miljöstrateg

 **E-post**
KarlMagnus.Adielsson@skane.se





PROGRAM

Slutseminarium, *Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne* (förstudie)

10:00 Välkomnande

10:05 Presentation av projektets deltagare, ramar och genomförande

10.15 Presentation av slutrapporten

”Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne” – Veronica Hejdelind

11:00 Frågestund

11:10 Diskussion kring borden utifrån diskussionsfrågorna (se nedan)

- En person per bord redovisar gruppens synpunkter.

Ca 11:30 Avslutning

SYFTE

Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne *(förstudie)*

Att förbättra regional och kommunal fysisk planering i Skåne genom att identifiera, analysera och tydliggöra

- **Behov** av stöd och insatser från Region Skåne
- **Kunskapsläget** - hälsofrämjande utemiljöer, barn och unga
- **Typer av insatser** som Region Skåne kan/bör prioritera

Varför är det viktigt?

Fysisk hälsa. Stärker skelett och muskler, förbättrar konditionen och minskar risken för övervikt och fetma, diabetes och hjärt- och kärlsjukdomar.

Mental hälsa. Positiv effekt på barns och ungas mentala hälsa. Minskad stress, förbättrad sömn och ökad självkänsla. Utevistelse kan också vara en viktig källa till glädje och lek.

Varför är det viktigt?

Social utveckling. Utemiljön kan också främja barns och ungas sociala utveckling. Träffa vänner, leka och samarbeta. Utevistelse utvecklar barns motorik, koordination och balans.

Jämlikhet. Utemiljön kan bidra till mer jämlik hälsa. Hälsosfrämjande utemiljöer behövs i hela samhället, oavsett var man bor.

Regionplan för Skåne 2022 - 2040



Regionplan för Skåne 2022-2040

Bebyggelseutveckling

- 1.6 Hälsosfrämjande livsmiljö
- 1.7 Tätorternas grönstruktur

Transporter

- 2.1 Hållbart resande - Satsa på stärkt infrastruktur för fotgängare och cyklister och stärk deras roll i samhällsplaneringen.

Grönstruktur

- 3.2 Biologisk mångfald och grön infrastruktur
- 3.3 Friluftsliv



ENKÄT OM BRUKARNAS BEHOV

Barn och ungas fysiska uppväxtmiljö i Skåne

Hälsofrämjande utemiljöer

- Hur kan den fysiska utemiljön uppmuntra till lek, fysisk aktivitet och en hälsofrämjande livsstil bland barn och unga?

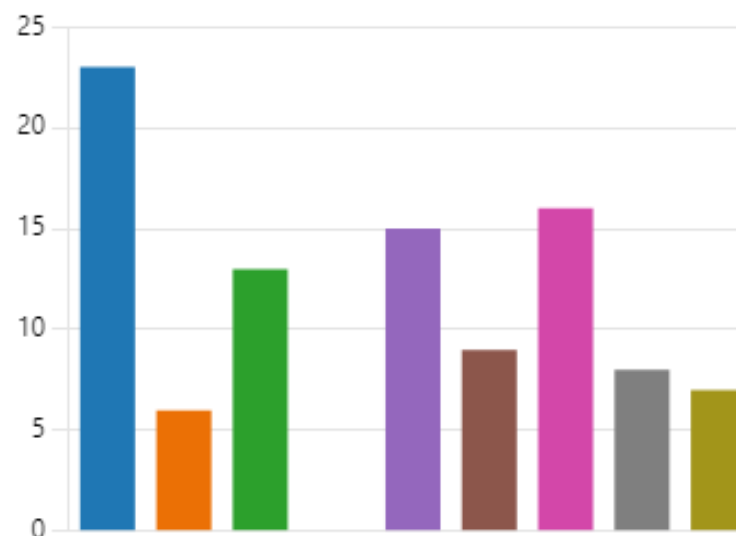


Vad behöver din organisation?

6. Vad behöver din organisation för att kunna skapa hälsofrämjande miljöer för barn och unga?

Mer information

- Incitament och argument, t.ex. k... 23
- Analysverktyg för rättvis och jä... 6
- Utveckling av hållbara affärsmo... 13
- Utveckling av kvalitetsmärkning ... 0
- Analysverktyg för hälsoekonomi... 15
- Handbok för evidensbaserad de... 9
- Sammanställning av goda exem... 16
- Kvalitets-riktlinjer / nyckeltal för ... 8
- Annat 7



Vad kan Region Skåne och skånska samhällsaktörer göra för att bidra till en mer rörelserik vardag inom följande områden?

Den fysiska planeringens huvudstrukturer

- **Bebyggelsestruktur**
Planera för grönska, bostadsnära natur, rörelserik förskola, skola och fritidshem = placering, friyta, utformning förskole - och skolgårdar.
- **Trafikinфраstruktur**
Aktiv transport/mobilitet - säkra skolvägar, bilfria zoner runt skolor och förskolor
- **Grönstruktur**
Fritid, idrott, natur och friluftsliv - lekmiljöer, ytor för spontanidrott och arenor för föreningsidrott



En samlad modell för att främja fysisk aktivitet.

Höj kunskapen, motivera och stödja planering, strategier och genomförande inom dessa områden.
Den fysiska planeringen lägger grunden för ökad vardagsrörelse för målgruppen.

Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne



SLUTRAPPORT I FÖRSTUDIEN
BARN OCH UNGAS FYSISKA UPPVÄXTMILJÖER I SKÅNE
DECEMBER 2023



Trivector Traffic HALLEMARHEJDELIND



Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne

- Kunskapsläge
- Utgångsläge Region Skåne
- Från ord till handling (Gör så här!)

Veronica Hejdelind
HallemarHejdelind AB



En stillasittande livsstil.

- Sverige tillhör de länder där befolkningen är mest stillasittande. Vi tillbringar ca 70% av vår vakna tid sittande eller liggande.
- Unga har sämre kondition, muskelstyrka och motorik är tidigare generationer.
- Endast 2 av 10 flickor och 4 av 10 pojkar i Sverige når upp till WHO:s rekommenderade nivå av en timmes pulshöjande aktivitet per dag.
- Aldrig i historien har vi rört oss så lite som nu.
- Aldrig har möjligheterna att ta rulltrappan, hissen, bilen eller jobba hemma varit större.



Priset för stillasittandet betalar vi i:

- ökad övervikt och fetma
- ökad psykisk ohälsa
- fler unga som har sämre kondition, muskelstyrka och motorik än föregående generationer.
- ökade kostnader i hälso- och sjukvården.
- försämrad produktivitet hos befolkningen.
- ökade socioekonomiska hälsoklyftor-
ojämlikhet i hälsa.



Vad kostar stillasittandet?

- En rapport från OECD och WHO pekar på att varje satsad euro för att främja fysisk aktivitet ger 1,7 euro tillbaka.
- Sammanställningar från England visar att satsningar på att främja och bygga för rörelse ger nästan fyra gånger mer tillbaka än vad som investerats.

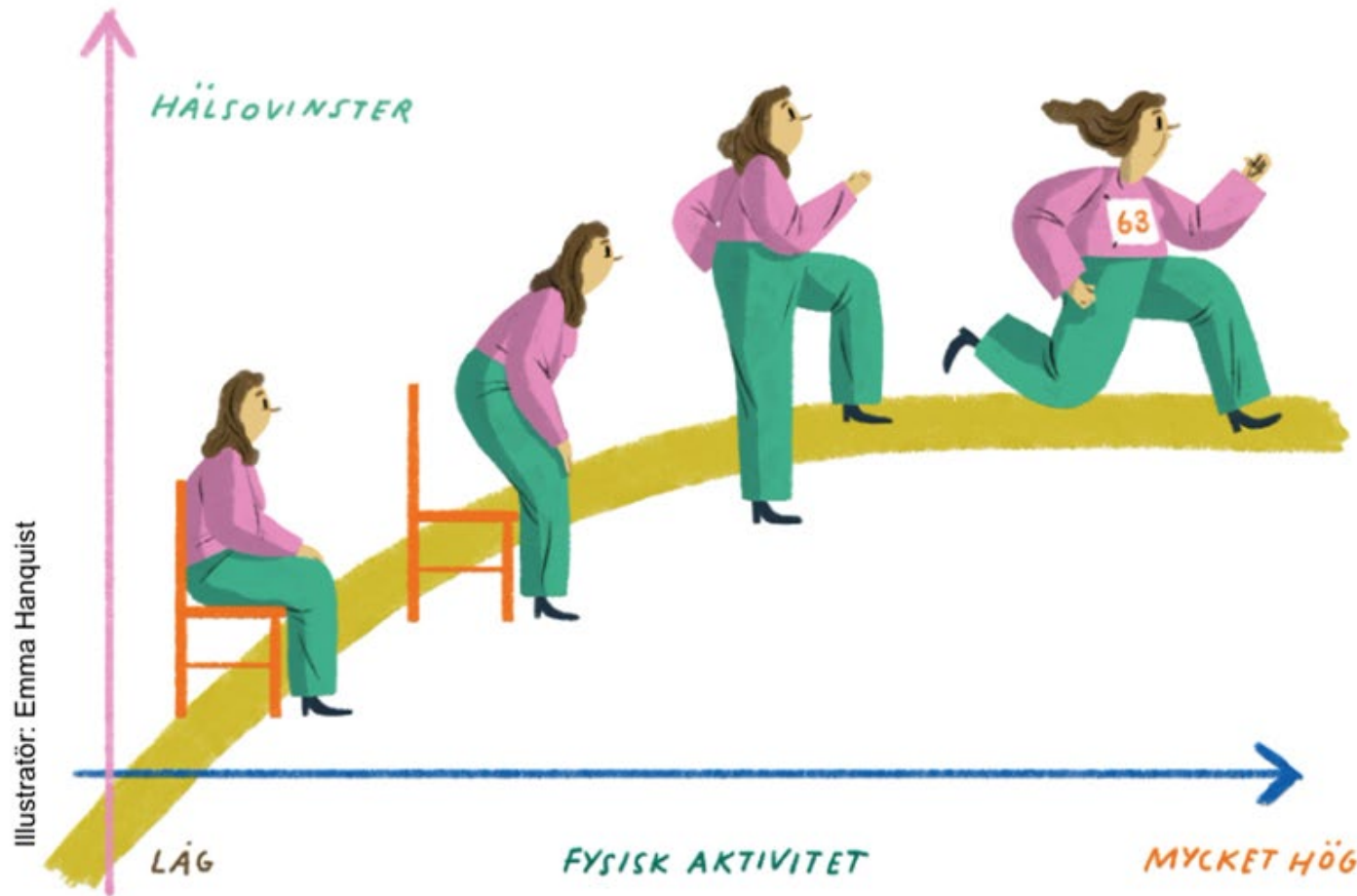
- Studier i Finland, visar att kostnaderna för bristande fysisk aktivitet uppgår till 3,2 miljarder euro och kostnaderna för högt stillasittande (mer än 8 tim./dag) till 1,5 miljarder euro årligen.
- Samhällsekonomiska beräkning från Helsedirektoratet i Norge pekar både på finansiella vinster med ökad fysisk aktivitet och på hälsomässiga vinster.

Att väga hälsa mot ekonomi

- värden som hälsa och fysisk aktivitet har svårt att hävda sig i planeringsprocesserna
- ett antal modeller har prövats för att se hur frågorna kan ställas mot ekonomiska aspekter.
- vad är ett barns hälsa och välbefinnande värt? /vad får ett barns rätt till ett hälsosamt liv kosta?

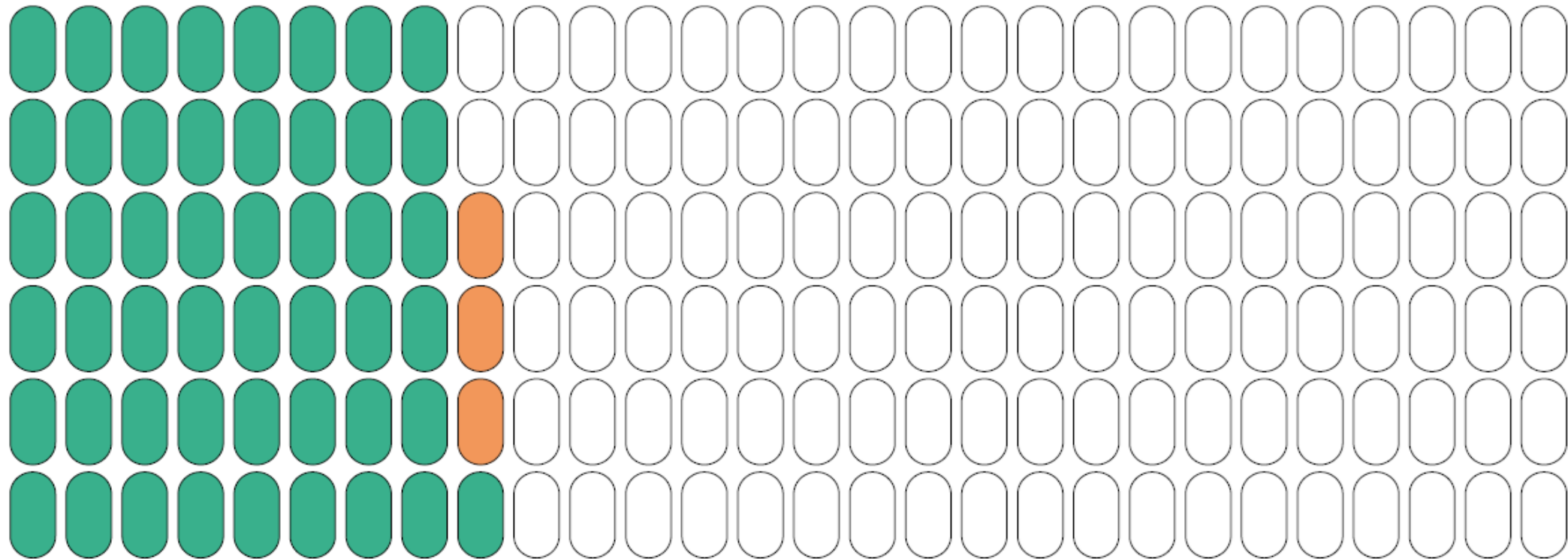


Hälsovinster och fysisk aktivitet



Kommittén för främjande av ökad fysisk aktivitet, 2023

Vårt rörelsemönster under en vecka.



● Sömn: 49 timmar

● Motion: 3 timmar

○ Övrig tid: 116 timmar

Effekter av fysisk aktivitet på barn och ungas hälsa

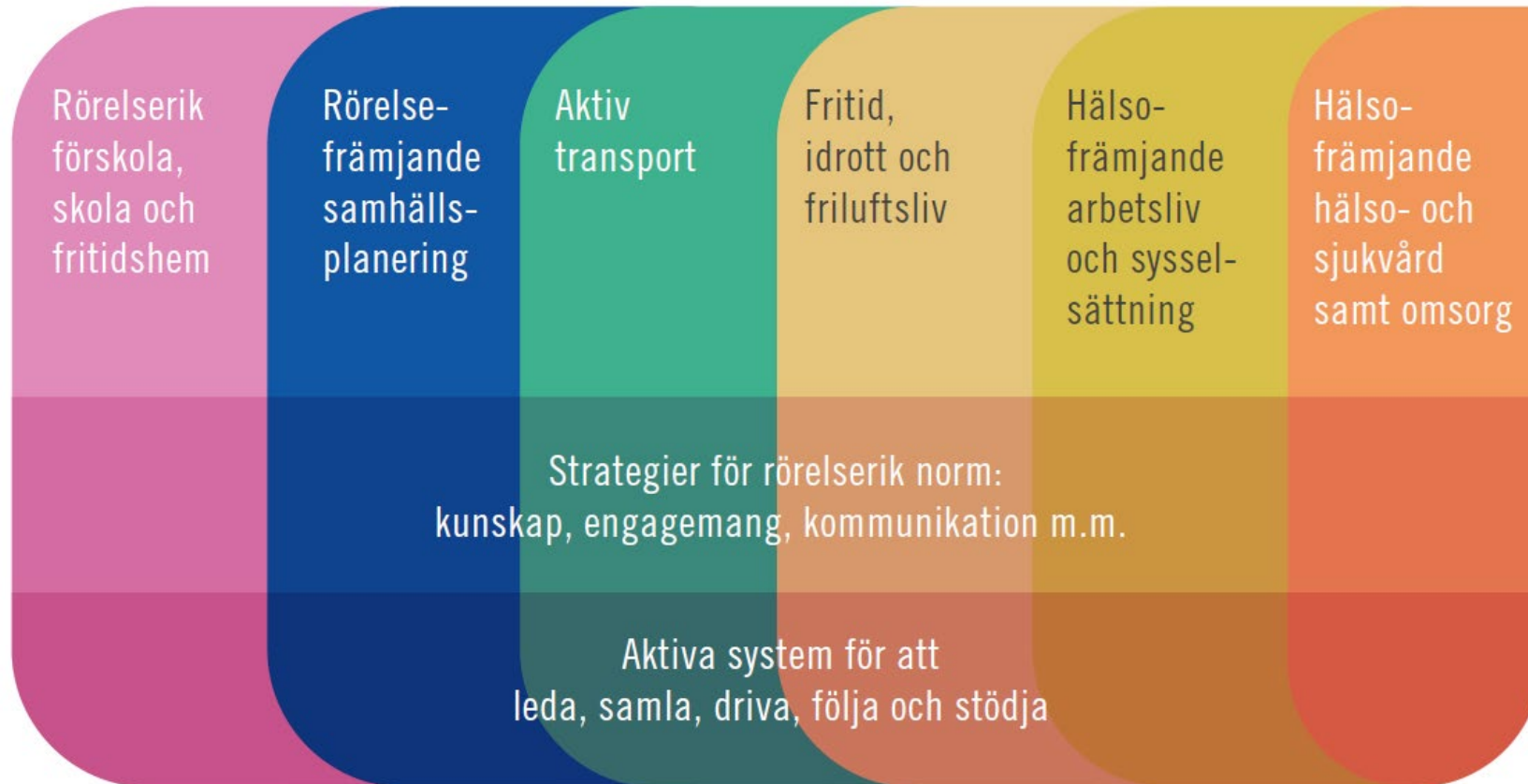
- Investeringar i goda fysiska uppväxtmiljöer som gynnar, uppmuntrar, utmanar och gör det enkelt att röra sig i vardagen bidrar till ett friskare, gladare och hälsosammare barn och unga.
- Barn och unga som är fysiskt aktiva och har en god kondition trivs och lyckas bättre i skolan än elever med sämre kondition.
- Fysisk aktivitet som behandlingsåtgärd minskar depressiva symtom hos barn och unga. Effekterna är lika goda som behandling med antidepressiva läkemedel eller samtalsterapi vid lindrig till måttlig depression .

VILKA INSATSER ÄR MEST EFFEKTIVA?

Få de som rör sig minst att röra sig lite mer!

- Flickor rör sig mindre än pojkar.
- Äldre barn rör sig mindre än yngre.
- Barn till föräldrar med lägre socioekonomi är mindre aktiva än de vars föräldrar har bättre socioekonomiska förutsättningar.
- Sämre ekonomiska förhållanden hänger också ihop med lägre deltagande i föreningsidrott.

Aktiva system för ett aktivt samhälle



Aktiv transport är ett oslagbart sätt att öka vardagsrörelsen

- Att gå, cykla eller rulla till olika målpunkter vardagen är, enligt forskningen, en av de viktigaste formerna av vardagsrörelse.
- Ett samhälle som prioriterar en infrastruktur för aktiv transport prioriterar folkhälsa.
- Kollektivtrafiken är en viktig del i stärkandet av aktiv transport.

Barn och unga:

- säkerhet
- säkra skolvägar
- bilfria zoner runt skolor
- beteende och normer

Holländska barn lyckligast i världen

Holländska barn är mest fysisk aktiva, har den lägsta förekomsten av övervikt och lägst användning av antidepressiva läkemedel i världen.

- 66% av holländska barn går eller cyklar till skolan (75% av tonåringarna)
- 80% av holländska tonåringar cyklar till målpunkter i vardagen (skolan, parken, affärer, vänner etc.) minst tre gånger i veckan.
- holländska 12-17-åringar cyklar mer än någon annan demografisk grupp i Nederländerna, närmare 60% av deras resor görs med cykel.
- Holländska tonåringar cyklar i genomsnitt 2000 km per år och minst 150 minuter/veckan.



Rörelsefrämjande samhällsplanering - grönska & bostadsnära natur

- Utomhusvistelse generellt ger högre aktivitetsnivåer och möjligheterna att vara aktiv ökar om närmiljön erbjuder gång- och cykelvägar samt grön- och rekreationsområden som är tillgängliga och trygga.
- Barn och unga behöver plats att röra sig.
- Bostadsnära natur ökar utomhusvistelser.
- Grönska ger återhämtning och knyter sociala band.

Utmaningar

- förtätningsnormen
- ekonomi
- bostadspolitik

Rörelserik skola och förskola

- 2 miljoner barn går dagligen till skolan i Sverige
 - Skolan bidrar med 35% av veckans totala fysiska aktivitet av måttlig och hög intensitet för barn och unga.
 - Om vi vill skapa goda förutsättningar för barn och ungas möjligheter att röra sig i vardagen är skolans och förskolans utemiljöer centrala platser att värna och utveckla.
 - Alla elever har inte tillgång till en ändamålsenlig utemiljö under skoltiden.
- Skolor som planeras och byggs i dag kan påverka förutsättningar för barns och ungas möjlighet att tillgodose sitt behov av vardagsrörelse för flera generationer framöver.
 - Kostnaderna för ohälsan som byggs in med små eller obefintliga skol- och förskolegårdar får samhället bära över mycket lång tid. Vinst som gör i byggskedet är kortsiktig.

Fritid, idrott, friluftsliv och lekmiljöer

- Andelen barn som vistas i naturen varje dag har minskat från 78 procent 2003 till 49 procent 2019.
- I mindre tätorter vistas fler barn dagligen i naturen jämfört med barn i storstadsregionerna.
- Barns vistelse i grönområden någon eller några gånger i veckan har däremot ökat, från 23 procent till 37 procent under samma tidsperiod.

Vi behöver nya typer av lekplatser

- Leken i barns vardag utvecklar både deras fysik och tränar deras sociala kompetens.
- Den fysiska miljön utomhus inbjuder barn och unga att upptäcka, utforska och uppleva, och ger impulser som skapar rörelse och aktivitet på ett naturligt sätt.

Synergieffekter:

- Direkta vinster i form av uteblivna vårdkostnader för miljardbelopp.
- Med ökad gång och cykling kommer minskade klimatutsläpp, buller och luftföroreningar.
- Med friluftsliv och mer jämlik fysisk aktivitet kommer en ökad resiliens



Utgångsläge Region Skåne

- Frågorna och kompetensen är samlad.
- Nätverken är etablerade.
- Regionplanen utgör ett bra och kraftfullt ramverk.
- Den tvärsektoriella samverkan internt är påbörjad.
- Plattformen Sätt Skåne i rörelse! är etablerad.

Fysisk
planering för
ett rörelserikt
Skåne

SLUTRAPPORT I FÖRSTUDIEN
BARN OCH UNGAS FYSISKA UPPVÄXTMILJÖER I SKÅNE
DECEMBER 2023

LANDKRAFTVERKET AS Trivector Traffic HALLERMARHEJDELIND

REGION SKÅNE

Hur kan Region Skåne driva utvecklingen av ökad fysisk aktivitet för barn och unga?

TILLSAMMANS

- **Arbeta strategiskt utifrån de fyra fokusområdena** i fysisk planering som forskningen pekar ut som avgörande för främjande av barn och ungas vardagsrörelse.
- **Utveckla plattformen Sätt Skåne i rörelse** så att den speglar det tvärssektoriella arbete genom att även innefattar frågor om fysisk planering och aktiv mobilitet. Arbeta med samma modell och metod som framgångsrikt redan driver och samlar relevanta aktörer kring hälsofrågorna. Visa på betydelse av tvärssektoriellt samarbete.
- **Skapa en känsla av gemenskap** kring frågan med kommunerna och samhällsaktörerna. Bygg starka nätverk. Bara genom att dela ansvar och jobba tillsammans kan ni bryta stilla sittandet.

REGIONENS EGNA ARBETE

- **Skapa och arbeta** med frågan att planera och bygga fysiska miljöer som främjar barn och ungas vardagsrörelse i Skåne i ett aktivt system.
- **Utveckla och stärk det tvärssektoriella samarbetet internt.** Formulerar gemensamma mål och handlingsplaner för frågan mellan verksamhetsområdena; Regional fysisk planering; Hälsa; Infrastruktur och transporter och Natur och rekreation.
- **Definiera RS operativa roll och funktion** i relation till frågan tydligt internt och kommunicerar det externt till kommunerna och andra samhällsaktörer.
- **Stärk den egna kunskapen kring frågan** internt så att RS tryggt och effektivt kan leda, driva, och samla relevanta aktörer och vara ett starkt stöd för kommunerna i deras operativa arbete med frågan.



Bilden visar hur genomförandeglappet mellan den strategiska nivån och den operativa nivån kan slutas. Genom att arbeta med punkterna ovan skapas en mellannivå som bidrar till att koppla ihop nivåerna.



”Det är inte svårt, det är bara jobbigt”.

Ing-Marie Wieselgren, tidigare samordnare för psykisk hälsa vid SKR

Tack!

Veronica Hejdelind, HallemarHejdelind
E-post: veronica@hallemarhejdelind.com
Tfn: 0730-727274



Gruppdiskussion

Diskussionsfrågor kring borden

- utifrån era respektive perspektiv erfarenheter och kompetenser

1. **Viktigaste slutsatserna** i slutrapporten?
2. **Åtgärder/insatser** som behöver vidtas (prio 1-3) för att förbättra barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne?
3. **Hur kan Region Skåne bidra** till att dessa åtgärder genomförs i praktiken?
4. **Hur säkerställa långsiktigt**
Hur kan Region Skåne, i samverkan med samhällets aktörer, säkerställa att barn och unga har tillgång till säkra och attraktiva utemiljöer, rörelsefrihet, rörelsestråk, lek- och skolmiljöer som gynnar fysisk aktivitet och kreativ lek?
5. **Fysisk planering för ett mer rörelserikt Skåne**
Hur kan den fysiska planeringen bidra till vardagsmiljöer som främjar fysisk aktivitet, lek och en aktiv livsstil bland barn och unga?

Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne (förstudie)

Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne

Varje rörelse räknas!

SLUTRAPPORT I FÖRSTUDIEN
BARN OCH UNGAS FYSISKA UPPVÄXTMILJÖER I SKÅNE
DECEMBER 2023

L
Trivector Traffic HALLEMARHEJDELIND





Tillsammans för goda livsmiljöer i Skåne.

Regionplan för Skåne 2022 - 2040

Samordning

Skånes regionplan ska underlätta samordningen av infrastruktur, klimatfrågor, bostäder och annan fysisk planering över kommungränserna.

Tillsammans för goda livsmiljöer

Det är ett gemensamt arbete där Region Skåne och kommunerna samverkar i planeringen av det skånska samhället och där Länsstyrelsen har en roll att bevaka de statliga intressena. Syftet är att skapa goda livsmiljöer för alla och i hela Skåne, så att vi skåningar ska kunna bo i en kommun, arbeta i en annan och ha våra fritidsaktiviteter i en tredje.

För framtiden

Ett samarbete för att skapa en bättre framtid för alla oss skåningar.

