

Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne



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

Författare

Slutrapporten *Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne* har tagits fram under 2023 av Region Skåne i samarbete med Landskapslaget, HallemarHejdelind och Trivector inom ramen för förstudien *Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne*.

Uppdragsgivare: Region Skåne

Region Skåne

Lina Wedin - enhetschef
Karl Magnus Adielsson - projektledare
Hanna Negash - arbetsgrupp
Mervan Sert - arbetsgrupp

Konsulter

Lise Strand Hellström - Landskapslaget
Ida-Maria Classon Frangos - Landskapslaget
Veronica Hejdelind - HallemarHejdelind
Petra Ahlström - Trivector

Bildkällor

Samtliga bilder Landskapslaget om inte annat anges.

Utgiven av

Region Skåne, Avdelningen Regional Utveckling, 2023

FÖRORD.....	4
1. KUNSKAPSLÄGE.....	5
Forskning	
Lagar	
Det ena ger det andra - Synergieffekternas kraft	
Att planera för ett rörelserikt samhälle	
Metoder och analysverktyg	
2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE	31
Regionplanen - ett bra ramverk	
Tvärsektoriell samverkan internt och externt	
Nuläge i kommunerna?	
3. FRÅN ORD TILL HANDLING.....	41
För ett mer rörelserikt Skåne!	
Tillsammans	
Normer, resurser och målkonflikter	
Sätt Skåne i rörelse	
Ett aktivt system för ökad aktivitet	
Region Skånes operativa roll och funktion	

FÖRORD

FYSISK AKTIVITET - EN MIRAKELMEDICIN

Tänk dig en medicin som ökar välbefinnandet, som gör att vi sover bättre, förbättrar minnet, stärker vår inlärningsförmåga, minskar risken för depression och psykisk ohälsa, halverar risken för hjärt-kärlsjukdom, bidrar till att minska risken för typ 2-diabetes, flera vanliga cancerformer och demens. Den gör också skelettet starkare och minskar risken för fallskador. Medicinen är dessutom gratis och om man tar den rätt, är den biverkningsfri. Att investera i den här medicinen är samhällsekonomisk mycket lönsamt då den bidrar till att drastiskt minska samhällets vårdkostnader och öka produktiviteten hos befolkningen¹. Fysisk aktivitet är kort sagt något av en mirakelmedicin. Att investera i åtgärder som får fler i rörelse är att nyttja dess potential.

Kunskapen om fysisk aktivitet och hälsa har ökat kraftigt det senaste decenniet. Vi vet idag utifrån tusentals studier att fysisk aktivitet är helt nödvändigt för att människokroppen ska fungera och att ökad fysisk aktivitet bidrar till att förebygga och behandla flertalet av våra stora folkhälsoproblem.

Det finns ingen standardlösning för hur vi i alla situationer och för alla personer ska kunna minska stillasittandet och öka vardagsrörelsen. Vi måste hitta nya vägar.

Ytterst kommer det alltid vara en värderings- och prioriteringsfråga huruvida ett samhälle investerar i att bygga goda fysiska uppväxtmiljöer för barn och unga. Sverige har en lång och stolt tradition att värna barnens bästa i samhällsbyggandet. Under de senaste decennierna har den normen utmanats. I de målkonflikter som alltid uppstår i exploatering och planering av nya stadsutvecklings- och bostadsområden ser vi allt oftare hur barnens behov får stå tillbaka till förmån för andra intressen. Det märks nu i barn och ungas försämrade hälsa.

Region Skåne prioriterar barn och ungas hälsa högt i sina visioner och styrdokument och ligger långt fram i att driva frågorna från strategi till handling. Vi i konsultteamet är glada att vi fått möjlighet att med denna förstudie bidra till att ytterligare flytta fram regionens positioner. Vi hoppas att den blir det stöd som Region Skåne efterfrågat. Vi ser mycket fram emot att följa ert arbete framåt.

/Veronica Hejdelind, Lise Strand Hellström, Ida-Maria Classon Frangos och Petra Ahlström

¹ Hellénus, Mai-Lis Varje rörelse räknas. Vardagsrörelsens betydelse och hur vi kan bryta stillasittandet. (2022) s.42 <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/b4d008ff11b349e8992aef9e95bc19c2/varje-rorelse-raknas.pdf>

1. KUNSKAPSLÄGE

1. KUNSKAPSLÄGE

FORSKNING

Forskningen är glasklar – varje rörelse räknas

Sverige har idag ett av världens mest stillasittande befolkningar. Vi tillbringar cirka 70 procent av vår vakna tid sittande eller liggande². Aldrig i historien har vi rört oss så lite som nu. Aldrig har möjligheterna att ta rulltrappan, hissen, bilen eller att jobba hemifrån varit större.

Priset för det bekväma, stillasittande samhälle vi byggt ser vi i ökad övervikt och fetma, i ökad psykisk ohälsa och i unga som är i sämre skick när det gäller kondition, muskelstyrka och motorik än föregående generationer³.

Goda hälsovanor grundas under uppväxten. Skapar vi bra miljöer för vardagsrörelse kommer det att påverka folkhälsa för alla i Sverige på sikt. Bygger vi bättre uppväxtmiljöer som främjar fysisk aktivitet för barn och unga gynnar det även vardagsrörelser för vuxna och äldre.

Studier, publicerade av Folkhälsomyndigheten, visar att bara två av tio barn i Sverige når upp till WHO:s rekommenderade nivå av en timmes pulshöjande aktivitet per dag. Omkring en tredjedel spenderar mycket eller nästan all sin fritid sittande - det gäller både pojkar och flickor. Allt fler elever har mer hälsobesvär och hälsostatusen kopplat till rörelse bland 13-15-åringar har på 40 år aldrig varit sämre.

Forskningens budskap är glasklar: fysiskt aktiva sover bättre, mår bättre och presterar bättre. De största hälsomässiga vinsterna får personer som ökar sin aktivitet från mycket låg nivå

till lite mer. Och den bästa rörelsen är den som blir av, den som blir till rutin och går av sig själv, det vi kallar vardagsrörelse; cyklingen till jobbet, de dagliga stegen i trappan, turen i skogen, springet på rasten, träningen med laget och kvällspromenaden etc.

Med ökad rörelse i vardagen vinner individen i bättre hälsa, ökad koncentrationsförmåga, ökad livskvalitet och livslängd. Samhället vinner på så många fler sätt. Ökad rörelse ger finns direkta samhällsvinster i form av uteblivna vårdkostnader för miljardbelopp. Med ökad aktivitet kommer ökad självständighet under ålderdomen och minskade vård- och omsorgsbehov i en tid när personalbristen i dessa yrken är påtaglig. Med ökad gång och cykling kommer minskade klimatutsläpp, buller och luftföroreningar. Med friluftsliv och mer jämlik fysisk aktivitet kommer en ökad resiliens mot stress och samhällskriser som pandemier och klimatförändringar. Med föreningslivet kommer ökad gemenskap och möjlighet att träna både fysiska, mentala och sociala färdigheter⁵.

Utveckling av rörelsefrämjande miljöer, ger mer attraktiva och mer konkurrenskraftiga städer, ökad tillväxt, bättre motståndskraft mot stora samhällskriser, som pandemier, översvämningar och värmeböljor.

Det finns med andra ord många anledningar till att satsa på att bygga hälsofrämjande miljöer som gynnar rörelse och fysisk aktivitet för barn och unga.

² Varje rörelse räknas - hur skapar vi ett samhälle som främjar fysisk aktivitet. (SOU 2023:29) s. 11

³ ff s.11

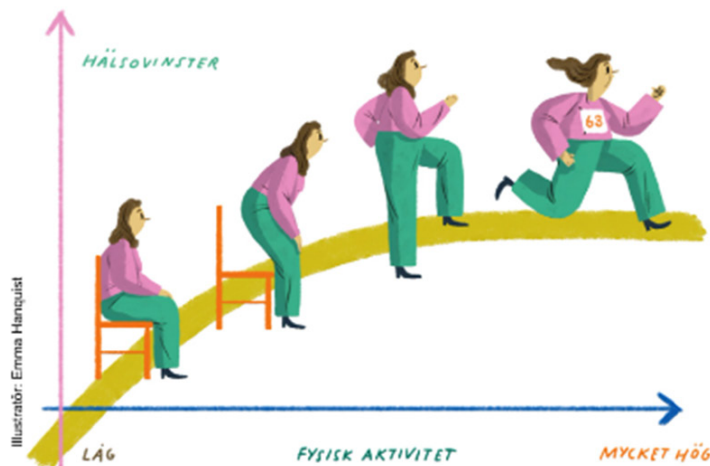
⁴ Riktlinjer för fysisk aktivitet och stillasittande. Kunskapsstöd för främjande av fysisk aktivitet och minskat stillasittande. s.11 Folkhälsomyndigheten (2021)

⁵ Varje rörelse räknas. SOU 2023:29 s. 11



1. KUNSKAPSLÄGE

FORSKNING



Hälsovinster och fysisk aktivitet. Källa: Kommitén för främjande av ökad fysisk aktivitet 2023.

Unga som rör på sig mår bättre

Barn och unga som är fysiskt aktiva och har en god kondition trivs och lyckas bättre i skolan än elever med sämre kondition. Elever som känner hög skolstress har i stället mer inaktiv tid, både totalt sett och under skoltid, än de som känner mindre skolstress. I ett flertal studier har forskare konstaterat att rörelsesatsningar i skolan lett till förbättrade skolresultat. Vid uppföljningar uppger många skolor att rörelsesatsningar även bidragit till att arbetsro och trygghet förbättrats.

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.

Diagnoser för psykisk ohälsa ökar, framför allt bland unga, och ohälsan är ofta långvarig. Nästan var tredje ung som diagnosticerades med depression eller ångest för tio år sedan har i dag fortfarande behov av psykiatrisk vård. En av fyra står tio år efter

diagnosen helt utanför arbetsmarknaden eller är beroende av ekonomiskt bistånd. Det konstaterar Socialstyrelsen och slår samtidigt fast att depression och ångestsyndrom stod för över 40 procent av alla sjukskrivningar år 2019.

De livspåverkande och samhällsekonomiska konsekvenserna av depression och ångest är med andra ord stora. Regelbunden fysisk aktivitet är även en beprövad metod att bevara psykiskt välbefinnande och förebygga psykisk ohälsa.

Vad kostar stillasittandet samhället?

Bristande fysisk aktivitet och ökat stillasittande skapar stora samhällskostnader.

Endast en begränsad forskning finns tillgänglig över hur stora besparingar och vinster som skulle kunna åstadkommas med ett mer rörelserikt samhälle. Men mindre nationella studier och större internationella beräkningar pekar i samma riktning: det lönar sig att investera i ett mer rörelserikt samhälle.

- Sammanställningar från Storbritannien visar att satsningar på att främja och bygga för rörelse ger nästan fyra gånger mer tillbaka än vad som investerats. I beräkningarna ingår både sociala och ekonomiska värden, såsom förbättrad hälsa, besparingar i hälso- och sjukvården, ökad produktivitet, ökad tillit, stärkt sammanhållning och minskad brottslighet.⁹
- Nyligen genomförda studier i Finland, med en befolkning på 5,5 miljoner invånare, visar att kostnaderna för bristande fysisk aktivitet uppgår till 3,2 miljarder euro och kostnaderna för högt stillasittande (mer än åtta timmar per dag) till 1,5 miljarder euro årligen.¹⁰
- Samhällsekonomiska beräkningar från Helsedirektoratet i Norge pekar både på finansiella vinster med ökad fysisk aktivitet och på hälsomässiga vinster.

Exempelvis konstateras att den 45-åring som byter en stillasittande livsstil mot en aktiv livsstil med en halvtimmes promenad per dag i genomsnitt vinner tre levnadsår och byter sex år av sjukdom mot sex friska år.¹¹

- En rapport från OECD och WHO pekar på att varje satsad euro för att främja fysisk aktivitet ger 1,7 euro tillbaka.¹²
- En tredjedel av den vuxna befolkningen i Europa når inte rekommenderad dos av minst 150 minuters fysisk aktivitet per vecka. Om alla var aktiva minst 150 minuter per vecka beräknas de totala hälso- och sjukvårdskostnaderna minska med i genomsnitt 0,6 procent i Europa och 0,7 procent i Sverige. Skulle befolkningen i stället vara aktiva minst 300 minuter per vecka skulle Sverige kunna spara 1,5 procent av de totala hälso- och sjukvårdskostnaderna på 235 miljarder kronor per år.¹³

⁶ Se till exempel: Bunkeflostudien <https://www.idrottsforskning.se/daglig-skolidrott-gav-okad-fysisk-aktivitet-senare-i-livet/>

Hedström, Pernilla (2016) Hälsocoach i skolan – En utvärderande fallstudie av en hälsofrämjande intervention. Göteborgs universitet.

Fritz, J. (2017). Physical Activity During Growth – Effects on Bone, Muscle, Fracture Risk and Academic Performance. Lunds universitet, Faculty of Medicine Doctorial Dissertation Series 2017:3

Bunkeflostudien Käll, Nilsson, Lidén (2014) The Impact of a Physical Activity Intervention Program on Academic Achievement in a Swedish Elementary School Setting. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/josh.12179/abstract>

⁷ Varje rörelse räknas SOU 2023:29 s. 26

⁸ Socialstyrelsen (2019). Ångest och depression ökar bland våra unga

⁹ Sport England (2020). Why investing in physical activity is great for our health – and our nation.

¹⁰ Kolu, P., Kari, J.T., Raitanen, J. m.fl. Economic burden of low physical activity and high sedentary behaviour in Finland. *J Epidemiol Community Health* 2022;76:677–684.

¹¹ Helsedirektoratet (2010). Rapport IS-1794. Vunne kvalitetsjusterte leveår (QALYs) ved fysisk aktivitet.

¹² Step Up! Tackling the Burden of Insufficient Physical Activity in Europe. OECD, WHO (2023).

¹³ Step Up! Tackling the Burden of Insufficient Physical Activity in Europe. OECD, WHO (2023).

1. KUNSKAPSLÄGE

FORSKNING

Huvudorsaken till att det är svårt att beräkna de samhällsekonomiska kostnaderna respektive vinsterna är att beräkningsmodellerna måste ta hänsyn till ett mycket stort antal parametrar över lång tid.¹⁴ De samhällsekonomiska investeringar som krävs för att till exempel skapa rörelsefrämjande skolgårdar syns tydligt i exploaterings-, mark- och byggkostnader samt förvaltning och drift. Men den hälsoekonomiska vinst per barn som skolgården bidrar till att skapa är svårare att beräkna, dels för att effekterna av ett rörelserikt liv syns genom hela livet, dels för att det är så många andra faktorer som också påverkar varje enskild individs hälsa - så som matvanor, socioekonomiska faktorer, genetik, andra underliggande sjukdomar etc.

Vi vet att tjugo minuters vardagsrörelse på rasten ökar barnens inlärnings- och koncentrationsförmåga, men den exakta ekonomiska vinsten i kronor som den rörelsemängden genererar är svår att uppskatta särskilt om man ska mäta den under hela grundskolan och senare i livet.

Vad kostnaden för samhället är, per barn som drabbas av astma orsakat av luftföroreningar eller som utvecklat diabetes typ-2 på grund av för lite fysisk aktivitet, under uppväxten och senare i livet kan vi räkna i direkta vårdkostnader, antal VAB-dagar, sjukskrivningar, kostnader för medicin etc. men den eventuella psykiska ohälsan, försämrad livskvalitet och minskad produktivitet som forskningen konstaterar ofta förekommer i samband med dessa och andra negativa hälso-effekter som stillasittande bidrar till är svårare att sätta ett pris på.

Effekterna av rörelserika miljöer på barn och ungas hälsa är enklare att mäta och här är forskningen glasklar – 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 liv, samtidigt ger det mer attraktiva livsmiljöer och bidrar till ett mer hållbart samhälle.

Att väga hälsa mot ekonomi - några modeller

Just för att värden som hälsa och fysisk aktivitet har svårt att hävda sig i planeringsprocesserna har ett antal modeller prövats för att se hur frågorna kan ställas mot ekonomiska aspekter. Arbetet prövar sig fram och det finns ett antal större hinder att övervinna för att frågorna på allvar ska kunna mäta sig med ekonomiska incitament. Då hälsa och fysisk aktivitet är mjuka värden som kan kopplas till välfärd och drivs av en annan logik än enskilda projektbudgetar och ekonomiska kalkyler har flera av dessa projekt lagt stor möda på att hitta vilka värden som representerar aspekter som att de boende har god hälsa osv. Vad tjänar samhället på att de boende mår bra?

Tankesättet är mer utvecklat i Storbritannien och kallas för *Social return of investment*, vilket bygger på att olika poster ges en kostnad eller intäkt för projektet på lång sikt.

EKONOMISKA MODELLER

- BRP+: Ett mått på hållbar utveckling och livskvalitet i regioner.¹⁵
- HAI (Hållbar avkastning av investeringar): Forskningsprojekt/pilot för hur sociala och miljömässiga värden kan synliggöras i stadsutvecklingsprocesser. Urban innovation lab och Vinnova.¹⁶
- Långsiktiga analyser för exploaterings- och kommunalekonomi.¹⁷ Utredningen Samordning för ökat och hållbart byggande.¹⁸
- SIGURD (Stadsbyggnadsinvesteringars effekter och värden), pågående forskningsprojekt Mistra Urban Futures.¹⁹
- Social Progress Index. Europakommissionen och Umeå kommun. Social Progress Index kompletterar BNP-måttet som mått på utveckling och befolkningens välbefinnande.

¹⁴ Mer om hälsoekonomiska beräkningsmodeller och hur de används: Folkhälsomyndigheten: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/halsoekonomi/>

¹⁵ Se Reglab för mer information: <https://www.reglab.se/projekt/brp/>

¹⁶ https://urbaninnovationlab.se/wp-content/uploads/2018/11/HAI_Infoblad_2018-11-27.pdf

¹⁷ Mer info på: <https://www.umea.se/hallbaraumea/socialtochkulturellt/socialprogressindex.4.333c64e217718860a23c48.html>

¹⁸ Stärkt planering för en hållbar utveckling. (SOU 2021:23) <https://www.regeringen.se/contentassets/2ec71b34eff149e8b90b5e764b3535a0/starkt-planering-for-en-hallbar-utveckling-sou-202123.pdf>

¹⁹ Forskningsprojektet SIGURD, Mistra Urban Futures. <https://www.mistraurbanfutures.org/sv/projekt/sigurd-stadsplaneringsinvesteringars-effekter-och-varden>

1. KUNSKAPSLÄGE

LAGAR

Lagar och politik stöttar rörelse för alla

Sverige har lagar, konventioner, nationella riktlinjer och politiska beslut på nationell, regional och kommunal nivå som stödjer fysisk planering för mer rörelserika miljöer för alla. Det offentliga har uppdraget att verka för goda förutsättningar för hälsa. Det finns tydligt utskrivet i regeringsformen (1 kap. 2 §), där det står att:

”Den enskildes personliga, ekonomiska och kulturella välfärd ska vara grundläggande mål för den offentliga verksamheten. Särskilt ska den allmänna trygga rätten till arbete, bostad och utbildning samt verka för social omsorg och trygghet och för goda förutsättningar för hälsa.”

Sveriges folkhälsopolitik har som mål att skapa förutsättningar i samhället för en god och jämlik hälsa i hela befolkningen. Folkhälsopolitiken är antagen av riksdagen och inom politikområdet finns även delmålet ”Ett samhälle som främjar ökad fysisk aktivitet och bra matvanor för alla”, antaget av regeringen.

Folkhälsopolitiken utgår från åtta målområden. De syftar till att tydliggöra vilka områden och förutsättningar som är avgörande för att uppnå en god och jämlik hälsa i hela befolkningen. Fysisk aktivitet ingår i målområde 6. Levnadsvanor.²⁰

Den nationella arkitekturpolitiken *Gestaltad livsmiljö* tar ett helhetsgrepp om arbetet med den gestaltade livsmiljön och utgör en samlad nationell arkitekturpolicy.²¹ Det politiska målet slår fast att arkitektur, form, design, konst och kulturarv har avgörande betydelse i samhällsbygget eftersom den gestaltade livsmiljön påverkar alla människor i deras vardag utifrån bland annat hälsa och välbefinnande.

Politiken lyfter betydelsen av att hela kedjan fungerar, från planering till byggande och förvaltning, för att uppnå väl sammanhållna och jämlika samhällen. Hur vår byggda miljö påverkar människor och miljö under hela livscykeln är

av avgörande betydelse. Vi skapar bättre miljöer för individ och samhälle och möjliggör lägre förvaltningskostnader på sikt. Det offentliga, kommuner, region och stat, som företräder det allmänna har ett stort ansvar för detta perspektiv.

Plan och bygglagen som argument för plats för rörelse

Syftet med PBL är ”att främja en samhällsutveckling med jämlika och goda sociala levnadsförhållanden och en god och långsiktigt hållbar livsmiljö för människorna i dagens samhälle och för kommande generationer”.

Barn och ungas rättigheter ska, enligt Boverket²², säkerställas genom hela samhällsbyggnadsprocessen, från planering till beslut om bygglov och sedan genomförande och förvaltning. Det är inte tillräckligt att barns och ungas rättigheter endast tillgodoses i planeringskedjet. Det ska gälla till och med bygglovshandling.

Barns rättigheter är inkluderade i flera av PBL:s bestämmelser, som kapitel 1 och 2 samt i kapitel 8.

Plan- och bygglag (2010:900) 1 kap. 1 §

”Vid planläggning ska hänsyn tas till bland annat behovet av att det inom eller i nära anslutning till områden med sammanhållen bebyggelse finns parker, andra grönområden samt lämpliga platser för lek, motion och annan utevistelse.”

Plan- och bygglag (2010:900) 2 kap. 3, 5, 7, 9 §§

”Vid prövning av en bygglovspliktig åtgärd ska friyta för lek och utevistelse prioriteras framför parkeringsutrymme om båda intressena inte kan tillgodoses när en tomt ska bebyggas med ett byggnadsverk som innehåller bostäder, lokaler för fritidshem, förskola, skola eller annan jämförbar verksamhet. Motsvarande gäller för bebyggda tomter.”

Andra lagar som påverkar hur vi bygger och formar barn och ungas livsmiljöer är: miljöbalken, skollagen och arbetsmiljölagen.

²⁰ Folkhälsopolitikens målområden förklaras på Folkhälomyndighetens hemsida: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/om-folkhalsa-och-folkhalsoarbete/tema-folkhalsa/vad-styr-folkhalsopolitiken/nationella-mal-och-malomraden/>

²¹ Den nationella arkitekturpolitiken *Gestaltad livsmiljö*: <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/gestaltad-livsmiljo/politik/>

²² PBL Kunskapsbanken. Boverket. <https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/>

1. KUNSKAPSLÄGE

LAGAR

Barnkonventionen

– lagen som kräver barns rätt till hälsa

Ett samhälle som främjar fysisk aktivitet bidrar också till att underlätta efterlevnaden av konventionsskrivningar om rätten till hälsa. För barn och personer med funktionsnedsättning är rättigheterna särskilt starka. Sedan 2020 är Barnkonventionen lag i Sverige. Den utgör ett ramverk för barns rättigheter och omfattar fysiska miljöer där barn vistas.

Enligt artikel 24 i barnkonventionen har barn rätt till bästa möjliga hälsa. Barn är känsligare än vuxna och påverkas i högre grad av den omgivande miljön. God bostadsmiljö, bra luft, tillgång till kultur och natur och tillräcklig plats för lek, rörelse och lärande påverkar barns och ungas hälsa nu och i deras framtida liv.

Artikel 31 erkänner barnets rätt till vila och fritid, till lek och rekreation anpassad till barnets ålder och rätt att fritt delta i det kulturella och konstnärliga livet.

Världshälsoorganisationen kräver politiskt ledarskap

Sverige har att förhålla sig till WHO:s globala handlingsplan för fysisk aktivitet 2018–2030.²³ Planen syftar till att ge vägledning och en ram för effektiva och genomförbara politiska åtgärder för att öka fysisk aktivitet på alla nivåer. Den lyfter fram betydelsen av ledarskap och samordning av insatser för att nå gemensamma mål. Handlingsplanens övergripande mål är att minska förekomsten av fysisk inaktivitet bland ungdomar och vuxna med 15 procent år 2030 jämfört med år 2018.

WHOs handlingsplan anger fyra strategiska mål:

1. Skapa aktiva samhällen – Sociala normer och attityder
Skapa ett paradigmskifte i hela samhället genom att öka kunskap, förståelse och uppskattning för alla fördelar med vanlig fysisk aktivitet, efter förmåga och i alla åldrar.

2. Skapa aktiva miljöer – Platser för vardagsrörelse
Skapa och bevara miljöer som främjar och skyddar allas rättigheter, i alla åldrar, att ha rättvis tillgång till säkra platser och utrymmen, i städer och samhällen, där alla kan delta i regelbunden fysisk aktivitet, efter förmåga.

3. Skapa aktiva människor – Aktiviteter och möjligheter
Skapa och främja tillgång till möjligheter och aktiviteter, tvärs över flera arenor och sektorer för att hjälpa människor i alla åldrar oavsett förutsättningar att engagera sig i regelbunden fysisk aktivitet som individer, familjer och samhällen.

4. Skapa aktiva system – Styrning och ledning
Skapa och stärk ledarskap, styrning, multisektoriella partnerskap, kapacitet hos arbetskraften, opinionsbildning och information samt tvärssektoriella system för resursmobilisering och genomförande av samordnade internationella, nationella och subnationella åtgärder för att öka fysisk aktivitet och minska stillasittande beteende.

²³ The global action plan on physical activity (GAPPA) 2018-2023. WHO. <https://www.who.int/news-room/initiatives/gappa>

1. KUNSKAPSLÄGE

DET ENA GER DET ANDRA - SYNERGIEFFEKTERNAS KRAFT

De 17 globala hållbarhetsmålen i Agenda 2030 är förutsättningar för en god och jämlik hälsa. Fysisk aktivitet knyter an till flera mål och delmål. Genom att främja fysisk aktivitet bidrar vi till genomförandet av agendan och genom att arbeta med agendans mål skapas förutsättningar för fysisk aktivitet. Ett samhälle som främjar ökad fysisk aktivitet bidrar till att exempelvis minska antalet personer som dör i förtid av icke smittsamma sjukdomar, främja psykisk hälsa och välbefinnande, men även att tillhandahålla tillgång till säkra, inkluderande och tillgängliga grönområden, minska luftföroreningar, skapa mer hållbara transportsystem och hållbara städer. Allt hänger samman.

Att planera och bygga ett samhälle som främjar utomhusvistelse, rörelse, där det finns offentliga platser och utrymme för så väl lek som spontan- och föreningsidrott skapar goda synergieffekter på miljön och klimatet.

I strategier för klimatomställning och klimatanpassning spelar grönska en avgörande roll. Att öka mängden vegetation är det mest effektiva sättet att minska risken för hälsoskadlig värme i en tätort, på både dagen och natten. Förutom att grönska, särskilt lövträd, sänker temperaturen och tar den även hand om vatten vid kraftig nederbörd. Mångfunktionella ytor, till exempel platser som är utformade för att tillfälligt kunna hantera stora mängder vatten, men som resten av tiden utnyttjas till annat som bollplaner, parker och lekplatser är ett exempel på hur man kan arbeta med att skapa synergier mellan klimatanpassning och fysisk aktivitet.

²⁴ Vår livsmiljös betydelse för en god och jämlik hälsa. Folkhälsomyndigheten (2021) <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/v/var-livsmiljos-betydelse-for-en-god-och-jamlik-halsa/?pub=93308>

En grönare stad ökar också den biologiska mångfalden och blir hälsosammare och mer attraktiv att bo i.

Luftföroreningar är den enskilt största miljörelaterade hälso- risken i Europa med stora kostnader för samhället. Höga halter av luftföroreningar har negativa effekter på barns lungutveckling, och cirka 600 ungdomar i Sverige beräknas varje år växa upp med sänkt lungfunktion. Risken för astma ökar bland barn som bor nära hårt trafikerade vägar. Luftföroreningar har även negativa effekter på barns neurologiska utveckling och kognitiva förmåga. Det kan i sin tur påverka deras prestation i skolan och senare i livet, vilket kan leda till sämre produktivitet och livskvalitet.²⁴

Med miljömässigt hållbara insatser för att minska exponeringen för både luftföroreningar och buller, till exempel genom att främja gång- och cykelvägar och grönstruktur, finns synergieffekter för flera bestämningsfaktorer för hälsa. Dessutom förebyggs negativa hälsoeffekter av klimatförändringen och klimatgaserna minskar.

När aktiva transporter ersätter motordrivna transportsätt bidrar de till mer hållbara och hälsofrämjande miljöer och har en positiv påverkan på den miljörelaterade hälsan. Luftföroreningar, transportbuller och trafikolyckor minskar. Det bidrar även till minskad klimatpåverkan och förorening av mark och vatten.



1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

Samhällsplanering som har fokus på barns och ungas rättigheter är en nyckelfaktor för ökad fysisk aktivitet och rörelse i vardagen för målgruppen. Offentliga miljöer där barn vistas mycket, så som skol- och förskolegårdar, bostadsnära miljöer, lekparker, vägen till och från skola, närhet och möjlighet till föreningsliv och natur är avgörande för en jämlik tillgång till utevistelse och fysisk aktivitet oavsett var ett barn bor.

Forskning visar att de största vinsterna – både hälsomässigt och samhällsekonomiskt – ligger i:

- att öka den fysiska aktiviteten hos de 80 procent av barn och unga som är mest stillasittande och som inte når rekommenderad dos av minst 60 minuters fysisk aktivitet per vecka.

Och att:

- lite fysisk aktivitet är bättre än ingenting. Varje rörelse räknas.
- den bästa rörelsen är den som blir av, den som blir till rutin och går av sig själv. Att cykla eller gå till skolan, leken, de dagliga stegen i trappan, turen i skogen, träningen med laget och kvällspromenaden med en förälder bidrar till rörelserikedom och skapar goda livsvanor som påverkar livet ut.

Den fysiska planeringens uppgift i detta sammanhang är att skapa de grundläggande förutsättningarna för barn och ungas vardagsrörelse. Inom ramen för PBL finns goda möjligheter att planera och bygga ett samhälle som främjar ökad fysisk aktivitet, men lagen är inte på alla områden tvingande. Det finns till exempel utrymme för tolkningar av tillgång till och storlek på grönytor, parker, lekpark och andra offentliga, publika ytor.

I planeringen uppstår ofta en mängd målkonflikter som gör det nödvändigt att prioritera. Inte sällan halkar tillgången till friytor, grönska och trygga platser för barn att lek och röra sig ned till förmån för bostäder, parkeringar och annan säljbar markyta. Det har konstaterats att på grund av att ekonomiska och ekologiska värden är lagstyrda och tydligare kan mätas och kvantifieras har sociala värden svårare att hävda sig i planeringsprocesser, därtill hör värden som främjar folkhälsa och fysisk aktivitet.

Utan säkra skolvägar, rymliga, gröna, välplanerade skol- och förskolor och rörelserika lekmiljöer blir möjligheterna för barn att tillgodose sitt grundläggande behov av rörelse i vardagen mycket svårare. Beteende och normer kan man arbeta för att förändra men den fysiska miljön är mer statisk. Är skolgården för liten, ytor för lek utomhus begränsade och säkra gång- och cykelbanor obefintliga i en stadsdel eller kommun så är de så gott som omöjliga att tillskapa dessa ytor i efterhand. Det är lätt att bygga bort målgruppens möjlighet fysisk aktivitet och låsa in ohälsa i den byggda miljön.

Vad ska man göra?

Det är viktigt att komma ihåg att ingen aktör kan ensam skapa ett rörelserikt samhälle som främjar fysisk aktivitet och motverkar långvarigt stillasittande. Det kräver ett arbete inom flera sektorer, på alla nivåer i samhället. Om man ska nå betydande folkhälso- och samhällsekonomiska effekter måste man dessutom arbeta strategiskt och långsiktigt. Det finns ingen quick-fix.

Forskning²⁶ visar att det är mest effektivt att investera i följande för att skapa en mer rörelserik vardag för barn och unga:

- A. Rörelsefrämjande samhällsplanering - goda utomhusmiljöer och tillgång till närlinor.
- B. Rörelserik förskola, skola och fritidshem
- C. Aktiv transport/mobilitet
- D. Fritid, idrott och friluftsliv - lekmiljöer, ytor för spontanidrott och föreningsidrott.

Om man vill arbeta evidensbaserat med att främja en samhällsplanering som skapar goda, rörelsefrämjande uppväxtmiljöer för barn och unga gör man klokt i satsa på att höja kunskapen, motivera och stödja planering, strategier och genomförande inom dessa fyra områden. Den fysiska planeringen lägger därmed bokstavligen grunden och förutsättningarna för ökad vardagsrörelse för målgruppen.

Kommittén för främjande av ökad fysisk aktivitet, som på regeringens uppdrag arbetade med att ta fram förslag på hur Sverige ska arbeta för att bryta stillasittandet, definierade i sitt slutbetänkade *Varje rörelse räknas*. (SOU 2023:29) 23 förslag inom sex olika områden, som särskilt viktiga. Fyra av dem rör fysisk planering och motsvarar de ovanstående.

²⁵ Den hala tvålen. Verktyg och metoder för social hållbarhet i fysisk planering och stadsutveckling. Åsa von Sydow och Ida-Maria Classon-Frangos Fi2021/01533 <https://www.regeringen.se/contentassets/3d6ae840c00f4b159294c8e986b56a04/den-hala-tvalen--verktyg-och-metoder-for-social-hallbar-i-fysisk-planering.pdf>

²⁶ WHO (GAPPA), ISPAH (International Society For Physical Activity And Health), Boverket, Folkhälsomyndigheten, Myndigheten för Trafikanalys (TRAFANA), Naturvårdsverket med flera har sammanställt forskning som visar att dessa planeringsåtgärder bäst främjar ökad fysisk aktivitet hos barn och unga.

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

A. Rörelsefrämjande samhällsplanering - tillgång till bostadsnära natur och grönska

Det finns en bred konsensus inom forskningen att den fysiska miljöns utformning har en avgörande roll för hur mycket vi rör oss i vardagen. Forskningen pekar särskilt på att utomhusvistelse generellt ger högre aktivitetsnivåer, och möjligheterna att vara aktiv ökar om närmiljön erbjuder gång- och cykelvägar samt gröna- och rekreativsområden som är tillgängliga och trygga.²⁷

När staden expanderar och fler byggnader uppförs, riskerar attraktiva grönområden att tas i anspråk, vilket kan försämra möjligheten att ta del av naturens hälsofördelar. I förlängningen kan det påverka möjligheten till en meningsfull fritid och livskvalitet för alla, något som är centralt för stadens attraktivitet. Att värna sammanhängande stadsgrönska är därför en viktig faktor i planeringen för ett mer hälsofrämjande samhälle.

Barn och unga behöver plats att röra sig i vardagen. De behöver utrymme att pröva och utmana fysiska förmågor och utveckla sina sociala förmågor. Barn och unga söker sig till utemiljöer som erbjuder fysiska utmaningar och kompis-kontakter, som väcker deras engagemang och nyfikenhet. Den fysiska miljön är deras utvecklingsmiljö och platsen där förutsättningarna grundläggs för deras framtida hälsa, välbefinnande och engagemang för sin sociala och fysiska omvärld.

Parker och grönområden ger oss utrymme för lek, motion, umgänge och stillhet. Tillgång och närhet till lekparker, grönytor och andra offentliga gröna platser som inbjuder till lek, fysisk aktivitet och utevistelse på lika villkor bidrar starkt till ett samhälles attraktivitet, sammanhållning och hållbarhet. Att investera i grönområden är på många sätt lönsamt för samhället.

NATUR NÄRA BOSTADEN ÖKAR ANVÄNDNINGEN.

Att ha tillgång till kvalitativa grönområden på gångavstånd från våra hem, och i närheten av barns utemiljöer kring förskolor och skolor är en avgörande rörelsefaktor. Människor som bor nära grönska är utomhus mera och när man är ute rör man sig.

300 meter har visat sig vara ett gränsvärde för hur långt man är beredd att gå till ett grönområde för att man ska använda det ofta. Vidare är de positiva hälsoeffekterna av stadsgrönska oftast mest påtagliga i socialt utsatta områden. En av flera anledningar kan vara ett större behov av platser att vistas på utanför hemmet, eftersom trångboddhet oftare förekommer i dessa områden.

Forskning visar att för att säkra tillgången till bostadsnära natur bör följande tre aspekter alltid följas med i den fysiska planeringen, oavsett om man bygger nytt eller förvaltar den befintliga gröna resursen:

- Tillgång – den faktiska resursen som bostadsnära natur utgör.
- Närbarhet – den faktiska och upplevda tillgängligheten till denna natur, det vill säga om det finns säkra och trygga vägar dit.
- Kvalitet – den bostadsnära naturens storlek, innehåll och upplevelsevärden.

GRÖNSKA GER ÅTERHÄMTNING OCH KNYTER SOCIALA BAND.

Grönskan har många hälsofrämjande effekter vilka beror på flera komplexa samband mellan fysiska och psykologiska processer i kroppen. Vistelser i gröna miljöer kan även ha en stressreducerande effekt och ge möjlighet till vila, rekreation och återhämtning. Förbättrad tillgång till stadsgrönska kan dessutom främja sociala interaktioner och känslan av gemenskap hos både vuxna och barn. Natur, grönområden och parker kan därför utgöra en resurs för att möta våra folkhälsoutmaningar och bidra till en god och jämlik hälsa.

En tilltalande utemiljö kan ge området en ökad identitet och närvaro samtidigt som den kan öka den sociala sammanhållningen och leda till ett större ansvarstagande för utemiljön. En utmaning är att både bygga i lägen som är eftertraktade, och samtidigt behålla grönstrukturens olika värden och funktion.

HUR GÖR MAN KONKRET? VÄGLEDNINGAR, VERKTYG, METODER OCH GODA EXEMPEL

Det finns flera forskningsbaserade modeller, vägledningar och goda exempel på hur man planerar för ökad grönstuktur.

Boverket har i samarbete med Naturvårdsverket tagit fram vägledningen Grönplanera²⁸, som sammanställer forskning och fakta om varför och hur kommunen kan arbeta med grönplaneringen och ta fram en grönplan.

Beroende på kommunens behov och förutsättningar kan grönplanen se ut på olika sätt och ha olika inriktning. Till exempel kan en kommun med högt exploateringsstryck behöva ha ett större fokus på att värdera och prioritera grönområdena och tillgång till dessa jämfört med en kommun med ett lägre exploateringsstryck som kan fokusera mer på att utveckla önskade värden.

²⁷ Planera för rörelse. Forsknings-sammanställning från Boverket. <https://www.boverket.se/sv/om-boverket/publicerat-av-boverket/publikationer/2013/planera-for-rorelse/>

²⁸ Vägledningen finns att hämta här: <https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/teman/gronplan/>

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

A. Rörelsefrämjande samhällsplanering - tillgång till bostadsnära natur och grönska

Det finns en mängd olika metoder och verktyg för att bedöma och utveckla kvaliteten på grönområden och andra hälsofrämjande urbana platser. Metoderna och verktygen är framtagna av olika aktörer, såväl offentliga som privata, och utifrån olika förutsättningar. Syftet med att använda ett verktyg eller en metod kan variera, men främst lyfter aktörerna själva behovet av att kunna reglera och överblicka frågor som annars inte skulle få ett utrymme i en stadsbyggnadsprocess. Till exempel gäller detta frågor som rör social hållbarhet och som inte är lika lagstyrda som ekologiska aspekter eller styrs genom projektekonomi. (källa: Den hala tvålen) Till dessa frågor hör folkhälsa och fysisk aktivitet. I praktiken kombineras verktygen ofta med varandra då de var för sig inte kan lösa de frågeställningar som stadsbyggnadsprojekt står inför.

Den stora mängden verktyg pekar på att frågan om folkhälsa är komplex och att stadsbyggnadsprocessen, trots sitt syfte att skapa långsiktiga fysiska lösningar, har svårigheter att hantera frågor som inte kan speglas i en projektekonomi. Behovet av att lösa sociala frågor, som fysisk aktivitet och folkhälsa räknas till, finns dock kvar och det är med detta som bakgrund som verktyg och metoder utvecklas hos kommuner, myndigheter, fastighetsbolag och arkitektkontor.

PLANERINGSVERKTYGET STÖDJANDE FYSISKA LIVSMILJÖER²⁹

Verktyget består bland annat av en checklista som visar hur fysisk aktivitet kan komma med i planprocessen redan från början.

Verktyget har tagits fram av Trivector och White på uppdrag av den statliga utredningen "Samordning för bostadsbyggande". Det riktar sig kommunala planerare och är tänkt fungera som ett stöd i arbetet med att få mer fysiskt aktiva invånare. Planeringsverktyget fokuserar på planering för ökad rörelse i vardagen och aktiv mobilitet, så kallad rörelserikedom.

Verktyget utgår från fyra kvaliteter:

- Aktivitetsvänlig byggd miljö
- Sammanhängande nätverk
- Sinnlig omgivning med rörelsefrihet
- Tillsammans – sömlösa rum

I verktyget återfinns kvalitativa rekommendationer samt kvantitativa mätbara indikationer.

En värderos används sedan för att analysera och diskutera olika aspekter som är baserade på de fyra kvaliteterna. I verktygets rapport presenteras även en överskådlig lista över i vilket skede i planeringen olika kvaliteter kan tas upp och vilken kompetens som då lämpligen efterfrågas.

NATIONELL KARTLÄGGNING AV TRÄDTÄCKNING

Ju grönnare desto mer utomhusvistelse vilket gynnar rörelse och aktivitet. Träd är en viktig del i att skapa goda utomhusmiljöer. De spelar dessutom stor roll för klimatanpassning av städer och tätorter. Träd bidrar till att sänka temperaturer varma dagar och tar hand om dagvatten. Boverket har därför tillsammans med Metria gjort en nationell kartläggning av trädäckning i städer och tätorter som kan användas av kommuner, länsstyrelser, företag och myndigheter. Det kan vara ett värdefullt planeringsverktyg.³⁰

3-30-300 MODELLEN

3-30-300 är en regel som har tagits fram för att beskriva hur mycket träd och vegetation en stad behöver, som Region Skåne (RS) redan använder. Vi nämner den här i sammanställningen som en av flera möjliga metoder för att öka grönskan. 3-30-300 regeln har tagits fram av Cecil Konijnendijk som är professor i Urban Forestry i British Columbia samt docent på Nature Based Solutions Institute i Barcelona. Cecil Konijnendijk har under 25 års tid arbetat med trädens och grönområdenas roll i våra städer, relationer mellan människor och natur, ekosystemtjänster och urbant skogsbruk. Som pionjär på området har han ofta tillfrågats om hur mycket grönska som egentligen krävs.

- 3 träd. Alla ska kunna se minst tre träd från sin bostad, skola och arbetsplats.
- 30 procent. Varje stadskvarter ska ha minst 30 procent krontäckningsgrad. Måttet krontäckningsgrad talar om hur stor del av en yta som skuggas av träd-kronor.
- 300 meter. Alla invånare ska ha max 300 meter till ett grönområde.

DE GODA EXEMPLENS MAKT: HÄR ÄR NÅGRA!

Grönytefaktor, Stockholm stad

Grönytefaktorn har tagits fram som verktyg för att i stadsutvecklingsprojekt med höga krav på förtätning, till exempel i våra storstadsområden som Stockholm och Malmö.

²⁹ Planeringsverktyget finns att ladda hem här: <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/aktiv-mobilitet/planeringsverktyg/>

³⁰ Planeringsverktyget finns att hämta här: <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/sa-planeras-sverige/planeringsfragor/ekosystemtjanster/tradtackning/>

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

A. Rörelsefrämjande samhällsplanering - tillgång till bostadsnära natur och grönska

Syftet har varit att stärka de ekologiska förutsättningarna på kvartersmark i exploateringsprojekt. Utöver förbättrad ekologi och biologisk mångfald, innehåller verktyget faktorer för sociala och rekreativa värden, då ekosystemtjänster bidrar till att skapa miljöer som också ger värden till människan. Eftersom närhet till grönska har positiva effekter på människors hälsa bidrar GYF till hälsa och välbefinnande genom att ökad grönska på bostadsgårdar. Dels lockas människor ut, odling skapar mötesplatser och den gröna miljön blir lärande för de yngsta barnen. Grönska i en tät miljö kompletterar också bulleråtgärder, vilket är en viktig åtgärd då buller har stor negativ verkan på människors hälsa.

Södertörnsanalysen

För att kunna göra rätt insatser för en plats eller ort behövs en förståelse för platsens förutsättningar. Södertörnsanalysen är ett dataverktyg som lägger ihop en rad olika data och visar trender och samband mellan faktorer som berör social, ekologisk och ekonomisk hållbarhet samt möjliggör för olika planeringsdiscipliner att samverka och se helheter. I dag är tillgängligheten till data tidskrävande och kostsam.

Syftet med verktyget är att handläggare, byggaktörer, arkitekter och andra aktörer inom stadsutveckling och fysisk planering enkelt ska ha tillgång till fakta och göra de analyser som behövs för att kunna ta fram relevanta planförslag som svarar mot områdets, kommunens och länets behov. Verktyget är ursprungligen utvecklat för Södertörnskommunerna i Stockholms län, men i dag finns dataunderlag för samtliga kommuner i Stockholmsregionen.

Lekvärdesfaktorer vid förskolor och skolor, Malmö Lekvärdesfaktorn kan användas som ett planeringsverktyg i detaljplaneprocess och som ett analysverktyg i bygglovgranskningen. Riktlinjerna, som togs av Stadsbyggnadsnämnden 2016, utgår från Boverkets arbete/rekommendationer och säkrar tillräcklig friyta för förskolans respektive skolans barn. 30 kvm/barn med sammanhängande yta om 2000 kvm vid förskola samt 15 kvm/barn och 3000 kvm sammanhållen yta vid grundskola. Analysverktyget utgår från sju kvalitetsaspekter som poängsätts med +1, 0 eller -1. Ett godtagbart lekvärde bedöms vara minst +3 poäng.



1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

B. Rörelserik utomhusmiljö för förskola, skola och fritidshem

Varje dag går nästan två miljoner barn till skolan. Skoldagen bidrar med cirka 35 procent av veckans totala fysiska aktivitet av måttlig och hög intensitet för barn och unga.

Trots den ökade kunskapen om skolgårdars och förskolegårdars betydelse av är det inte längre självklart för barn och unga att ha tillgång till en ändamålsenlig utemiljö under skoltiden. Ändrade regelverk och nya förutsättningar inom skolans värld samt ökad konkurrens om mark gör att allt fler barn saknar tillgång till en egen gård och istället hänvisas till närliggande parker och grönområden. 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.

Genom att arbeta med lokalisering och utformning av förskolor och skolor samt säkerställa tillräcklig kvalitativ friyta, såväl inomhus som utomhus, kan fysisk planering och stadsutveckling bidra till ökad fysisk aktivitet i vardagen. I plan- och bygglagen, PBL, ställs krav på att det vid anordnande av tomter ska finnas tillgång till tillräckligt stor friyta lämplig för lek och utevistelse vid bland annat skolor och förskolor. Lagstiftaren är här mycket tydlig med att friyta för barn ska prioriteras framför parkering. Men lagen definierar varken storlek eller lämplighet. Boverket har därför tagit fram allmänna råd till 8 kap. 9 § andra stycket och 10-11 §§ PBL med syfte att förtydliga regelverket. Detta allmänna råd lyfter fram vilka kvaliteter som ska känneteckna barns och ungas utemiljö vid skola, förskola och fritidshem samt var friytan ska vara placerad i relation till verksamheten, se BFS 2015:1 FRI 1.

VARFÖR SKA SAMHÄLLET SATSA PÅ SKOLA- OCH FÖRSKOLEGÅRDAR?

Eftersom förskolan och skolan tillsammans når alla barn och unga i Sverige, finns det genom skolan möjligheter och skyldigheter att kompensera för flera av de skillnader som finns i barns förutsättningar och uppväxtvillkor. När det gäller fysisk aktivitet innebär det kompensatoriska uppdraget att rörelse i förskola och skola samt på fritidshem har störst betydelse för de flickor och pojkar som inte är fysiskt aktiva på sin fritid. Levnadsvanor grundläggs tidigt och har stor betydelse för rörelserikedomen genom livet, vilket gör det samhällsekonomiskt lönsamt att satsa tidigt. Tillgången till en förskole- och skolgård med tillräcklig yta, en miljö som stimulerar till både lek, fysisk aktivitet och samtal, är därför otroligt viktigt för barnens motoriska och

kognitiva utveckling.

De samhälleliga vinsterna med att värna skol- och förskolegårdars storlek och höja kvaliteten på gårdarnas utformning är ökad möjlighet för barnen att tillgodose sitt behov av vardagsrörelse, stärkt inlärningsförmåga, välbefinnande och hälsa. Effekterna av att bygga och planera rymliga skolgårdar ges både för nuvarande och kommande generationer barn och unga. Dessutom görs vinster i form av förbättrad miljö och klimatanpassning, eftersom mer grönt och mindre hårdgjorda ytor på skolgårdarna sänker temperaturen och ger skugga.

Den samhälleliga kostnaden i form av bortfall av inkomst för markförsäljning av exploaterbar mark kan ha negativ ekonomisk effekt för kommuner och fastighets- och byggbransch på relativt kort sikt. Det är värt att betänka att kostnaderna för ohälsan som byggs in med små eller obefintliga skol- och förskolegårdar får samhället bära över mycket lång tid. Kommittén anser att de långsiktiga samhällsvinsterna och barns rätt till rörelserik utomhusvistelse under skoltid bör prioriteras i de målkonflikter som ofrånkomligen uppstår när städer förtätas och nya bostadsområden uppförs. De 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.

SÅ SKAPAR MAN FÖRSKOLE- OCH SKOLGÅRDAR SOM FRÄMJAR AKTIVITET OCH RÖRELSE.

Forskning visar att storleken på utemiljöer har stor betydelse för barns och ungas fysiska aktivitet, välbefinnande och utveckling. Närliggande parker och grönområden är viktiga kompletterande utemiljöer för skolor och förskolor, men kan inte ersätta värdet av en egen gård.

Åren 2018 och 2022 genomförde SCB på uppdrag av Boverket en kartläggning av landets skolgårdar som visar att skolgårdarna generellt krymper samt att det finns stora kvalitetsskillnader mellan olika delar av landet. Mellan 2018 och 2022 har ytan i snitt i hela landet blivit knappt fyra kvadratmeter mindre per elev.

Gårdens ytstorlek är i sig inte en garanti för att skapa en bra lek miljö. Men den totala ytan är en grundläggande förutsättning för vilket utrymme det finns att skapa olika funktioner, aktiviteter och god gestaltning på gården. Om gården är för liten är det svårt att få upp farten, kunna

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

B. Rörelserik utomhusmiljö för förskola, skola och fritidshem

klättra, springa, balansera och på andra sätt pröva sin kropp. Det blir också svårt att få till lugnare platser för återhämtning. Trånga ytor påverkar det sociala samspelet mellan barnen. Miljön erbjuder helt enkelt inte tillräckligt mycket möjligheter till lek och rörelse. Med många barn eller elever finns stor risk för trängsel och högt slitage på utemiljön.

Forskning visar att en förskolegård som är mindre än 3 000 kvadratmeter, oavsett antal barn, har svårt att rymma alla önskvärda kvaliteter. Om gården är så stor som 6 000 kvadratmeter förbättras möjligheterna markant. Skolelever och särskilt äldre barn behöver plats för mer ytkrävande aktiviteter som exempelvis bollspel. Studier av skolgårdar visar att skolbarn kan få en rejäl dos av den fysiska aktivitet de behöver under skolans raster om gårdarna är mellan 13 000 och 15 000 kvadratmeter.

Förskolegårdar och skolgårdar fyller viktiga funktioner för både barn och elever och för verksamheten i förskola, skola och på fritidshem. Gårdarna har också en viktig funktion för lokalsamhället.

Några av de mest centrala funktionerna hos förskole- och skolgårdar är att skapa plats för barns och ungas:

- sociala liv
- naturkontakt
- fysiska aktivitet
- lärande
- fria lek
- återhämtning

Alla dessa delar är viktiga och samspelar för att stödja barns och elevers inlärning, hälsosamma liv och utveckling. Tillräcklig yta på gården ger förutsättning att bibehålla områden med naturkaraktär utan att de slits ned. Det ger samtidigt samhället ekosystemtjänster som biologisk mångfald och infiltrering av dagvatten.

Att skolgården eller förskole- eller skolgården ligger i direkt anslutning till verksamhetens byggnad gynnar också lek och fysisk aktivitet. Om barn är beroende av vuxna för att ta sig till sin lekmiljö, riskerar detta att kraftigt dra ned aktivitetsnivån.

FÖRSKOLAN BEHÖVER EN EGEN GÅRD.

För förskolan är det särskilt viktigt med en egen gård.

Ligger utemiljön på avstånd ökar behovet av personal, eftersom det måste finnas bemanning för att en person ska kunna gå tillbaka till förskolan medan den andra stannar hos barngruppen. Detta begränsar i sin tur de tider då barngruppen kan vara ute.

För att skapa hållbara och tillgängliga skol- och förskolemiljöer av hög kvalitet i hela landet, som främjar utveckling, lärande och välbefinnande, bör följande tas i beaktande enligt Boverkets sammanställda forskning³¹:

- Utformningen av byggnaden och utemiljön utgår från verksamhetens behov och stödjer lärandet.
- Anpassningsbara miljöer för olika lek- och lärsituationer skapas med hjälp av universell utformning och robusta, hälsosamma material.
- Det finns plats för såväl fri lek som för rörelserika raster med en mångfald av aktiviteter.
- Gården har inslag av natur och erbjuder möjlighet att vistas i såväl solljus som i skugga.
- Skolans eller förskolans lokalisering gör att den kan nås till fots eller med cykel, och att den kan få en tillräckligt stor utemiljö.
- Skolan gestaltas så att den kan bli en inkluderande mötesplats för hela lokalsamhället.
- Barn och unga, liksom deras lärare, pedagoger och övrig personal, är delaktiga i processen att planera, bygga och förvalta byggnaden och utemiljön.

HUR ÖKAR MAN FYSISK AKTIVITET PÅ FÖRSKOLAN?

Daniel Berglind, docent inom folkhälsovetenskap på Karolinska Institutet, med fokus på att hitta nya vägar till att få barn och unga att röra på sig mer, har följande råd för hur man ökar barns fysiska aktivitet på förskolan³². Om det ska kunna uppnås är storlek, utformning och placering på gården avgörande.

Så ökar du barns fysiska aktivitet på förskolan:

- Skapa en fysisk miljö som främjar rörelse, med lekredskap både inne och ute.
- Inför en tydlig policy att regelbundet bryta stillasittande med fysiska aktiviteter.
- Var ute så mycket som möjligt, till exempel under de timmar när barnen hämtas och lämnas.
- Gör utflykt till närliggande grönområde minst en gång i veckan.
- Begränsa användandet av digitala skärmar.
- Utbilda och informera personalen om vikten av fysisk aktivitet.

³¹ <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetsatt/skolors-miljo/byggnaden-och-utemiljon/utemiljons-struktur/>

³² Berglind, Daniel Fysisk aktivitet i förskolan. Natur och Kultur 2021.

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

B. Rörelserik utomhusmiljö för förskola, skola och fritidshem

BOVERKETS VÄGLEDNING GÖR PLATS FÖR BARN OCH UNGA!

Boverkets vägledning³³ för planering, utformning, skötsel och förvaltning av barns och ungas utemiljö - med särskilt fokus på förskolegårdar och skolgårdar. Vägledningen syftar till att förtydliga friytans betydelse för barns och ungas lek, lärande och hälsa samt vilka regelverk som gäller. Målet är att förbättra förutsättningarna så att alla barn och unga har tillgång till en god, välfungerande utemiljö och möjlighet att leka och utvecklas utomhus i hälsosamma och inspirerande sammanhang.

Vägledningens fem kapitel omfattar:

- "Friyta nödvändig för en god livsmiljö" beskriver varför arbete med barns och ungas utemiljö bör prioriteras och vad som kännetecknar en bra utemiljö för barn och unga.
- "Regelverk och ansvar" beskriver regelverk och styrdokument och vem som har ansvar på nationell och på kommunal nivå.
- "Planering och prövning enligt PBL" riktar sig till dig som arbetar med fysisk planering och bygglovsprövning och visar hur goda utemiljöer för barn kan hanteras i planerings- och bygglovsprocessen.
- "Principer för utformning" riktar sig till dig som ska projektera, anlägga eller bygga om utemiljön vid en skola eller förskola. Här tar vi upp utformningsprinciper och hur man kan tänka för att skapa välfungerande miljöer.
- "Förvaltning som utvecklar gårdens kvaliteter" riktar sig till dig som är fastighetsägare, förvaltare eller fastighetsskötare och visar hur friytor för barn och unga kan skötas och utvecklas.

Metoder, exempel och betydelsen av barns och ungas delaktighet och inflytande löper som en röd tråd genom hela vägledningen och återkommer i alla avsnitt.

BOVERKETS VÄGLEDNING UTVECKLA FÖRSKOLORS OCH SKOLORS FYSISKA MILJÖ.³⁴

Forskningsbaserade konkreta vägledningar och goda exempel på byggda skolor och förskolor.

BOVERKETS ALLMÄNNA RÅD (2015:1) OM FRIYTA FÖR LEK OCH UTEVISTELSE VID FRITIDSHEM, FÖRSKOLOR, SKOLOR ELLER LIKNANDE VERKSAMHET.³⁵

Vägledning: Säkra friytor i detaljplanen³⁶

För att kunna säkra friytor som uppfyller plan- och bygglagens krav om storlek och lämplighet för lek och utevistelse måste behov av plats och finnas med som grundförutsättningar vid planläggningen. Genom att formulera ett tydligt syfte med detaljplanen får kommunen stöd för de planbestämmelser som behövs. Boverkets forskningsbaserade vägledning om hur man kan arbeta för att säkra friytor och värna barns rätt till lek, vilka och fritid:

Goda exempel på skolgårdar som främjar hälsa och välmående i Sverige.³⁷

Exempelsamling av skolor och förskolor framtagna i syfte att vara ett stöd för kommuner och enskilda skolhuvudmän i dessa stora, viktiga beslut och samhällsinvesteringar. Exempelsamlingen omfattar ett antal olika lärmiljöer, vilka har tagits fram genom en metodik som finns beskriven på en egen sida. Varje exempel presenteras med en faktaruta med information om skolans storlek, antal barn, arkitekt respektive landskapsarkitekt och inredningsarkitekt, bruttoarean, friytan, ägare samt byggår. Faktarutan följs av Boverkets analys illustrerad av foton och planritningar och lyfter de specifika områden som förskolan eller skolan är ett gott exempel på med en motivering, analys och slutsats.

³³ Gör plats för barn och unga. Boverket. <https://www.boverket.se/sv/om-boverket/publicerat-av-boverket/publikationer/2015/gor-plats-for-barn-och-unga1/>

³⁴ Utveckla förskolor och skolors fysiska miljö. Boverket. <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetsatt/skolors-miljo/om-vagledningen/>

³⁵ Boverkets allmänna råd. (2015:1), <https://www.boverket.se/sv/lag--ratt/forfattningssamling/gallande/fri---bfs-20151/>

³⁶ Säkra friytor i detaljplanen. Boverket. <https://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/planering/detaljplan/temadelar-detaljplan/barn-och-ungas-utemiljoer/sakra-friytor-med-detaljplan/>

³⁷ Skolor och förskolors utemiljöer. Boverket. <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetsatt/skolors-miljo/skolor-och-forskolor/>



1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

C. Aktiv transport

VARFÖR SKA VI PLANERA FÖR AKTIV MOBILITET FÖR BARN OCH UNGA?

Forskning visar att den rörelse vi gör varje dag, som en rutin i vardagen, spelar större roll för vår hälsa och välbefinnande än man tidigare trott. Att gå, cykla eller rulla till olika målpunkter är, enligt Folkhälsomyndigheten, en av de viktigaste formerna av fysisk aktivitet. Även WHO och ISPAH (The International Society for Physical Activity and Health) framhåller aktiv transport som en effektiv åtgärd för att främja fysisk aktivitet och nå en bättre folkhälsa.³⁸

Kommuner som planerar för en aktiv mobilitet främjar en mer hälsosam befolkning - såväl människors fysiska och psykiska hälsa som välbefinnande. Med en planering som stödjer gång och cykel blir det lättare för invånarna att inkludera fysisk aktivitet som en naturlig del av sin vardag, och bryta mönster av långvarigt stillasittande.

En fysisk planering som prioriterar gång och cykel i områden med olika fysiska strukturer och socioekonomiska förutsättningar främjar en god och jämlik hälsa för hela befolkningen. Genom att främja en aktiv mobilitet kan fler röra sig fritt i samhället, vilket bidrar till att fler grupper i samhället har en ökad tillgänglighet till samhälls-service och offentliga platser. När det är fler som rör sig i det offentliga rummet skapas även förutsättningar för ökad trygghet och välmående. En fysisk planering som bidrar till att minska andelen bilar kan i stället skapa säkrare och tryggare trafikmiljö för alla. I sådana miljöer har medborgare större möjligheter att ta plats i gatuummen och få förutsättningar för en mer aktiv vardag. En sådan planering bidrar också till ökad framkomlighet för nyttotrafik och personer som är beroende av bilen, exempelvis på grund av funktionsvariation. Med mer yteffektiva transporter ges utrymme för den motoriserade trafik som verkligen behöver finnas i staden

Att gå, cykla eller resa kollektivt, i stället för att resa med egen bil, bidrar samtidigt till att minska luftföroreningarna, transportbullret och antalet trafikolyckor. Detta sammantaget främjar vår hälsa och bidrar till en samhällsekonomisk vinst.

Utvecklingen av aktiv transport i Sverige går nu i negativ riktning enligt den senaste uppföljningen av de transportpolitiska målen.³⁹

Andelen av befolkningen som får sitt behov av fysisk aktivitet tillgodosett genom sina dagliga gång- eller cykelresor fortsätter att minska. Detta samtidigt som en allt större del av befolkningen bor i tätorter och därmed i större utsträckning kan förväntas ha tillgång till skola, arbete och service inom gång- och cykelavstånd.

I Sverige har barn och ungdomars cyklande minskat med över 40 procent sedan mitten på 90-talet, mätt i färdlängd per invånare. Antalet barn och ungdomar som cyklar till skolan har dessutom halverats under samma tidsperiod, samtidigt som skjutsandet med bil har ökat. I dag blir var fjärde elev skjutsad till skolan med bil, bara drygt hälften av grundskoleeleverna cyklar eller går. Detta trots att omkring sex av tio elever på låg- och mellanstadiet har två kilometer eller kortare väg till skolan. Bland högstadieläverna är motsvarande siffra fyra av tio. Omkring hälften av landets skolrektorerna anser att föräldrar som lämnar sina barn med bil är den största trafikfaran runt deras skolor.⁴⁰

Avståndet till skolan har förstås betydelse för möjligheten och frekvensen av barns cyklande. Enligt en resvaneundersökning bland barn i åldern 6–15 år minskar cykelandelen redan vid 1 km avstånd.⁴¹ Bland de barn som hade mellan 0,5–1,0 km till/från skolan, cyklade ungefär hälften medan andelen var ca 30 procent för de som hade längre än 1 km.

Enligt den nationella undersökningen Barns skolvägar⁴² har andelen barn som cyklar och har högst två kilometer till skolan minskat från 71 till 58 procent mellan åren 2003 och 2021. Andelen som har högst en kilometer till skolan har under samma period minskat från 51 till 35 procent.

I en internationell jämförelse gällande barns aktiva transporter fick Sverige betyget "C" vilket innebär att ungefär hälften av barnen (47–53 %) väljer att gå eller cykla till skolan. Våra grannländer Finland och Danmark däremot, fick bland de högsta betygen (B+) med 77 respektive 78 procent av barnen som väljer aktiva transporter. Studien baseras på ett utdrag ur enkätundersökning "The Global Matrix 3.0" som omfattar barn i åldrarna 5 till 17 år i 49 länder från världens alla kontinenter. Tänkbara förklaringar som lyftes fram i studien var bland annat policyer kring skolors placering, satsningar på gång- och

³⁸ WHO (2018). Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world. 115 ISPAH (2020). Eight investments that work for physical activity.

³⁹ Transportpolitiska målen. TRAFIKA <https://www.trafika.se/uppdrag/transportpolitiska-mal/>

⁴⁰ Trafikanalys (2023). Rapport 2023:5 Uppföljning av de transportpolitiska målen. Trafikanalys (2021). Den nationella resvaneundersökningen.

⁴¹ Cykling bland barn och unga VTI (2016), <https://vti.diva-portal.org/smash/get/diva2:1168229/FULLTEXT01.pdf>

⁴² Trafikverket (2021) Barns skolvägar. https://www.mhf.se/app/uploads/2022/09/3-Eleonor_Mork_tisdag_parallella_spar_ver_2.pdf

⁴³ Utredning om mål för ökad cykling i Sverige. VTI rapport 1125. (2022)

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

C. Aktiv transport

cykelinfrastruktur samt kampanjer och aktiviteter för att främja aktiva transporter bland barn.⁴³

Barns möjlighet att röra sig på egen hand i sitt när-område har minskat drastiskt de senaste decennierna. Samtidigt finns det flera studier som pekar på fördelarna med att ge barn och unga möjlighet till självständig vardagsmobilitet. Forskning från Karlstad universitetet visar att barn, som tar sig själv till skolan är mer nöjda och presterar bättre.⁴⁴

En rädsla vuxna har är trafiksäkerheten till och från skolan, men för barn mellan 6 och 14 år är risken att skadas allvarligt i trafiken väldigt låg. För en miljon cyklade och promenerade kilometer – vilket motsvarar 25 varv runt jorden – drabbas ett barn av en olycka i trafiken. Ju färre vuxna som skjutsas blir trafikmiljön säkrare för alla och den siffran kan bli ännu lägre.⁴⁵

I dag sker ungefär hälften av alla resor i Sverige med bil. Var femte resa sker med kollektivtrafik, medan endast var tionde sker med gång eller cykel. Av bilresorna var år 2022 en tredjedel kortare än fem kilometer. Fler än 70 procent av svenskarna har mindre än 1 kilometer fågelvägen till livsmedelsbutik och grundskola. Beroende på region har mellan 36 och 70 procent av befolkningen mindre än 30 minuter med cykel till arbetet. Det finns därmed en stor potential att öka andelen resor som sker med aktiv transport.⁴⁶

En fysisk planering som bidrar till att minska andelen motordriven trafik i bebyggda områden skapar säkrare och tryggare trafikmiljö för alla. Medborgare får större möjligheter att ta plats i gaturummen och ges förutsättningar för en mer aktiv vardag. Det bidrar även till ökad framkomlighet för nyttotrafik och personer som är beroende av bilen, exempelvis på grund av funktionsvariation.

En förutsättning för att öka andelen aktiv transport är att det finns goda möjligheter att välja trafikslag. Många människor får sin vardagsmotion genom att regelbundet gå eller cykla till stationen eller hållplatsen när de reser

med kollektivtrafiken. Kollektivtrafiken är därmed en viktig del i stärkandet av aktiv transport.⁴⁷

Ett ökat aktivt resande inte betyder att alla ska sluta åka bil. Trafikslagen behöver inte ställas emot varandra. Vi kan ha både bilar och skapa bättre förutsättningarna för aktiv transport. Även boende på landsbygden bör ges möjlighet att välja aktiv transport och inte vara låsta vid bilen.

HUR PLANERAR MAN FÖR ÖKAD AKTIV MOBILITET FÖR BARN OCH UNGA?

Säkra skolvägar

Skolvägen är viktig i barnets och elevens vardag och för dess utveckling till att självständigt röra sig i trafiken och samhället. Samtidigt är skolvägen en komplex och viktig del av samhällsbygget som helhet. Tendensen att bygga allt större förskolor och skolor liksom det fria skolvälet gör att väldigt många vägar i praktiken kan komma att bli skolvägar. Det innebär i sin tur att planeringen av en säker och trygg trafikmiljö inte kan kopplas till ett enskilt förskole- eller skolprojekt utan förutsätter ett kontinuerligt, strategiskt arbete på en övergripande nivå i kommunen. Det kan vara en utmaning för kommunerna att planera så att barn och elever kan ta sig till och från förskolan och skolan på ett säkert, tryggt och miljövänligt sätt. Vid valet av tomt behöver skolvägarna för olika ålderskategorier tänkas in. En central fråga är vilka trafikslag som ska ges företräde var.⁴⁸

Bilfria zoner runt skolor och förskolor

I många kommuner uppstår problem när barnen skjutsas till förskolan eller skolan med bil snarare än att gå, cykla, åka buss eller skolskjuts. Många personbilar leder ofta till minskad trafiksäkerhet i området runtomkring. Trängseln kan bli stor, i synnerhet på morgonen när många anländer samtidigt. En sådan trafikmiljö är svårt att läsa av för barn som anländer till fots eller med cykel, vilket kan leda till olyckor. Ju osäkrare trafikmiljön upplevs, desto fler föräldrar skjutsar sina barn, vilket kan förvärra situationen ytterligare.

⁴⁴ Jessica Westman "Drivers of children's travel satisfaction". (2017) Karlstads universitet. (

⁴⁵ Lindqvist, Rutberg, Henriksson Prövning och analys av barnets bästa när det gäller nationella rekommendationer för aktiva skolresor: en barnkonsekvensanalys. Luleå Tekniska universitet (2023). <https://ltu.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1729434&dsid=-6055>

⁴⁶ VTI Cykelcentrum. Utredning av mål för ökad cykling i Sverige. Ett regeringsuppdrag (2022) <https://vti.diva-portal.org/smash/get/diva2:1656343/FULLTEXT01.pdf>

⁴⁷ Mobilitet för ett aktivt vardagsliv. Boverket. <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/aktiv-mobilitet/>

Lärande exempel på hur cykling beaktas i samhällsplaneringen. Boverket <https://www.boverket.se/globalassets/publikationer/dokument/2018/larande-exempel-cykling.pdf>

⁴⁸ Säkra och trygga vägar till skola och förskola. Boverket.

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

C. Aktiv transport

NORMER OCH BETEENDE

Såväl Trafikverkets återkommande studie "Barns skolvägar" som de regionala analyserna pekar på att det finns en potential för att ungefär två tredjedelar av barnen i Sverige skulle kunna cykla till skolan – om man bara ser till avståndet. Naturligtvis är det inte bara det som avgör om man väljer att gå eller cykla till skolan, utan en förutsättning är också att vägen upplevs som trygg och säker.

Därtill kommer föräldrarnas resvanor och attityder. En dansk studie⁴⁹ bland familjer med barn i åldrarna 10–14 år har visat att den sociala normen har en avgörande betydelse för i vilken omfattning barnen cyklar. En positiv norm understödjer barns cyklande till och från skolan i en tidig ålder. Om den sociala normen däremot är att barnen blir skjutsade i bil till skolan minskar det cyklingen samt skapar en trafikmiljö med otrygga omgivningar i anslutning till skolan, vilket blir till hinder för barnens cyklande. De danska forskarna menar att de olika faktorerna kan både samverka och motverka varandra med avseende på att skapa en cykelvänlig miljö för barn, där föräldrarna tryggt kan låta sina barn cykla. Med en trafikmiljö som främjar cykling och en positiv norm som understödjer cykling, har föräldrarnas resvanor och inställning inte en lika stor betydelse för om barnen cyklar eller inte. Annars är det ofta föräldrarnas attityder och vanor som avspeglar sig på barnens resande.⁵⁰

Boverket har på sin hemsida sammanställt argument och lärande exempel på hur man bygger och planerar för säkra skolvägar:

<https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/arbetssatt/skolors-miljo/larmiljoer-samhallsbygget/skolvagar/>

LÄRANDE EXEMPEL:

Stockholms stad inför bilfria zoner runt grundskolor och utvecklar säkra skolvägar.⁵¹

Aktiva skolresor, Luleå Tekniska Universitet
Tillsammans med en rad nationella aktörer inom trafiksäkerhet och hälsa har forskare vid Luleå tekniska universitet och Statens väg- och transportforskningsinstitut (VTI) tagit fram en rekommendation om att barn ska gå, cykla eller på annat sätt aktivt ta sig till skolan, hela eller delar av vägen. Rekommendationen grundar sig i en analys av hälsa, trafiksäkerhet, miljö och barns rörelsefrihet. Den utgår från konventionen om barns rättigheter och att barnets bästa är en grundläggande princip.⁵²

GIS-kartverktyg

Forskare vid SLU Ultuna har utvecklat en metod för att ta tillvara barns kunskap om sin närmiljö och en GIS-applikation för att synliggöra barns och ungas landskap på karta. Med stöd av GIS-applikationen kan eleverna i skolan svara på frågor om sin utemiljö och ge konkreta förslag på förbättringar i utemiljön. Själva GIS-kartorna kan utvecklas till kunskapsunderlag för utveckling och förvaltning av en stadsdels utemiljö. Kartorna kan synliggöra barns vardagsmobilitet på ett tydligt sätt.⁵³

Västra Götalandsregionen har tagit fram en strategi för hur kommuner kan arbeta med säkra skolvägar.

1. Kartlägg trafiksituationen kring skolan. Exempel på kartläggningar kan vara resvaneundersökningar.
2. Analysera resultatet av kartläggningen och föreslå åtgärder.
3. För dialog och kommunicera resultatet för att besluta om åtgärder. Det kan göras exempelvis på föräldramöten, under workshops med barn och föräldrar eller genom trygghetsvandringar.
4. Mät resultatet av insatserna genom att årligen eller vartannat år följa upp hur resvanorna förändras. Här är det viktigt att komma ihåg att det varje år kommer nya klasser och att beteendepåverkande åtgärder behöver genomföras kontinuerligt för att nå resultat.

⁴⁹ Dansk studie om normer kring barns cyklande: <https://www.cyklistforbundet.dk/alt-om-cykling/cykelviden/bikeability/hvordan-ser-cykelegnede-omgivelser-for-born-ud/>

⁵⁰ Låt barnen cykla till skolan. "Making the right decision for our children's future: Parents' perceptions of active school travel in disadvantaged neighborhoods." Nyström, Henriksson, Lindqvist, Rutberg. Luleå Tekniska universitet, 2023. <https://vti.diva-portal.org/smash/get/diva2:1754114/FULLTEXT01.pdf>

⁵¹ Stockholm stad inför bilfria zoner runt skolor. <https://bransch.trafikverket.se/contentassets/e2e8c03c78634ecf84e042a63d356eb9/bilaga-4-stockholm-stad-skolvagar.pdf>

<https://start.stockholm/om-stockholms-stad/sa-arbetar-staden/trafik/trafiksakerhet/sakra-och-trygga-skolvagar/>

⁵² Aktiva skolresor. Luleå Tekniska Universitet (2022). <https://www.aktivaskoltransporter.se/aktiva-skoltransporter/>

<https://www.ltu.se/research/subjects/fysioterapi/Forskningsprojekt/Aktiva-skolresor-1.176420>

⁵³ <https://publications.slu.se/?file=publ/show&id=51777>

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

C. Aktiv transport

INSPIRATION, TIPS OCH HANDLEDNINGAR:

Cykelvänlig skola
<https://cykelvanligskola.se/>

Why are the dutch kids the happiest in the world? (Källa: Dutch cykling embassy)

By building movement into their cities, Dutch kids are among the happiest in the world, with the highest rates of physical activity and lowest rates of obesity and antidepressant usage.

- 66% of Dutch kids walk or cycle to school
- 75% of secondary students
- 80% of Dutch teens cycle to places (school, park, shop, friend's house) at least three days per week
- Rates do not differ between males and females; each of whom cycle an average of 150 minutes per week
- The 12-17 group cycles more than any other demographic, with nearly 60% of all journeys made by bicycle
- Dutch teens cycle an average of 2,000 kilometers per year



1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

D. Fritid, idrott, friluftsliv och lek miljöer

VANAN ATT RÖRA SIG I NATUREN ÄR OJÄMLIKT FÖRDELAD

Det finns många positiva effekter av att barn har kontakt med naturen. Regelbunden vistelse och rörelse i varierade naturområden påverkar barns fysiska, psykiska och sociala utveckling positivt.

Andelen barn som vistas i naturen varje dag har minskat betydligt över tid, 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.⁵⁴

Barn med utrikes födda vårdnadshavare och barn som bor trångt vistas mer sällan i grönområden jämfört med andra barn. Vårdnadshavarnas utbildningsnivå har också betydelse för hur ofta barn är i grönområden. Flickor är mer sällan i grönområden om deras vårdnadshavare har grundskola som högsta utbildningsnivå, en skillnad som inte syns på samma sätt bland pojkar.

En översikt av internationell forskning visar att ett grönområde behöver vara minst 1 hektar (cirka två fotbollsplaner) för att ge effekt på återhämtning och ligga inom 300 meter från bostaden för att det ska besökas regelbundet i vardagen. Det har också visat sig att användningen minskar med ökat avstånd.⁵⁵ För barn, äldre och människor med funktionsnedsättning behöver avståndet vara mindre och inte mer än 200 meter.

Naturvårdverkets budskap är att:

- Folkhälsan behöver bli mer jämlik
- Alla behöver närhet till natur
- Vardagskogen behöver vara attraktiv
- Barn behöver kontakt med naturen
- Barn behöver gröna skolgårdar
- Vardagsnära natur bidrar till social gemenskap

Kommunerna har en stor roll i en långsiktigt hållbar samhällsplanering som markägare och ansvarig för skydd och skötsel av natur, men också genom aktiviteter inom skola och omsorg och stöd till bland annat friluftslivsorganisationer.

PLANERA FÖR ÖKAT FRILUFTSLIV

Detta kan kommunen enligt Naturvårdsverket göra:⁵⁶

- Säkerställ god tillgång till naturområden vid bostäder, skolor och förskolor.
- Planera in grönområden och gröna stråk i översiktsplanen och ta hänsyn till dem i detaljplaneringen.
- Ta fram, eller se över, friluftslivsplaner och grönsplaner.
- Ta hänsyn till barnperspektivet och barnkonventionen i samhällsplaneringen.
- Gör konsekvensanalyser utifrån sociala hållbarhetsaspekter och barnperspektivet samt involvera barn och ungdomar i planeringen.
- Säkerställ goda förutsättningar för lek och sociala aktiviteter i de vardagsnära naturområdena.
- Skapa grönområden där sådana saknas och förgröna skolgårdar.
- Använd utomhuspedagogik, utomhusklassrum och omgivande natur i skolundervisningen. Förbättra förutsättningar för friluftsdagar i skolan och besök vid naturskolor. Kompetensutveckla skolpersonal och ge dem goda förutsättningar att bedriva utomhuspedagogik.
- Stöd och samarbeta med ideella organisationer som arrangerar naturaktiviteter för barn.

Verktyg och inspiration

Naturvårdsverket, Skogsstyrelsen, Folkhälsomyndigheten och ett antal länsstyrelser har tagit fram ett underlag för att öka kunskapen och förståelse för vad och hur kommuner kan arbeta för att främja ökat friluftsliv.

Vägledning: Kommunal friluftslivsplan

<https://www.naturvardsverket.se/vagledning-och-stod/friluftsliv/kommunal-friluftslivsplanering/>

Rapport Vardagsnära natur:

https://www.naturvardsverket.se/495ffe/contentassets/27d6a2ce95514db8b1b0d9e72e9fdf34/textdokument_var-dagsnara-natur.pdf

AVSTÅNDET ÄR AVGÖRANDE FÖR ATT GYNNA MOTION OCH REKREATION

Kommunerna ansvarar för drygt hälften av Sveriges idrottsplatser. Därmed har de stora möjligheter att skapa ett bra utbud av näridrottsplatser. Minskade anslag till idrott och fritid i kommunerna riskerar dock att försvåra en fysiskt aktiv livsstil och deltagande i motionsaktiviteter.

⁵⁴ Barns miljörelaterade hälsa. Miljörapport 2021. Folkhälsomyndigheten, 2021.

⁵⁵ Grahn och Stoltz, 2021. Movium fakta#3/2021. Urbana grönområden. Indikatorer för hälsa och välbefinnande.

⁵⁶ Naturvårdsverket Planera för friluftsliv, <https://www.naturvardsverket.se/amnesomraden/friluftsliv/#E1429606517>, WHO/Europe | Urban health – Urban green spaces and health – a review of evidence (2016). <https://www.who.int/europe/publications/i/item/WHO-EURO-2016-3352-43111-60341>

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

D. Fritid, idrott, friluftsliv och lekmiljöer

Avståndet till en anläggning eller liknande plats för fysisk aktivitet har stor betydelse för om människor är regelbundet fysiskt aktiva eller inte. Flera studier⁵⁷ visar att det är extremt viktigt att anläggningar, faciliteter och platser för motion och rekreation är lättillgängliga för att uppmuntra en fysiskt aktiv livsstil.

Utformningen av arenor för fysisk aktivitet är en viktig förutsättning för att alla grupper i befolkningen ska ha möjlighet att ta del av idrotts- och fritidsaktiviteter. Med arenor för fysisk aktivitet avses här alla former av anläggningar (inom- och utomhus, för såväl spontan- som för eningsdriven idrott och anläggningar för friluftsliv och utevistelser etc.). Forskning pekar på två trender som särskilt påverkar bristen på anläggningar och ytor för fysisk aktivitet: förtättningsnormen och nya idrotts- och aktivitetsmönster.

Internationell inspiration

Den danska Lokal- och anläggningsfonden arbetar med att stödja kommunerna att bygga och utveckla platser som stärker folkhälsan in Danmark. Fonden delfinansierar uppförandet av olika slags nyskapande anläggningar och arbetar med kunskapsbyggande forskning. God nyskapande arkitektur och forskningsbaserad utveckling är grunden i deras verksamhet. Det arbetar på ett statligt uppdrag och finansiering.

Här är några av deras utvecklingsprojekt som kan vara relevanta och inspirera:

Idrottsarenors betydelse för ungas upplevelser av idrott (forskningsrapport):

<https://loa-fonden.dk/viden/2022/faciliteters-betydning-for-unges-idraetsdeltagelse-og-oplevelser-i-idraetten/>

Framtidens idrottshall:

<https://loa-fonden.dk/viden/2020/7-gode-raad-til-at-udvikle-lederrollen-af-idraetsanlaeg-i-fremtiden/>

Vad utmärker en bra simhall?

<https://loa-fonden.dk/viden/2018/hvad-er-et-vel-fungerende-svoemmeanlaeg/>

Fysisk planering och aktiva liv

https://loa-fonden.dk/wp-content/uploads/2022/11/bevaeg-byen_til-download.pdf

BARN RISKERAR MOTORISKT UTANFÖRSKAP - LEKEN UTVECKLAR

Offentliga miljöer som stimulerar till lek och rörelse i vardagen bidrar till en ökad rörelsefrihet för olika grupper i samhället. Inbjudande mötesplatser för lek och rörelse kan också bidra till fler möten mellan människor, ökad förståelse för varandra och i längden ökad trygghet. Planering som skapar utrymme för lek och rörelse ökar barns välbefinnande här och nu, samtidigt som det lägger grunden för individens levnadsvanor och hälsa resten av livet.

Lek är viktig för barns utveckling under hela uppväxten, det vill säga långt upp i skolåren. Den är lustfylld och självbelönande. Leken i barns vardag utvecklar både deras fysik och tränar deras sociala kompetens, men kan också ge möjlighet till mental återhämtning och ökat välbefinnande. 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.

Motorisk utveckling är en livslång process. Barn behöver tid och möjlighet att utveckla, träna och automatisera motoriska färdigheter samt tillägna sig kinestetisk kunskap. Barn som börjar skolan med en otränad oerfaren motorik får ofta svårt att delta i kamraters fysiska rörelselekar. De riskerar att hamna i så kallat motoriskt utanförskap. Utan någon form av motorisk stimulering eller träning kommer de flesta barn med motoriska brister att ha kvar sina motoriska problem långt upp genom skolåren. Därför behövs en ökning av medveten rörelseträning för alla barn i Sverige idag. Goda lekmiljöer som erbjuder utmaningar på olika nivåer och är rörelserika är därför viktiga pusselbitar om man vill skapa goda uppväxtmiljöer för barn.

⁵⁷ Book, Karin (2022). Dags att tänka nytt om platser för idrott och fysisk aktivitet – Utbud, tillgänglighet och flexibilitet. Boverket (2021). Miljöer för idrott och fritid. SKR Rapportwebben (2019). Anläggningsrapporten – idrott och fritid. Centrum för idrottsforskning (2022). Idrottsanläggningar – i dag och i morgon Om behov, tillgänglighet och konkurrerande intressen.



1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

D. Fritid, idrott, friluftsliv och lekmiljöer

Forskning visar på många fördelar med att låta lekmiljön präglas av ett mer naturligt formspråk kopplat till barnens utveckling. Trots den väletablerade uppfattningen om att leken är värdefull för barnen präglas många lekmiljöer av den prefabricerade utrustningen som i sin statiska utformning begränsar utloppet för de vidlyftigare lekarna. På en vanlig lekplats ligger fokus ofta på en handfull köpta lekredskap, och de är vanligtvis inriktade på den motoriska leken som att balansera, klättra och snurra. Svårighetsgraden är ofta ganska låg så att det främst är de yngsta barnen som tycker att den är spännande och utmanande. Men det finns sällan särskilt mycket att utforska i den här typen av miljö, och framför allt väldigt lite som barnen själva kan påverka. Det finns begränsat med löst material som barnen kan använda som rekvisita i leken och det finns väldigt lite utrymme för det egna skapandet och den kreativa leken.

Vi behöver nya typer av lekplatser

När ytorna för lek och rörelse i våra allt mer tätbebyggda städer och bostadsområden behöver vi höja kvaliteten på våra lekplatser så att de bättre gynnar barnens motoriska utveckling och uppmuntrar till rörelse. Lekplatser är ofta statiska med fasta lekredskap som snarare valts för att minimera risken att barnen slår sig än för att maximera lek, rörelser och utmaningar. Det behöver vi förändra.

Det finns mycket forskning på området och många goda exempel. I Sverige leder på många sätt Örebro vägen genom utvecklingen av sina så kallade lekotoper men också för deras satsningar på att också ska rörelserika miljöer för ungdomar i socioekonomiskt utsatta områden.

Lekotoper kan utvecklas genom att förstärka befintliga naturmiljöer med element som bjuder in till lek – eller så kan de byggas upp från grunden. En lekotop är när gestaltningen utgår ifrån naturbaserade lösningar i första hand och inte utrustning och byggda element.

Det är en plats där lek och landskap är sammanflätade. Ibland kan det vara något så enkelt som små buskar som skapar möjlighet för lugnare fantasi- och rollekar. Det kan vara kullar som ger spring i benen, eller sänkor som samlar upp vatten efter regn. Framför allt handlar det om att skapa en detaljrik miljö som går att interagera med, till exempel genom att innehålla material som barnen kan använda – så som kottar, pinnar, vatten och sand.

Mervärden

Utöver de direkta effekterna av fysisk aktivitet leder planering för lek och rörelse till en rad positiva mervärden. Några av dem beror på att vi genom att fokusera på fysisk aktivitet kan omprioritera vad som ges förtur i det offentliga rummet. När mer av stadens ytor används för att prioritera lek och rörelse, ges bilen ofta mindre plats i det offentliga rummet. Med en säkrare och tryggare trafikmiljö kan medborgare röra sig mer fritt i gaturummen och få en mer aktiv vardag.

Miljöer utan barriäreffekter ger också friare rörlighet mellan områden och kan erbjuda nya miljöer för lek och rörelse. I attraktiva miljöer som är utformade för att locka till lek och rörelse rör sig generellt fler människor, vilket kan bidra till att fler känner sig trygga i den miljön.

När vi skapar sinnliga och rika miljöer som lockar till lek och rörelse, är ofta grönska och gröna miljöer ett vanligt inslag i de offentliga rummen. Vistelser i gröna miljöer ger en stressreducerande effekt och ger möjlighet till vila, rekreation och återhämtning. Förbättrad tillgång till stadsgrönska kan dessutom främja sociala interaktioner och känslan av gemenskap hos både vuxna och barn. Inslag av grönytor och färre hårdgjorda ytor förbättrar dessutom klimatanpassningen av den byggda miljön.⁵⁸

Planera för lek och rörelse

Boverket har tagit fram vägledningar och exempelsamlingar som grundas på forskning och erfarenheter. De definierar följande framgångsfaktorer för att skapa god lekmiljöer som främjar lek och rörelse:

Struktur

- Planera tidigt för lek och rörelse! Skapa utrymme för lek och rörelse genom att utgå från det perspektivet i alla nivåer i planeringen. Eftersom barn till en högre grad är beroende av sin närmiljö, är det viktigt att se till barns och ungas möjligheter till lek och rörelse. Prioritera sociala ytor, rekreation, lek och cykelparkering.
- Utgå från platsen! Det är viktigt att utgå från den aktuella platsen och arbeta utifrån de problem och förutsättningar som finns där. På så sätt kan vi planera och bygga fler unika platser som knyter väl an till sin omgivning och främjar lek och rörelse.

⁵⁸ Att planera för lek och rörelse. Boverket, <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/stadsutveckling/halsa-forst/lek-och-rorelse/>
Den byggda miljöns påverkan på fysisk aktivitet (Faskunger 2007, Folkhälsainstitutet), https://norskfriluftsliv.no/wp-content/uploads/2016/03/R200703_Byggd_miljo_web1.pdf
https://movium.slu.se/media/uvcfot2b/lekotoper_vagledning.pdf

1. KUNSKAPSLÄGE

ATT PLANERA FÖR ETT RÖRELSERIKT SAMHÄLLE

D. Fritid, idrott, friluftsliv och lekmiljöer

Jämlikhet och inkludering

- Utgå från jämlikhetsperspektivet! När ytor för lek och rörelse lokaliseras, planeras och utformas ska jämlikhetsperspektivet appliceras. Den fysiska, sociala och kulturella miljön, liksom de socioekonomiska faktorerna, ger alla olika förutsättningar för rörelse i vardagen. För att uppnå en jämlik hälsa, krävs stor medvetenhet och kunskap om hälsfaktorer vid utformning av den fysiska miljön. Stadens begränsade ytor gör det nödvändigt att utforma vår offentliga miljö så att det kommer till störst nytta för de som behöver det som mest.
- Medborgarnas egna perspektiv i fokus! Olika individer har olika förutsättningar och medborgare själva är experter på sin närmiljö där de brukar vistas. Inkludera många i processerna och involvera invånarna genom lärande dialogprocesser. Låt exempelvis barnen ge sina perspektiv i planeringen och lyssna till vilka behov de faktiskt har.

Gestaltning

- Erbjud miljöer för olika typer av aktivitet! Fysisk aktivitet kan te sig på olika sätt från individ till individ – allt ifrån organiserad idrott till endast nödvändig transport. Samverkans effekter mellan olika typerna av rörelse är särskilt eftersträvanvärt. Genom att planera och gestalta för en stor diversitet av platser kan vi erbjuda miljöer för en mångfald av individer. Varierande former av rörelse möjliggörs genom varierande miljöer och ytor.
- Testa lösningar i en liten skala först! I arbetet med testbäddar kan nya sätt att arbeta och nya lösningar testas i mindre skala innan de skalas upp och görs mer permanenta. Testbäddar öppnar också upp för utvärdering av olika slag som bidrar till ny kunskap om hälsofrämjande miljöer.

- Planera in utrymme för barns egen påverkan i lekmiljöer! De bästa lekmiljöerna är aldrig färdiga, de ska vara flexibla, karaktärsfulla och vara anpassade till sin omgivning. Att möjliggöra för rika och stimulerande lekmiljöer är en av samhällets viktigaste hälsoinvesteringar.

Förvaltning

- Ha med förvaltning som främjar lek och rörelse tidigt och i hela processen! Förvaltning, underhåll och drift är avgörande för att skapa stimulerande offentliga miljöer som samtidigt är attraktiva och trygga. Beakta drift- och underhållsperspektivet redan i planeringen och ta inför driftskedet fram en plan för hur ytorna ska skötas. Kunskap om hur miljöerna bäst förvaltas för att främja lek och rörelse behöver finnas i alla led. Involvera gärna dem som ska sköta förvaltningen i planeringen av densamma.

Goda exempel

Örebro kommun

Örebro har satt barnen i fokus och utforskat lekens betydelse med stöd i forskning och vetenskap. I stället för konventionella lekplatser satsar kommunens parkenhet numera på leklandskap där lekredskap integreras i en grön miljö. Det ger lekmiljöer som stimulerar fantasin och främjar en god hälsa.⁵⁹

Varbergaskogen i Örebro

Utvecklingsprojektet i Varbergaskogen och parkerna intill genomfördes 2018-2019, som en riktad satsning att lyfta utemiljöer i ett socioekonomiskt utsatt område. Ambitionen var att insatserna skulle bidra till en tryggare och mer välkomnande miljö i och runt Varbergaskogen, med mål som folkhälsa, jämställdhet, trygghet och gemenskap i fokus.⁶⁰

⁵⁹ Mer information om Örebros arbete med rörelsefrämjande lekmiljöer. <https://www.orebro.se/kultur--fritid/natur--parker/lekplatser--lekmiljoer.html>
<https://www.orebro.se/kultur--fritid/natur--parker/lekplatser--lekmiljoer/hjalmarviksparken.html>

<https://www.slu.se/institutioner/institutionen-for-manniska-och-samhalle/miljopsykologi/vara-forskningsprojekt/pagaende-projekt/lekotop-i-teori-och-praktik/>

⁶⁰ För mer information se: <https://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/arkitektur-och-gestaltad-livsmiljo/natverk-och-samarbeten/nordiskt-samarbete/stadsgronska/exempel/varbergaskogen/>

1. KUNSKAPSLÄGE

METODER OCH ANALYSVERKTYG

Det finns en mängd olika metoder och verktyg för att bedöma och utveckla kvaliteten på grönområden och andra hälsofrämjande urbana platser. Metoderna och verktygen är framtagna av olika aktörer, såväl offentliga som privata, och utifrån olika förutsättningar. Syftet med att använda ett verktyg eller en metod kan variera, men främst lyfter aktörerna själva behovet av att kunna reglera och överblicka frågor som annars inte skulle få ett utrymme i en stadsbyggnadsprocess. Till exempel gäller detta frågor som rör social hållbarhet och som inte är lika lagstyrda som ekologiska aspekter eller styrs genom projektekonomin. Till dessa frågor hör folkhälsa och fysisk aktivitet. I praktiken kombineras verktygen ofta med varandra då de var för sig inte kan lösa de frågeställningar som stadsbyggnadsprojekt står inför.

Den stora mängden verktyg pekar på att frågan om folkhälsa är komplex och att stadsbyggnadsprocessen, trots sitt syfte att skapa långsiktiga fysiska lösningar, har svårigheter att hantera frågor som inte kan speglas i en projektekonomi. Behovet av att lösa sociala frågor, som fysisk aktivitet och folkhälsa räknas till, finns dock kvar och det är med detta som bakgrund som verktyg och metoder utvecklas hos kommuner, myndigheter, fastighetsbolag och arkitektkontor.

Nedan följer en genomgång av några exempel på verktyg och metoder, listan är inte fullständig men ger en bild av hur planeringsaktörer arbetar med folkhälsofrågan idag.

LEKVÄRDEFAKTOR

Den starka förtätningstrend som rått det senaste decennierna har resulterat i att skolgårdar och förskolegårdar i städerna blivit avsevärt mindre, både i storlek och i antal kvadratmeter per barn. För att öka kvaliteten i utemiljöerna så har verktyget lekvärdesfaktor utvecklats. Genom att kategorisera ett antal värden kan utformningen av förskolegården eller skolgården få poäng, vanligtvis -1, 0 eller +1. Malmö stad var först ut med detta och arbetar utifrån följande värden:

- Friyta
- Zonering av gården
- Tillgänglighet
- Vegetation och topografi
- Integrering av lekutrustning i landskapet
- Möjlighet till förståelse av sin omvärld
- Samspel mellan ute och inne

Med faktorn skapas en möjlighet att balansera en rad olika värden, uppnår projektet +3 till +5 poäng anses gården vara acceptabel.

Det innebär att projektet kan utgå från sin kontext och gällande förutsättningar utan att riskera att helhetsvärdet går förlorat. Sedan Malmö först tog fram sitt verktyg för lekvärdesfaktor har kommuner som Örebro, Västerås och Järfälla tagit fram varianter på verktyget.

GRÖNYTEFAKTOR

Grönytefaktorn har tagits fram som verktyg för att i stadsutvecklingsprojekt med höga krav på förtätning, till exempel i våra storstadsområden som Stockholm och Malmö. Syftet har varit att stärka de ekologiska förutsättningarna på kvartersmark i exploateringsprojekt. Utöver förbättrad ekologi och biologisk mångfald, innehåller verktyget faktorer för sociala och rekreativa värden, då ekosystemtjänster bidrar till att skapa miljöer som också ger värden till människan. Eftersom närhet till grönska har positiva effekter på människors hälsa bidrar GYF till hälsa och välbefinnande genom att ökad grönska på bostadsgårdar. Dels lockas människor ut, odling skapar mötesplatser och den gröna miljön blir lärande för de yngsta barnen. Grönska i en tät miljö kompletterar också bulleråtgärder, vilket är en viktig åtgärd då buller har stor negativ verkan på människors hälsa.

RÖRELSEFAKTOR

För att synliggöra behoven av fysisk aktivitet i stadsutveckling har Riksidrottsförbundet tillsammans med Movium och Fojab tagit fram verktyget rörelsefaktor. Syftet är att identifiera viktiga faktorer i för fysisk aktivitet i samhällsplaneringen och underlätta för systematiskt arbete och integrera rörelse i den fysiska miljön men också att främja dialog och samverkan mellan olika aktörer i fysisk planering.

Verktyget kan användas på olika nivåer, i den strategiska planeringen, tex översiktsplanering, i större stadsutvecklingsprojekt som detaljplaner och planprogram, och på kvartersnivå som i markanvisningar och utformning av bostadsgårdar och förgårdsmark.

SOCIAL KONSEKVENSANALYS OCH BARNKONSEKVENSANALYS

Våra tre största städer har samtliga genomfört kommissioner för social hållbarhet under 2010-talet. Syftet har varit att analysera och kartlägga levnadsvillkoren för medborgarna och utvecklingen vad gäller välfärd och hälsoutveckling. En konsekvens av det här arbetet har varit att respektive kommuns arbete med sociala konsekvensanalyser har utvecklats. Göteborg var först ut med att tillsätta en kommission och därmed den första kommun som vidareutvecklade och implementerade sociala konsekvensanalyser och barnkonsekvensanalyser. Andra kommuner har sedan kunnat använda detta arbete som utgångspunkt.

⁶¹ Den hala tvålen Verktyg och metoder för social hållbarhet i fysisk planering och stadsutveckling. Fi2021/01533 <https://www.regeringen.se/contentassets/3d6ae840c00f4b159294c8e986b56a04/den-hala-tvalen-verktyg-och-metoder-for-social-hallbar-i-fysisk-planering.pdf>

1. KUNSKAPSLÄGE

METODER OCH ANALYSVERKTYG

Göteborg, Malmös och Stockholms verktyg ser lite olika ut men syftar alla till att lyfta frågor om segregation, folkhälsa, jämlikhet och barnrättsperspektivet i stadsutvecklingsprojekt och planprocesser, integrera frågan i det gängse arbetet, samt att ha ett verktyg för att hålla i frågan genom hela processen, då erfarenhet visar att den ofta tappas bort eller försvagas under projektens gång. Det har kunnat visas att verktygen har gjort skillnad i stadsutvecklingen, till exempel att bostadsgårdar blivit större och grönare.

SOCIOTOPER STOCKHOLM STAD

Sedan Stockholm kartlade kommunens allmänna platser och tog fram sociotoper har de varit vägledande för vad parker och torg ska utformas. En sociotop beskriver ett värde, till exempel plats för picknick eller blomsterprakt, och genom att kartlägga befintliga platser

- Friyteanalys
- Sociotoper

Strategier: I arbetet med att främja fysisk aktivitet och en god folkhälsa används också en rad strategier. Dessa används på olika nivåer i planeringen

GESTALTNINGSTRATEGIER

För att kunna arbeta med folkhälsa behöver vi skapa rörelsefrämjande miljöer. Det behövs en arkitektonisk kompetens för att utveckla och planera våra livsmiljöer till platser som skapar goda förutsättningar för fysisk aktivitet och annat socialt liv. Med en förståelse för ämnets förutsättningar kan vi skapa rumsliga samband och fysiska miljöer som uppmuntrar och underlättar för både vardagsmotion och för en aktiv fritid.

Det finns gestaltungsstrategier, eller dispositionsstrategier, som används för att skapa goda förutsättningar för ett aktivt liv för många.

ON-, BACK- OCH OFF STAGE-STRATEGI

För platser där en särskild typ av aktivitet är planerad, t ex fotboll eller skate, är det viktigt att planera in olika slags ytor så att alla oavsett erfarenhet eller förmåga känner sig bekväma att utöva aktiviteten. Ytor som syns är "on stage", här kan man vara duktig och är okej med att ha en publik. "Off stage"- ytor är platser där man stanna till, kan se andra utöva aktiviteter och själv bli nyfiken och intresserad. Därför behövs även "back stage"-ytor där man kan testa, få vara nybörjare och utföra en aktivitet i lugn och ro utan att känna sig uttittad eller oroa sig för att bli skrattad åt.

AKTIVITETSGEOGRAFI

Genom att lägga aktiviteter för olika åldrar och intressen i närhet till varandra kan olika funktioner ha synergieffekter på varandra och stödja organisationen av en plats. Inomhus- och utomhusmiljöer kan samverka. Utgångspunkten är en analys av hur olika individers och grupperns möjliga tidsgeografi ser ut, d.v.s. hur de rör sig genom staden över tid och vilka platser de stannar till på. Olika grupperns behov kan vävas samman med hjälp av en transparent, inkluderande rumslig gestaltning. Viktiga stråk och mötesplatser kan utvecklas och utformas för att göra dem ännu mer användarvänliga och socialt överlappande. Olika grupperns intressen kan samsas i samma situation och ge olika typer av synergieffekter.

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

Inom ramen för denna förstudie har inte funnits utrymme att göra någon djupgående analys av hur situationen för barn och ungas uppväxtmiljöer med fokus på fysisk aktivitet ser ut på kommunnivå i Skåne. En översiktlig bild av nuläget har erhållits genom studier av relevanta styrdokument samt genom intervjuer och möten med medarbetare på Region Skåne (RS), Koncernkontoret, avd. Regional utveckling.

Sammanfattningsvis kan konstateras att barns och ungas hälsa och möjlighet till fysisk aktivitet är tydligt framskriven, förankrad i forskning och högt prioriterad i Region Skånes regionplan. Styrdokumentens formuleringar visar tydligt att frågorna är välförankrade hos politiken och av Region Skånes ledning. Den strategiska nivån ger härmed mycket goda förutsättningar för tjänstemannanivån att bygga en stark operativ plattform och utveckla stöd och kunskap om hur man planerar, bygger och förvaltar goda uppväxtmiljöer för barn och unga som främjar vardagsrörelse i regionens trettiofyra kommuner.

Även på den kommunala nivån finns ofta barn och ungas hälsa framskrivet som ett prioriterat mål i översiktsplaner och andra styrdokument. Trots det följer barn och ungas hälsa i Skåne samma negativa utvecklingskurvor som i övriga landet, skolgårdarnas storlek minskar, förskolor hamnar i bottenvåningar på flerbostadshus, skolvägarna är inte säkra, lekmiljöerna statiska, grönytorna minskar etc.

I detta genomförandeglapp - glappet mellan vision och verklighet, mellan det vi säger att vi vill och det vi faktiskt gör och åstadkommer - ligger den stora utmaningen. För att sluta glappet krävs förändring i sättet man arbetar. Utan förändring - ingen utveckling.

Skåne är en av de regioner i Sverige som har bäst förutsättningar att driva denna förändring, då man redan ligger i framkant med hur man omhändertar och arbetar med frågan. Nedan redovisas konsultteamets analys av nuläget och i kapitel 3 föreslås konkreta insatser som bidrar till att sluta genomförandeglappet.

Regionplanen - ett bra ramverk

Regionplanen pekar tydligt ut barn och ungas fysiska uppväxtmiljö med fokus fysisk aktivitet som prioriterade områden. Formuleringarna är baserade i forskning, tydligt formulerade och förankrade i politik och ledning. Varför och vad som ska göras är klarlagt.

Regionplanen utgör därmed ett bra och stark ramverk/framing för arbetet.

Region Skåne (RS) kan därmed lägga fokus på det operativa, på hur:et. Regionplanens s.k. genomförandekategorierna ger viss vägledning men här finns även andra möjliga steg att ta.

I regionplanen vill vi särskilt lyfta områden och formuleringar utifrån vilka arbetet med fysisk planering för främjande av barn och ungas uppväxtmiljöer kan läsas och fungera som ramverk/framing i arbetet framåt:

Regionplan för Skåne 2022-2040 har som övergripande syfte är "att skapa goda framtida livsmiljöer

för alla i Skåne". "Bättre hälsa för fler" är ett prioriterat område: "För att uppnå det satsar vi bland annat på att forma grönare städer och en hållbar samhällsplanering, skapa tillgänglig infrastruktur för både resor och rekreation" /.../. "Den fysiska planeringen bidrar till synergieffekterna mellan exempelvis hållbara transporter, jämlikhet och hälsa" /.../ "En viktig del i Region Skånes /.../ är att belysa hur folkhälsan påverkas av miljö, infrastrukturplanering och den övergripande fysiska planeringen.

1. Bebyggelseutveckling

"Det finns även socioekonomiska skillnader i Skåne som leder till att alla inte har samma möjlighet till goda och hälsosamma livsmiljöer. Dessa utmaningar behöver hanteras i bebyggelseutvecklingen."

1.3 Gestaltad Livsmiljö.

"Med perspektivet gestaltad livsmiljö följer en helhetsyn på formandet av livsmiljön, från samhällsbyggnad till detaljers utformning. Utifrån detta perspektiv är det människan och människans behov som blir utgångspunkt. /.../

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

Genom perspektivet gestaltad livsmiljö skapas förutsättningar för individers möjlighet att påverka sin livsmiljö, till inkludering och ökat demokratiskt deltagande. /.../

Offentlig sektor har goda möjligheter att agera förebildligt som kunskapsspridare, planerare, beställare, byggherre och förvaltare.”

- 1.3 i - Använd perspektivet gestaltad livsmiljö i alla samhällsplaneringens skeden.
- 1.3 ii - Vidareutveckla och sprid kunskap om gestaltad livsmiljö.

Genomförandekategorier för området är: Kunskap; Dialog och samverkan – huvudaktör; Dialog och samverkan – stöd och samordning

1.6 Hälsöfrämjande livsmiljö Planeringsprinciper

- 1.6 i - Planera hälsöfrämjande och gröna miljöer som stimulerar till fysisk aktivitet och bidrar till att minska negativ påverkan på människors hälsa.

”Barns och ungas tillgång till ändamålsenliga miljöer är särskilt betydelsefullt för att motverka psykisk och fysisk ohälsa. Med förtätning och ökad konkurrens om marken i städerna är det viktigt att bevara och utveckla ytor för utevistelse, inte minst för barns lek och rörelse. /.../

För att stärka hälsoperspektivet i fysisk planering i Skåne behöver kunskapen om hälsoeffekter av buller och luftföroreningar samt grönstrukturens betydelse för befolkningens hälsa vägas in på ett bättre sätt.

Det är också viktigt att ta till vara möjligheterna att öka förutsättningarna för fysisk aktivitet i den fysiska planeringen. Det finns tydliga synergier mellan dessa faktorer.”

Genomförandekategorier för området är: Kunskap; Dialog och samverkan – huvudaktör; Dialog och samverkan – stöd och samordning.

1.7 Tätorternas grönstruktur Planeringsprinciper

- 1.7 i - Planera och förvalta tätorternas grönstruktur med utgångspunkt i att stärka dess förmåga att producera ekosystemtjänster och främja biologisk mångfald för att skapa nyttor för hela Skåne.
- 1.7 ii - Förtäta städer och tätorter med hänsyn till den befintliga grönstrukturen.

För att skapa hållbara och attraktiva livsmiljöer i städer och tätorter behövs god tillgång, närhet och kvalitet på grönytor, vatten och natur vid och i nära anslutning till bostäder samt skol- och vårdmiljöer. Det är särskilt viktigt i de tätbefolkade delar av Skåne som har sämre tillgång till tätortsnära grönstruktur och gäller även i mindre tätorter och på landsbygden. Tillgång till när-rekreation är viktigt för alla, men speciellt för barn /.../ i områden med stor andel socioekonomiskt svaga hushåll. Tätorternas grönstruktur behöver också utformas med beaktande av barnkonventionen. /.../Grönytor bör inte exploateras där det är brist. /.../”

Genomförandekategorier för området är: Kunskap; Dialog och samverkan – inspiration.

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

Tvärsektoriell samverkan internt

Forskning visar att ingen aktör kan ensam skapa ett rörelserikt samhälle som främjar fysisk aktivitet och motverkar långvarigt stillasittande. Region Skåne har ett exceptionellt gott utgångsläge och agens att driva och kraftsamla för att bryta stillasittandet och få fler barn och unga att röra sig i vardagen då organisationen samlar hela bredden av kompetenser, ansvar och finansiella resurser inom nyckelområdena: hälsa och sjukvård, infrastruktur och transport samt fysisk planering.

Att utveckla och stärka det interna tvärsektoriella samarbetet runt frågan inom Region Skåne kommer att vara avgörande om man vill skapa skillnad på kort- så väl som långsikt. Det finns inte quick-fix. Man måste arbeta strategisk, långsiktigt och tillsammans.

Det är en stor och svår utmaning för alla organisationer att förändra hur man arbetar. Det ställer höga krav på så väl ledarskap som medarbetare att prioritera samverkan över linjeverksamhet och förändra invanda mötes- och arbetsstrukturer. Även om alla i organisationen rationellt förstår behovet och nyttan är beteende, vanor och normer svåra att förändra, vilket ofta är ett hinder för verksamhetsutveckling.

Konsultteamet har ingen specialistkompetens i organisationsfrågor men lyfter ändå utmaningar och möjligheter för tvärsektoriell samverkan i detta sammanhang då forskningen så tydligt pekar ut det som en framgångsfaktor i relation till frågan om att framgångsrikt och strategiskt verka för att främja fysisk aktivitet och bryta stillasittandet.

För att förstå hur samverkan mellan enheter och verksamhetsområden på Region Skåne ser ut och fungerar i dag har vi tagit del av material som beskriver det inledda samverkansprojektet mellan Region Skåne och Länsstyrelsen i Skåne.

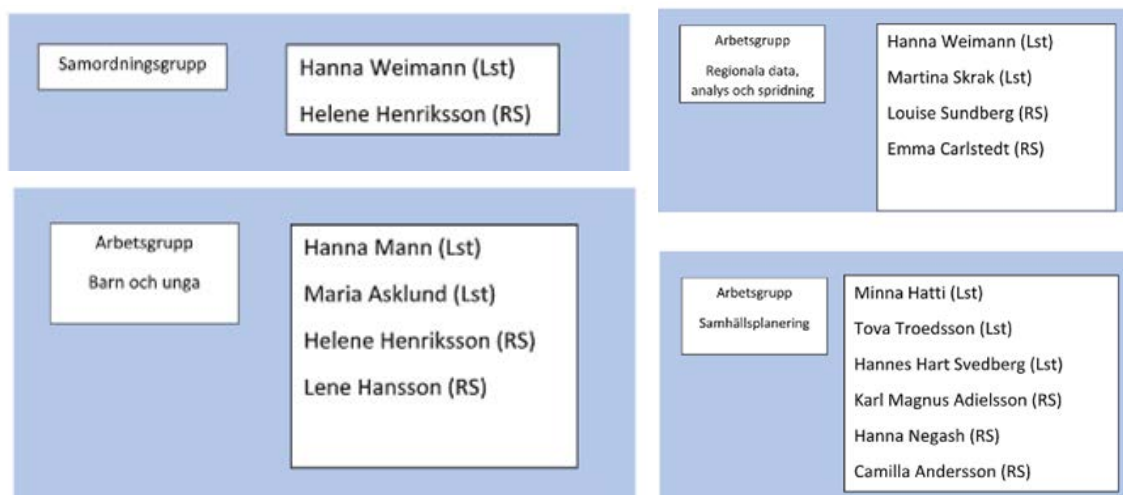
Konsultteamet har även intervjuat:

- Hälsostrateg Helene Henriksson med fokus på *Sätt Skåne i rörelse*.
- Infrastrukturstrateg Agnes Björk, Enheten för Transport och infrastruktur med fokus på *aktiv mobilitet*.

Samverkan Länsstyrelsen Skåne och Region Skåne

I februari 2023 inleddes ett samverkansprojekt mellan Länsstyrelsen Skåne och Region Skåne med syftet att "tydliggöra och stärka den regionala nivån" och med "målet att ge ett bättre och mer samordnat stöd i det lokala folkhälsoarbetet till kommunerna i Skåne." Arbetet sker inom tre gemensamt beslutade områden:

1. Regionala data, analys och spridning. Utökad samarbete runt datainsamling och spridning, samordning av analyser, och utvecklat användande av data för att stötta kommunernas arbete med att främja folkhälsan är därför exempel på ämnen att samverka kring.
2. Barn och unga. Befintlig samordning finns i dagsläget bland annat kring det kommuninriktade arbetet inom Sätt Skåne i rörelse (Region Skåne) och Trygga och goda uppväxtvillkor (Länsstyrelsen Skåne). Detta samarbete kan utvecklas ytterligare.
3. Samhällsplanering. Befintlig samverkan mellan Region Skåne och Länsstyrelsen Skåne inom spåret samhällsplanering sker bland annat inom ramen för Skånskt bostadsnätverk och utifrån Regionplanen. Arbetet med fysiska miljöer, som är en del av Sätt Skåne i rörelse, är ett närliggande område av relevans för detta spår.



2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

SAMMANFATTANDE REFLEKTIONER

Att samverkan kring frågan har inletts på den här nivå är mycket lovande. Det ger goda möjligheter att definiera synergieffekter, samköra kartläggningar och utbyta kunskap samt att skapa en gemensam handlingsplan runt frågan.

Vi ser en möjlig risk att man i föreliggande organisations-/arbetsstruktur fokuserar mer på den strategiska nivån, som redan är tydlig och förankrad i politik och ledning, på bekostnad av den operativa nivån som i dagsläget är den som är svagast och kanske svårast att komma fram till. Kanske bör man fundera och diskutera hur man ska fördela samverkan mellan vad och varför-frågor och det mer operativa hur:et (hur skapar vi förändring och förflyttning kring frågorna)?

Vi noterar att indelningen i arbetsgrupper enligt matrisen inte är tvärssektoriell, alla sorterar inom sitt "expertområde". Kanske skulle det vara en fördel att blanda kompetenser i de olika arbetsgrupperna så att de olika kompetensområdena bättre kan korsbefrukta varandra?

Vi noterar även att det i minnesanteckningar från mötet står "att arbetet i samverkansgruppen inte ska kännas som en belastning". Det är, tänker vi, viktigt att medarbetarna får tid för det tvärssektoriella arbetet och att man är medveten om att det kommer att kräva insatser från alla på den regionala nivån om förändring ska ske på den kommunala. Utan reell förändring i hur och med vad man arbetar bli utveckling omöjlig.

Intervju hälsostrateg Helene Henriksson,

Sätt Skåne i rörelse

Helene Henriksson (HH) arbetar på Regional utveckling enheten Miljö och hälsa. Hon ansvarar för att driva projektet/plattformen Sätt Skåne i rörelse.

Sätt Skåne i rörelse utvecklades som ett svar på att politikerna i regionen var väldigt beskyrade över att hälsorapporterna visade att barn och unga i Skåne var väldigt stillasittande och att de inte mådde bra psykiskt. Beslutet att prioritera fysisk aktivitet för målgruppen i Region Skånes styrdokument grundar sig i den oron och viljan hos politiken att bryta den negativa utvecklingen.

När HH tillträdde sin tjänst började hon med att samla kommuner i Region Skåne som var intresserade av att arbeta med frågan.

Politiker, tjänstemän och andra aktörer samlades i fysiska möten på deras hemmaplan, med HH som samtals- och workshopledare. HH arbetar med flera olika metoder för hälsofrämjande arbete i kommunerna. Det är få barn och unga i Skåne som når upp till den av Folkhälsomyndigheten rekommenderade rörelsemängden per dag. Många kommuner är förtvivlade över vad de ser. Det är en gigantisk utmaning att få fler barn i rörelser och det finns ett stort behov av stöd och hjälp kring frågan på många olika plan ute bland kommunerna.

Det är ett, enligt HH, ett återkommande önskemål från kommunerna att få stöd kring fys-frågan också i planeringsfrågorna. Enligt HH är det många tjänstemän och aktörer, särskilt i de mindre kommunerna som arbetar ensamt och behöver stöd. Det som ofta efterfrågas är kunskap och stöd om:

- Aktiva transporter – hinder/möjligheter, metoder och modeller
- Hur man bygger, planerar och förvaltar rörelserika skolgårdar och förskolegårdar

Vid de första mötena med kommunerna var det flera stadsarkitekter som visade intresse och deltog, men tråden kring fysisk planering tappades då personen som var ansvarig för att driva det arbetet gick i pension, och aldrig riktig hann komma igång. Ingen annan har ersatt denna resurs, arbetet har därför inte drivits.

Framgångsfaktorer för Sätt Skåne i rörelse enligt HH:

- De fysiska mötena på plats ute i kommunerna är avgörande. Det är nätverks- och kunskapsbyggande och ökar förståelsen internt på Region Skåne för hur verkligheten ser ut och fungerar. Det bygger förtroende. Att regionen på plats, ser och lyssnar in är avgörande för att man ska kunna driva arbetet med frågorna i samverkan med kommunerna.
- Att man tillhandahåller kunskap och metoder som ger implementeringstöd. Det funkar enligt HH mycket bra att komma från regionen med ett erbjudande om kunskap. Det välkomnas.
- Att man erbjuder handfast stöd (hur bygger och planerar man för att bryta stillasittandet praktiskt och konkret.)
- Webbplattformen Sätt Skåne i rörelse samlar kunskap och material, samt fungerar som en kontaktyta. Det är osannolikt att den skulle fungera fristående - utan de fysiska mötena. Nätverksträffarna skapar ett behov för material, metoder och goda exempel.

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

UTMANINGAR

- att samarbetet med kommunerna ofta blir personberoende (en eldsjäl eller enskild individ som axlar ansvaret) snarare än att frågan har en självklar plats i kommunernas organisationsstruktur vilket är en förutsättning för att kunna arbeta strategiskt och driva frågorna långsiktigt.
- att det nu svårare ekonomiska läget i kommunerna medför att man prioriterar ned eller till och med bort möjligheten att arbeta med frågor som rör barns hälsa. Det är då extra viktigt att Region Skåne står kvar med sitt stöd och fortsätter arbetet.

HH arbetar nu med att ta fram några filmer (intervjuer med olika aktörer som arbetar framgångsrikt praktiskt ute i regionens skolor) som ska användas som inspiration och ligga på webbsidan Sätt Skåne i rörelse. HH kan utifrån den erfarenhet hon bygger om hur det ser och fungerar praktiskt ute i kommunerna skraddarsy metoder och material för kommunerna som gör att det används och fyller sin funktion.

SAMMANFATTANDE REFLEKTIONER

Sätt Skåne i rörelse lyfts ofta fram nationellt - på regeringskansliet och SKR bland annat - som ett föredömligt exempel på hur den regionala nivån kan arbeta för att få fler barn och unga i rörelse. Det konkreta och praktiska stöd som Region Skåne genom Sätt Skåne i rörelse erbjuder kommunerna är ett sätt att verka för att sluta genomförandeglappet.

Sätt Skåne i rörelse är etablerad som plattform. Här finns ett upparbetat nätverk och relationer med kommunerna som förmedlar ett uttalat behov av stöd och hjälp också i planeringsfrågor. Genom att placera ett operativt arbete med planeringsfrågor inom ramen för Sätt Skåne i rörelse kan det tvärsaktoriella samarbete som bör eftersträvas i Region Skånes styrdokument bana väg för ett mer effektivt operationellt arbete ute i kommunerna. Sätt Skåne i rörelse har genom att arbeta med folkhälsoperspektivet på många sätt banat väg även för planeringsfrågorna - att inte utnyttja det vore den bortslösad möjlighet. Vi tror därför att det vore bra att samla information, metoder, material etc som rör fysisk planering och frågor kring aktiv mobilitet på *Sätt Skåne i rörelse* och stärka arbetet med plattformen internt.

Intervju Agnes Björk, infrastrukturstrateg.

Aktiv mobilitet.

Enheten för transportinfrastruktur har som mål att integrera social hållbarhet i allt sitt arbete, enligt Agnes Björk (AB). I yttranden om kommunens vägplaner har de alltid med barn och ungas aktiva mobilitet som ett av bedömningskriterierna. Barn och ungas cykling är även ett prioriterat område i regionens cykelstrategi. Utöver det arbetar man inte med målgruppens aktiva mobilitet. Det finns ingen tydligt utpekad ansvarig eller handlingsplan för hur målen i nedanstående styrdokument ska nås.

På enheten Miljö och hälsa finns frågan om hur man ska arbeta för att få fler att cykla utvecklad bland annat i idéer om tillfälliga cykellekparkar. Enheten för Regional planering har barn inkluderade i översiktsplanen. Men AB är inte insatt i de strategierna.

AB upplever att det finns en stark vilja hos de flesta av regionens kommuner att arbeta med aktiv mobilitet för barn och unga, men att det saknas resurser för att göra större insatser.

Transportinfrastrukturenheten arbetar inte strategiskt med cykelfrågan kopplat till hälsa. Region Skåne arbetar inte utifrån en mobility management strategi eller arbetsätt. AB ser inte att ett sådant förhållnings- eller arbetsätt ryms inom nuvarande organisationsstruktur, men påpekar att det skulle vara bra om de kunde driva ett kunskapsnätverk i frågan. Det finns idag inget uppdrag från politiken att arbeta med det och därför inget utrymme att driva frågorna.

RS sitter själva med i nationella nätverket Svenska cykelstäder och deltar i bland i Cykelfrämjandets träffar. Enheten för Transportinfrastruktur har regelbunden kommunikation och samordning med Skåne Trafiken. Man arbetar inte i strategisk samverkan med fysisk planering eller i frågor om barns hälsa.

Supercykelvägarna har hög prioritet i Region Skånes arbete för ökad cykling generellt. För det finns ett kommunnätverk för samverkan. Region Skåne har tagit fram ett kampanjmaterial för supercykelvägarna som kommunerna uppmuntras att använda. Man har räknare utsatt så att man kan följa hur många som använder supercykelvägarna. Region Skåne samlar in kommunernas data för att kunna följa upp och sätt mål.

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

Inspiration för arbetet med supercykelvägarna hämtas från Köpenhamn. Klimat och hälsa är två stora nyttor som de ser med detta arbete, men inte mäter.

För att samordna arbetet har Nätverket för hållbart resande skapats. Efter konsultteamets genomläsning av Region Skånes styrdokument som rör aktiv mobilitet kan konstateras att även inom detta område präglas strategier och prioriterade områden av en hög medvetenheten om sambanden mellan mobilitet, hållbart transportsystem, och hälsa.

I den regionala transportinfrastrukturplanen formuleras detta till exempel enligt följande:

”Hur transportsystemet utformas påverkar i allra högsta grad människors möjlighet till mer rörelse och aktivitet i vardagen. Resor till fots eller med cykel ses som viktiga delar i människors vardagsmotion /.../ Även kollektivtrafikresor ses som aktiva resor, då i princip varje resa med buss eller tåg börjar och slutar med en promenad eller cykeltur.”

”I Skåne finns en stor potential för ökad cykling tack vare korta avstånd och många tätbefolkade områden. /.../ Cykeln som transportmedel har en stor potential i omställningen till ett hållbart transportsystem. /.../ I många fall är dock cykelinfrastrukturen bristfällig och begränsad och även om viljan att cykla finns, saknas ibland förutsättningarna rent fysiskt. För varje bilresa som ersätts av en cykelresa eller en resa till fots skapas /.../ en samhällsekonomisk vinst /.../.” (Skånes regionala transportinfrastrukturplan 2022-2033)

Av den totala regionala investeringen i transportinvesteringar på 5 152 miljoner kronor för åren 2022-2033 går 780 miljoner kronor till cykelinfrastruktur. Av de avsätts 180 miljoner kronor i stöd till kommunala cykelvägar vilka är de som främst kommer att stödja och stärka barn och ungas cyklade eftersom det främst sker i bostadsnära områden och mer sällan längs mellankommunal, regionala och statliga cykelvägar. I relation till målformuleringarna måste det ses som en relativt blygsam investeringsram.

Även Skånes cykelstrategi (2017) har ett starkt folkhälso-perspektiv som ger en bra utgångspunkt för att driva och utveckla ett aktivt system för fysisk aktivitet för barn och unga:

”Region Skåne har enats om färdmedelsmålet att öka andelen cykelresor från 16 till 19 procent 2030. Cykelstrategin visar hur det skulle ge folkhälsovinster på 1,8 miljarder kronor varje år.” /.../

”Det är viktigt att öka barns möjligheter att själva vistas i trafikmiljöer på ett säkert sätt.

För barn och unga är målet därför att fler ska välja att cykla och gå till skolan. Detta kommer följas upp i Region Skånes folkhälsoenkät riktad till barn och unga.” /.../ ”Nedsatt hälsa till följd av buller beräknas kosta Skåne motsvarande 0,7 till 1,3 miljarder kronor per år. Platser som utformas för att prioritera cyklisterna och gående blir tystare och renare vilket innebär en mer attraktiv och bättre miljö för barn att växa upp i.”

”I 19 av Skånes 33 kommuner är cykelns färdmedelsandel under riksgenomsnittets 10 procent. Störst potential i Skåne att öka cyklingen finns i och omkring tätorterna. För att cykeln ska bli det naturliga färdmedlet för kortare resor i Skåne behöver cyklandet öka i alla tätorter.”

Ett av sex utpekade samverkansområden i Skånes cykelstrategi är Lyft cykeln i samhällsplaneringen. Det innebär bland annat att: ”Samhällsplaneringen behöver verka för att göra cykeln till det snabbaste, smidigaste och bekvämaste färdmedlet i tätorten, om fler ska välja att cykla. /.../ För att uppnå detta är det viktigt att mer resurser satsas på cykelinfrastrukturen av såväl kommunernas trafikbudgetar som av den regionala transportinfrastrukturplanens budget. Satsningar behöver i större utsträckning styras av målet om att cykeltrafiken ska öka. Planeringen behöver bli mer målstyrd och mindre prognosstyrd.” /.../

Skånes mobilitetsplan lyfter hållbart resande för barn och unga som ett målområde och skriver t ex: ”Förutom åtgärder för att påverka resorna till och från skolan är det även viktigt att se till barns och ungdomars resande på fritiden. I ett större perspektiv handlar det om att ge de unga tillträde till det of-fentliga rummet utan att i väsentlig grad hindras av farliga trafikmiljöer.” /.../ På flera ställen i Skåne bedrivs ett aktivt arbete med att få fler att resa hållbart till skolan eller fritidsaktiviteter.

Potentialstudier för ökad cykling i Region Skåne ⁶² belyser särskilt barn och ungas cyklande. Här finns data som kan vara mycket användbart som stöd i utvecklingen av aktiv mobilitet för målgruppen.

FORSKNINGSPROJEKT : SYSTEMINNOVATION FÖR AKTIVA SKOLRESOR.

Innovation Skåne driver i ett Vinnova-finansierat projekt tillsammans med Trivector ett treårigt forskningsprojekt som ska resultera i en skalbar metod för att öka andelen resor till skolan med gång, cykel och andra färd sätt som inbegriper fysisk aktivitet till och från skolan. Målet är att sprida och tillgängliggöra metoden till samtliga grundskolor i Sverige, med start i Skåne. ⁶³

⁶² <https://skane.maps.arcgis.com/apps/MapSeries/index.html?appid=f4d2fad795874f95a3349c0b3dc06d32>

⁶³ Mer om projektet på: <https://innovationskane.com/systeminnovation-for-aktiva-skolresor/>

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

SAMMANFATTANDE REFLEKTIONER

Utifrån vårt samtal med AB och vår genomläsning av styrdokumenterna anar vi att det finns en förbättringspotential i hur cykelfrågorna är organiserade på RS. De skramlar nu runt på flera olika ställen i organisationen och i flera olika styrdokument. En möjlig åtgärd skulle kunna vara att skapa former för samverkan på tvärs internt på Region Skåne med frågan om barn och ungas aktiva mobilitet i Skåne. Att definiera styrkor och svagheter, tydliggöra vem som gör vad och hur samordning mellan tjänstemän som arbetar med

cykel- och gång på transportinfrastrukturenheten kan synka med dito på fysisk planering och enheten Miljö och hälsa kan vara en bra start.

Den fysiska regionplaneringen har många möjliga kontaktytor mot transportinfrastrukturen där arbetet med att leda, stödja och driva arbetet för att främja vardagsrörelse för barn och unga kan stärkas och utvecklas rejält genom ett ökat samarbete mellan enheterna.

Att nyttja och utveckla befintliga nätverk för att arbeta strategiskt och operativt med att främja aktiv mobilitet i Region Skåne är en möjlig insats.

RS organisation behöver eventuellt strukturera om sitt sätt att arbeta och bli mer operativt och strategiskt kring frågor som rör aktiv mobilitet för barn och unga. Det är enligt forskningen en central pusselbit i ett system som ska gynna fysisk aktivitet. Kan ett uppdrag från politiken formuleras så att man kan arbeta med mobility management och/eller bygga kunskapsnätverk skulle det kanske vara en väg framåt.

Vi ser att det finns goda skäl att även koppla arbetet med aktiv mobilitet till Sätt Skåne i rörelse så att det tvärsektorieella stödet från Region Skåne runt frågan drivs brett. Kunskapsstöd, utvecklingsprojekt och nätverksbyggande inom aktiv transport kan därmed korsbefrukta de andra områdena.



2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

Nuläge i kommunerna?

Idag saknas en heltäckande analys på kommunnivå av nuläget i Region Skåne inom de fyra områden i den fysiska miljön som enligt forskningen gör störst skillnad för barn och ungas möjlighet att röra sig i vardagen det vill säga:

- Rörelserik förskola, skola och fritidshem (skol- och förskolegårdar och närmiljöer)
- Rörelsefrämjande samhällsplanering (tillgång till bostadsnära natur och grönområden)
- Aktiv transport (säkra skolvägar, trygg, sammanhängande och tillgänglig gc-infra)
- Fritid, idrott och friluftsliv (goda rörelsefrämjande lek- miljöer, tillgängliga aktiviserande ytor för spontanidrott och rekreation).

Utifrån tillgängligt underlag kan följande utläsas om nuläget i kommunerna:

I *Barnmiljörapporten Skåne* (2021) konstateras att:

”Det verkar /.../ finnas ett behov att öka tillgängligheten till grönområden i Skåne, speciellt i städerna, men även att göra grönområden och parker mer attraktiva för barn (och vuxna) att vistas i. För att öka tillgång till och utnyttjande av grönområden är det viktigt att man i översiktsplaner lyfter målsättningar och strategier för grönstrukturer eftersom dessa är vägledande i beslut enligt Plan- och bygglagen.”

I projektet *3-30-300 i Skåne* (slutrapport) analyseras nio tätorter i Skåne enligt 3-30-300- regeln. Regeluppfyllelsen är sammanfattningsvis; varierande för 3 (46%), mycket låg för 30 (3%) men mycket hög för 300 (97%). Detta något men inte allt om barn tillgång till grönytor för vardagsrörelse.

På uppdrag av Boverket har SCB sammanställt en kartläggning av storleken och tillgång till grönska på Sveriges samtliga skolgårdar⁶⁴. Här finns data som möjliggör analys för en komplett lägesbild. Det kräver dock mer tid än som rymts inom ramen för detta uppdrag.

GLAP-RAPPORTEN

Ett exempel på hur regionen har arbetat operativt är GLAP, *Gestaltad livsmiljö genom arkitektur och pedagogik*. Syftet med GLAP har varit att koppla ihop de aktörer som arbetar med gestaltad livsmiljö och arkitektur, med de som arbetar inom skolan eller i pedagogiskt arbete på annat sätt.

För att stärka barns och ungas perspektiv i planering, formgivning och förvaltning av allmänna rum och platser behövs nya metoder och arbetssätt som lyfter barns möjligheter att påverka sin omgivning och livsmiljö. GLAP menar att skolan är en bra arena för demokratiska och jämlika samtal och samarbeten som syftar till att utveckla våra gemensamma livsmiljöer. De deltagande kommunerna bildade arbetsgrupp som skulle genomföra en samverkansprocess (”GLAP-process”) med uppgift att tillsammans med eleverna i en skolklass ta fram konkreta förslag till utveckling av en specifik plats i kommunen.

GLAP-projektet visar på möjligheterna i samverkan mellan aktörer på olika nivåer och inom olika kunskapsfält. Det visar också på vikten av att upprätta samarbetsformer som bidrar till kontinuitet i arbetet. Båda dessa punkter möjliggör att nå konkreta resultat i kommunernas arbete.

I arbetet finns en rad hinder, det är till exempel kostsamt att anställa en samordnare i varje kommun, driva en gemensam webb-plattform och en årlig nationell konferens.

Eftersom GLAP i detta skede genomfördes som ett enskilt projekt blev det också beroende av eldsjälarna på skolorna, vilket skapar sårbarhet när nyckelpersoner byter jobb eller av andra anledningar inte kan vara med.

SAMMANFATTANDE REFLEKTIONER

Det finns goda förutsättningar för regionen att stödja kommunerna i arbetet de själva anser behövs för att främja ökad fysisk aktivitet. Genom att agera samordnande och arbeta med mellankommunala intressen, samt möta kommunerna där de står, kan regionen bistå kommunerna och skapa kontinuitet i arbetet.

⁶⁴ SCB:s verktyg gör analys på kommunnivå möjligt. För mer info se: <https://www.scb.se/pressmeddelande/har-finns-skolornaden-med-mest-gront-pa-marken/>

2. UTGÅNGSLÄGE REGION SKÅNE

ENKÄT TILL SAMHÄLLSAKTÖRER MED FRÅGOR OM DE HAR GODA EXEMPEL SOM DE VILL LYFTA FRAM NÄR DET GÄLLER FYSISK PLANERING SOM FRÄMJAR BARN OCH UNGAS VARDAGSRÖRELSE.

Region Skåne har med enkäten samlat in information om vad kommunerna själva anser sig behöva för att öka den fysiska aktiviteten hos barn och unga, samt vad de är i behov av att få stöd med i det arbetet.

Konsultteamet har läst igenom, klustrat enkätsvaren och drar följande slutsatser:

- Enkätsvaren reflekterar de svarandes uppfattning av och kunskap om kopplingen mellan fysisk planering och barn och ungas behov av vardagsrörelse samt visar att kommunerna efterfrågar olika former av kunskapsstöd, verktyg och metoder.
- Svaren indikerar att frågan om barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i relation till fysisk planering hamnar på lite olika ställen i den kommunala strukturen/organisationen. Det verkar saknas samordning och gemensamma mål kring frågan, vilket sannolikt försvårar prioriteringar, effektivitet och kunskapsbyggande ute i kommunerna.
- De svarande frågar i hög utsträckning efter forskning och goda exempel (om t ex lek och lekmiljöer (lekotoper), skolgårdar, koppling mellan fysisk aktivitet och kognitivförmåga; hur socioekonomiska faktorer påverkar etc).

Samhällsaktörerna efterlyser bland annat:

- o Metoder för hur man kan arbeta med beteende och normer för att få fler i rörelse.
- o Metoder och modeller för att samla mätvärden för att kunna följa upp och utvärdera olika insatser
- o Konkreta kriterier för hur man ska planera och bygga goda bostadsmiljöer för barn.
- o Hur man kan utveckla sammanhängande mobilitetssystem
- o Modeller för hur barn och unga kan vara med och påverka (medskapandedialoger).
- o Samhällsekonomiska beräkningsmodeller/affärsmodeller för att visa nyttan med investeringar i barn och ungas hälsa och rättigheter i kronor och ören.

SAMMANFATTANDE REFLEKTIONER:

Sammantaget visar enkäten behov av ökad kunskap, tillgång till verktyg, modeller och metoder hos de svaranden inom alla de fyra områden som forskningen lyfter som essentiella för. Det uttrycks även behov av nätverksbyggande (att dela erfarenheter och ta stöd av varandra) och av att ta del av goda exempel på byggda, genomförda projekt.

De mesta av det som efterfrågas i enkäten finns sammanställt, paketerat och tillgängligt på myndigheters hemsidor (Boverket, Naturvårdsverket, Folkhälsomyndigheten etc. - se kapitel 1 i denna förstudie för länkar till material).

Konsultteamet bedömer att Region Skåne kan göra stor skillnad genom att leda, samla, driva samt stödja kunskapsbyggande i dessa frågor i kommunerna. *Sätt Skåne i rörelse* som modell och plattform har utarbetade kanaler och nätverk där frågorna om fysisk planering kan docka i. Frågorna kan därmed få den tvärssektoriella samverkan som forskningen förordar och det kan gå relativt snabbt att växla upp.

Det är värt att notera att frågan om fysisk planering av barn och ungas uppväxtmiljöer hamnar på olika platser i den kommunala organisationsstrukturen (liksom på RS). De svarande har därmed olika "ingångar" till frågan. Som med de flesta av våra komplexa samhällsutmaningar, finns ingen samordnande eller övergripande ansvarig för frågan vilket kan vara en utmaning. Att arbeta på tvärssektoriellt, brett, med gemensamma målsättningar, med frågan på så väl den regionala som kommunala nivån är enligt forskningen en avgörande framgångsfaktor för att bryta stillasittandet. Att hitta former för hur den typen av samverkan ska skapas och fungera är kanske den svåraste utmaningen, men behöver likväl tas om hand och lyftas.

3. FRÅN ORD TILL HANDLING

3. FRÅN ORD TILL HANDLING FÖR ETT MER RÖRELSERIKT SKÅNE!

”Ingen aktör kan ensam skapa ett rörelserikt samhälle som främjar fysisk aktivitet och motverkar långvarigt stillasittande. Det krävs en tvärssektoriell ansats och fodrar insatser inom nästan alla delar av samhället.”⁶⁵

För ett mer rörelserikt Skåne!

Region Skåne lyfts redan i dag fram nationellt som ett gott exempel på hur man kan arbeta med och driva folkhälsofrågor på regional nivå. Folkhälsofrågorna är här brett förankrade i styrdokument och politik vilket skapar goda förutsättningar på den strategiska nivån.

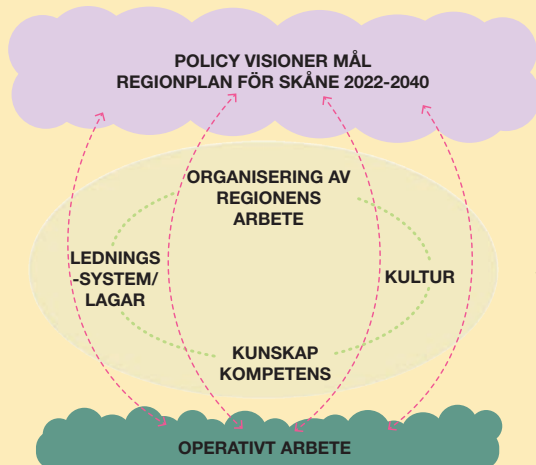
Med den inblick konsultteamet fått i Region Skånes verksamhet och organisation genom detta uppdrag och utifrån konsultteamets samlade kunskap och erfarenheter av att arbeta praktiskt med frågan för kommuner och fastighetsbolag rekommenderas att Region Skåne i nästa fas av sitt arbete med att skapa ett Skåne där ”både människan och platsen mår bra”:

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 vi bryta stillasittandet.

REGION SKÅNES 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 Region Skånes 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 Region Skåne 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 genomförandeglapp mellan den strategiska nivån och den operativa nivån kan slutas. Genom att arbeta med punkterna ovan skapas en mellan-nivå som bidrar till att koppla ihop nivåerna.

⁶⁵ Varje rörelse räknas SOU 2023:29

3. FRÅN ORD TILL HANDLING TILLSAMMANS

Fyra fokusområden som främjar fysisk aktivitet.

1. Rörelsefrämjande samhällsplanering
- tillgång till grönytor och bostadsnära natur
2. Rörelserik förskola, skola och fritidshem
3. Aktiv transport
4. Fritid, idrott och friluftsliv
- goda lekmiljöer, tillgång till rekreation och platser för spontanidrott

Att planera och bygga ett samhälle som främjar fysisk aktivitet är komplext. Bara för att man har byggt en cykelbana betyder det inte att den används. Men om den inte fanns alls skulle ingen, varken idag eller i morgon kunna cykla mellan de målpunkter som den binder samman.

Den fysiska planeringens roll är att skapa så goda förutsättningar för barn och ungas vardagsrörelse som möjligt.

Att samla, leda och driva frågorna utifrån de av forskning utpekade fyra fokusområdena som vi presenterar i kapitel 1. gör det enklare att arbeta strategiskt och att kommunicera med kommuner och andra samhällsaktörer.

Dessa fyra fokusområden (utom förskolor och skolors utemiljöer) lyfts även i Skånes regionalplans prioriteringsområden, vilket vi visar i kapitel 2. Det föreligger därmed inga hinder i Region Skånes styrdokument att prioritera att

samla sina insatser kring dessa fyra områden, tvärtom - det kan bidra till måluppfyllelsen.

Det finns, vilket framgår i kapitel 1, gott om forskningsbaserade vägledningar, verktyg, metoder och goda exempel som fungerar väl som stöd för kommunernas operativa arbete. De är gratis och webbaserade vilket gör det relativt enkelt för Region Skåne att förmedla som implementeringsstöd till kommunerna.

Även om alla fokusområdena ska samverka och vara väl utbyggda för maximal effekt, kan Region Skåne också välja att arbeta flexibelt och skräddarsytt med stöd inom ett eller ett par fokusområden beroende på den enskilda kommunen eller grupp av kommuners behov och förutsättningar. Kategorierna gör det enklare att bygga kunskap internt (man kan fördela ansvar för att kunskapsbygga och utveckla på olika medarbetare och enheter) och samla goda exempel genom omvärldsbevakning.

En viktig framgångsfaktor är Region Skånes interna kunskap om respektive fokusområde. För att kunna arbeta med implementeringsstöd behöver Region Skåne botten i frågorna själva och vara välinsatta i de metoder och verktyg, forskning och argument som man förmedlar.



3. FRÅN ORD TILL HANDLING

NORMER, RESURSER OCH MÅLKONFLIKTER

Utöver de fyra fokusområdena finns det tre faktorer som påverkar den fysiska planeringen av barn och ungas upp-
växtmiljöer som Region Skåne också bör kunskapsbygga
kring och samla aktörer för att belysa och diskutera:

Beteenden och normer

En rörelserik norm – där det normala är att vara fysiskt aktiv och bryta stillasittandet – gör det naturligt att skapa ett fysiskt aktivt samhälle. Om en sådan norm genomsyrar samhället så främjar den acceptans, medvetna beslut och genomförande. Beteendeförändring hos individer, grupper och utvecklingsarbete i organisationer, offentliga verksamheter och företag underlättas av kunskap, motivation och möjligheter. För långsiktiga förändringar behövs kunskaper kring fakta, metoder, implementering och implementeringsprocesser. Dessutom förståelse och respekt för den valda kontexten, såväl för en enskild insats som i ett större samhällsperspektiv. Verksamheter, professioner, styrning och ledning behöver motsvarande kunskap för att agera på ett gynnsamt sätt och på så sätt skapa goda förutsättningar och även underlätta för individen.⁶⁵

I kapitel 1 finns sammanställt fakta, metoder och implementeringsstöd som kan användas för att arbeta med att påverka normer och beteende.

Ekonomi – kalkyler och beräkningsmodeller

Det finns inga enkla beräknings- eller affärsmodeller som kommuner eller andra samhällsaktörer kan använda för att räkna ut vinst på investeringar i den byggda miljön i relation till barns hälsa. Sambanden är, som vi visar i kapitel 1, för komplexa.

Om man vill dra en enkel men korrekt slutsats kan man konstatera att ohälsa alltid kostar samhället mer än hälsa. De beräkningar vi presenterar i avsnittet om samhällsekonomiska kostnader stödjer alla det påståendet.

Om Region Skåne vill stödja kommunerna i att göra beräkningskalkyler eller kunskapsbygga kring samhälls- och hälsoekonomiska analyser föreslår vi att man bjuder in forskare och experter att belysa komplexiteten till nätverksmöten eller liknande.

Folkhälsomyndigheten beskriver hur man arbetar med hälsoekonomiska analyser⁶⁶ och begreppet sociala investeringar⁶⁷ på sin hemsida, vilket man också kan hänvisa till.

Målkonflikter

Samhällsplaneringen är full av målkonflikter, som kräver prioriteringar. Vi beskriver i kapitel 1 hur barn och ungas behov ofta drar det kortaste strået, trots att det går emot lagar som PBL och Barnkonventionen. För att ändra på det krävs kunskap om konsekvenserna, debatt och dialog, vilket kan ingå i Region Skånes roll att leda, driva och samla aktörer.

⁶⁵ Varje rörelse räknas SOU 2023:29 s. 51-52

⁶⁶ För mer information se: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/haloekonomi/haloekonomiska-utvarderingar/>
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/haloekonomi/>

⁶⁷ Se Folkhälsomyndigheten för mer information: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/andts/forebyggande-arbete-inom-andts/samhallsekonomska-vinster-av-halsoframjande-och-forebyggande-andts-arbete/>

3. FRÅN ORD TILL HANDLING SÄTT SKÅNE I RÖRELSE



Utveckling Skåne
Vi gör skillnad för Sjödingens framtid

Kontakt

Sök på webbplatsen...

Regional utveckling Kulturutveckling För företag Söka stöd Publikationer

Sätt Skåne i rörelse

En mötesplats för alla som arbetar för ökad fysisk aktivitet, rörelseglädje och hälsa hos Skånes barn och unga

Sätt Skåne i rörelse ska bidra till ett samhälle där fler barn och unga hittar rörelseglädje, är mer fysiskt aktiva och där jämlikheten i aktivitetsnivå och hälsa ökar.

Sätt Skåne i rörelse

- en supercykelbana för fys-frågan

Plattformen *Sätt Skåne i rörelse* är en fantastisk resurs. Den är etablerad, enkel och framgångsrik. Här finns en arbetsmodell för hur man kan möta och samverka med kommunerna i frågor som rör barn och ungas hälsa. Det finns nätverk och erfarenheter att dela.

Det är enkelt och tillgängligt för kommunerna och andra aktörer att ha allt material och alla verktyg samlade på ett ställe. Namnet *Sätt Skåne i rörelse* fungerar väl för alla enheters ansvarsområden.

Genom att koppla på frågor om fysisk planering och aktiv mobilitet till *Sätt Skåne i rörelse* kan Region Skåne skapa just den tvärssektoriella plattformen som forskningen menar är vägen till framgång.

Det kommer sannolikt även att göra det interna tvärssektoriella samarbetet lättare om Region Skåne har något så konkret att samverka och dela ansvar för. Utifrån *Sätt Skåne i rörelse* kan enheterna tillsammans sprida kunskap, samla aktörerna, driva samverka och stödja kommunerna. Region Skåne kan utbyta erfarenhet och dela kunskap på ett effektivt sätt.

Att använda *Sätt Skåne i rörelse* som plattform kräver inga nya investeringar för regionen.

Använd, utveckla och stärk *Sätt Skåne i rörelse* - låt den blir er supercykelväg och nod för alla frågor som rör barn och ungas hälsa.

3. FRÅN ORD TILL HANDLING ETT AKTIVT SYSTEM FÖR ÖKAD AKTIVITET

Enligt forskningen behövs aktiva system och strukturer för att leda, samla, driva, följa och stödja arbetet för att främja fysisk aktivitet i varje del och samlad helhet. Viktiga förutsättningar för ett aktivt system är att det finns: tydligt ledarskap, styrdokument, tydlig ansvarsfördelning på alla nivåer och implementeringsstödande strukturer samt data och uppföljning.

Ett aktivt system:

- är samlat kring fokusområdet och inkluderar sakinriktade, tvärsektoriella och vertikala delsystem utifrån arenor och politikområden på nationell, regional och lokal nivå.
- bidrar till tvärsektoriell riktning och styrfart, samlar relevanta och nödvändiga aktörer, fungerar som katalysator och ser till att positioner förflyttas. Det följer upp utveckling och insatser samt stöttar i genomförande.

Region Skåne lyfts redan i dag fram nationellt som ett gott exempel på hur man kan arbeta med och driva folkhälsofrågor på regional nivå. I styrdokument, som regionplanen och i organisationsstrukturens prioriterade verksamhetsområden (Regional fysisk planering; Hälsa; Infrastruktur och transporter; Natur och rekreation) är folkhälsa generellt, och barn och ungas hälsa specifikt ett tydligt prioriterat område. Folkhälsofrågorna är därmed brett förankrade i organisation och politik vilket skapar goda förutsättningar arbeta i ett sådant aktivt system som forskningen menar är nödvändigt om man ska lyckas bryta stillasittandet och minska de negativa effekter som det medför.

Detta ligger även helt i linje med förslagen i Region Skånes styrdokument *Strategi för framtidens hälsosystem i regional fysisk planering* (Skåne 30 juni 2023).

Främja fys på tvären

Konsultteamets analys är att frågan om främjande av barn och ungas fysiska aktivitet, idag finns med på flera ställen i Region Skånes organisation, men det saknas gemensamma mål och strategier för frågan som går på tvären och kopplar samman verksamheterna. Det gör det svårare att koordinera insatser, få till synergier och att arbeta strategiskt och långsiktigt.

Det tvärsektoriella samarbetet som inletts mellan enheterna för Regional planering, Miljö och hälsa och Transportinfrastruktur är ett bra steg på vägen, men om Region Skåne ska kunna driva frågan i ett aktivt system bör organisationen formulera gemensamma mål och handlingsplaner mellan samtliga verksamhetsområden som berör fältet; Regional fysisk planering; Miljö och Hälsa, Infrastruktur och transporter samt Natur och Rekreation.

Genom att arbeta med frågan på tvärs genom organisationen kan Region Skåne dessutom föregå med gott exempel och inspirera bland annat att på kommunnivå att göra detsamma.

Att förändra arbetssätt och samverka på tvären i en fråga är en stor utmaning för alla organisationer. Det kräver tid. Tid kan endast frigöras genom att prioritera – det innebär helt krasst att man måste välja bort vissa arbetsuppgifter och göra plats för samverkan. Om Region Skåne ska lyckas med detta, som forskningen menar är avgörande för att målet att bryta stillasittandet, krävs att Region Skåne skapar goda förutsättningar för att arbeta med frågan på nya sätt internt.

Rörelserikt Sverige ger förutsättningar för fysisk aktivitet för alla. En samlad modell för att främja fysisk aktivitet.



3. FRÅN ORD TILL HANDLING

REGION SKÅNES OPERATIVA ROLL OCH FUNKTION

Det framgår tydligt i regionplanen att Region Skånes roll när det gäller fysisk planering är att sprida kunskap, samla aktörerna, driva samverkan och stödja kommunerna. Frågan är förankrad i politik och ledning. Den strategiska nivån har svarat och förklarat varför arbetet med att främja barn och unga fysisk aktivitet i fysisk planering ska göras.

I regionplanens avsnitt *Lärdomar för regionplaneprocessen* framgår följande, som kan användas som vägledande i samarbetet med kommunerna:

- Sammantaget kan man konstatera hur viktigt det är att lägga stort fokus på den externa dialogprocessen för att möjliggöra samskapande och förankring; att arbeta nära kommunerna genom nyckelord som dialog, kommunikation och medskapande.
- Regionplaneprocessen behöver /.../ utgå från de fungerande processer, nätverk eller samarbetsforum som redan finns.



