

Konkretisering och förutsättningar -för GoFar och Pep Region/kommun

Innehållsförteckning

Konkretisering och förutsättningar	1
-för GoFar och Pep Region/kommun.....	1
Bakgrund	2
GoFaR.....	3
Bakgrund till GoFaR	4
Syftet framledes	5
Genomförande	5
Ekonomi och finansiering	6
Pep kommun	6
Bakgrund till Pep kommun i Örebro	6
Beskrivning av insatserna i Örebro	7
Mat- och rörelsesatsning i förskolan.....	7
Generation Pep (Pep kommun)	7
Resurser och roller i projektet	7
Projektorganisation	8
Det fortsatta arbetet	9

Bakgrund

Samverkansgrupp Hälsa har som mål att bidra till förbättrad måloppfyllelse av den Regionala Utvecklingsstrategins (RUS) mål 5; att öka andelen som anger att deras hälsa är bra eller mycket bra.

Samverkansgruppen utgörs av politiska representanter från länets alla kommuner och regionen. Samverkansgruppen har tagit del av kunskap och information om hälsoläget i länet och de faktorer som påverkar hälsoläget i befolkningen. Den struktur som använts för arbetet är de folkhälsopolitiska områdena.

Samverkansgruppen har sedan våren 2024 varit överens om att rekommendera ett länsövergripande gemensamt arbete för att öka den fysiska aktiviteten hos barn och unga. Detta för att bidra både till ett bättre psykiskt och fysiskt mående hos barn och unga, men också bidra till skolframgång kopplat till mål 17 i RUS. Flera strategiska dokument finns en stark koppling till önskan om ökad fysisk aktivitet dels i den Regionala idrottsplanen där ett önskad läge beskrivs som: Idrottsrörelsen skapar goda möjligheter till fysisk aktivitet oavsett ambitionsnivå eller ålder och fler barn och unga idrottar högre upp i åldrarna.

Samverkansgruppens presenterade sitt förslag på gemensam riktning till Strategisk Regional beredning (SRB) 30 augusti 2024. SRB ställde sig positiva till en satsning inom ramen för ökad fysisk aktivitet och bad Samverkansgruppen återkomma med förslag till genomförande inklusive förslag till finansiering.

På sammanträdet den 11 december 2024 enades samverkansgrupp hälsa om att dialog skulle föras med tjänstepersoner i länets kommuner för att få konkreta förslag på hur ökad fysisk

aktivitet kan uppnås för stärkt psykisk hälsa och höjda skolresultat. Särskild vikt skulle läggas på barn och unga som inte når upp till rekommenderad daglig fysisk aktivitet.

Dialog genomfördes 5 mars 2025 med bred representation av högre chefer från länets kommuner med koppling till skola samt kultur och fritid. I samband med dialogen presenteras regionens arbete med fysisk aktivitet på recept (FaR) och det koncept för detta som används av elevhälsan i Helsingborgs skolor (GoFaR). Resultatet av dialogen blev ett medskick till Samverkansgruppen där deltagarna ställde sig positiva till en Västmanlands anpassad GoFaR, samt önskemål om stöd för att få hjälp och stöd med att planera och genomföra fysiska aktiviteter både under skoldagen och fritiden. Önskemålet om stöd kopplat till fysiska aktiviteter ledde till en kontakt med RF-SISU för att få information om den satsning som görs i Örebro län inom ramen för Pep kommun.

Vid Samverkansgruppens sammanträde 4 april fick ledamöterna dragningar och information om både GoFaR och Pep kommun. Ledamöterna beslutade därefter att vid samverkansgruppens kommande sammanträde ska en konkretisering av förutsättningarna för samverkan kopplat till GoFaR samt Pep kommun i Västmanland presenteras.

Detta underlag utgör en sådan konkretisering av förutsättningarna.

GoFaR

I Helsingborg har elevhälsan utvecklat arbetssättet GoFaR (Gemensamt ordnad fysisk aktivitet på recept). Det är en vidareutveckling av det nationella arbetssättet FaR (Fysisk aktivitet på recept). GoFaR utgår från skolsköterskan på skolan och arbetssättet innebär att många olika aktörer hjälps åt och är delaktiga. Syftet med GoFaR är att skapa förutsättningar för att det nationella arbetssättet FaR (Fysisk aktivitet på Recept) ska fungera ännu bättre när det utgår från skolsköterskan och skolan.

Målet är att främja barn och ungas hälsa, utveckling och skolprestation. Metoden innebär en utökad samverkan och tar vara på fler aktörer som finns runt barnet. Metoden kompletteras med en stödjande miljö för barnet som utgår från deras nätverk. Det kan exempelvis vara familj, vänner, skolpersonal, fritidsledare eller föreningsledare. Barnets behov och önskemål är i centrum för den stödjande miljön.

En annan dimension är att utveckla utbudet av fysiska aktiviteter. Här finns allt från egna aktiviteter på olika platser i staden, till organiserade aktiviteter på skola, i förening, på gym eller på fritidsgård/mötesplats.

GoFaR riktar sig till barn och unga som behöver mer stöd för att öka sin fysiska aktivitet än vad skolpersonal kan erbjuda i det ordinarie arbetet. Barnet/ungdomen behöver också uppfylla någon av indikationerna koncentrationssvårigheter/önskad ökad skolprestation, fysiskt och psykiskt välbefinnande och övervikt (ej fetma). Aktiviteterna behöver kunna utföras utanför hälso- och sjukvården.

Bakgrund till GoFaR

GoFaR är ett arbetssätt som utvecklades och genomfördes av elevhälsan i Helsingborg under läsåret 18/19 på sju pilotskolor, och tillsammans med flera olika aktörer som på olika sätt kan bidra till ökad fysisk aktivitet för barn och unga. GoFaR är en medarbetardriven innovation och idén kom ursprungligen från en skolsköterska i Helsingborg. Landskrona inspirerades av GoFaR och vidareutvecklade och anpassade arbetssättet utifrån stadens lokala förutsättningar.

Som stöd i utvecklingsfasen i båda städerna fanns PART (Preventivt arbete tillsammans, en verksamhetsöverskridande enhet som genom samverkan mellan Landskrona stad, Helsingborgs stad och Region Skåne bidrar till innovation och metodutveckling inom det förebyggande arbetet för barn och unga i riskzon), RF SISU Skåne och Kunskapscentrum för levnadsvanor och sjukdomsprevention. Resultaten var positiva och efter projekttiden fortsatte elevhälsan i båda städerna med arbetssättet tillsammans med olika aktörer. Idag finns värdeerbjudandet för barn och ungdomar på åtta av Helsingborgs kommunala skolor (info har getts till fler skolor som visat intresse) och på 12 av Landskronas kommunala skolor.

Helsingborg och Landskrona erbjuder barn och unga olika möjligheter att vara fysisk aktiva, men det finns en grupp barn som vi tidigare inte har nått med de insatser och metoder som vi har arbetat med. Resultatet från projekttiden visar att genom att arbeta utifrån arbetssättet GoFaR så når vi barn och unga från en målgrupp som skulle gynnas särskilt väl av ökad fysisk aktivitet exempelvis på grund av sin psykiska och fysiska hälsa, eller behov av ökade förutsättningar att lyckas i skolan.

Framgången är att det finns gemensamma krafter i arbetssättet och många olika aktörer behöver samverka och resursintegrera i det gemensamma arbetet, och värdesamskapa med barnet/ungdomen och familjen för att den fysiska aktiviteten ska öka. På så vis kan både barnet/den unge själv skapa sin motivation och värde, och verksamheten tjäna på att gemensamma insatser görs.

GoFaR presenteras och sprids i olika forum lokalt, regionalt och nationellt, som ett konkret exempel på hur ett gemensamt arbete kan bedrivas av flera aktörer och utifrån barn och unga som rättighetsbärare. Bland annat lyfts detta arbetssätt som ett gott exempel i Region Skånes kraftsamling för psykisk hälsa barn och unga (spår fysisk aktivitet), på Barnrättsdagarna, till andra elevhälsor osv.

I Helsingborg har stöd identifierats i form av att få samverkan mellan ingående aktörer att fungera. Det innebär inte bara att de professionella ska ha ett gott samarbete, utan att de värdesamskapar och integrerar sina resurser, utifrån barnet/den unges eget behov och önskemål för att barnet/den unge ska uppleva att GoFaR skapar ett värde på så vis göra en skillnad. För de flesta barn och unga räcker det med information, hänvisning och att arbeta med motivationen, för att de ska vara fysiskt aktiva, men för en mindre del barn och unga behöver vi skapa andra förutsättningar. Helsingborg stad kan då erbjuda GoFaR som ett värdeerbjudande. Staden har många möjligheter att erbjuda barn och unga och arbetssättet GoFaR ingår i stadens helhetsarbete för barn och ungas hälsa och utveckling. I projektet kommer det att ingå att lyfta GoFaR som en del i denna helhet, utifrån ett behov som elevhälsan lyfter fram.

I Landskrona har stöd identifierats kring samverkan, resursintegrering och värdesamskapandet, precis som i Helsingborg för att få GoFaR att fungera som en del i stadens helhetsarbete för barn och ungas hälsa och utveckling. I det ingår att förtydliga rollen som lokal samordnare och supersamordnare (övergripande samordnare) för att involverade aktörers resurser ska integreras

och göra skillnad för barn och ungdomar som tillhör målgruppen. Ett förbättringsbehov som finns är att integrera Team Tidiga Insatser (TTI) som en resurs i arbetssättet på ett bättre sätt, för att ta tillvara på föräldrarna som en långsiktig drivkraft i barnet/den unges liv. Det tar tid tills ett nytt arbetssätt implementeras och blir en naturlig del av en verksamhet eller som i GoFaR, en del i flera verksamheter. Fortsatt stöd efterfrågas för att GoFaR ska bli ett ordinarie arbetssätt/verktyg på skolor och i andra verksamheter som möter barn och unga som tillhör målgruppen. Skolsköterskorna är centrala i GoFaR och har fortbildats, men behöver fortsatt stöd för att få arbetssättet att fungera.

En målgrupp som är önskvärd att nå med GoFaR är barn och unga med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF). För att mottagandet och upplevelsen ska bli bra för barnet/den unge så behöver delar i arbetssättet förbättras och bland annat idrottsledare vara rustade att bemöta barnen och ungdomarna och deras resurser. Denna segmenterade målgrupp kommer att vara en del i GoFaR 2.0 i Landskrona, och RF SISU Skåne en nära samarbetspart i det förbättringsarbetet.

RF SISU Skåne kommer fortsatt ha en viktig roll i GoFaR.2.0, utifrån utbildningar och stöd till idrottsföreningarna och därmed till arbetssättet. Kunskapscenter för levnadsvanor och sjukdomsprevention kommer ha en lika viktig roll i det fortsatta arbetet utifrån sin sakkunnighet i fysisk aktivitet, och medverkan i utbildningar för skolsköterskor samt i det fortsatta förbättringsarbetet kring uppföljning av indikatorer som GoFaR förskrivs för.

Syftet framledes

Syftet är att vidareutveckla arbetssättet för att bli hållbart över tid för att möta barn och ungas behov (som dom själva uttrycker) samt för att möta de behov som vuxna som arbetar runt dessa individer har. Syftet är också att synliggöra att arbetssättet kan bidra till en bättre hälsa och skolgång för barn och unga i Helsingborgs stad och Landskronas stad.

Genomförande

PARTs roll i GoFaR.20, är att ge stöd till verksamheterna på det sätt som de önskar för att vidareutveckla arbetssättet och förbättra de delar som är identifierade och formulerade i bakgrunden.

I första skedet arbetar varje ingående verksamhet fram vilket mål och vinster de ser med att delta i GoFaR, samt vilken roll och uppdrag deras personal kan ha i det gemensamma arbetet runt barnet/ungdomen.

Detta är en del i arbetat för att få en gemensam bild av hur olika verksamheter kan bidra med sina resurser i arbetssättet och därmed komma fram till en gemensam riktning. För att lyckas i arbetat med det enskilda barnet är det viktigt att detta är tydligt och framtaget av varje ingående verksamhet, och inte det andra "kräver eller förväntar av dom". I arbetat är det viktigt att ha ett tillitsbaserat förhållningssätt mellan involverade aktörer.

När detta är på plats lyfts det i olika forum för dialog där kunskaps- och erfarenhetsutbyte sker som kan bidra till ett gemensamt lärande och goda relationer. De forum för dialog som finns ska användas för detta ändamål exempelvis Helsingborgs samordningsgrupp för fysisk aktivitet och en kreativ fritid. I Landskrona behöver vi undersöka vilka forum som finns för att lyfta in GoFaR, alternativt skapa ett sådant tillsammans med andra gemensamma frågor utifrån samma samhällsutmaning (ökad fysisk aktivitet och en meningsfull fritid för alla barn).

Därefter tydliggörs och formaliseras den gemensamma riktningen, resurser och roller för samtligt involverade.

Det behöver också finnas tydliga ansvarsroller på de olika nivåerna för att få det operativa arbetet runt barnen att fungera. Om dessa finns, undersökt behov av förtydligande.

Fortsatt stöd till personalgrupperna undersöks utifrån vad de själva upplever att de behöver. Ett exempel kan vara att vidareutveckla arbetssättet med samtalsmaterialet som ett samskapande material utifrån barnet/den unges rätt till delaktighet och få sin röst hörd, att arbeta utifrån Självbestämmande teorin (SDT) i det dagliga arbetet, förstärka/förbättra arbetet med barn, unga men också deras föräldrars motivation osv. Det kan också innebära att personal upplever att de behöver mer eller bättre information osv.

NPF, men behöver även fortsätta undersökas hos fler barn och unga som får GoFaR, för att vi ska kunna uttala oss om huruvida detta skapar värde för dem vi finns till för. Som helhet kommer projektet arbeta vidare på att stärka barnet som rättighetsbärare utifrån Barnkonventionen.

Ekonomi och finansiering

Vardera kommunen, Landskrona och Helsingborg har en "supersamordnare" om 25 % och lokala samordnare om 10%, utöver detta har projektet också en grafisk designer om 20%. Det har även avsatts medel för tryckkostnader samt konferenser och nätverksträffar, Total budget för båda kommunerna 880 tkr under 2021.

Pep kommun

I Örebro län har civilsamhället i form av RF-SISU i samarbete med Generation Pep engagerats i syfte att samverka med region och kommuner för ökad fysisk aktivitet hos unga. Arbetet är ett tvåårigt projekt och finansieras genom statsbidraget för Nära vård.

Bakgrund till Pep kommun i Örebro

I Örebro ses insatsen som en del av omställning till Nära vård och fokusområdet främjande och förebyggande insatser. Goda levnadsvanor (fysisk aktivitet och kost) för barn och unga är ett område som prioriterats av Region Örebro och länets kommuner. Målsättningen är att öka den fysiska aktiviteten och förbättra kostvanorna hos barn och unga. Generation Pep:s årsrapport visar att endast tre procent av barnen lever enligt myndigheternas rekommendationer vad gäller fysisk aktivitet och kost. Regionen och kommunerna såg att verksamheter som möter barn och unga samt miljöer där barn och unga vistas måste blir än mer stödjande för att främja fysisk aktivitet och goda matvanor för att skapa förändring inom dessa områden

Beskrivning av insatserna i Örebro

Mat- och rörelsesatsning i förskolan

Mat- och rörelsesatsning i förskolan är en vidareutveckling av arbetet *Rörelsesatsning i skolan* som RF-SISU drivit sedan 2018. Beslutet att bredda insatsen till förskolan baserades på erfarenheter om att för vissa barn blir insatser i skolan allt för sena. Att komma in redan i förskolan för att stärka barnens rörelseförståelse blir en viktig främjande insats som ökar möjligheten för ett aktivt deltagande i samhället längre fram i barnens liv. Insatsen fokuserar dels på att stärka förskolan i sitt uppdrag som handlar om fysisk aktivitet, dels stärka vårdnadshavares kunskaper om dessa frågor. Vad gäller delen av insatsen som fokuserar på goda kostvanor har även den två perspektiv. Det ena är att tillsammans med förskolepersonal (pedagoger och måltidspersonal) jobba för bättre kostvanor inom förskolan och den andra är att stärka vårdnadshavares kompetenser om goda kostvanor.

Generation Pep (Pep kommun)

Generation Pep är en icke vinstdrivande organisation som grundades i juli 2016. Generation Pep vill att alla barn och unga i Sverige ska ha möjlighet och viljan att leva ett aktivt och hälsosamt liv och deras arbete utgår från Barnkonventionen. 2021 startade Generation Pep, Pep Kommun i syfte att skapa en vägledning för kommuner som vill arbeta för att skapa bättre förutsättningar för barn och unga att leva ett aktivt och hälsosamt liv. Pep kommun fokuserar på sju områden:

- Skol- och förskole baserade program
- Aktiv transport
- Hälsöfrämjande matmiljöer
- Barnrättsperspektivet – barns rätt till hälsa
- Hälsöfrämjande samhälls- och stadsplanering
- Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård
- Idrotts- och fritidsaktiviteter för alla

Kommuner som ingår i Pep kommun väljer själva vilket eller vilka områden de vill fördjupa sig i och kan både ta stöd av Generation Pep och övriga kommuner. Med Generation Peps verktyg som utgångspunkt får kommunerna stöd för att alla barn ska kunna leva ett aktivt och hälsosamt liv.

Under projektiden har alla kommuner fått riktat och operativt stöd i sitt arbete med fysisk aktivitet och kostvanor, kommunerna själva prioriterar vilka förskolor som ska få stöd. Utöver den riktade insatsen får samtliga förskolor i länet kontinuerligt ett generellt stöd genom inspiration och kunskap i sitt arbete. Exempelvis via nyhetsbrev och generella föreläsningar om fysisk aktivitet och/eller goda kostvanor. Dessa länsövergripande utbildningar sker främst digitalt. En del i arbetet är att uppmuntra länets förskolor att arbeta utifrån verktyget Pep Förskola.

Resurser och roller i projektet

För projektet har totalt tre miljoner kronor avsatts och dessa medel omsätts till två tvååriga koordinatorstjänster där en fokuserar på Mat- och rörelsesatsning i förskolan och en som part i

Pep kommun. Koordinatorerna samarbetar då de båda uppdragen går i varandra. Inte minst då förskole baserade program är en del av Pep kommun. Utöver lönekostnader finns även utrymme för vissa verksamhetsmedel (exempelvis till material för förskolor, föreläsningar, övrigt material etcetera) i arbetet. RF-SISU leder projektet som är finansierat via statsbidrag för Nära vård. Hela beloppet går till RF-SISU Örebro län och går till tjänster och verksamhetsmedel. I arbetet har RF-SISU förhållit sig till att länets kommuner är olika stora, alltså mindre arbete i små kommuner med få förskolor.

Regionen förmedlar medlen, detta efter ett beslut från kommunerna om att "undanhålla" en del av statsbidraget för insatser på regional nivå. Regionen bidrar med kommunikationstjänster, som bland annat tagit fram filmer och annat material.

Utifrån att projektet handlar om att stödja befintliga verksamheter till ett förändrat arbetssätt sker de stora arbetsinsatserna i de ordinarie verksamheterna, men det handlar om förändrade arbetssätt snarare än att någon ska gå in med ytterligare resurser. Det finns dock ett antal nära samarbetsparter som går in med andra typer av resurser i arbetet. De är:

- Koordinatorer för Rörelsesatsning i skolan – Utifrån att Mat- och rörelsesatsning i förskolan springer ur Rörelsesatsning i skolan finns ett nära samarbete. Att de som jobbar mot skolan stödjer de som jobbar mot förskolan och vice versa är en styrka i arbetet och således stödjer fler personer från RF-SISU arbetet.
- Kommunikatörer från Regionen. Som stöd för det länsövergripande arbetet med nära vård finns det två kommunikatörer på Regionen. Dessa två är även behjälpliga i arbetena med Mat- och rörelsesatsning i förskolan och Regionen som part i Pep kommun.
- Sakkunniga från Regionen. I det förberedande arbetet projektet har samtal förts med en rad olika professioner inom Regionen som jobbar med frågor som handlar om barns hälsa, fysisk aktivitet och kostvanor. Exempelvis barnläkare och psykolog kopplad till barnhälsovården samt nutritionist.
- Att RF-SISU leder arbetet innebär en gynnsam struktur för samverkan med idrottsföreningar, något som är dubbelriktat positivt. Idrottsföreningar kan bli en resurs i arbetet, men det skapar även möjlighet för föreningarna att kunna rekrytera fler barn och unga. RF-SISUs kompetens, erfarenhet och nätverk i arbetet med den statliga satsningen *Rörelsesatsning i skolan* har bidragit till effektivitet i arbetet och en uppväxling av ekonomiska medel.

Projektorganisation

Projektorganisationen som är uppbyggd kring de två koordinatorerna för arbetet är anställda och arbetsledda av RF-SISU. Till arbetet finns även en styrgrupp och en referensgrupp. Deras uppdrag är följande:

Styrgrupp: Styrgruppens uppdrag är att ta ut den långsiktiga riktningen för arbetet samt vara behjälpliga att skapa förutsättningar och ta bort hinder för arbetet kopplat till sina egna organisationer. Gruppen träffas initialt en gång i månaden. I styrgruppen ingår: RF-SISU Örebro län (Distriktsidrottschef och verksamhetschef), skolöverläkare, kommunal folkhälsochef,

regional chef som sammankallar nätverk av socialchefer och folkhälsochefer, regional chef som sammankallar nätverk av skol- och förskolechefer.

Referensgrupp: Referensgruppens uppdrag är att vara expertkompetenser som koordinatörerna kan rådfråga vid behov samt pröva förslag med. Gruppen träffas som helhet en gång per kvartal, men kan även ha löpande diskussion med koordinatörerna för arbetet. I referensgruppen ingår: Två personer (barnläkare och barnpsykolog) från obesitasteamet Region Örebro län (jobbar med unga med obesitas), en rektor från en förskola i arbetet, en idrottslärare från en skola som jobbar med Pep skola och två utvecklingsledare från Region Örebro län (en med särskild kunskap om utvärdering och en med särskild kunskap om barn och unga-frågor).

Det fortsatta arbetet

Ovanstående är exempel från andra län och kommuner där intentionen är att öka barn och ungas fysiska aktivitet. Det finns skillnader i lokala förutsättningar mellan länen i exemplen och Västmanlands län. Ekonomiska överenskommelser skiljer sig mellan länen, nätverk och strukturer för samverkan likaså. Ett eventuellt införande i Västmanland behöver planeras utifrån Västmanlands lokala förutsättningar.

Ett liknande samarbete kunde vara möjligt i Västmanland via RF-SISU för att möta önskemålet om inspiration och stöd till skolor och fritidsverksamheter kopplat till fysisk aktivitet. I Generation Peps koncept "Pep kommun" är det kommunernas behov som är det mest styrande. En regions roll "Pep Region" blir att stödja kommunerna i respektive region på det sätt som passar bäst just där.

Utifrån samtalsdialogen med skol- och kultur- och fritidschefer ses ovanstående exempel som möjliga för att dels möta upp chefernas inspel och önskemål, dels samverkansgruppens önskemål om en gemensam satsning på ökad fysisk aktivitet för barn och unga.

Det finns således behov av att ytterligare konkretisera förutsättningarna. Hur kan samverkan mellan regionen, kommunerna och civilsamhället kopplat till GoFaR och Generation Pep se ut? Hur fördelas roller och ansvar samt ekonomi och finansiering. Andra delar är tidplan och varianter av ambitionsnivå för respektive ingående part i arbetet framåt.

En väg framåt skulle vara att bilda en arbetsgrupp med representanter från kommunerna och Regionen som får i uppdrag att ta fram en förstudie och planera för en kommande pilot. Detta finansieras via Regionala utvecklingsmedel.