

Ökad fysisk aktivitet hos barn och unga - genom regional samordning

Innehåll

Inledning och bakgrund	3
Varför ökad fysisk aktivitet – varför nu	3
Elevhälsans Medicinska Insats Västmanland	4
Omvärldsbevakning	5
Förslag till genomförande	5
Pågående och kommande insatser med koppling till arbetet	6
Finansiering	7
Förslag på samarbetspartners.....	7
Arvsfonden	7
RF-SISU Västmanland och Generation Pep	8
Tidsplanering.....	8

Inledning och bakgrund

Samverkansgrupp Hälsa har som mål att bidra till förbättrad måluppfyllelse 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. Till Samverkansgruppen finns ett tjänsteperson stöd. 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 är efter ett och ett halvt års gemensamt arbete överens om att rekommendera och genomföra 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.

För att få genomslag och effekt av insats gällande fysisk aktivitet ser Samverkansgruppen att arbetet och insatsen skulle behöva beröra elevernas hela dag, med andra ord möjlighet till fysisk aktivitet på väg till/från skola, under skoldagen och efter skoldagen.

Därför ser Samverkansgruppen att samverkan och samarbete behöver ske med både regionen och länets kommuner samt civilsamhället i form av framför allt föreningslivet. Det innebär att föreningslivet behöver bjudas in till skolorna. Dessutom behöver föräldrar på olika sätt få kunskap och information av betydelsen med ökad fysisk aktivitet.

Ovanstående presenterades för Strategisk Regional beredning (SRB) 30 augusti 2024. SRB var positiva till en satsning inom ramen för ökad fysisk aktivitet hos barn och unga och bad Samverkansgruppen återkomma med förslag till genomförande inklusive förslag till finansiering

Målet för sådan satsning är att skapa bra förutsättningar för jämlik hälsa i Västmanlands län genom att fler klarar grundskolan samt att påverka de negativa trenderna med minskad fysisk aktivitet och ökande psykisk ohälsa.

Varför ökad fysisk aktivitet – varför nu

Det finns en mängd evidens och forskning som visar på den positiva effekt fysisk aktivitet har på hälsa och förutsättningarna att klara utbildningar och motverka framtida sjukdomar. 1 2

Det finns stora utmaningar kopplat till barn- och ungas mående, hälsa och skolresultat i Västmanland. Detta visar sig i ett antal indikatorer bland annat:

- Västmanland har högre snitt än riket vad gäller antal elever som inte uppnår fullständiga betyg, något som också ökat över tid.
- Andelen som uppger att de mår bra eller mycket bra har sjunkit från 2012 till 2023. För killar har andelen minskat från 87 % till 78 %, medan den för tjejer har sjunkit från 78 % till 55 %.
- Andelen som känner sig stressad har ökat vid varje mätning sedan 2014. För killar har siffran gått från 14 % till 27 % år 2023. För tjejer har andelen stigit från 38 % till 57 % under samma period.

¹ Samlad information på www.fyss.se

² [Liv och hälsa ung \(regionvastmanland.se\)](http://livochhalsaung.regionvastmanland.se)

Förankringsprocess – Fysisk aktivitet barn och unga

- Sedan 2014 har Mental Health Continuum (MHC-14) använts för att bedöma andelen unga med gott psykiskt välbefinnande. Andelen killar med gott psykiskt välbefinnande har minskat marginellt, från 52 % till 49 %, medan den största försämringen ses hos tjejerna, där andelen har sjunkit från 41 % till 31 %.
- Antal elever som uppnår rekommendationerna för daglig fysisk aktivitet är lågt, 46% av killarna och 26% av tjejerna, totalt 36%.
- Andelen elever med övervikt och obesitas är högre än riket och har ökat över tid.

För åldersgruppen 6 – 19 år saknas i Västmanland effektiva samverkansmöjligheter på området fysisk aktivitet, samtidigt ses alltså stora negativa konsekvenser inom både skola och sjukvård kopplat till låg fysisk aktivitet hos unga.

Enligt Riksidrottsförbundet³: Forskningen visar att om idrottsrörelsen når ytterligare 100 ungdomar kan följande hälsovinster och besparingar förväntas:

- 5 ungdomar kommer inte drabbas av depression.
- 25 ungdomar kommer inte ha symtom som magont, huvudvärk med mera.
- En mindre besparing görs i sjukvården för ett antal färre läkarbesök och mindre konsumtion av antidepressiva läkemedel.
- Skolresultat kommer att förbättras för minst 5 elever tack vare mindre sjukdom/symtom.

Enligt Riksförbundet Attention: 4

- 1 av 10 klarar inte gymnasiet i Sverige (ca 14 000 elever i varje årskull).
- Av de som hoppar av skolan varje år hamnar varannan elev i utanförskap.
- Samhällsförlusten för dessa elever uppgår i Sverige till totalt ca 53 miljarder utslaget på den årskullens hela arbetsliv. Hälften av förlusten drabbar enskilda och hälften drabbar det offentliga genom förlorade skatteintäkter.
- Kostnaderna för sjukdomar relaterade till fysisk inaktivitet och övervikt uppskattas till totalt 25 miljarder kronor per år, bara i Sverige.

Barnkonventionen utgör lag och klargör barnens rättigheter också kopplat till rätten god hälsa.

Artikel 6: Varje barns rätt till liv, överlevnad och utveckling. Det handlar inte bara om barnets fysiska hälsa utan också om den andliga, moraliska, psykiska och sociala utvecklingen.

En ny Socialtjänstlag kommer ha ett krav på förebyggande arbete kopplat till Barnkonventionen. Kommunerna kommer behöva beakta det förebyggande arbetet för att säkra barn- och ungas framtida hälsa.

Elevhälsans Medicinska Insats Västmanland

Samverkansgruppen har haft kontakter med Elevhälsans Medicinska Insats (EMI). Där föddes en tanke om att komplettera den befintliga samordningsfunktionen för elevhälsans medicinska insats med en funktion som samordnare för att samordna, stödja och underlätta för skola, elever och förälder att åstadkomma och bidra till en höjning av barn- och ungas fysiska aktivitet. Av olika anledningar har det dock framgått att

³ Idrottens samhällsnytta En vetenskaplig översikt av idrottsrörelsens mervärden för individ och samhälle.

⁴ [Vad vinner kommunen på förebyggande arbete? – Riksförbundet Attention – Meningsfull fritid](#)

Förankringsprocess – Fysisk aktivitet barn och unga

sådan funktion inte är optimalt då uppdraget gällande fysisk aktivitet skulle bli allt för olik det arbete som görs med koppling till medicinska insatser.

Omvärldsbevakning

Samverkansgruppen har även gjort viss omvärldsbevakning inom området, av vilka kan nämnas, Region Skåne (Sätt Skåne i rörelse), och Region Örebro, (Pep kommun 2.0), där det finns samverkan mellan Regionen och kommunerna inom ramen för ökad fysisk aktivitet. Rörelsesatsning i skolan i Dalarna, ett femårigt samarbete mellan Region Dalarna och RF-SISU för att få barn och ungdomar att röra sig mer.

Vid Region Gotlands Energicentrum drivs projektet Faktum som handlar om att få fler barn och unga att gå eller cykla till skolan. Man har intervjuat 800 barn där många uppger att den främsta anledningen till att de skjutsas är tidsbrist, men att många av barnen vill kunna ta sig själva till skolan.

Förslag till genomförande

Samverkansgruppen föreslår att uppstarten utgörs av antingen ett projekt, eller en etableringsfas om tre år. I denna fas ska metoder och arbetssätt tas fram, testas och utvärderas. För denna fas görs ansökan om delfinansiering via Arvsfonden. Övrig finansiering föreslås utgöras av finansiering via länets kommuner och Regionen, via en fördelning kopplat till antal elever.

Då projektet/etableringsfasen är över permanentas arbetet och finansieras till fullo via nämnda finansieringsmodell. Utvärdering visar på lämplig nivå för det permanenta arbetet. Förslagsvis inriktas på grundskola under etableringsfasen, för att sedan eventuellt utöka till förskola och gymnasium.

EMI har i Västmanland byggt upp en unik infrastruktur för spridning av information och samarbetsrutiner mellan sjukvården och skolornas elevhälsa. En liknande struktur finns ingenstans i Sverige. Redan etablerad infrastruktur mellan skola och sjukvård innebär sannolikt att det går fortare att etablera gemensamma arbetssätt även på andra områden med koppling till hälsa, till exempel för ökad fysisk aktivitet.

Centralt för att lyckas är att inkludera barnkonventionen - barnens rätt till hälsa och barn och ungas perspektiv på vad som behövs för ökad fysisk aktivitet. Barn och unga ska därför inkluderas i arbetet i att ta fram en ny arbetsmodell för länet kopplat till fysisk aktivitet samt under genomförandet och uppföljningen av projektet.

Centralt för att lyckas är även att arbetet är långsiktigt, vilket innebär att god förankring över gränser är viktigt för att arbetssättet ska hålla över flera mandatperioder. Det är också en förutsättning för att söka bidrag från Arvsfonden.

Projekt/etableringsfas

Ett antal uppdrag som kan genomföras under projekt/ etableringsfas, av vilka kan nämnas:

- Verka för att skapa bra förutsättningar för jämlik hälsa genom ökad fysisk aktivitet i Västmanlands län med inriktning på åldrarna 6 – 16 år (grundskola)
- Erbjudas x antal grundskolor att delta i att utveckla fungerande arbetsmaterial och samarbeten, med utgångspunkt från material och verksamheter hos xx xx
- Erbjudas x antal skolor med fokus på elever i anpassad grundskola samt elever i särskild undervisningsgrupp att delta i att utveckla fungerande arbetsmaterial och samarbeten, med utgångspunkt från material och verksamheter hos xx xx, för att fler av dessa elever ska få betyg i idrott

Förankringsprocess – Fysisk aktivitet barn och unga

- Utveckla och erbjuda samtliga skolor material till föräldrautbildning med fokus på fysisk aktivitet anpassad till olika årskurser och elever.
- I samarbete med civilsamhälle utveckla utbildningsmaterial för civilsamhälle riktat till föräldrar.
- Erbjud och uppmuntra samtliga skolor att ta del av material från Generation Pep, vilket tillhandahålls kostnadsfritt
- Ta fram gemensam arbetsmodell för fysisk aktivitet på recept (FaR) i samverkan mellan sjukvård och elevhälsa
- Långsiktig förankring och kunskapshöjning i hela länet, även bland beslutsfattare, om vikten av ökad fysisk aktivitet hos unga.
- Utvärdera projektet och överlämna till länets kommuner och regionen för implementering och förvaltning
- Eventuellt föreslå nästa steg (barn 0-6 år, gymnasium)

Projekt/etableringsfasen kommer också behöva resurser och kompetenser, samt en organisation, av vilka kan nämnas: organisation, med styrgrupp, projektgrupp och referensgrupp.

Kompetenser

- Fysioterapeut
- Arbetsterapeut
- Projektledare
- Digital kompetens
- Barnrättskompetens
- Projektadministration
- Fysisk aktivitet på recept (FaR) kompetens

En samordningsroll med ett antal uppgifter av vilka kan nämnas:

- Vara en tydlig representant för fysisk aktivitet hos unga
- Informations- och kommunikationsansvar med berörda parter
- Utveckla, erbjuda och stödja metodutveckling
- Under projekttiden vid utvalda skolor vara samordnare och driva utvecklingsarbete mellan civilsamhälle, skola och sjukvård kopplat till ökad fysisk aktivitet
- Initiera kompetensutveckling
- Hålla i nätverk för länets skolledare, skolsköterskor, skolläkare, idrottslärare, fritidspedagoger, sjukvård, folkhälsa och civilsamhälle kopplat till fysisk aktivitet hos unga
- Stimulera arbetet med det systematiska kvalitetsarbetet för hälsofrämjande och förebyggande insatser kopplat till fysisk aktivitet och höjda skolresultat
- Samordning
- Kompetenshöjning
- Utvärdering i samarbete med MDU

Pågående och kommande insatser med koppling till arbetet

Barnkonventionen med barns rättigheter är ny lag, ny socialtjänstlag med mer fokus på att förebygga, nationell utredning om elevhälsa pågår, Fysisk aktivitet på recept (FaR) – nationellt mål om ökad

Förankringsprocess – Fysisk aktivitet barn och unga

förskrivning. Fritidskort till unga delas sannolikt ut med start under 2025, ökning antal remisser BUP, elevens val borttaget (= minskad flexibilitet under lektionstid), högre krav på föräldrastöd, kraftsamling för ökad hälsa, regional samordning för föräldraskapsstöd, handlingsplan regional idrottsplan.

Barn- och ungdomspsykiatri ställer fråga till alla patienter om motionsvanor.

Nära Vård – har tagits fram ny arbetsrutin mellan specialistvård och elevhälsa för barn med obesitas. Den är ej ännu implementerad i alla kommuner.

RF-SISU har ett regeringsuppdrag om rörelsesatsning i skolan som syftar till att förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten.

Finansiering

Förslagsvis används en modell för finansiering där kostnaderna fördelas 50% länets kommuner och 50% Regionen. Respektive kommuns kostnad är proportionell med utgångspunkt från elevantal i åldersgruppen 6 – 19 år. Det kan också vara en lösning att kommuner går in med personella resurser i stället för finansiella.

Region Västmanland bidrar med arbetsplats och arbetsgivaransvar.

För kommunerna kan kommande statsbidrag vara en källa till finansiering till exempel genom bidrag för ny socialtjänstlag och nära vård. För Regionen kan statsbidrag för FaR vara en finansiell källa.

Medel ska ansökas om till Arvsfonden för ca 60 % av kostnaderna under projekt/ etableringsfas, 3 år.

Förslag på samarbetspartners

RF-SISU Västmanland – för samarbete med skolor

Generation Pep – för att ta del av material, kunskap och inspiration

Studieförbund för att tillsammans med RF-SISU ta fram utbildningsmaterial riktad till föräldrar för spridning via studiecirkel och föreningar

Lokalt föreningsliv – för samarbete med skolor

Arvsfonden

Arven som Allmänna arvsfonden förvaltar möjliggör att cirka 400 projekt över hela landet får ekonomiskt stöd varje år. Projekten riktar sig till barn, ungdomar, äldre och personer med funktionsnedsättning.

En projektidé måste vara utvecklande för minst en av målgrupperna för att få pengar från Arvsfonden. Projektet ska skilja sig från sökande organisations ordinarie verksamhet.

I ett arvsfondsprojekt måste det finnas en rimlig plan för hur projektets resultat och erfarenheter ska kunna leva vidare efter projektiden. Planen ska finnas innan man sätter i gång med sitt projekt.

Offentlig huvudman kan endast beviljas stöd för projekt som genomförs i nära samarbete med minst en ideell organisation. Huvudmannen ska bidra med en betydande egeninsats och projektiden ska vara utvecklande.

Enligt projektbarometern hamnar Västmanland generellt i den nedre halvan bland länen för tilldelade medel per invånare. Få ansökningar från länet?

RF-SISU Västmanland och Generation Pep

RF-SISU Västmanland är en av Riksidrottsförbundets och SISU Idrottsutbildarnas 19 regionala organisationer. Deras uppdrag är att stödja, företräda, leda och samordna idrottsrörelsens gemensamma frågor regionalt och lokalt samt bidra till idrottens utveckling genom folkbildning och utbildning.

Förslagsvis ingår även inkl E-sport i kommande arbete i Västmanland. I ett projekt via Arvsfonden pågår i Västerbotten - Level Up - framtidens E-sport i Västerbotten⁵. Det handlar om att fler barn och ungdomar ska kunna utöva e-sport inom ramen för en idrottsförening, vilket ska leda till att fler barn och unga lockas till idrottsrörelsen.

Generation Pep samlar över 2000 aktörer från samhällets olika arenor som tillsammans jobbar för ett samhälle där alla barn och unga har möjlighet och viljan att leva ett aktivt och hälsosamt liv.

Generation Peps arbete utgår från Barnkonventionen. Samarbetsinitiativ som de medverkar i granskas genom tredjepartsrevision för full transparens och måluppfyllelse.

Såväl Arvsfonden som Generation Pep ställer krav på att arbeta utifrån barnens rättigheter.

Tidsplanering

2023/2024 diskussion och förankring via Samverkansgrupp Hälsa med länets kommuner och sjukvård

Sep – nov dialog och förankring i länets kommuner och med tänkta samarbetspartners

4 okt Regional Ledningsgrupp - förankring/ godkännande/ beslut

Okt- nov Förankring skolnätverk, elevhälsa, sjukvård, politiska partier/ nämnder

15 november Samverkansgrupp hälsa– godkännande av projektidé inför ansökan till Arvsfonden

Nov- dec Förankring skolnätverk, elevhälsa, sjukvård

11 dec Regional Ledningsgrupp– förankring/ godkännande/ beslut

13 dec SRB — förankring/ godkännande/ beslut

Dec-jan 2025 ansökan till Arvsfonden

Uppstart innan höstterminen 2025

⁵ Genom en bred samverkan ska en modell för E-sportens integrering i idrottsrörelsen i Västerbotten tas fram.