

Handlingsplan 2019 - 2022

# Fysisk aktivitet hos barn och unga



Innehållsansvar: Koncernstab regional utveckling, avdelning social hållbarhet

# Innehåll

Innehåll.....	2
Inledning .....	3
Syfte och önskad effekt.....	3
Utformningsprocessen .....	4
Koppling till Regionövergripande måldokument .....	5
Utgångspunkter .....	5
Målbild Västra Götalandsregionen .....	6
Arena Hälsa- och sjukvård.....	6
Delmål för arena Hälsa- och sjukvård .....	7
Arena Inne- och utemiljöer .....	10
Delmål för arena Inne- och utemiljöer .....	10
Arena Fritid.....	13
Delmål för arena Fritid.....	13
Arena Förskola och skola.....	15
Delmål för arena Förskola och skola .....	15
Genomförande och uppföljning .....	17

# Inledning

Stå upp för hälsan, vi sitter för mycket! Barn och ungdomar i Sverige rör sig för lite och sitter stilla för mycket. Endast 44% av pojkarna och 22% av flickorna når upp till rekommendationen om 60 minuters fysisk aktivitet per dag<sup>1</sup>. Aktivitetsnivån minskar också med åldern och tonårsflickor är den grupp som är minst aktiv.

Fysisk aktivitet är grundläggande för ett gott liv och gynnar såväl fysisk som psykisk hälsa. Genom tidiga insatser för att främja fysisk aktivitet och goda kostvanor kan sjuklighet senare i livet förebyggas. Västra Götalandsregionens (VGR) pågående omställning av vården riktar fokus på hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser för att skapa ökad hälsa och minska framtida vårdbehov. Lyckas vi öka den fysiska aktiviteten hos barn och unga så kommer detta att visa sig i förbättrad hälsa och minskat vårdbehov såväl på kort som lång sikt. Fysisk aktivitet har även bevisad positiv effekt på minne, koncentration och inlärning. Att ta fram en strategi för fysisk aktivitet är därför en av Regionstyrelsens rekommendationer inom ramen för Handlingsplan fullföljda studier 2017-2020<sup>2</sup>, som syftar till att få fler elever i Västra Götaland att gå ut skolan med godkända betyg.

En analys av nuläget som genomfördes under våren 2018 visar att det finns utvecklingsmöjligheter vad gäller arbetet kring fysisk aktivitet inom Västra Götalandsregionen. En gemensam handlingsplan ger oss möjlighet att prioritera insatser och använda våra resurser på bästa sätt. Handlingsplanen omfattar åtaganden där Västra Götalandsregionen har rådighet och involverar många av organisationens verksamheter, såväl inom hälso- och sjukvården som regional utveckling.

En sammanfattning av nuläge och förutsättningar, tillsammans med tydliggörande av definitioner och begrepp, finns i nulägesrapporten *Fysisk aktivitet hos barn och unga – en bild av nuläget*. Rapporten är en viktig utgångspunkt för handlingsplanen.

FN:s konvention om barnets rättigheter, vilken börjar gälla som svensk lag 1/1 2020, kommer att påverka arbetet med handlingsplanen inom dess arenor och målområden.

## Syfte och önskad effekt

Handlingsplanen beskriver prioriterade mål och konkreta åtgärder i syfte att främja och öka fysisk aktivitet hos barn och unga i Västra Götaland.

- Fler barn och unga i Västra Götaland når rekommendationen om 60 minuters fysisk aktivitet per dag.
- Minskade skillnader i aktivitetsnivå genom att rikta insatser till grupper som jämförelsevis är mindre aktiva:
  - Skillnaden mellan pojkar och flickor ska minska.
  - Skillnaden mellan yngre och äldre barn ska minska.
  - Aktivitetsnivån hos barn med funktionsvariationer ska öka.

<sup>1</sup> Rekommendationer framtagna av Yrkesföreningar för fysisk aktivitet (YFA) och är antagna av Svenska läkaresällskapet (Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling (FYSS) 2017)

<sup>2</sup> Diarienummer RS2017-04304

# Utformningsprocessen

Utformningen av handlingsplanen har letts av avdelning social hållbarhet och utformningsprocessen har präglats av hög grad av delaktighet från organisationen. Med utgångspunkt i nulägesrapporten har workshops och dialoger anordnats på olika platser i regionen där representanter från berörda verksamheter deltagit. Parallellt med detta har dialogmöten med externa aktörer hållits, såsom kommuner, akademien, ideella sektorn och föreningslivet.

Workshops och dialogmöten resulterade i en gemensam målbild och viktiga utgångspunkter. Med detta som grund utformades sedan konkreta delmål och åtgärder inom respektive arena. Detta arbete har letts av en arbetsgrupp med representation från hälso- och sjukvården, regional utveckling och Västfastigheter. Förankringsmöten har hållits löpande med berörda verksamheter och styrgruppen för Handlingsplan fullföljda studier, som bland annat består av direktörerna för hälso- och sjukvård, regional utveckling, kultur och kommunikation.

Följande verksamheter inom Västra Götalandsregionen har varit involverade i processen:



# Koppling till Regionövergripande måldokument

- VGR Budget 2019: *Skillnader i livsvillkor och hälsa ska minska (prioriterat mål)*
- Strategi för tillväxt och utveckling i Västra Götaland 2014 – 2020 (VG 2020):  
*Fler ska bedriva eftergymnasiala studier och avhoppet från skolan ska minska.*
  - *Handlingsplan fullföljda studier 2017–2020: Att ta fram en strategi för fysisk aktivitet är en av Regionstyrelsens rekommendationer inom ramen för Handlingsplan fullföljda studier*
- Strategi för hälso- och sjukvårdens omställning i VGR: *Utveckla den nära vården - Sjukdomsförebyggande och hälsofrämjande insatser riktade mot individer och grupper är av stor vikt för att skapa ökad hälsa och minska framtida vårdbehov.*
- Kulturstrategi för Västra Götaland: *I den kulturplan som konkretiserar strategin lyfts olika aspekter av kulturpolitiken som t.ex. kultur och hälsa samt kultur och utbildning. Barns och ungas möjligheter att uppleva och skapa dans nämns specifikt.*
- Regionalt trafikförsörjningsprogram: *Hållbart resande är ett prioriterat utvecklingsområde, med hållbart menas i programmet både miljö, socialt och ekonomiskt perspektiv.*

## Utgångspunkter

Handlingsplanen bygger på ett antal utgångspunkter som varit vägledande i utformning av mål och åtgärder. Dessa har identifierats under workshops och dialogmöten:

- Jämlig hälsa och jämlig vård
- Hälsofrämjande insatser som börjar tidigt
- Insatser behöver involvera vårdnadshavare och/eller hela familjen
- Helhetsperspektiv – åtgärder inom flera olika arenor
- Samverkan med andra aktörer i samhället
- Generella insatser som omfattar många barn samt riktade insatser till särskilt utsatta grupper
- Koppla ihop fysisk aktivitet för barn och unga med andra prioriterade initiativ och processer inom Västra Götalandsregionen

# Målbild Västra Götalandsregionen



Västra Götalandsregionens målbild omfattar fyra olika arenor och fyra övergripande mål. Genom detta belyses området ur fyra olika perspektiv och vi kan rikta insatser som på olika sätt kompletterar varandra. En framgångsfaktor är att involvera samtliga vårdnadshavare och/eller hela familjen inom de olika arenorna. Västra Götalandsregionens roll ser olika ut inom de olika arenorna, vilket också avspeglas i de olika åtgärderna.

FN:s barnkonvention blir lag i Sverige 1 januari 2020. Enligt barnkonventionen ska barnets bästa komma i främsta rummet vid alla beslut och åtgärder som rör barn. Den kommer att vara vägledande för arbetet med handlingsplanen. För att nå målen inom arenorna är det därför viktigt att involvera barn i olika medskapandeprocesser.

I arbetet med ungas möjlighet till fysisk aktivitet är det viktigt att beakta det socioekonomiska perspektivet samt flickors behov.

## Arena Hälso- och sjukvård

Det övergripande målet inom arena Hälso- och sjukvård handlar om att skapa en hälso- och sjukvård som aktivt och långsiktigt främjar fysisk aktivitet i hela regionen. I detta ingår hälsofrämjande och förebyggande åtgärder för att öka fysisk aktivitet hos barn och unga, men också fysisk aktivitet som behandlingsform vid olika sjukdomstillstånd. Insatserna syftar till att åstadkomma långsiktiga, bestående förändringar. För att lyckas med detta krävs förbättringar i såväl processer och uppföljningssystem som organisatoriska strukturer.

Västra Götalandsregionen brister idag i sin strävan att erbjuda jämlik vård. Skillnaderna i är idag stora när det gäller möjlighet för vårdgivare att få tillgång till kompetensutveckling och stöd i arbetet med fysisk aktivitet och det råder stora skillnader i vilka hälsofrämjande och förebyggande åtgärder/metoder som kan erbjudas i olika delar av regionen. Till exempel finns Fysisk aktivitet på recept (FaR) till barn och unga endast i ett nämndområde.

## Delmål för arena Hälso- och sjukvård

### Utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet i varje delregion

Det första delmålet, som är en förutsättning för flera av de andra insatserna i handlingsplanen, är att införa en utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet i varje delregion. Med detta skapas förutsättningar för en mer jämlik hälsa och vård. Arbetsformerna kan anpassas efter lokala förutsättningar och bygga på befintliga verksamheter. Koppling behöver finnas till den nya kunskapsorganisationen och regionalt programområde (RPO) levnadsvanor. Funktionen utgör en del av den ”infrastruktur” för det regionala levnadsvanearbetet kring fysisk aktivitet som idag saknas.

Funktionen ska arbeta verksamhetsnära inom hälso- och sjukvårdens arbete med fysisk aktivitet genom informationsspridning, kompetensutveckling och stöd till vårdgivarna i arbetet med fysisk aktivitet. Funktionen ska också stödja samverkan mellan vårdgivare och friskvårdens aktivitetsarrangörer lokalt samt utgöra en resurs i det befolkningsinriktade hälsofrämjande arbetet för att få fler fysiskt aktiva.

I arbetet tillvaratas kunskap och erfarenhet från befintlig modell i Göteborg (Centrum för fysisk aktivitet Göteborg) som ges i uppdrag att samordna arbetet. Genom en utbildnings- och samordningsfunktion i de olika delregionerna ska ett likvärdigt vårdgivarstöd för arbetet med fysisk aktivitet i regionen säkerställas och möjliggöra att invånarna, oberoende bostadsort, erbjuds stöd från hälso- och sjukvården till ökad fysisk aktivitet. Funktionen ska också utgöra en kunskapsresurs för andra aktörer i samhället i arbetet med att främja fysisk aktivitet och förebygga ohälsa. Arbetet ska bedrivas i nära samverkan med universitetet/högskola. Genom detta tillvaratas bland annat omvärldsbevakning, aktuell forskning och evidens samt forskningsstudier som Västra Götalandsregionen har medfinansierat. Funktionen deltar i utveckling och implementering av nya metoder och arbetssätt på området.

*Utbildning- och samordningsfunktionens uppdrag utifrån barn och unga är att:*

- Öka kunskapen hos vårdgivare som möter barn och unga om betydelse av fysisk aktivitet för god hälsa och välbefinnande, på såväl kort som lång sikt.
- Tillgängliggöra metoder och verktyg för att arbeta med fysisk aktivitet, hälsofrämjande och i behandling, t ex FaR för barn och unga som idag endast erbjuds i Göteborg.
- Skapa nätverk där olika vårdgivare som tex centrala barnhälsovården, barn- och ungdomsmottagningar, barn- och ungdomspsykiatri, den samlade elevhälsan, fortlöpande kan erbjudas kompetensutveckling och utbildning i betydelsen av fysisk aktivitet samt metoder för att främja fysisk aktivitet, samt motiverande samtalsmetodik (MI).
- Utgöra en kunskapsresurs för förskole- och skolorganisationen kring betydelsen av fysisk aktivitet och dess goda effekt på hälsa och inlärning med målet att främja rörelse under skoldagen.
- Stödja samverkan mellan hälso- och sjukvården och lokala aktörer inom friskvård och föreningsliv för att underlätta lotsning till lämpliga aktiviteter.
- Medverka i regionalt utvecklingsarbete som rör fysisk aktivitet som prevention och behandling.

### Kompetenshöjning inom barn- och ungdomsverksamheter

Delmålet handlar om att nå en generell kunskapsökning hos de verksamheter som möter barn/unga och vårdnadshavare. Ökad kompetens är en förutsättning för att inom olika vårdnivåer stötta och

hjälpa barn och vårdnadshavare i behov av ökad fysisk aktivitet. Utbildnings- och samordningsfunktionen för fysisk aktivitet möjliggör kompetensutveckling inom området och tillhandahåller utbildning och utbildningsmaterial. Kompetenshöjningen omfattar:

- Tillstånd/ohälsa där fysisk aktivitet har positiva effekter
- Metoder för att identifiera barn och ungdomar som är otillräckligt fysiskt aktiva
- Befintliga metoder, insatser och aktiviteter för att främja fysisk aktivitet

### **Gemensamt budskap**

Det är idag många som känner sig osäkra kring hur de nationella rekommendationer som finns i Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling (FYSS) avseende fysisk aktivitet för barn och unga ser ut. Detta gör att det förmedlas olika budskap till barn och föräldrar beroende på vem de möter. Delmålet handlar om att utforma ett tydligt, gemensamt budskap som kan användas av samtliga verksamheter inom Västra Götalandsregionen, inom flera olika arenor. Det kan också spridas till externa aktörer såsom förskola och skola.

### **Tidigt fånga upp och hjälpa barn (0-6 år) med motoriska svårigheter**

Delmålet handlar om att stimulera och uppmuntra till rörelseglädje hos alla barn, med särskilt stöd till dem som behöver det i sin motoriska utveckling. Hälso- och sjukvården fångar idag inte upp alla små barn som har mindre motoriska svårigheter. Genom att på ett bättre sätt identifiera dessa barn och erbjuda dem rätt hjälp att hitta rörelseglädje, minskas risken för inaktivitet längre upp i åldrarna. Det krävs stärkta insatser inom barnhälsovården för att fånga upp lindriga motoriska svårigheter samt förbättrad samverkan mellan barnhälsovården och Vårdval rehab för att säkerställa hjälp på rehabmottagningar. Bland annat behöver gränssnitt och remissvägar mellan Central barnhälsovård och Vårdval rehab tydliggöras.

### **Förebygga och behandla psykisk ohälsa hos unga genom fysisk aktivitet**

Allt fler unga drabbas av psykisk ohälsa. Samtidigt finns evidens för att fysisk aktivitet minskar risken att drabbas och att fysisk aktivitet är en effektiv behandlingsform. Delmålet handlar om att stärka insatserna på samtliga vårdnivåer för att identifiera och hjälpa unga som är i behov av ökad fysisk aktivitet. Detta förutsätter ökad kunskap inom området samt stärkta insatser inom bland annat Ungdomsmottagningar, Primärvård och Barn- och ungdomspsykiatri för att identifiera unga med psykisk ohälsa som är i behov av ökad fysisk aktivitet. Det krävs också stärkta insatser för att erbjuda fysisk aktivitet som del i behandling av psykisk ohälsa.

### **Förbättrad uppföljning**

Uppföljningen kring hälso- och sjukvårdens arbete kopplat till fysisk aktivitet behöver förbättras. Delmålet handlar om att inom ramen för framtidens vårdinformationsmiljö införa system som möjliggör uppföljning av verksamheternas arbete kring fysisk aktivitet.



Delmål	Åtgärder	Indikatorer	Ansvar
<b>1.1 Utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet i varje delregion</b>	1.1.1 Införa en utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet i varje delregion, med uppdrag att stärka hälso-och sjukvårdens arbete med fysisk aktivitet samt stärka samverkan med andra aktörer.	Antal implementerade utbildnings- och samordningsfunktioner  Måltal: 100% (4 st)	Utreds som del i omställningen av vården. Möjligt beslut i Hälso- och sjukvårdsstyrelsen.
<b>1.2 Kompetenshöjning för professionella inom barn- och ungdomsverksamheter</b>	1.2.1 Utbildningsinsatser och/eller komplettera befintliga utbildningar till att omfatta fysisk aktivitet.	Antal verksamheter som genomgått utbildning som inkluderar fysisk aktivitet  Måltal: 85%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Central barnhälsovård</li> <li>• Familjecentraler</li> <li>• Barn- och ungdomsmedicin</li> <li>• Barn- och ungdomspsykiatri</li> <li>• Barnhabilitering</li> <li>• Ungdomsmottagningar</li> <li>• Vårdval vårdcentral</li> <li>• Vårdval rehab</li> </ul>
<b>1.3 Gemensamt budskap</b>	1.3.1 Paketera och tillhandahålla ett gemensamt budskap som kan användas av samtliga verksamheter inom VGR samt av externa aktörer för att informera om fysisk aktivitet.	Antal barn- och ungdomsverksamheter som använder sig av gemensamt material  Måltal: 100%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koncernstab regional utveckling, avdelning social hållbarhet</li> <li>• Utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet</li> </ul>
<b>1.4 Tidigt fånga upp och hjälpa barn (0-6 år) med motoriska svårigheter</b>	1.4.1 Stärka insatserna för att identifiera barn med motoriska svårigheter (t ex med hjälp av checklista vid hälsosamtal).	Antal remisser till Rehab  Måltal: Årlig ökning i varje delregion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Central barnhälsovård</li> <li>• Vårdval rehab</li> </ul>
	1.4.2 Tydliggöra samverkansformer och remissvägar mellan Central barnhälsovård och Vårdval Rehab.	Årligt dialogmöte mellan parterna som tydliggör gränssnittet och underlättar samverkan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Central barnhälsovård</li> <li>• Vårdval rehab</li> </ul>
<b>1.5 Förebygga och behandla psykisk ohälsa hos unga genom fysisk aktivitet</b>	1.5.1 Stärka insatserna på samtliga vårdnivåer för att identifiera unga med psykisk ohälsa samt erbjuda fysisk aktivitet som en del i behandling.	Antal rådgivande samtal för målgruppen  Antal utskrivna Fysisk aktivitet på recept till barn/unga  Måltal: Årlig ökning i varje delregion	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ungdomsmottagningar</li> <li>• Barn- och ungdomsmedicin</li> <li>• Barn- och ungdomspsykiatri</li> <li>• Vårdval vårdcentral</li> </ul>
<b>1.6. Förbättrad uppföljning</b>	1.6.1 Utforma indikatorer och förbättra uppföljningen av fysisk aktivitet inom ramen för framtidens vårdinformationsmiljö (FVM).	Ett uppföljningssystem med gemensamma indikatorer är implementerat	Bör kopplas till utvecklingen av FVM och som en del av omställningen avseende digitalisering

# Arena Inne- och utemiljöer

Arena Inne- och utemiljöer syftar till att tillhandahålla offentliga utrymmen som uppmuntrar till fysisk aktivitet. Eftersom Västra Götalandsregionen betonar vikten av rörelse, behöver vi också kunna erbjuda miljöer som lockar till rörelse. Aktiva inne- och utemiljöer har därför ett viktigt kommunikativt värde, men många av Västra Götalandsregionens lokaler (sjukhusentréer, väntrum, mm) och utemiljöer uppmuntrar idag till stillasittande snarare än rörelse.

För mindre barn är rörelse ingen isolerad aktivitet, utan en integrerad del av leken. Större barn och unga är generellt sett mer stillasittande, men även de leker så det är viktigt att skapa miljöer som inspirerar till lek. Förutom att leken ofta innehåller rörelse, så har den många andra värdefulla effekter för barn och unga som befinner sig i sjukvården, som patient eller anhörig.

När verksamheter och miljöer för barn ska utvecklas och byggas ska barn inkluderas och tillfrågas. För att nå målen inom denna arena är det därför viktigt att involvera barnen och arbeta utifrån ett barnperspektiv.

Tidigare projekt för att skapa miljöer för barn, till exempel den omfattande tillbyggnaden av Drottning Silvias Barn- och Ungdomssjukhus, visar på vikten och vinsten med att integrera flera olika aktörer såsom kultur, biblioteksverksamhet och konstnärlig utsmyckning.

## Delmål för arena Inne- och utemiljöer

### **Kunskapssammanställning**

Det behövs en sammanställning av vad forskning och beprövad erfarenhet visar är viktiga faktorer för att skapa miljöer som främjar aktivitet hos barn och unga. Det mesta av befintlig kunskap kring miljöer och barns fysiska aktivitet bottnar i mer övergripande perspektiv, såsom stads- och trafikplanering. Kunskapen behöver kompletteras med rummets och byggnadens perspektiv. Inom Västra Götalandsregionen finns en värdefull kunskapskälla i form av ett antal väldokumenterade projekt där rum för barn tagits fram såsom Lekande läkande rum av Kultur i Väst. Sammanställningen ska också visa vilka inne- och utemiljöer som är särskilt betydelsefulla för att främja fysisk aktivitet.

### **Konceptprogram för utformning av inne- och utemiljöer**

För att praktiskt stödja de som utformar miljöer behövs en vägledning, ett konceptprogram. Programmet ska avse miljöer som har identifierats som särskilt betydelsefulla och gå hand i hand med vad kunskapssammanställningen har identifierat som viktiga faktorer. Perspektiv såsom arkitektur, konstnärlig utsmyckning, vårdhygien, hållbarhet, tillgänglighet, säkerhet, barnperspektiv samt barnens perspektiv, m.fl. ska belysas och sammanvägas. Ett bra exempel är Närhälsans nyligen framtagna ”Barn och ungas väntrum: Vägledning för er som vill skapa rum inom vårdmiljön utifrån ett barnperspektiv”.

Befintliga koncept för utformning av rum, till exempel Västra Götalandsregionens tytrum, behöver ses över för att stämma överens med konceptprogrammet.

**Riktlinje för inne- och utemiljöer som främjar barn och ungas fysiska aktivitet**

En riktlinje som tydliggör regionens krav på inne- och utemiljöer ska tas fram. Riktlinjen anger förutsättningarna för hur Västra Götalandsregionen skapar miljöer för rörelse och blir styrande vid nybyggnation, ombyggnation och inhyrning. Kostnadsaspekter ska särskilt belysas vid utformning av riktlinjen.

**Inne- och utemiljöer som främjar barn och ungas fysiska aktivitet**

Konceptprogram och nya riktlinjer är viktiga förutsättningar för att åstadkomma förändring av Västra Götalands inne- och utemiljöer. När detta finns på plats, ska befintliga miljöer inventeras och åtgärdas enligt de nya kraven. Riktlinjerna är också styrande vid ny- och ombyggnation. Det är troligt att en särskild satsning krävs, till exempel liknande projektet Enkelt avhjälpna hinder (EAH).

Delmål	Åtgärder	Indikator	Ansvar
<b>2.1 Kunskapssammanställning</b>	2.1.1 Inventera och sammanställa forskning och beprövad erfarenhet avseende miljöer som främjar barn och ungas fysiska aktivitet.	Genomförd, ja/nej	• Västfastigheter
	2.1.2 Identifiera miljöer som är av särskilt betydelse.	Genomförd, ja/nej	
<b>2.2 Konceptprogram för utformning av inne- och utemiljöer som främjar barn och ungas fysiska aktivitet</b>	2.2.1 Ta fram ett konceptprogram som vägledning i utformning av inne- och utemiljöer.	Antaget program: ja/nej	• Västfastigheter
<b>2.3 Riktlinje för inne- och utemiljöer som främjar barn och ungas fysiska aktivitet</b>	2.3.1 Ta fram riktlinje för inne- och utemiljöer som främjar fysisk aktivitet.	Beslutad riktlinje: Ja/nej	• Koncernstab hälso- och sjukvård • Västfastigheter
<b>2.4 Inne- och utemiljöer som främjar barn och ungas fysiska aktivitet</b>	2.4.1 Inventera befintliga rum utifrån riktlinje.	Antal inventerade miljöer Måltal: 100%	• Koncernstab hälso- och sjukvård • Berörda verksamheter
	2.4.2 Åtgärda befintliga rum utifrån riktlinje.	Antal åtgärdade miljöer Måltal:	
	2.4.3 Använda riktlinje vid ny- samt ombyggnation.	Antal avsteg från riktlinjen Måltal: 0%	

# Arena Fritid

Arena Fritid handlar om barn och ungas rörelse på fritiden. Stillasittandet under fritiden ökar och barn/unga idag rör sig mindre under sin fritid jämfört med sin skoltid. Aktuell forskning visar att barn som är aktiva i idrotts- och föreningsliv är mer fysiskt aktiva än andra. Barn som någon gång varit aktiva i idrott- och föreningsliv visar också upp en högre fysisk aktivitet som vuxna. Natur och friluftsliv är viktigt för att främja rörelse hos barn och unga. Det övergripande målet handlar därför om att få fler barn och unga aktiva i idrotts- friluftsliv- och kulturliv. Västra Götaland har en stödjande roll inom denna arena.

## Delmål för arena Fritid

### **Förbättrad process för ekonomiskt stöd till ideella sektorn**

Västra Götalandsregionens idrottspolitiska program är grunden för bidragsgivningen till Västra Götalands idrottsförbund och ska vara ett stöd för prioriteringar. Delmålet handlar om att i framtagandet av ett nytt program, tydliggöra främjandet av ungas fysiska aktivitet. Likaså ska särskilt prioriterade målgrupper tydliggöras – flickor, barn i socioekonomiskt utsatta områden samt barn med funktionsvariationer. En tydligare uppföljningsprocess ska implementeras, för att säkerställa att utdelat stöd uppfyllt sitt syfte.

Vissa bidragstagare upplever idag bidragshanteringen som krånglig eftersom flera olika avdelningar inom Västra Götalandsregionen är bidragsgivare. Processen ska effektiviseras och ansvarsfördelningen mellan berörda verksamheter inom Regional utveckling ska tydliggöras.

### **Fler prova-på-aktiviteter för barn och unga**

Prova-på-aktiviteter (t ex idrottsskola) är ett sätt att locka barn och unga att testa olika idrotter/aktiviteter och vänder sig främst till dem som har en inaktiv fritid och saknar föreningsengagemang. Delmålet handlar om att stärka stödet för att ge fler barn och unga möjlighet att delta i prova-på-aktiviteter. Detta skapar möjlighet att nå de grupper som är minst aktiva i föreningslivet idag, t ex barn i socioekonomiskt utsatta områden. Verksamheten kan bedrivas av en kommun, ideella föreningar eller en skola. Fokus ligger på rörelse och glädje snarare än prestation och tävling. För att möjliggöra för många att vara med är det gratis och kräver ingen egen utrustning.

### **Fler kulturverksamheter som främjar fysisk aktivitet**

Dans och cirkus är kulturverksamheter där kroppen är en del av uttrycksformen och som främjar rörelse. Delmålet handlar om att öka denna typ deltagarkultur genom exempelvis projektmedel.

### **Förbättrad samverkan med föreningsliv, kommuner och näringsliv utifrån rörelseförståelse**

Physical literacy, på svenska används begreppet rörelseförståelse, är ett koncept som förklarar hur motivation, kunskap, fysisk kompetens och fysisk självkänsla samverkar och skapar förutsättningar för ett livslångt intresse för fysisk aktivitet.

Konceptet rörelseförståelse har i olika satsningar, såväl inom som utanför Sverige, visat sig vara kraftfullt för att samla olika aktörer och skapa en gemensam förståelse och riktning i arbetet med att främja fysisk aktivitet. Delmålet handlar om att Västra Götalandsregionen ska medverka och vara en aktiv part i ett nätverk för rörelserikedom som startas upp i Västra Götaland, med målet att på olika arenor öka intresset för fysisk aktivitet och få fler barn och unga i rörelse.

Delmål	Åtgärder	Indikatorer	Ansvar
<b>3.1 Förbättrad process för ekonomiskt stöd till ideella sektorn</b>	3.1.1 Tydliggöra kriterier för ekonomiskt stöd till idrottsrörelsen.	Idrottspolitiskt program som innefattar kriterier som främjar barn och ungas fysiska aktivitet	• Koncernavdelning kultur
	3.1.2 Förbättra uppföljning av projektmedel/bidrag för att säkerställa att ekonomiska medel uppfyller sitt syfte.	Tydlig uppföljningsprocess finns implementerad	• Koncernavdelning kultur
	3.1.3 Utveckla arbetsformer och stärka samverkan mellan Västra Götalandsregionens verksamheter i syfte att förbättra stödet till ideella sektorn.	Gemensamma arbets- och samverkansformer finns tydliggjorda	• Koncernavdelning kultur • Koncernstab regional utveckling, forskning, utveckling och utbildning • Koncernstab regional utveckling, social hållbarhet
<b>3.2 Fler prova-på-aktiviteter för barn och unga</b>	3.2.1 Stärka stödet till aktörer som driver föreningsgemensamma prova-på-aktiviteter för barn och unga, t ex idrottsskolor.	Antal barn som deltagit i föreningsdriven idrottsverksamhet  Måttal: 100%	• Koncernavdelning kultur
<b>3.3 Fler kulturverksamheter som främjar fysisk aktivitet</b>	3.3.1 Stärka stödet till kulturverksamheter såsom dans och cirkus.	Andel av kulturnämndens medel till barn och unga som riktar sig till dans och cirkus  Måttal: Ökning	• Koncernavdelning kultur
<b>3.4 Förbättrad samverkan med föreningsliv, civila samhället, kommuner och näringsliv utifrån rörelseförståelse</b>	3.4.1 Utveckla samverkansformer med föreningsliv, civila samhället, kommuner, akademi och näringsliv utifrån konceptet rörelseförståelse (physical literacy).	Etablerat nätverk i samtliga delregioner	• Koncernavdelning kultur • Koncernstab regional utveckling, forskning, utveckling och utbildning • Koncernstab regional utveckling, social hållbarhet

# Arena Förskola och skola

Den fjärde arenan är förskola och skola. Detta är en viktig arena, eftersom man här når de allra flesta barnen och ungdomarna. En liten förändring inom skolan kan få stora effekter totalt sett. Västra Götalandsregionen har ingen rådighet inom denna arena, men har en roll i att inspirera, bistå med kunskap samt skapa forum för samverkan. Det övergripande målet för denna arena är att bidra till en rörelserik förskola och skola.

## Delmål för arena Förskola och skola

### **Utvecklat kunskapsstöd till förskola och skola**

Idag finns ett kunskapsstöd till förskola och skola etablerat i nämndområde Göteborg. Delmålet handlar om att etablera ett motsvarande stöd i samtliga delregioner. En viktig förutsättning för detta är att det införs en utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet i varje delregion (se åtgärd 1.1). Funktionen utgör en kunskapsresurs för förskole- och skolorganisationen kring betydelsen av fysisk aktivitet och dess goda effekt på hälsa och inläring med målet att främja rörelse under skoldagen.

### **Fler barn och unga som går/cyklar till skolan**

Knappt hälften av barn och unga går/cyklar till skolan idag och variationen är stor mellan olika skolor. Västra Götalandsregionen stöttar idag kommun och skola för att öka den aktiva transporten. Delmålet handlar om att få fler barn och unga att gå/cykla till skolan genom att stärka insatserna till att omfatta fler kommuner och skolor i Västra Götaland.

### **Underlätta uppföljning av elevers hälsa och fysiska aktivitet**

Idag saknas ett gemensamt system för att följa barn och ungas hälsa i Västra Götaland. Detta gör det svårt att utvärdera insatser och följa utvecklingen över tid. Delmålet handlar om att förbättra uppföljning av elevers hälsa genom att implementera en gemensam elevhälsoenkät samt regiongemensam elevhälsodatabas i Västra Götaland. Elevhälsoenkäten inkluderar fysisk aktivitet, vilket underlättar för Elevhälsan att uppmärksamma behov och planera insatser kopplat till fysisk aktivitet. En överblick över utvecklingen gör det också möjligt att utvärdera olika åtgärder och insatser som genomförts.

Delmål	Åtgärder	Indikatorer	Ansvar
<b>4.1 Utvecklat kunskapsstöd till förskola och skola</b>	4.1.1 Erbjud kompetensutveckling och utbildning kring fysisk aktivitet och motiverande samtal.	Antal genomförda utbildningar i varje delregion  Måltal: Årlig ökning	• Utbildnings- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet
	4.1.2 Tillhandahålla ett kunskaps- och inspirationsmaterial som rör fysisk aktivitet i skolan (För Skola i rörelse).	Antal delregioner som har ett paketerat kunskapsstöd till förskola/skola  Måltal: 100%	• Utbildning- och samordningsfunktion för fysisk aktivitet
<b>4.2 Fler barn och unga som går/cyklar till skolan</b>	4.2.1 Stärka insatserna för aktiv transport till och från skolan.	Antal kommuner och klasser som deltar i VGR:s satsning för aktiv transport (På egna ben)  Måltal: Årlig ökning	• Koncernstab regional utveckling, avdelning kollektivtrafik och infrastruktur
<b>4.3 Underlätta uppföljning av elevers hälsa och fysiska aktivitet</b>	4.3.1 Införa en gemensam elevhälsoenkät samt en regiongemensam elevhälsodatabas i Västra Götaland.	Gemensam elevhälsoenkät och elevhälsodatabas finns implementerad i regionen	• Koncernstab regional utveckling, social hållbarhet



## Genomförande och uppföljning

Genomförandeprocessen består av två delar. Berörda verksamheter ansvarar för genomförande och finansiering av åtgärderna i handlingsplanen. Uppföljning av handlingsplanen sker genom ordinarie uppföljningsprocess i delårs- och årsredovisning. Koncernstab regional utveckling avdelning social hållbarhet ansvarar för samordning och uppföljning.

För att skapa förutsättningar för ökad fysisk aktivitet hos barn och unga, behöver arbetet sträcka sig utanför den här planen och de åtgärder som här finns presenterade. Det pågår mycket arbete i Västra Götalandsregionen för att på olika sätt främja fysisk aktivitet, och det arbetet behöver fortgå.

Verksamheter inom Västra Götalandsregionen behöver också tydliggöra hur de kan ytterligare bidra till den gemensamma målbilden. För att skapa en långsiktigt hållbar förändring behöver detta sedan integreras i verksamhetsplaner, budgetar, avtal och överenskommelser.

Annika Nilsson Green, Koncernstab regional utveckling, avdelning social hållbarhet

[annika.nilsson-green@vregion.se](mailto:annika.nilsson-green@vregion.se)

Karin Andersson, Verksamhetschef barn- och ungdomsverksamheterna Angereds närsjukhus

Lisa Manhof, Projektkontoret