

WORKSHOP SMÅKOM

28 April



Socioekonomiska faktorer

Schemalägga promenader i skolan 20 min/dag

Möjligheten att kunna ta sig till aktiviteter

Föräldraförmågan brister



Satsa på aktiva utemiljöer vid exempelvis skolor

Fritidsbank

Svårpåverkat matlandskap

Föräldrarna har inte råd!

Många barn lever i barnfattigdom

Vilka är era kommuners största utmaningar när det gäller att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor för barn och unga?

Samverkan med elitsport

Stor tillgång till snabbmat och godis

Låg utbildningsnivå

Kunskap

Nå föräldrar

Har inte tid att laga mat

Tradition

Låga inkomster

Skärmtiden

Starkt motorintresse (mopeder/a-traktorer)

Att nå föräldrar gällande kost. Många "har inte tid" att laga hälsosam mat.

Spontanidrott har minskat

Stillasittande föräldrar

Kostråd hos skolpersonal

Barn och föräldrars vilja
att förändra livsstil

Engagera mor- och
farföräldrar i barnbarnens
rörelse

*Levandegöra
föräldraföreningar för att
ta en aktiv roll*



Initiala kostnader i en
ekonomi som inte finns

*Förändringsovilja i
organisationerna*

Att nå barn och unga för
att aktivera dem

Föräldrarnas
kunskapsnivå

*Föräldrars
utbildningsnivå*

Vilka är era kommuners största utmaningar när det gäller att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor för barn och unga?

Många trassliga familjer med
ekonomiska svårigheter och låg
utbildningsnivå

Svårt att engagera
föräldrarna i att se sitt
barn och vilja vara en
aktiv förälder

Hur få fler aktiva
tonåringar?

Ökade klyftor

Att få föräldrar att förstå vikten
av fysisk aktivitet och goda
matvanor

*Bränslepris som minskar
möjlighet att skjutsa barn till
aktiviteter*

Minskad aktivitet i
föreningsliv

*Låg utbildningsnivå hos befolkningen ger ofta en sämre
hälsa för familjerna. Skolan har ett kompensatoriskt
uppdrag och rörelse som schemaläggs skulle
sammonolikt ge positiva effekter. Området skulle med
fördel studeras mer för att verka som evidens för skolans
läroplaner*

Fritidsbanker
är toppen!

*Underaktiva passiva-
utanförskap, medvetet
bryta mönster*

Överaktiva (många
aktiviteter)- stress

Spontanrörelse



Ekonomisk ojämlikhet

Resor till idrottsaktiviteter i
glesbygd

Mat som ämne i skolan/hälsa

Många "gratis
aktiviteter"

Utbildning av föräldrar

Vilka är era kommuners största utmaningar när det gäller att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor för barn och unga?

Svårt för föreningar att
hitta ledare och aktiva
föreningspersoner

Landsbygd

*Vanor "familjevanor" att inte
vara fysiskt aktiva*

Få idrottsaktiviteter-
begränsade
valmöjligheter

*Läroplanen behöver
innehålla mer
kostkunskap*

Svaga
förebilder

Nå ut i samhället med
vikten av frågorna

Samverkan med
civilsamhället

Avstånd

"Kulturförändringar"

Ideellt engagemang

Tillgänglighet

Ekonomiska hinder

Matkultur/Barn väljer att hänga på snabbmatshak

Ändrande matvanor

Ekonomiska förutsättningar för föräldrar!

Vilka är era kommuners största utmaningar när det gäller att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor för barn och unga?

Trygga och säkra skolvägar

Vardagsmotion

Uppsamlingsplatser

Mer kött i skolan

Föräldransvar

Mat fritid

Handeln inriktad på gränshandel, lite grönsaker/frukt

Sluta köra barnen till skolan/träning

Att nå de med störst behov, så att inte aktiviteterna bara når de som redan rör sig

Schemalägg skollunch

Gratis medlemskap i
föreningar

Jobba med attityder

Goda på
verksamhetsnivå,
sämre med avseende
på infrastruktur för
aktiv transport

Viktigt att ha
systematiskt arbete
som håller över tid



Föreningstäthet hög-
kontinuerlig dialog

Använda skolan som
verktyg för att
implementera

*Möta behov av
spontanidrott*

Miljö!!!
Naturkartan- leder-
cykelkul, skolgårdar,
lekparker

Hur ser ni på era möjligheter att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor utifrån just era kommuners förutsättningar?

Mer av- helhetsförståelse
Mindre av- ryckighet
Börja med- medskapande metoder
Sluta med- enbart top-down

Nolltaxa på
anläggningar (har vi
redan)

Planer vid skolan- var
släppa av för att få lite
promenad

*Jobba vidare med
smartis*

Närmare samarbete
mellan skola och
föreningsliv

*Livsmedelsstrategi
med hälsofokus för
skolbarn*

Skolor

Samlad skoldag-
aktiviteter innan
skolbussen går hem
(även mellanmål)

Spontanidrottsplatser

Fysisk miljö

Inkludera kunskap om aktivitet i andra skolämnen so engelska, svenska mm.

Vardagsmotion-
spontana aktiviteter

Nära kontaktvägar

Föreningar får tuffare
och tuffare- färre
föreningar

Vi har förutsättningar

Synlighet

*Klyftor i samhället, för
höga medlemsavgifter
för barn och unga i
föreningslivet*



Hur ser ni på era möjligheter att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor utifrån just era kommuners förutsättningar?

Fortsätta låga trösklar in-
föreningar låg hyra

Utnyttja alla lokaler
och utomhus platser
för spontan rörelse
och idrott

Barn och utbildning+
lfo+ kultur och fritid

Låg föreningsavgift

Unga leder unga-
Sture

Pedagogisk fråga-
fritids- samverkan
mellan aktörer-
förening

Använda friluftslivet

Organisera och ge
förutsättningar för
spontanidrott

Arbetet måste
genomsyra allt
strategiskt arbete

Mål på alla
enheter/verksamheter
som följs upp

*Motivationsarbete på
alla nivåer*

Skapa delaktighet



Mer tid för fysisk
aktivitet på skoltid

Utökad skoldag

Dialog/information
mellan föreningar och
kommun

Hur ser ni på era möjligheter att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor utifrån just era kommuners förutsättningar?

Möjlighet att få igång
detta finns i Peps
idéer

Redskap för hälsoplaners
genomförande- hållbart över
tid

Kartlägg nuläget i kommunen tillsammans
emd socialtjänst, skola, fritid och föreningar
för gemensamt utgångsläge och
problembild.

Med strategiskt
långsiktigt sätt bör det
vara relativt goda
möjligheter

*Få igång detta är en
bra förutsättning för
att det ska hända*

Bra förutsättningar:

- Föreningsliv-civilsamhälle
- Eldsjälar
- Anläggningar
- Ung befolkning
- Projekt igång- få ihop

Avgiftsfria aktiviteter

Föräldrastöd

Behöver utvecklas:

- Öka kunskaperna i befolkningen
- Samordning
- Fler miljöer för spontanidrott

Hur ser ni på era möjligheter att främja fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor utifrån just era kommuners förutsättningar?

Trots utmaningar tror vi att vi har stora möjligheter att främja både fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor. Behöver finnas en samsyn och att det inte blir ytterligare projekt. Att låta våra medarbetare lyssna på detta.

Ta mer långsiktiga beslut

Involvera hög delaktighet vid framtagande av handlingsplaner

Möjligheterna är goda men kommer ta lång tid att täcka in i ett brett spektra av åtgärder: beteenden, kunskap, riktlinjer, aktivitetsledning