

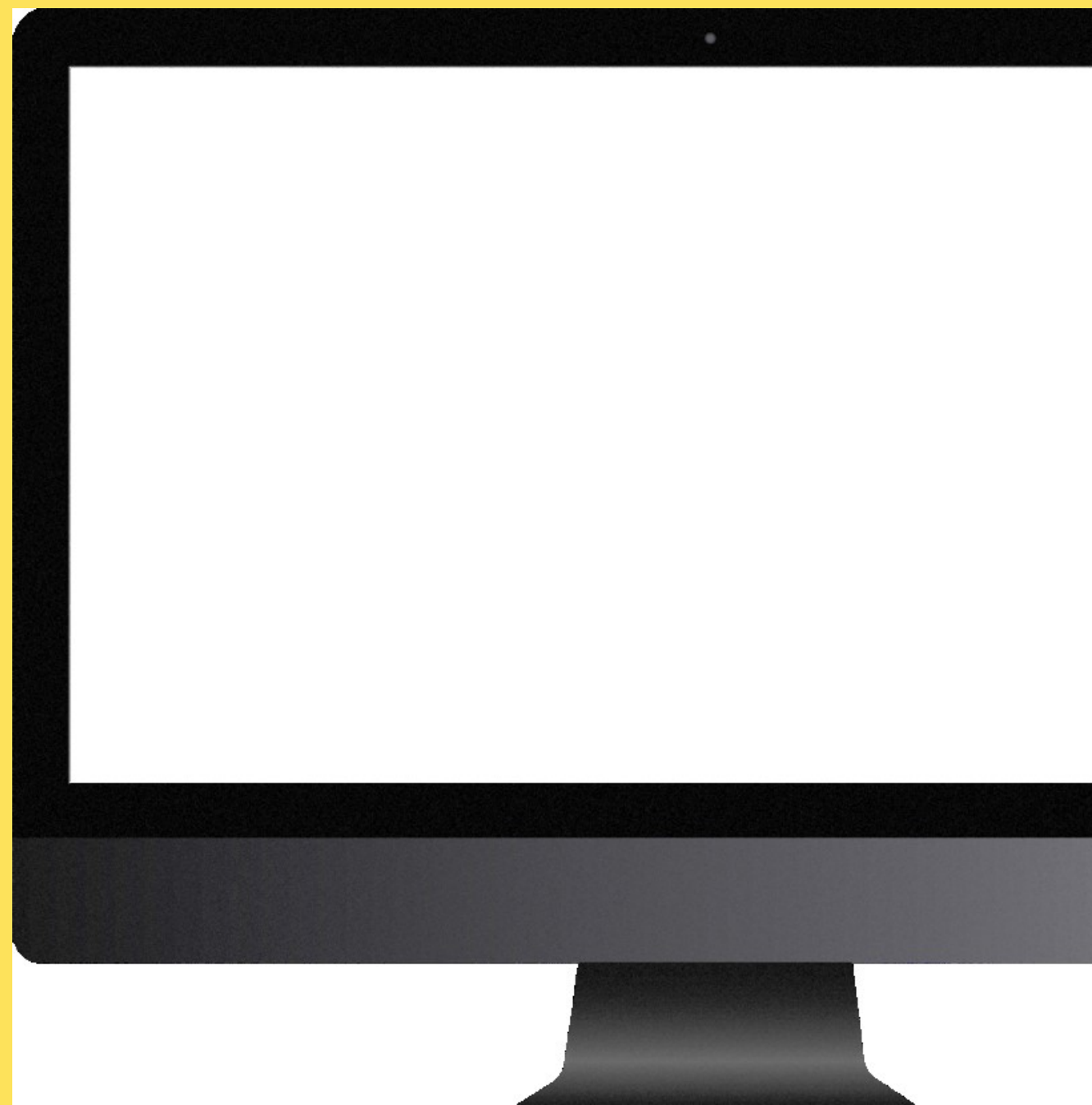


Vi vill att Sverige ska må bättre

Grundades

2016

genom ett initiativ av
Kronprinsessparet och en rad
samhällsaktörer

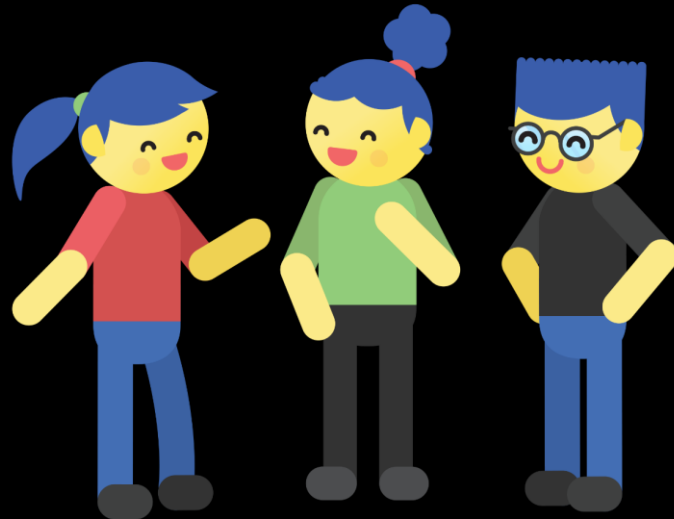


Alla barn och unga
i Sverige ska vilja och ha
möjligheten att leva ett aktivt
och hälsosamt liv



PEP-RAPPORTEN

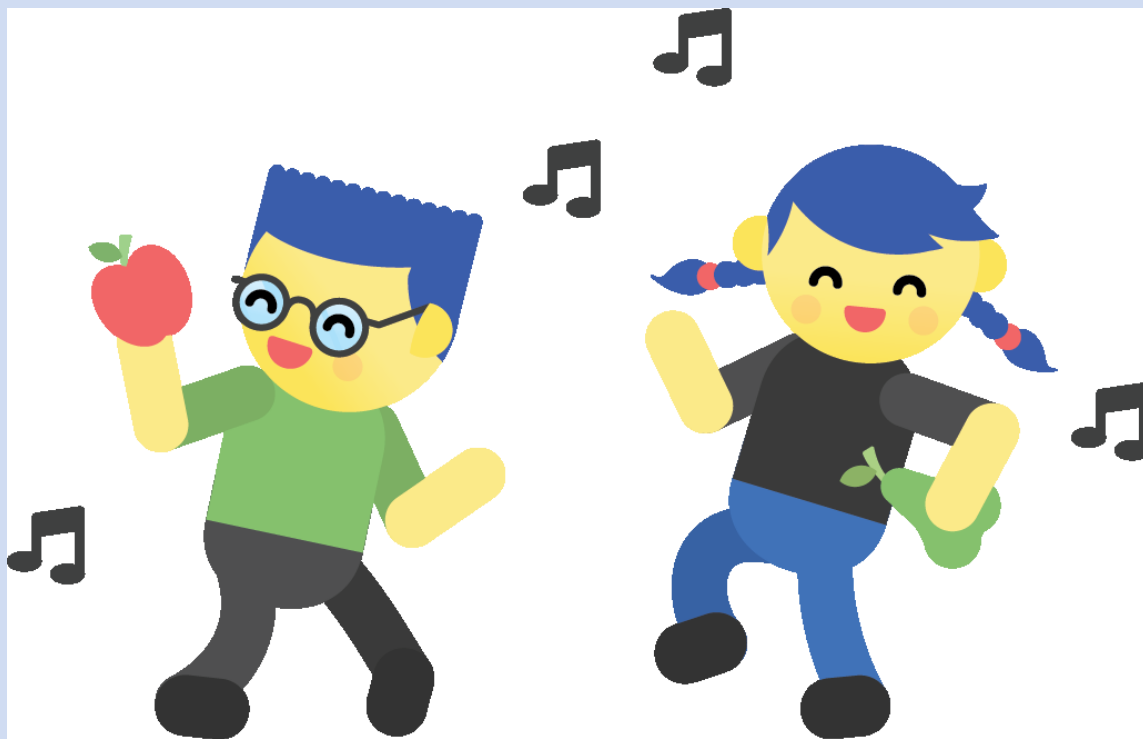
En heltäckande undersökning
av barn och ungas hälsovanor i
Sverige



**"MAN RÖR PÅ SIG
MINST NÄR MAN
TITTAR PÅ NÅGON
SKÄRM, TYP TV ELLER
SÅ. ELLER NÄR MAN
BRUTIT BENET"**

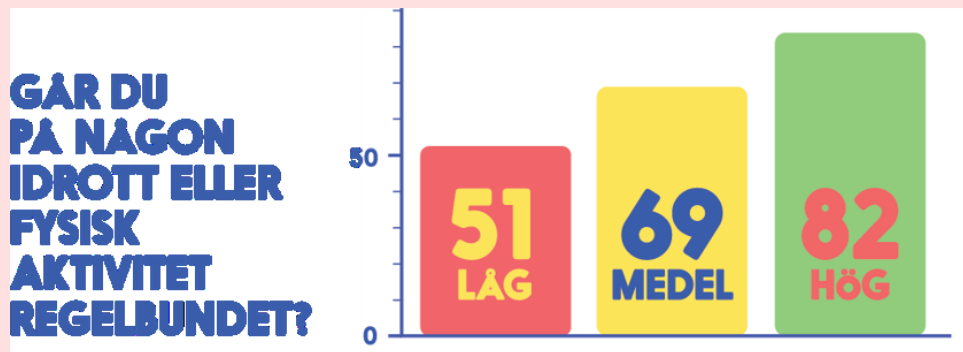
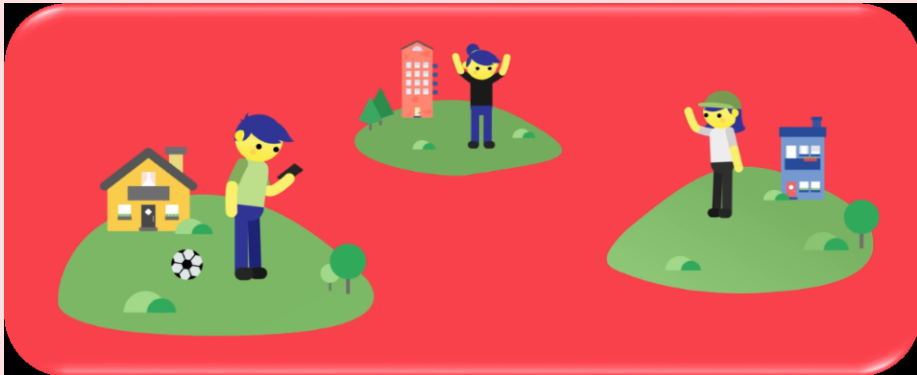
- KILLE 7 ÅR



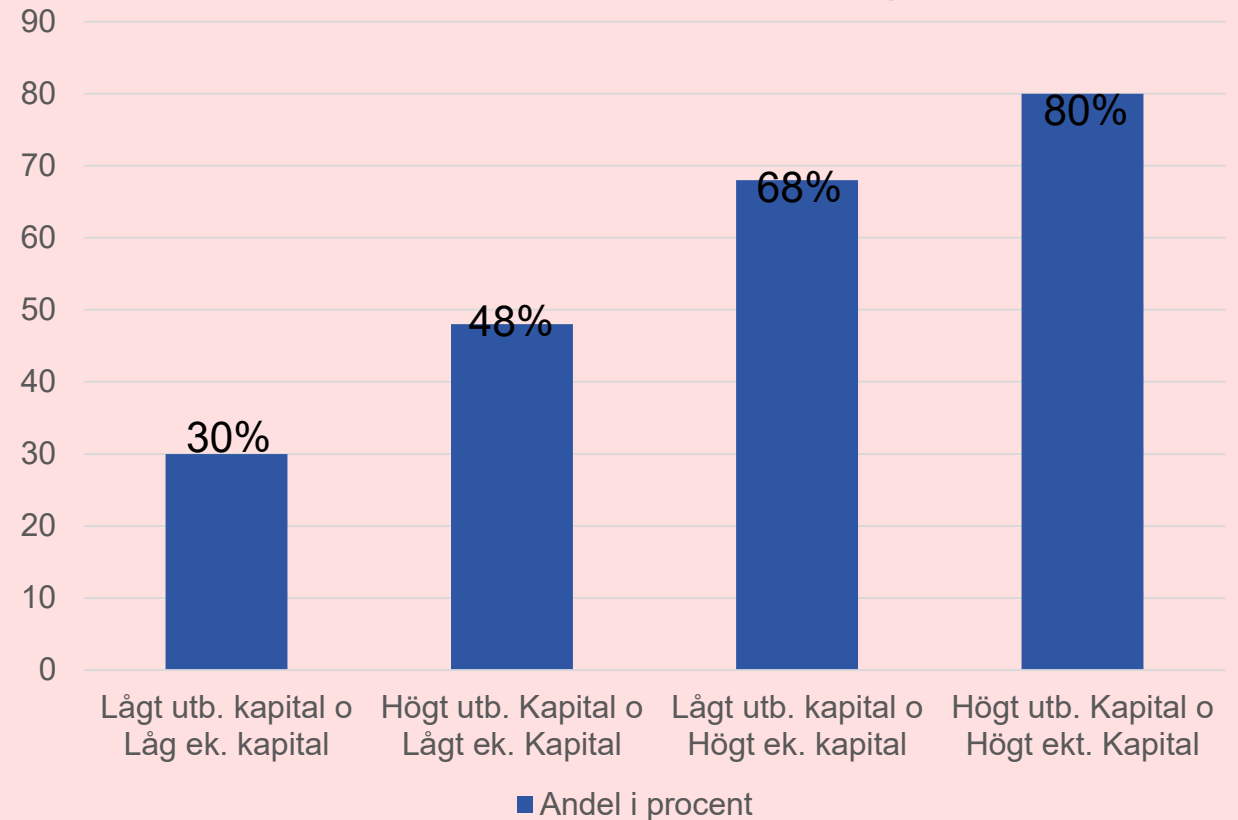


ENDAST 4 PROCENT AV BARN OCH
UNGDOMAR BÅDE RÖR PÅ SIG
ENLIGT REKOMMENDATIONEN
SAMT ÄTER ENLIGT KOSTRÅDEN
KOPPLAT TILL FRUKT OCH GRÖNT
SAMT FISK

DEN SOCIALA GRADIENTEN ÄR BRUTAL



Medlemskap i idrottsförening i relation till utbildningskapital och ekonomiskt kapital bland 15-åringar 2018



Vi försoffas!

Data från 350 000 individer, 18-74 år, från 1995-2017

Från 1995 till 2018, ökade andelen med hälsofarligt låg kondition från 27% till 46%

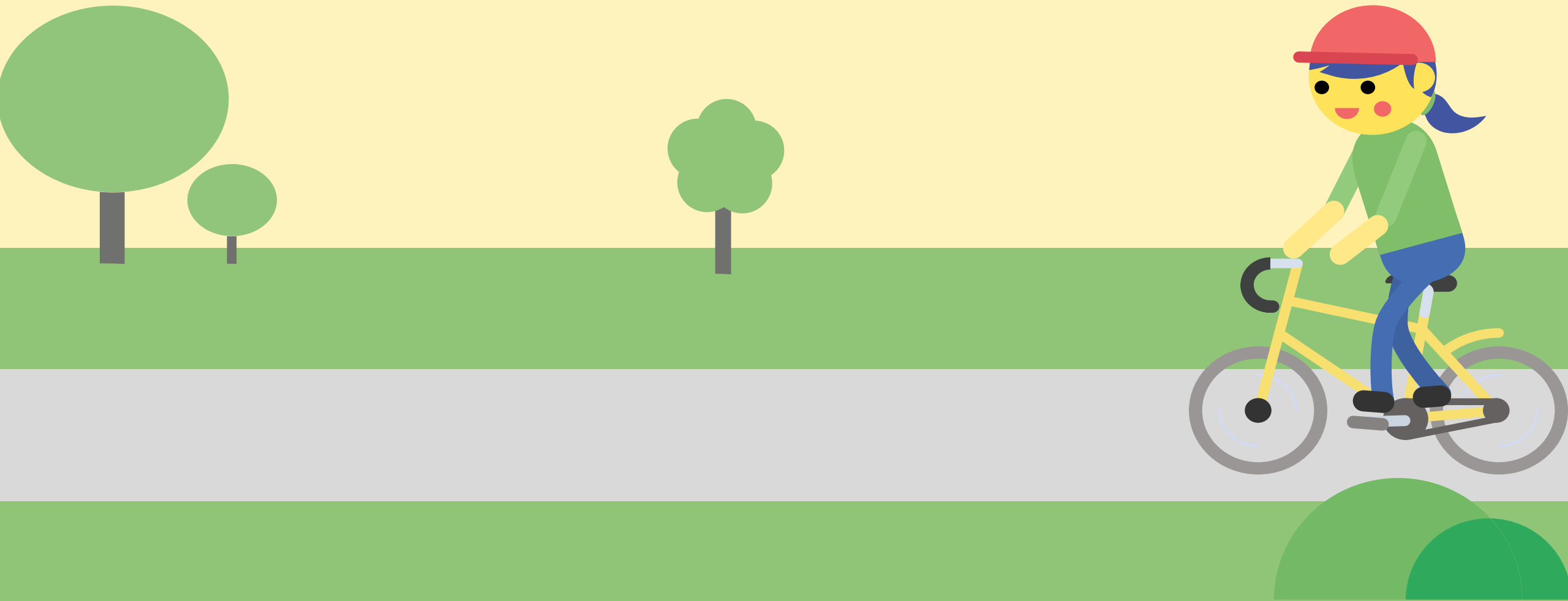
Hälsofarligt låg kondition- orkar inte gå
10 minuter i rask takt utan paus!



Normerna förskjuts



Antalet skolresor på cykel har minskat
med 48 % senaste 20 åren





av 10 tonåringar dricker
läsk 3 dagar eller fler i
veckan



**Kunskaps-
spridning**



Påverkan



Vägleddning



Samverkan

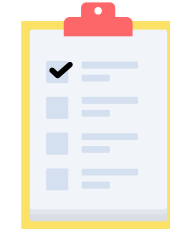
Samverkan på alla nivåer



Hälsosam skola



Hälsosam start



Hälsokunniga
beslutsfattare



Hälsosam fritid



Hälsosamma val



Hälsengagerad
folkrörelse



+500

Organisationer

+1600

Skolor

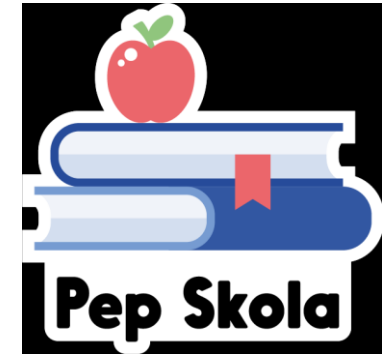
+1800

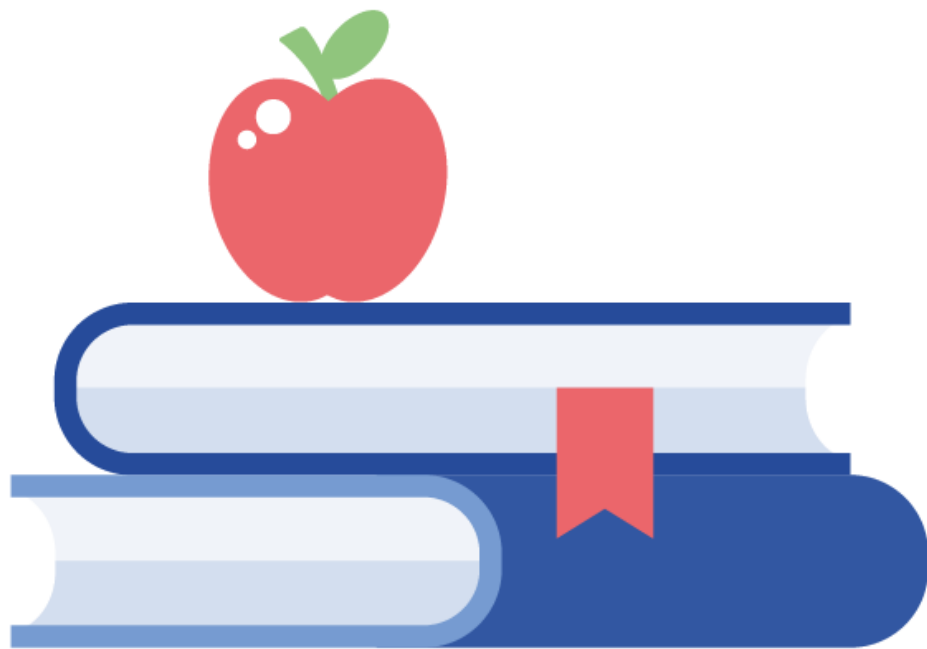
Förskolor

+40

Initiativ







Pep Skola



Kostnadsfritt



Digitalt
metodstöd



Inspirationsbank



Certifiering

Policy action on physical activity is interconnected with 13 of 17 SDGs (WHO)



1. Ingen fattigdom
2. Ingen hunger
3. Hälsa och välbefinnande
4. God utbildning för alla
5. Jämställdhet
6. Rent vatten och sanitet
7. Hållbar energi för alla.
8. Anständiga arbetsvillkor och ekonomisk tillväxt
9. Hållbar industri, innovationer och infrastruktur
10. Minska ojämlikheter
11. Hållbara städer och samhällen
12. Hållbar konsumtion och produktion
13. Bekämpa klimatförändringen
14. Hav och marina resurser
15. Ekosystem och biologisk mångfald
16. Fredliga och inkluderande samhällen
17. Genomförande och globalt partnerskap

Pilotprojektet Pep kommun 2021-23

Katrineholm – Krokoms – Lilla Edet – Sundbyberg– Uppsala – Vårgårda



Vision

Att **alla kommuner** i Sverige aktivt arbetar för att **alla barn och unga** ska ha goda möjligheter och viljan att leva ett **aktivt och hälsosamt liv!**

Idé

- Vi utgår från befintlig och ny kunskap för att utmana befintliga system, strukturer och eventuella begränsningar.
- Genom pilot-projektet Pep kommun utvecklar och testar vi tillsammans med kommuner insatser och interventioner **som är behövda, efterfrågade och användbara.**

Mål

Skapa vägledning och stöd för implementering för Sveriges alla 290 kommuner i sitt arbete med att förbättra hälsan för barn och unga med avseende på matvanor och fysisk aktivitet.

2x kunskap!

- **Kunskap om ämnesområdet**
 - Fysisk aktivitet
 - Matvanor
- **Kunskap om hur man skapar långsiktig förändring**
 - Implementering
 - Systemförståelse

WHO betonar att:

"Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025"

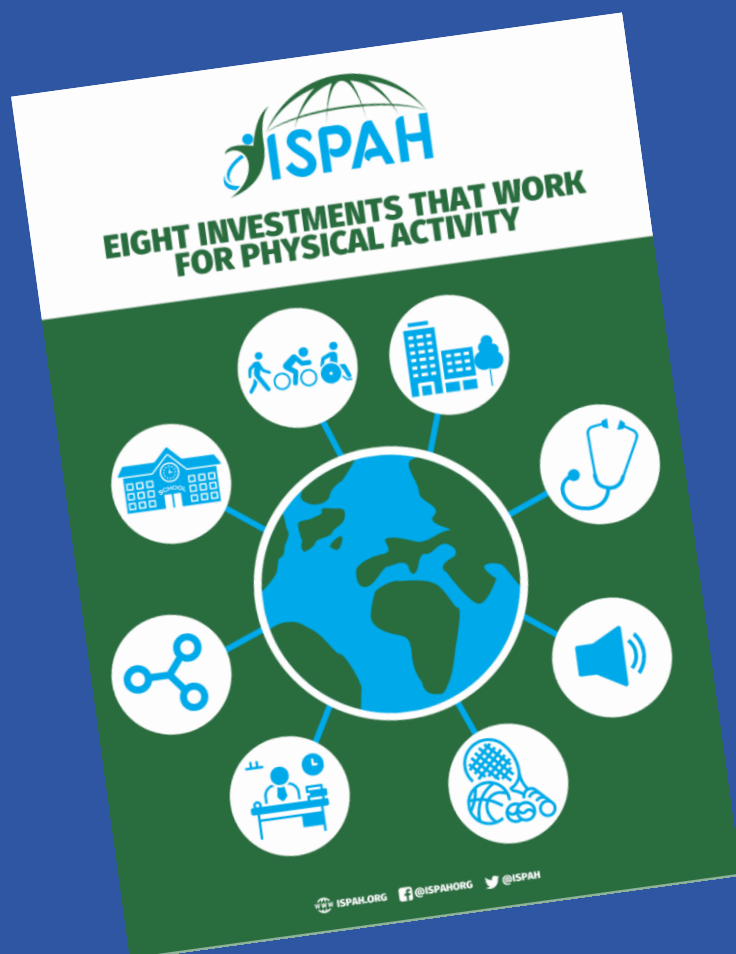
Olika grupper i befolkningen har olika;

- behov
- möjligheter
- och utmaningar när det gäller utövandet av fysisk aktivitet.

Strategierna måste därför utformas;

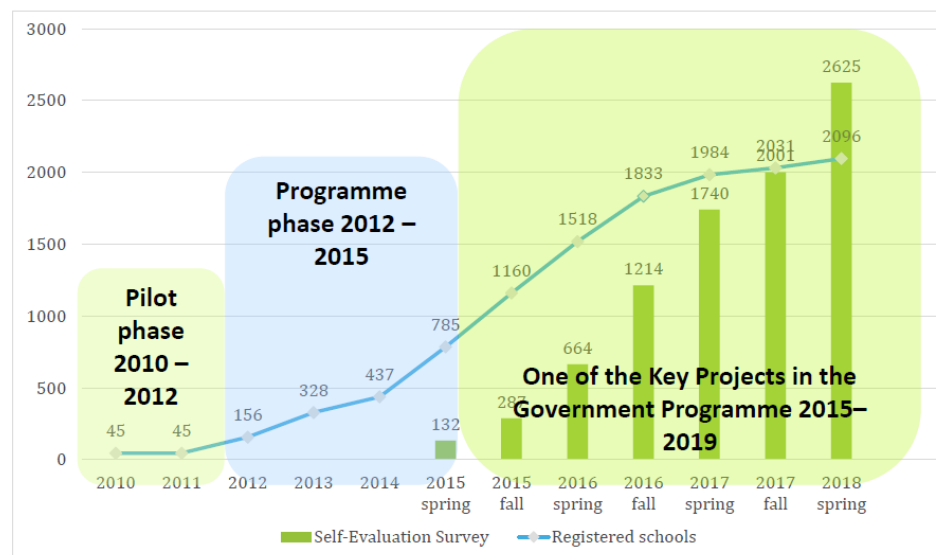
- som är långsiktiga och hållbara
- som involverar hela livscykeln för att effektivt främja fysisk aktivitet och rörelse i livets olika perioder.
- och som på bästa sätt underlätta och undanröja de hinder som är mest relevanta för olika grupper med avseende på;
 - **kön, ålder, etnicitet, inkomst, utbildning eller funktionshinder.**

Vad fungerar? Och vad är viktigt?



De som är framgångsrika arbetar systematiskt och långsiktigt – ex. Finland

"the Schools on the Move project will be expanded across the country to ensure one hour of physical activity each day"



Expanding the Finnish School on the Move programme 1.10.2018:

88% of all schools
91% of all pupils
91% of all municipalities

Funding: the Ministry of Education and Culture



De som är framgångsrika förstår frågans komplexitet



Ett vägledande citat:

- For every complex problem there is an answer that is clear, simple, and....wrong! (ISPHA 2020)

“Searching for a single solution to increasing physical activity may have hampered progress in this field, by encouraging focus on simple, often short-term, individual-level health outcomes, rather than complex, multiple, upstream, population-level actions and outcomes.”

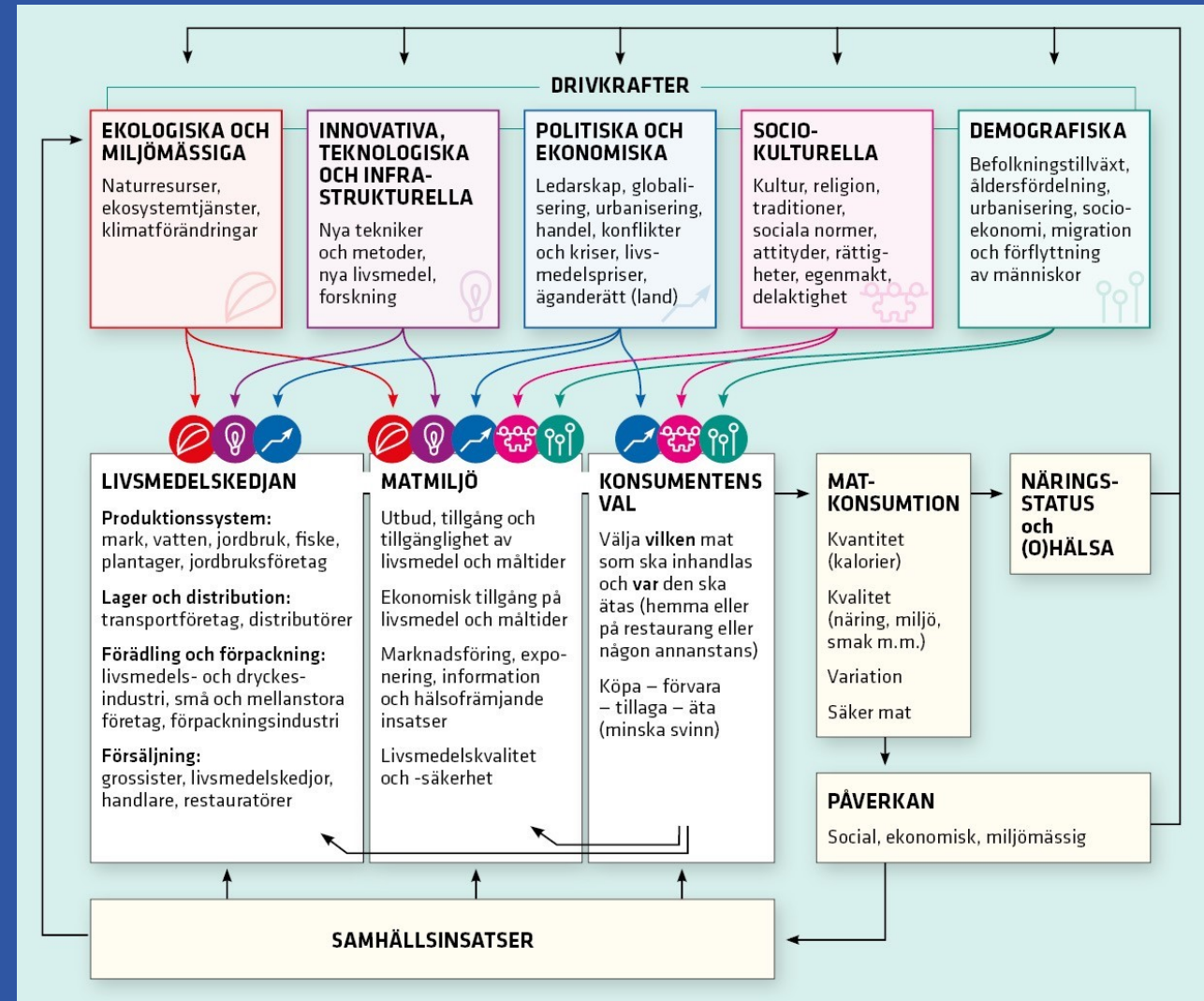


THERE IS NO SINGLE SOLUTION

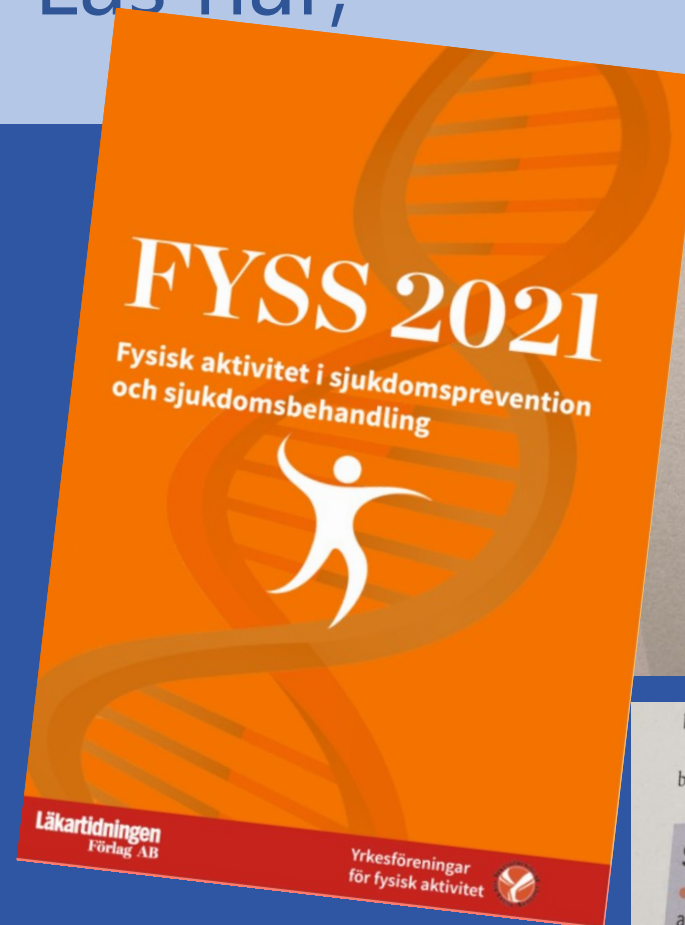
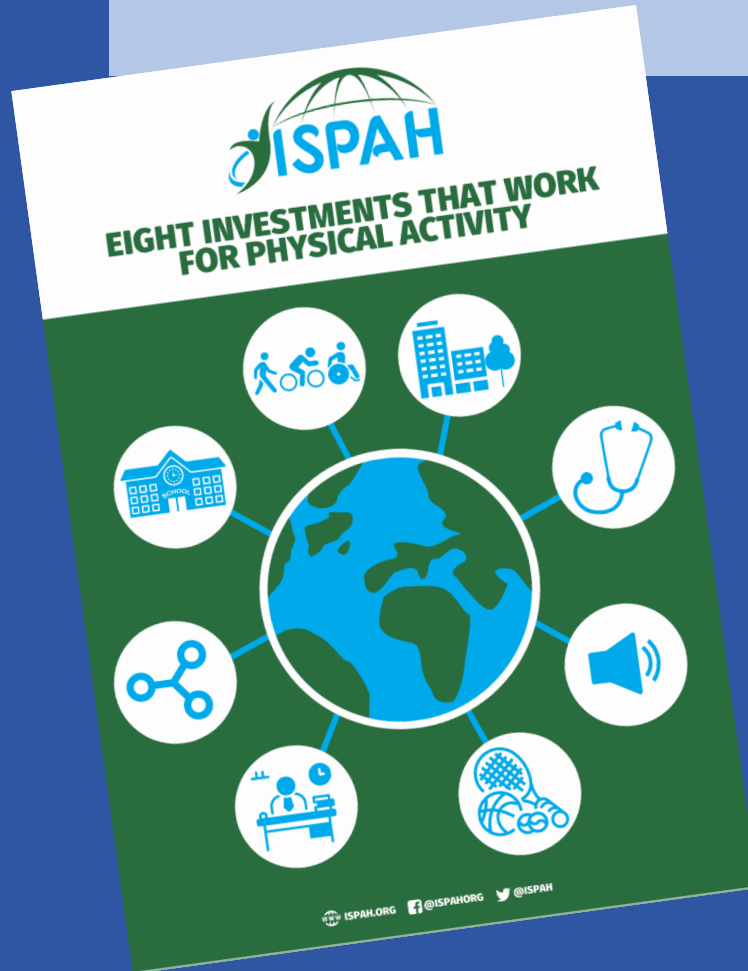
**SYSTEMS-BASED APPROACHES
ARE REQUIRED TO INCREASE
PHYSICAL ACTIVITY**

Komplext...

- Samhällsinsatser, drivkrafter och olika aktörer i ett samspel som på olika sätt påverkar Matmiljön!



Vill du veta mer? Läs här;



1.1 Åtta investeringar för att främja fysisk aktivitet – som fungerar!

MARIA HAGSTRÖMER, professor, legitimerad sjukgymnast, institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, sektionen för fysioterapi, Karolinska Institutet och akademiskt primärvårdscentrum, Region Stockholm, Stockholm
 MATTI LEIJON, medicine doktor, folkhälsovetare, folkhälso- och statistikenheten, Region Östergötland, Linköping
 ULF ERIKSSON, medicine doktor, strateg aktiv mobilitet, regionledningskontoret, Region Stockholm
 ING-MARI DOHRN, medicine doktor, legitimerad sjukgymnast, institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, sektionen för fysioterapi, Karolinska Institutet, Stockholm

bli mer fysiskt aktiva.

Yrkesföreningar för fysisk aktivitet (YFA) har som vision att genom spridning av vetenskapligt baserad kunskap kunna bidra till att förbättra människors hälsa genom fysisk aktivitet. Huvudsyftet

Sammanfattning

- Åtta investeringar för att främja fysisk aktivitet på samhällsnivå föreslås
- Investeringarna är vetenskapligt förankrade och har visat sig vara effektiva
- Investeringarna fungerar var och en för sig, men bäst effekt erhålls om flera åtgärder

kombineras och implementeras på ett systematiskt sätt

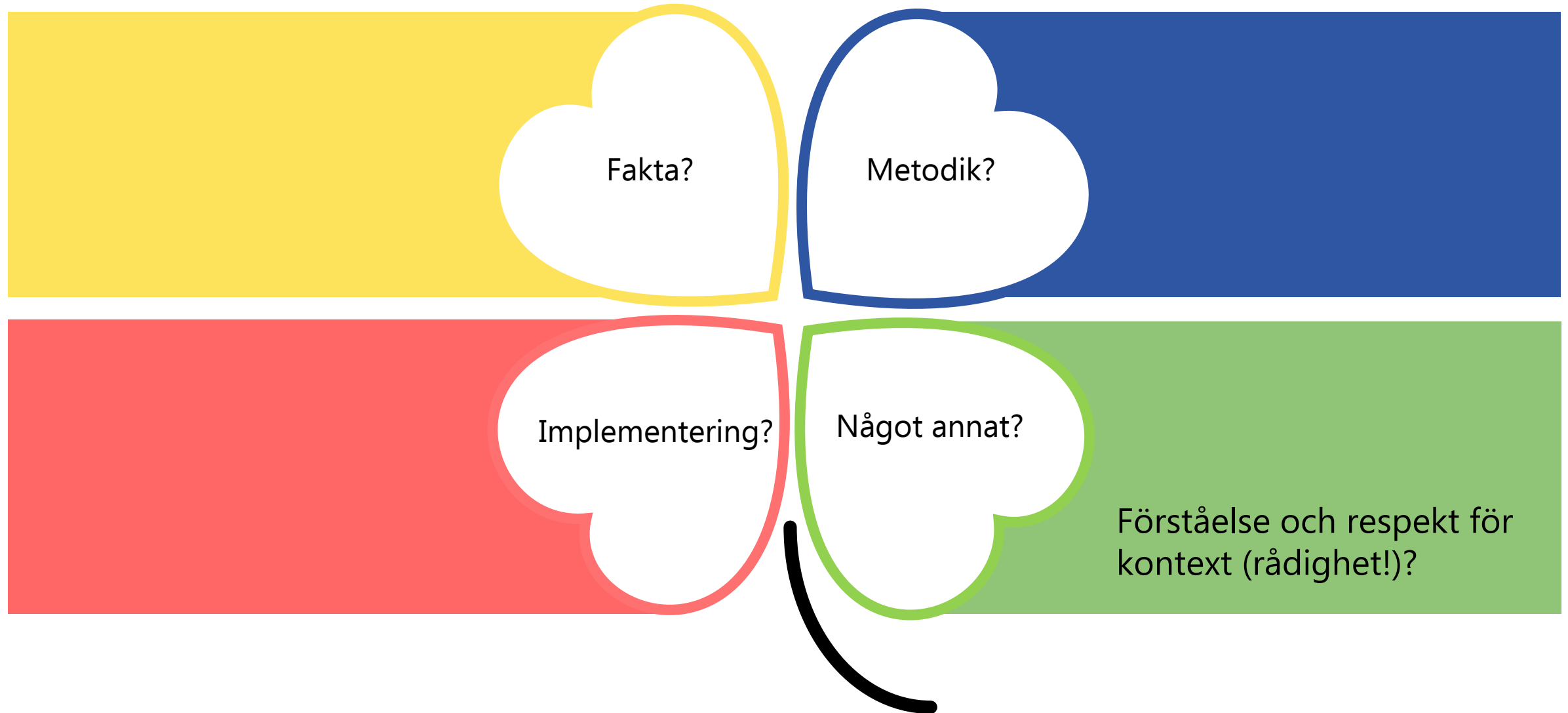
- Kapitlet sätter arbetet med att främja fysisk aktivitet inom hälso- och sjukvården i ett större sammanhang

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/m/matmiljons-betydelse-for-var-halsa/>

Men, det ser så olika ut..

- Vi har 290 kommuner
- Mediankommunen har 16 000 invånare
- De flesta beslut som påverkar barn och unga tas i kommunen
- Har vi haft tillräckligt stort fokus på de kommunala förutsättningarna?
- Har vi utgått från kommunernas behov på "kunskap", förutsättningar...
- Har vi ställt de rätta frågorna – eller bara givit de (ibland "felaktiga") svaren?

Vilken kunskap är viktig för att skapa förändring?



Pep kommun- Samhällsbaserat program

7 investeringar - som tillsammans med perspektivet "barnens rätt till hälsa" och samlade kommunikations och kunskapshöjande insatser lägger grunden för barn och ungas möjlighet och vilja att leva ett aktivt och hälsosamt liv!

1. Skolbaserade och förskolebaserade program
2. Aktiv transport
3. Matmiljö för bättre hälsa
4. Barnens perspektiv
5. Hälsöfrämjande samhällsplanering och stadsplanering
6. Hälsöfrämjande hälso- och sjukvård
7. Idrotts och fritidsaktiviteter för alla

Ex. Investering - Skolbaserade program



Skolbaserade program som engagerar hela skolan och erbjuder eleverna möjlighet till fysisk aktivitet både före, under och efter skoldagen främjar lärande och klassrumsklimat.

Skolbaserade program innebär en samlad strategi som rör hela skolan genom policys, bra miljöer och långsiktigt hållbara satsningar som involverar alla som är delaktiga i skolans arbete, såväl skolledning, lärare och annan skolpersonal som föräldrar och elever.

Evidensbaserade strategier för att främja fysisk aktivitet inom skolan är:

- främjande av aktiva transporter till och från skolan
- aktiva klassrum
- idrottsundervisning av hög kvalitet som främjar självförtroende, kompetens och motivation till att vara fysiskt aktiv
- rastaktiviteter
- aktiviteter i anslutning till skoldagens slut

Process för genomförande och uppföljning

- CRM analys genomförd i varje kommun
- En huvudprocess "Pep kommun" samt olika teman som kommunerna kan välja att ta del av...
- Alla delar bygger på:
 - Nulägesanalys – vilka data finns – vilka (styr-) dokument och mål finns redan?
 - Identifiera styrdokument, befintliga mål - nya mål och förflyttningar
 - Planerar implementeringen med hjälp av FOHM implementeringsguide
 - Intressentanalys för det valda temat – SKR verktygslåda
 - Arbeta enligt gängse arbetssätt i kommunen: ex. ta fram handlingsplaner, strategier ...

Pep kommun – sammanfattning!

1. 7 investeringar, inklusive barnperspektiv och matmiljö
2. Kunskapsklöver-blomman
3. CRM analys, nuläget i befolkningen och kunskap om den lokal kontexten
4. Använda befintliga verktyg och systematik som stöd (ex. SKR intressentanalys)
5. Implementeringskunskap och verktyg som stöd (FOHMs checklista för implementering med kvalitet)

Utvärdering baserad på intervjuer med nyckelpersoner – analys utifrån såväl statsvetenskapliga som socialmedicinska perspektiv.