



# SÄTT SKÅNE I RÖRELSE

## Rapport juni 2025

**Juni 2025. Enheten för kunskap, Nära vård och hälsa, Region Skåne**

# Innehållsförteckning

1. Sammanfattning .....	1
2. Bakgrund .....	2
3 Syfte.....	5
4 Mål.....	5
5. Organisation .....	6
6. Genomförande .....	7
7. Insatsområden.....	8
7.1 Insatsområde samverkan.....	8
7.2 Insatsområde metoder .....	12
7.2.1 Universella och riktade insatser .....	13
7.2.2 Målgruppsinvolvering .....	16
7.2.3 Insatsområde hälsodata och testbäddar.....	16
7.2.4 Insatsområde uppföljning och utvärdering .....	16
7.3 Insatsområde fysisk planering för ökad fysisk aktivitet .....	18
7.4 Insatsområde kommunikation.....	19
8. Insikter och lärande .....	21
8.1 Samverkan .....	21
8.2 Metoder .....	22
8.3 Hälsodata och testbäddar.....	22
8.4 Uppföljning och utvärdering .....	23
8.5 Fysisk planering för ökad fysisk aktivitet .....	23
8.6 Kommunikation.....	23
8.7 Samordnaren.....	23
Slutord .....	24



## 1. Sammanfattning

Denna rapport beskriver det regionala samverkansarbetet i insatsen *Sätt Skåne i rörelse* har utvecklats fram till 2025-06-30. Rapporten är en revidering av den verksamhetsrapport som gjordes 2024. Det övergripande syftet med *Sätt Skåne i rörelse* är att främja den fysiska och psykiska hälsan hos barn och unga i Skåne.

Den psykiska ohälsan har ökat bland barn och unga under de senaste decennierna i Skåne såväl som nationellt, vilket får effekt på både individnivå och samhällsnivå. I december 2019 tog Regionala utvecklingsnämnden, Region Skåne, beslut om att kraftsamla tillsammans med kommunerna i Skåne, hälso- och sjukvården, idéburen sektor, lärosäten och näringsliv för att främja psykisk hälsa hos barn och unga. Utifrån en kartläggning som genomfördes under våren 2020 tog nämnden ytterligare ett beslut (RUN 2020-10-23) att inriktningen i ett första steg ska vara fysisk aktivitet, samt i ett andra steg med inriktning social gemenskap. För att organisera och utveckla denna kraftsamling tillskapades *Sätt Skåne i rörelse*.

Regionala utvecklingsnämnden ingick i december 2021 en överenskommelse med Region Skånes dotterbolag Innovation Skåne AB. Detta inom ramen för ovan beskrivna beslut hos regionala utvecklingsnämnden 2020-10-23. Innovation Skåne AB har genom överenskommelsen initerat och etablerat en struktur för samverkan i utvecklingen av nya lösningar som avser hälsofrämjande och förebyggande insatser med inriktning fysisk aktivitet för unga upp till 25 års ålder.

Att arbeta med främjande av fysisk aktivitet har visat sig vara en klok investering och hos kommunerna en efterfrågad satsning. Att främja hälsa tidigt i livet är en nödvändig investering om man vill ha friska invånare och en hållbar utveckling. Hälso- och sjukvården inom bland annat elevhälsa, primärvård och barnhälsovård klarar inte denna utmaning på egen hand. Samverkan mellan en mängd olika samhällsaktörer är därför en nödvändighet. Denna analys låg till grund för såväl Regionala utvecklingsnämndens som senare Primärvårdsnämndens verksamhetsinriktning där behovet lyfts gällande breda hälsofrämjande insatser som främjar goda levnadsvanor och i förlängningen ökad fysisk och psykisk hälsa.

Vidare att samhällsutmaningen gällande ohälsa enbart kan lösas genom en samlad regional satsning på hälsofrämjande och förebyggande insatser. Detta för att stödja utvecklingen av ett framtida hållbart system, för främjandet av hälsa hos barn och unga.

*Sätt Skåne i rörelse* erbjuder en struktur för samverkan av nya lösningar inom den samhällsutmaning som finns med alltmer stillasittande, fysiskt inaktiva barn och unga. Genom både evidensbaserade, beprövade och nya metoder och arbetssätt finns det gemensamma målet i samverkan med andra samhällsaktörer att främja hälsan hos Skånes barn och unga.

Under perioden har verkningsfulla insatser startat och växlats upp samt spridits genom en nära samverkan på regional och kommunal nivå. En värdefull samverkan har successivt byggts upp med en stor mängd adekvata samhällsaktörer och nätverket är nu omfattande. Att samtliga 33 kommuner i Skåne finns med i kraftsamlingen ses som en framgångsfaktor.

Ett strategiskt arbetssätt har kombinerats med ett mer operativt arbetssätt. En stor fördel har varit de olika kunskaper och erfarenheter som den operativa gruppen och processledarna burit med sig in i arbetet. Denna kombination har också blivit en framgångsfaktor. Bredd och kunskap, kontinuerliga möten och delad information under arbetets gång har bidragit till stabilitet och minskad sårbarhet. Kombinationen av ett strategiskt och operativt arbetssätt stöds av rapporten *Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne*. Rapporten betonar att detta arbetssätt är en av framgångsfaktorerna i *Sätt Skåne i rörelse* och rekommenderas i liknande satsningar. Regeringskansliet och Kommittén för främjande av fysisk aktivitet har under perioden lyft *Sätt Skåne i rörelse* som en förebild och ett av de bästa initiativen i landet för att främja hälsa hos barn och unga.

*Sätt Skåne i rörelse* är en stödande insats som får arbetet att utvecklas. Nya metoder kan testas och vidareutvecklas, kunskapsnivån höjas och kontinuerligt processledningsstöd är en förutsättning för ett framtida hållbart arbete för barn och ungas hälsa i Skåne. Genom både forskningsbaserade, beprövade och nya metoder och arbetssätt kan verkningsfulla insatser växlas upp och spridas genom en nära samverkan på regional och kommunal nivå. Det innebär att det finns ett långsiktigt samverkansarbete kvar att göra.

Återkoppling från kommunerna visar att det finns ett behov av operativt stöd i de kommunala verksamheterna. En stor fördel har under här beskrivna perioden varit de olika kunskaper och erfarenheter som den operativa styrgruppen och processledarna som ansvarat för implementering av metoder, bidragit med i arbetet. Denna kombination har blivit en framgångsfaktor. Bredd och kunskap, kontinuerliga möten och delad information har under arbetets gång bidragit till minskad sårbarhet och ökad stabilitet. Många av kommunerna är i uppstartsfas och det finns en förväntan på ett långsiktigt arbete från de samverkande parterna som kommunförvaltningar, skola, elevhälsa, hälso- och sjukvård samt idéburna organisationer.

## 2. Bakgrund

Vi vet idag utifrån ett brett vetenskapligt underlag hur fysisk aktivitet främjar såväl fysisk som psykisk hälsa och förebygger och behandlar livsstilsrelaterade sjukdomar. Med

regelbunden fysisk aktivitet vinner individen i bättre hälsa, ökad livskvalitet och livslängd och är helt avgörande för barn och ungas utveckling på alla plan. Ur ett samhällsekonomiskt perspektiv ger det direkta effekter i form av bättre skolresultat, uteblivna vårdkostnader, ökad produktion och kompetensförsörjning samt minskat vård- och omsorgsbehov. Deltagande i fysisk aktivitet bidrar enligt forskning även till stärkta sociala relationer vilket kan leda till bättre hälsa och ökat självskattat välbefinnande.

Den psykiska ohälsan har under en längre tid ökat hos barn och unga i Skåne. Folkhälsorapporterna barn och unga i Skåne 2021 och 2024 (Region Skåne)<sup>1</sup> visade i jämförelse med folkhälsorapporterna 2016 och 2012 att den självskattade hälsan försämrats hos både flickor och pojkar. I förordet till Folkhälsorapporten 2024 konstateras att ett fortsatt fokus på insatser som rör psykisk ohälsa samt fysisk aktivitet bland barn och unga är en riktig prioritering. Relaterade rapporter på såväl nationell som regional nivå påvisar samma trend och visar också att polariseringen i resultaten ökar, det vill säga ökande klyftor avseende jämlik hälsa. Generation Pep:s årliga Pep-rapporter visar en ökad ojämlik hälsa bland barn och unga till följd av socioekonomiska skillnader. Rapporterna visar även den starka kopplingen mellan fysisk aktivitet och psykisk hälsa där fysisk aktivitet anses vara en avgörande skydds- och friskfaktor. Den senaste Pep-rapporten 2025 har genomförts av Generation Pep i samarbete med Special Olympics. Den visar att barn och unga med intellektuell funktionsnedsättning möter ytterligare hinder för fysisk aktivitet, social gemenskap och en aktiv fritid. Personer med intellektuell funktionsnedsättning lever i genomsnitt 10-20 år kortare än övriga befolkningen på grund av livsstilssjukdomar. Skillnaderna i hälsa är stora och de börjar redan tidigt i livet.

Den negativa trenden kring barn och ungas hälsa behöver vändas. Forskning visar att hälsofrämjande och förebyggande insatser leder till minskat lidande och stora besparingar både på kort och på lång sikt. Det finns omfattande evidens som visar att fysisk aktivitet ger såväl kortsiktiga som långsiktiga goda effekter på den fysiska och psykiska hälsan<sup>2</sup>. På goda grunder kan man förutsätta att ett strukturerat och långsiktigt arbetssätt med *Sätt Skåne i rörelse* specifika metoder kommer att leda till goda hälsoeffekter på såväl kort som lång sikt. Genom att få fler barn och unga i rörelse så bidrar *Sätt Skåne i rörelse* till att den psykiska och fysiska hälsan ökar.

Det finns stöd för hälsofrämjande och förebyggande insatser i lagar, konventioner, nationella riktlinjer, Skolverkets läroplaner och politiska beslut på nationell, regional och kommunal nivå. Det finns evidens som stödjer insatserna och dess effekt på folkhälsan i ett bredare perspektiv både på kort och lång sikt. Bland annat har man hos socialtjänst och polisen sett att aktiviteterna inom *Sätt Skåne i rörelse* bidragit till en positiv effekt i det brottsförebyggande arbetet. Citat från socialtjänst Landskrona: "*En meningsfull fritid med fysisk aktivitet och social gemenskap har skapat ett nytt positivt sammanhang för barn och unga.*"

Evidens visar att goda levnadsvanor etableras tidigt i livet. Samtidigt ger tidiga insatser under ett barns uppväxt ofta en effekt först efter en tid, vilket dessvärre kan leda till att preventiva

---

<sup>1</sup> Region Skåne. (2023). Region Skånes Folkhälsorapport 2023. <https://utveckling.skane.se/digitala-rapporter/folkhalsorapporten2023/forord/>

<sup>2</sup> Yrkesföreningar för Fysisk Aktivitet (YFA). Dohm IM, Jansson E, Börjesson M, Hagströmer M, redaktörer. Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling, FYSS 2021. Stockholm: Läkartidningen Förlag AB; 2021. ISBN: 978-91-985098-2-3

insatser prioriteras bort när de ställs mot andra akuta behov i en region eller kommun. Det är av stor vikt att se insatserna som en nödvändig gemensam investering.

Forskningen visar att fysisk aktivitet är en kraftfull och kostnadseffektiv insats. En rapport från OECD och WHO visar att varje satsad euro för att främja fysisk aktivitet ger 1,7 euro tillbaka. Cirka en tredjedel av Europas vuxna befolkning når inte den rekommenderade dosen av minst 150 minuters fysisk aktivitet per vecka. Om alla uppnådde den rekommenderade nivån beräknas de totala hälso- och sjukvårdskostnaderna minska med i genomsnitt 0,6 procent i Europa och 0,7 procent i Sverige. Skulle dessutom befolkningen öka den fysiska aktiviteten till minst 300 minuter per vecka uppskattas Sverige kunna spara 1,5 procent av de totala hälso- och sjukvårdskostnaderna på 235 miljarder kronor per år<sup>3</sup>. Vidare visar sammanställningar från Storbritannien att insatser för att öka förutsättningarna för fysisk aktivitet ger nästan fyra gånger mer tillbaka än vad som investerats. I beräkningarna ingår både ekonomiska och sociala värden, såsom förbättrad hälsa, besparingar i hälso- och sjukvården, ökad produktivitet, ökad tillit, stärkt sammanhållning och minskad brottslighet<sup>4</sup>. Om inte den negativa hälsoutvecklingen vänder, kommer kostnaden för hälso- och sjukvård, arbetsbortfall samt ohälsa och mänskligt lidande att fortsatt öka.

Stillasittandet ökar i alla åldrar och Sverige sticker ut som ett av de mest stillasittande länderna<sup>5</sup>. Studier visar att färre än 20 % av Sveriges barn uppnår WHO:s rekommendationer gällande fysisk aktivitet (dagligen 60 minuters pulshöjande aktivitet). Cirka en tredjedel av pojkar och flickor i Sverige spenderar sin fritid stillasittande, och i genomsnitt sitter barn och unga stilla nio timmar per dag<sup>6</sup>. Knappt 10% av flickor i 15-årsåldern är fysiskt aktiva enligt rekommendationen<sup>7</sup>. Hälsostatus kopplat till rörelse bland tonåringar har på 40 år aldrig varit sämre<sup>8</sup>. Vidare finns det kopplingar mellan stillasittande skärmtid och psykisk ohälsa<sup>9</sup>. Forskning visar att barns stillasittande har försämrat deras motoriska förmåga, vilket är ett växande problem som leder till stora konsekvenser för barnets utveckling och framtid<sup>10</sup>.

Region Skåne prioriterar barn och ungas hälsa högt i den regionala utvecklingsstrategin och i styrdokument och ligger långt fram i att driva frågorna till handling. Regionala utvecklingsnämnden tog beslut 2019 att kraftsamla tillsammans med andra samhällsaktörer för att främja psykisk hälsa hos barn och unga. Efter en omfattande kartläggning 2020 togs ytterligare ett beslut att inriktningen ska fokusera på fysisk aktivitet och social gemenskap. Den regionala samverkan som därefter startade fick namnet *Sätt Skåne i rörelse*. I december 2021 slöts samverkansavtal med Innovation Skåne AB för att tillsammans med en av regional

---

<sup>3</sup> OECD/WHO. (2023). Step Up! Tackling the Burden of Insufficient Physical Activity in Europe, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/500a9601-en>.

<sup>4</sup> Sport England. (2020). Why investing in physical activity is great for our health – and our nation. <https://www.sportengland.org/news/why-investing-physical-activity-great-our-health-and-our-nation>

<sup>5</sup> Kommittén för främjande av ökad fysisk aktivitet (2023). Varje rörelse räknas - hur skapar vi ett samhälle som främjar fysisk aktivitet? (SOU 2023:29).

<sup>6</sup> Generation Pep. (2023). PEP-RAPPORTEN 2023 – Får alla barn sin rätt till bästa möjliga hälsa tillgodosedd? [https://generationpep.se/media/3401/2303\\_genpep\\_rapporten\\_digital\\_a11.pdf](https://generationpep.se/media/3401/2303_genpep_rapporten_digital_a11.pdf)

<sup>7</sup> Folkhälsomyndigheten. (2023). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2021/2022 – Nationella resultat (Art. Nummer 22228). <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/48b881b57779498595394ca05525d5d8/skolbarns-halsovanor-sverige-2021-2022-nationella-resultat.pdf>

<sup>8</sup> Region Skåne. (2023). Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne. Slutrapport i förstudien barn och ungas fysiska uppväxtmiljö i Skåne. Avdelningen Regional Utveckling. <https://utveckling.skane.se/siteassets/publikationer/fysisk-planering-for-ett-rorelserikt-skane.pdf>

<sup>9</sup> Generation Pep. (2022). PEP-RAPPORTEN 2022 – Rörelse viktigt är barns fysiska och psykiska hälsa. [https://generationpep.se/media/3216/2203\\_genpep\\_rapporten\\_a12\\_web.pdf](https://generationpep.se/media/3216/2203_genpep_rapporten_a12_web.pdf)

<sup>10</sup> Edenhed, A. (29 januari, 2024). GU-forskare larmar: Barn kan inte slå kullerbyttor [Radioprogram]. SverigesRadio. <https://sverigesradio.se/artikel/gu-forskare-larmar-barn-kan-inte-sla-kullerbyttor>

utveckling utsedd samordnare driva processen. Under perioden 2021 - juni 2025 har alla 33 kommuner, i olika grad, anslutit sig till denna insats.

I maj 2025 registrerade Region Skåne *Sätt Skåne i rörelse* hos Patent- och registreringsverket.

1 Region Skåne. (2023). Region Skånes Folkhälsorapport 2023. <https://utveckling.skane.se/digitala-rapporter/folkhalsorapporten2023/forord/>

2 Yrkesföreningar för Fysisk Aktivitet (YFA). Dohrn IM, Jansson E, Börjesson M, Hagströmer M, redaktörer. Fysisk aktivitet i sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling, FYSS 2021. Stockholm: Läkartidningen Förlag AB; 2021. ISBN: 978-91-985098-2-3

3 OECD/WHO. (2023). Step Up! Tackling the Burden of Insufficient Physical Activity in Europe, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/500a9601-en>

4 Sport England. (2020). Why investing in physical activity is great for our health – and our nation. <https://www.sportengland.org/news/why-investing-physical-activity-great-our-health-and-our-nation>

5 Kommittén för främjande av ökad fysisk aktivitet (2023). Varje rörelse räknas - hur skapar vi ett samhälle som främjar fysisk aktivitet? (SOU 2023:29).

6 Generation Pep. (2023). PEP-RAPPORTEN 2023 – Får alla barn sin rätt till bästa möjliga hälsa tillgodosedd? [https://generationpep.se/media/3401/2303\\_genpep\\_rapporten\\_digital\\_a11.pdf](https://generationpep.se/media/3401/2303_genpep_rapporten_digital_a11.pdf)

7 Folkhälsomyndigheten. (2023). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2021/2022 – Nationella resultat (Art. Nummer 22228). <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/48b881b57779498595394ca05525d5d8/skolbarns-halsovanor-sverige-2021-2022-nationella-resultat.pdf>

8 Region Skåne. (2023). Fysisk planering för ett rörelserikt Skåne. Slutrapport i förstudien barn och ungas fysiska uppväxtmiljö i Skåne. Avdelningen Regional Utveckling. <https://utveckling.skane.se/siteassets/publikationer/fysisk-planering-for-ett-rorelserikt-skane.pdf>

9 Generation Pep. (2022). PEP-RAPPORTEN 2022 – Rörelse viktigt är barns fysiska och psykiska hälsa. [https://generationpep.se/media/3216/2203\\_genpep\\_rapporten\\_a12\\_web.pdf](https://generationpep.se/media/3216/2203_genpep_rapporten_a12_web.pdf)

10 Edenhed, A. (29 januari, 2024). GU-forskare larmar: Barn kan inte slå kullerbyttor [Radioprogram]. SverigesRadio. <https://sverigesradio.se/artikel/gu-forskare-larmar-barn-kan-inte-sla-kullerbyttor>

### 3 Syfte

Det övergripande syftet med *Sätt Skåne i rörelse* har varit att möjliggöra för och accelerera verkningsfulla insatser på regional och kommunal nivå, som stärker barn och ungas hälsa, förebygger ohälsa och bidrar till livskvalitet och ett hållbart samhälle.

### 4 Mål

Ett första beskrivet mål var “Mätbar ökad psykisk hälsa hos unga kopplat till specifika insatser och metoder”. Detta mål har reviderats under perioden då det inte går att påvisa kausalt samband mellan specifika insatser och specifika utfall. I de flesta fall handlar det om ett flertal specifika insatser som gemensamt ger upphov till ett flertal relaterade utfall. Den operativa gruppen har därför under perioden tagit beslut om att fokusera på

- utvärdering av samverkan med andra samhällsaktörer

- utvärdering av implementeringsstöd i kommuner avseende metoder

## 5. Organisation

Uppdraget har samordnats av tjänstemän från regional utveckling, Region Skåne och Innovation Skåne AB som tillsammans har utgjort en operativ styrgrupp. I denna grupp ingår den av regional utveckling anställd samordnare för *Sätt Skåne i rörelse*. Gruppen har haft regelbundna arbetsträffar, planerat, samordnat och utvecklat arbetet utifrån följande huvudsakliga funktioner:

- Koordinera och implementera samverkansarbetet.
- Ansvara för årlig verksamhetsplanering och uppföljning.
- Eskalera problem och risker till styrgrupp.
- Utveckla plattformen över tid genom utveckling och etablering av strukturer och metoder i enlighet med projektets årliga verksamhetsplan.
- Genomföra aktiviteter.

För att säkerställa att *Sätt Skåne i rörelses* samordnare och de av Innovation Skåne AB anlitate tjänstemän givits nödvändiga förutsättningar samt kunna hantera problem och risker från relaterade insatser, har i organisationen funnits en övergripande styrgrupp. Denna har också haft till uppgift att ansvara för underlag till politiken. Styrgruppen har träffats en gång per år med möjlighet till fler avstämningar vid behov.

Styrgruppen har bestått av VD eller enhetschef vid Innovation Skåne AB och av Innovation Skåne AB utsedd tjänsteman. Vidare enhetschefen vid enheten miljö och hälsa, Regional utveckling, Region Skåne och av Regional utveckling utsedd hälso- sjukvårdsstrateg. Sedan organisationsförändring i april 2025 enhetschef och utsedd hälso- sjukvårdsstrateg vid enheten för kunskap, Nära vård och hälsa, Region Skåne.

Den operativa styrgruppen har månadsvis genomfört möten med metodledare där även representanter deltagit från BRIS, Friluftsförbundet Region Syd och FIFH Parasport (Föreningen Idrott för handikappade), med vilka Region Skåne ingått samverkansavtal inom ramen för *Sätt Skåne i rörelse*. Syftet med dessa möten har varit att skapa en samsyn och en gemensam och effektiv grund för implementering av metoder i samarbete med kommunerna.

## 6. Genomförande

Samverkansarbetet i *Sätt Skåne i rörelse* utgår från den regionala utvecklingsstrategin *Det öppna Skåne* och visionsmålet *Skåne ska erbjuda framtidstro och livskvalitet*:

*“.. alla ska ha möjlighet till god hälsa och likvärdiga förutsättningar att forma sitt liv efter egen förmåga och vilja. Genom ett utvecklat samarbete mellan hälso- och sjukvården och kommun, myndigheter, idéburen sektor, näringsliv, lärosäten samt den enskilde invånaren ska hälsan förbättras. Ungas perspektiv ska särskilt lyftas som en tillgång i hälsoarbetet. Nya innovationer och samverkansformer ska utvecklas för att skapa ett hållbart och inkluderande samhälle, där den enskildes livskvalitet ökar samtidigt som samhällskostnader sparas på både kort och lång sikt ..”*

Under hösten 2019 skickade regional utveckling, Region Skåne på uppdrag av folkhälsoberedningen och regionala utvecklingsnämnden ut ett brev till alla kommuner i Skåne. I brevet gavs information om att folkhälsoarbetet hos Region Skåne var under utveckling, att en ny inriktning hade börjat formas med hälsofrämjande och förebyggande insatser. Regional utveckling önskade få svar från kommunerna om vad de såg som sina en till två största utmaningar gällande befolkningens hälsa och vilka insatser som pågick. Vidare om det var relevant med samverkansmedel från Region Skåne och att kraftsamla tillsammans kring en gemensam utmaning. 14 kommuner svarade på brevet. Svaren handlade bland annat om vikten av:

- tidiga riktade insatser för barn och unga i olika riskgrupper,
- ett strategiskt ledarskap som kan koppla det förebyggande arbetet i kommunen till mer åtgärdande insatser hos regionen,
- skapa goda strukturella förutsättningar för barn och unga samt föräldrastödjande insatser,
- identifiera behov och skapa samverkan med regionen för att främja psykisk hälsa.
- behovet av innovativa lösningar utifrån forskning för att planera samhället så det främjar fysisk aktivitet och mobilitet.

Alla svarande uttryckte ett värde av en gemensam kraftsamling och att samverkansmedel skulle kunna bidra till relevanta och flexibla insatser.

Regionala utvecklingsnämnden tog därefter beslut i december 2019 att ge Folkhälsoberedningen i uppdrag att kraftsamla tillsammans med andra samhällsaktörer för ökad psykisk hälsa hos barn och unga samt avsatte sju miljoner kronor i samverkansmedel. Vidare beslutades att kartlägga samband och aktörer som främjar fysisk aktivitet och psykisk hälsa hos unga. Av samverkansmedlen har under perioden 500 000 SEK bidragit till kommunikation, bland annat framtagandet av webbsidan *Sätt Skåne i rörelse* samt till Innovation Skåne AB 4 467 040 SEK (Överenskommelse om Särskilt projekt - Samverkan psykisk hälsa unga, 2022 - 2024). Regionala utvecklingsnämnden tog beslut om att avsätta från ovanstående medel 1 500 000 SEK till insatsen (RUN 2020-04-24) Psykisk hälsa i ljust av Covid-19. Av dessa har 1 406 540 SEK utbetalats till idéburna organisationer som bidragit till insatsen.

Våren 2020 genomfördes kartläggningen med bland annat intervjuer med tjänstemän i 14 av Skånes kommuner samt organisationer inom Region Skåne. Vid några av tillfällena deltog även kommunala politiker vid intervjutillfällena. Utifrån kartläggningen som även kom att innehålla en kunskapsöversikt tog regionala utvecklingsnämnden 2020-10-23 beslut om att en regional samverkan kring psykisk hälsa hos barn och unga tillsammans med kommuner med flera samhällsaktörer, i ett första steg skulle genomföras med inriktning fysisk aktivitet samt i ett andra steg med inriktning sociala relationer.

I november 2020 bjöds samtliga kommuner, idéburna organisationer och andra samhällsaktörer in till ett första samverkansmöte. Drygt 70 personer från 17 kommuner deltog i denna träff. Utifrån en gemensam workshop lyftes vikten av insatser för ökad kunskap och stöd i införandet av metoder för ökad fysisk aktivitet. Vidare insatser för att främja en inspirerande fritidsmiljö och utevistelse samt fritidsaktiviteter som stimulerar till fysisk aktivitet och social gemenskap. Man efterfrågade även planering av den fysiska miljön för att öka aktiva transporter, säkra skolvägar och en offentlig livsmiljö som stimulerar till ökad fysisk aktivitet.

## 7. Insatsområden

Inledningsvis identifierades sex olika insatsområden som skulle utgöra fokus under den avtalade perioden. Arbetet, insatserna och utfallet inom respektive område har varierat och i vissa fall ändrat struktur. Nedan beskrivs arbetet inom vart och ett av insatsområdena.

### 7.1 Insatsområde samverkan

#### 7.1.1 Samverkan med kommuner

Vid en kartläggning genomförd av regional utveckling våren 2020 samt en genomförd workshop i november 2020, vilken utgjorde uppstartsmöte med kommuner, idéburna organisationer, lärosäten och näringsliv, framkom att samverkan är helt avgörande med en regional aktör som leder och driver arbetet. Från deltagande kommuner i workshopen lyftes en problematik fram med brister i kommunerna med bland annat resurser, möjligheter till kompetensutveckling, kunskap om hälsofrämjande och förebyggande arbete och samordnarroll. Vidare en avsaknad av ett långsiktigt arbete. Den psykiska hälsan var så pass utbredd att det krävdes betydligt mer insatser och strukturerad, långsiktig samverkan för att nå alla barn och unga med behov av stöd.

I uppdraget att kraftsamla kring psykisk hälsa hos barn och unga har ingått att få till en formaliserad samverkan med kommunerna i Skåne. Tidigt i de första gemensamma samverkansmötena, senare kallade "tematräffar", uttrycktes behov av kunskapshöjning, stöd, långsiktighet och kontinuitet i arbetet med att förbättra den psykiska hälsan hos barn och unga. Det fanns en tydlig vilja att "kroka arm" och samarbeta i införandet av konkreta insatser och i det operativa genomförandet i kommunerna. I samverkansmöten har därför den operativa styrgruppen lagt vikt vid dessa önskemål. Information och kunskap om metoder har erbjudits och efterhand har också ett arbetssätt lyfts fram kring hur implementering av metoder ska kunna genomföras.

Samverkans- och tematräffar som under perioden genomförts har främst syftat till att skapa en dialog, en gemensam förståelse för samhällsutmaningen psykisk ohälsa hos barn och unga och fysisk aktivitet, social gemenskap och meningsfull fritid som skydds- och friskfaktorer. Vidare erfarenhetsutbyte och goda exempel, kunskapsspridning och information om pågående insatser och erbjudanden om stöd i införandet av nya arbetssätt. Sambandet mellan fysisk aktivitet, social gemenskap och hälsa har synliggjorts. Forskningsbaserade och beprövade metoder och nya arbetssätt har genom initiativet implementerats i samverkande kommuner. Erbjudande av processledning för genomförande av metoder har varit en framgångsfaktor. Återkoppling från kommunerna visar på ett stort intresse för samverkan och en stor förståelse för att barn och ungas hälsa är en angelägenhet för alla och det har funnits ett stort intresse för samverkan. Utifrån ett initialt satt mål om 25 aktiva kommuner deltar i dagsläget alla Skånes 33 kommuner i olika grad.

Nätverk som bildats genom samverkansarbetet har också gett upphov till en mängd synergier. Kommuner, forskare och andra aktörer har utbytt erfarenheter och startat upp ytterligare samverkan avseende aktiviteter för barn och unga, metodutveckling samt följeforskning.

Ett flertal av de samverkande kommunerna har uttryckt behov av fortsatt stöd i implementering från egna kommunledningen samt stöd i utveckling och uppföljning av nya arbetssätt. Kommunerna har delvis olika behov och förutsättningar. Det är därför av vikt att fortsatt "skräddarsy", stödja och möta dessa behov på bästa möjliga sätt och på allvar skapa robusta, hållbara, hälsofrämjande arbetssätt.

### ***7.1.2 Samverkan med idéburna organisationer***

Förutom ett stort antal förberedande möten med kommuner har ett stort fokus lagts vid samverkan med idéburna organisationer som erbjuder beprövade metoder för barn och unga. I idéburna organisationers verksamheter finner man föreningslivet oftast riktat mot idrott, kultur och naturupplevelser, men organisationerna bidrar också till välfärden på annat sätt, inom vård, social omsorg, förskola och skola. Det finns hos den idéburna organisationen en vilja och fokus att bidra till att lösa behov för olika målgrupper i samhället. Deras sociala insatser är viktiga och en stor fördel i samverkansarbetet är att organisationerna möter medborgarna på ett sätt där den offentliga regionala aktören inte når fram. Region Skåne har en lång erfarenhet av samverkan med idéburna organisationer genom bland annat bidragsgivning till regionala insatser, bland annat för barn och unga i Skåne.

I syfte att kunna nå långsiktiga resultat i det regionala samverkansarbetet har samverkan behövt utökas med idéburna organisationer som kan bidra med metoder och beprövade aktiviteter på längre sikt. För att knyta organisationernas arbete närmare *Sätt Skåne i rörelse* tog regionala utvecklingsnämnden beslut om samverkansavtal 2023-04-14, detta för perioden 2023 - 2026. Urvalet av samverkande idéburna organisationer har gjorts på ett sådant sätt att de kompletterar varandra så att de viktigaste levnadsvanorna och hälsomässiga utmaningar adresseras. Därför tecknades avtal med Bris (Barnens rätt i samhället), Friluftsförbundet Region Syd samt FIFH (insatser för barn och unga med funktionsvariation) som har dessa förutsättningar.

Ytterligare ett sätt att nå kontinuitet och långsiktighet i arbetet med att främja psykisk hälsa hos barn och unga har blivit bildandet av ett nätverk med organisationerna Bris,

Friluftsförbundet Region Syd och FIFH. I detta nätverksarbete har Bris den samordnande rollen. Syftet med nätverket är att med gemensamma krafter anta den utmaning som vi i dagsläget står inför med ökad psykisk ohälsa samt minskad fysisk aktivitet hos barn och unga i Skåne. Genom organisationernas samverkan och att använda varandras kunskaper och styrkor samt ett riktat utbyte, ska gemensamma långsiktiga insatser kunna utvecklas. Utvärderingar sker i samverkan mellan organisationerna och med stöd av inom ämnesområdet upphandlad expertis, med start hösten 2024. Detta sker i form av lärande utvärdering där effekterna av insatser och metodik undersöks på kort och lång sikt. Utifrån de lärande utvärderingarnas resultat ska organisationerna kunna utveckla sina arbetssätt för att optimera effekterna hos målgruppen. Nätverket ska efterhand kunna utökas med fler idéburna organisationer.

Under 2023 genomfördes också en utvärdering av en tidigare långsiktig samverkan med RF-SISU Skåne. Denna utvärdering bidrog till beslut hos nämnden om förlängning av samverkansavtal för perioden 2024 - 2026. Syftet med samverkansavtalet är ökad spridning av fysisk aktivitet med social gemenskap, detta främst genom *Rörelsesatsningen i skolan*. Rörelsesatsningen riktar sig till alla barn i grundskolan och anpassad skola, och handlar om att få in mer rörelse under skoldagen och syftar till att ge barnen en ökad rörelseglädje och rörelseförståelse, vilket lägger grunden till ett ökat välbefinnande, bättre skolresultat men även en bättre folkhälsa. Denna insats når ut till drygt 370 skolor i alla Skånes kommuner och utgör därmed ett betydelsefullt komplement till *Sätt Skåne i rörelses* erbjudande av metoder.

I december 2024 skrevs samverkansavtal med Friskis & Svettis, Malmö gällande hälsofrämjande insatser för personer med funktionsnedsättning. Arbetet har under våren 2025 startat upp i Malmö och knyter an till såväl fysisk aktivitet, social gemenskap och den FaR-satsning (Fysisk aktivitet på Recept) som pågår nationellt. Hälsoinspiratörer inom LSS, funktionsstödsförvaltning och ledsagarverksamhet utbildas i enkelgympa, rörelseglädje och motivation för att ge extra stöd till denna målgrupp.

På samma sätt och vid samma tidpunkt, december 2024, skrevs samverkansavtal med Fritidsbanken Sverige som tillsammans med Region Skåne och Region Västra Götaland utvärderar en FaR-lotsfunktion på två av Skånes Fritidsbanker samt två i Västra Götaland. Syftet är att ytterligare motivera individer och familjer till fysisk aktivitet och en aktiv fritid genom besök och motiverande samtal på Fritidsbanken. Arbetet bygger på samverkan mellan primärvård, elevhälsa och Fritidsbanken och de utvalda pilotkommunerna i Skåne är Åstorp och Malmö. Om arbetet faller väl ut kommer det att växlas upp till fler av Skånes kommuner. Följeforskare vid Göteborgs, Karlstads och Lunds universitet bidrar till uppföljningen av detta initiativ.

Samverkansavtalen och arbetet med Fritidsbanken och Friskis & Svettis avslutas och utvärderas 2026 men har redan fått nationell uppmärksamhet. Flera regioner inspireras av Region Skåne och Västra Götaland.

### **7.1.3 Samverkan med näringslivet**

Samverkan med näringslivet är betydelsefullt då näringslivet erbjuder produkter, tjänster och samarbeten som kan bidra till förebyggande och hälsofrämjande insatser. Den operativa

styrgruppen har identifierat ett antal näringslivsaktörer som kan bidra till förebyggande insatser för att öka fysisk aktivitet och social gemenskap hos barn och unga. Dialog har lyfts om på vilket sätt näringslivet kan involveras i kraftsamlingen. Det finns en utmaning i arbetet med frågan om vem som ska upphandla och erbjuda dessa tjänster och produkter. Som samverkansaktör kan det finnas en fördel att upphandla för att följa upp och utvärdera. Å andra sidan kan det utifrån en variation av tjänster, produkter och olika förutsättningar hos respektive kommun finnas fördelar med att dessa upphandlar. Även utifrån intresse att utvärdera metodernas påverkan hos barn och unga kan det vara en fördel. I båda tillvägagångssätten behöver ekonomiska resurser tillsättas och framtida insatser utvärderas. I dagsläget har processen ännu inte nått så långt att dessa åtgärder har kunnat realiserats.

Ett samverkansavtal har genomförts med en näringslivsaktör, En Hållbar Generation, där pedagoger utbildats i syfte att skapa en hållbar struktur för organiserade rörelseaktiviteter och förutsättningar för en god motorisk utveckling för alla barn inom förskolan. Arbetet med En Hållbar Generation avslutades 2024 och ett nytt samverkansavtal gällande samma åldersgrupp har undertecknats i juni 2025 gällande metoden Cirkusspråka. I intervjuer och samtal med målgruppen, det vill säga yngre barn, framkommer önskemål om just cirkusinspirerade rörelseaktiviteter. Näringslivsaktören bakom Cirkusspråka har forskat på metoden och resultaten visar effekter som stämmer väl överens med *Sätt Skåne i rörelses* uppdrag. Metoden kommer att införas på förskolor, skolor och fritidshem med start sommaren 2025 med syfte att öka rörelseglädje, motorisk utveckling, inläring och social gemenskap.

Ett samarbete inleddes tidigt under processen med forskaren och grundaren bakom metoden Dans för hälsa. Detta var den metod som kommunerna, framför allt representanter från elevhälsan, tidigt uttryckte intresse av att implementera. Dans för hälsa AB har bidragit med utbildning av nya instruktörer, huvudsakligen skolsköterskor, fysioterapeuter, kuratorer, skolpsykologer och pedagoger samt uppföljningsverktyg.

Samtal har förts med Novo Nordisk i Cities Changing Diabetes / Cities for Better Health med särskilt fokus på hälsofrämjande satsningar i Malmö stad och samordnaren för *Sätt Skåne i rörelse* deltar sedan 2020 i arbetsgruppen för barn och unga. I denna grupp ingår även forskare från Malmö universitet, Region Skånes barnhälsovårdsöverläkare, chefer från Malmö stad och verksamhetschef på Generation Pep. Dialog har även inletts med fastighetsbolagen Stena och MKB i syfte att samverka kring hälsofrämjande aktiviteter och miljöer.

#### **7.1.4 Samverkan med lärosäten**

Under 2023 startades en samverkan mellan *Sätt Skåne i rörelse* och lärar- och förskollärarytutbildningarna vid Malmö universitet. Syftet var att föra in fysisk aktivitet, motorisk utveckling och rörelseglädje på schemat då detta tidigare saknats. Det är av vikt att ge blivande pedagoger kunskap och insikt om hur fysisk aktivitet påverkar barn och ungas fysiska och psykiska hälsa. Att en god motorisk utveckling ger förutsättningar för rörelserikedom, rörelseglädje och lägger grunden för ett aktivt och hälsosamt liv. Att fysisk aktivitet under skoltid kan ge en positiv påverkan på barn och ungas hälsa genom minskad stress, ökad koncentration och förbättrad kognition och inläring. Samverkan har lett till ett ökat hälsofrämjande perspektiv i grundutbildningarna och fortbildning för redan utbildade

pedagoger med fokus på att främja goda levnadsvanor, rörelseglädje och rörelserikedom hos barn och unga inom förskola och skola.

En förstudie har gjorts i Helsingborg i samverkan med Region Skånes kulturförvaltning, "Ökat fritidsutbud på konst- och kulturområdet" där Kulturförvaltningen vid Helsingborg stad kartlade fritidsaktiviteter för barn och unga inom konst- och kulturområdet. Förstudien har utgått från målet att förbättra barn och ungas fysiska och psykiska hälsa genom att utveckla en modell som inspireras och bygger på metoden Aktivitet Förebygger, men med kulturen i fokus. Resultatet av förstudien har visat att det råder en brist på konst- och kultur som fritidsaktivitet.

Även samverkan med doktorander har utvecklats. Det finns en potential i att gemensamt utveckla och beforska nya metoder som bidrar till hälsofrämjande insatser hos barn och unga. Samverkan och utbildningsinsatser har genomförts inom metoden GoFaR (Gemensamt ordnad fysisk aktivitet på recept) med forskare vid Malmö universitet, Lunds universitet och Kristianstad Högskola. Följeforskare från Lunds universitet har studerat införandet och effekterna av Aktivitet förebygger i Helsingborg. Pilotprojektet med FaR-lots på Fritidsbanken följs av forskare från Lunds och Göteborgs universitet samt Karlstad högskola.

### **7.1.5 Samverkan med andra samhällsaktörer**

Stor vikt har lagts vid lokalt, regionalt och nationellt nätverkande. De utmaningar man ser i Skåne gällande barn och ungas hälsa är inte unika, de är likartade över hela landet. En kontinuerlig omvärldsbevakning har skett gällande aktuell forskning och satsningar i övriga regioner. Värdefulla nationella nätverk är HFS (Hälsofrämjande hälso- och sjukvård), Temagrupp fysisk aktivitet, FaR barn och unga, Generation PEP, Fysioterapeuternas levnadsvanegrupp samt det Nationella hälsoprogrammet för barn och unga i samarbete med Socialstyrelsen.

Relevanta och värdefulla lokala nätverk är LAG (Lokal arbetsgrupp) Familjestöd samt LAG Fysisk aktivitet på Recept vilka är en del av Region Skånes kunskapsstyrningsorganisation och har representation från *Sätt Skåne i rörelse*.

Den nationella samverkan och omvärldsbevakningen har gett värdefullt utbyte av kunskap, inspiration och erfarenheter in i det strategiska arbetet. Samverkan med flera regioner som tex Västra Götaland och organisationer som Generation Pep har resulterat i gemensamt forskningsprojekt inom metoden GoFaR och samverkan kring Pep-kommuner i Skåne.

Intresset från andra delar av landet har varit stort och såväl samordnare som metodledare har varit behjälpliga när andra regioner önskat rådgivning i uppstart av liknande arbetssätt.

För mer information och detaljer kring samverkansaktiviteter, se bilaga 1.

## **7.2 Insatsområde metoder**

Fokus har lagts på att bygga upp en struktur för metodledarnas arbete inom respektive metod, kopplat till insatsen.

I dialog med kommunerna identifierades behov och önskemål om stöd i implementering av forskningsbaserade metoder och arbetssätt för att främja fysisk aktivitet, social gemenskap och hälsa. De metodledare som anlitas inom respektive metod är erfarna och sakkunniga och erbjuder kommunerna såväl ökad kunskap som konkret implementeringsstöd. På detta sätt möts den efterfrågan som tydligt uttalats från kommunerna i Skåne.

Forskningsbaserade och beprövade metoder har lyfts som ett erbjudande till kommuner och i de förvaltningar som möter barn och unga. Metodledare som är experter inom respektive metod har funnits till hands under arbetets gång hos de kommuner som efterfrågat stöd i implementeringen. I processledarnas uppdrag har ingått att utbilda pedagoger samt personal vid elevhälsan för att dessa i sin tur ska kunna bidra med metoder och arbetssätt till barn och unga som de möter i sina verksamheter. Samordnaren från regional utveckling har organiserat och gett stöd till metodledarna och har haft kontinuerlig kontakt med majoriteten av kommunerna.

Karta, i vilka kommuner har metoderna införts: [Folkhälsoinsatser i Skåne, uppföljning \(arccgis.com\)](#)

## 7.2.1 Universella och riktade insatser

För att uppnå en god och jämlik hälsa för alla barn och unga är det viktigt att arbeta med både universella och riktade insatser. Universella insatser riktas brett till alla, till exempel till samtliga elever på en skola. Riktade insatser ges till de barn och unga som har störst behov. Det kan här handla om särskilt utsatta grupper eller individer med förhöjd risk att drabbas av ohälsa och / eller utanförskap. Dessa åtgärder behöver specifikt anpassas och utformas med hänsyn till gruppens / individens förutsättningar. Universella och riktade insatser benämns tillsammans som proportionell universalism.

*Sätt Skåne i rörelse* erbjuder medvetet både universella och riktade insatser genom att inkludera metoder som erbjuder aktiviteter brett till alla samt riktade insatser till barn och unga med särskilt behov av extra stöd och ökad risk för ohälsa. På detta sätt bidrar *Sätt Skåne i rörelse* till att öka den jämlika hälsan. Till och med 2024-06-30 hade cirka 148 000 barn och unga i Skåne tagit del av insatserna inom *Sätt Skåne i rörelse*. 2025-06-30 är denna siffra cirka 180 000 barn och unga.

***Rörelsesatsning i skolan*** som erbjuds av RF-SISU Skåne är en universell insats som syftar till att öka hälsan, välbefinnandet och skolresultat hos elever genom att integrera rörelse i skolans verksamhet. *Rörelsesatsning i skolan* är ett regeringsuppdrag som syftar till att förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten genom att bygga broar mellan skolan, barnen och föreningslivet. RF-SISU Skåne ansvarar för arbetet som pågår i samtliga 33 kommuner. En nära samverkan sker mellan RF-SISU Skåne och *Sätt Skåne i rörelse* genom samverkansavtal. RF-SISU Skåne bidrar bland annat med utbildningsinsatser och tematräffar för pedagoger och annan skolpersonal. Rörelsesatsningen genomförs i drygt 370 skolor i alla Skånes kommuner, såväl förskoleklass till årskurs 9 samt anpassad skola. Cirka 132 000 barn uppskattas ta del av insatserna. Antalet skolor som samverkar med föreningar har ökat från 18 % 2019, till 71 % 2023. 8 av 10 föreningar har fått nya medlemmar. Skolor som tar del av *Rörelsesatsningen i skolan* i Skåne arrangerar också *Idrottens dag*. På *Idrottens dag* 2024 deltog 115 skolor och

cirka 27 000 elever. Denna insats är en del av European School Sports Day, som samlar skolbarn över hela Europa för att uppmuntra en aktiv livsstil.

**Skogshjältarna** är ett upplevelsebaserat koncept som erbjuds av Friluftsförbundet Region Syd där pedagoger i årskurs F-3 samt fritidshem använder naturen som undervisningsresurs. Här erbjuds pedagoger utbildningsinsatser, kunskap och redskap för att undervisa i naturen, i ett naturområde eller i en park i närheten av skolan. Undervisningsmaterialet är kopplat till skolans läroplan. Målsättningen är att öka den fysiska aktiviteten och sociala gemenskapen samt att rusta barnen med ett hållbart förhållningssätt till naturen och ökad kunskap om att rörelse och utevistelse bidrar till en god hälsa. I januari 2022 fanns det i Malmö en förskola med utbildade skogshjältepedagoger, den enda i Skåne. Skogshjältarna finns nu i 21 kommuner på sammanlagt 62 skolor. Drygt 22 000 barn uppskattas tagit del av insatserna.



**Må bra i naturen** bedrivs liksom *Skogshjältarna* i samverkan med Friluftsförbundet Region Syd men med fokus på tonåringar. *Må bra i naturen* tillkom hösten 2023 med satsningen *Häng med oss ut* som inspiration. *Häng med oss ut* är en metod för ökad psykisk hälsa som använts framgångsrikt i ett flertal år inom vuxenpsykiatri, LSS, socialtjänst och primärvård. *Må bra i naturen* har dragit nytta av lärdomarna i detta arbete men har ett mer främjande och förebyggande fokus gällande psykisk hälsa och vänder sig till tonåringar. Samarbete sker med ungdomsmottagningar, skolor och elevhälsa med ett särskilt fokus på elever med hög skolfrånvaro. Ungdomar från Klippans kommun har deltagit i utformningen genom strukturerad målgruppsinvolvering. Anpassad skola ingår i satsningen sedan 2024 då det gjordes en pilot med mycket gott resultat. Utbildningar genomförs vid ett flertal tillfällen varje termin med fokus på utevistelsens hälsofrämjande effekter, fysisk aktivitet och social samvaro. Pilotkommuner var Klippan, Helsingborg, Hässleholm och Hörby och 12 personer från elevhälsan utbildades i första omgången och en metodbok sammanställdes. Spridningen av metoden har varit mycket framgångsrik och *Må bra i naturen* finns nu på 65 skolor i 16 kommuner och har uppskattningsvis nått ut till 22 000 elever.

**Aktivitet förebygger** arbetar med universella insatser genom aktiviteter som erbjuds alla elever under och efter skoltid, samt riktade insatser med bland annat socialt stöd till utsatta barn för att komma in i organiserad fritidsverksamhet. Utifrån ett folkhälsoperspektiv behöver alla barn få ta del av insatserna, därav obligatorisk föreningsverksamhet på skoltid samt aktiviteter inom *After School* som sker efter skoltid. Riktade insatser inom *Aktivitet förebygger* bidrar till att barn i någon form av utsatthet får tillgång till en meningsfull fritid. Oftast är det elevhälsan eller socialtjänsten som tar kontakt



inför en riktad insats. Som kommun kan man med fördel börja att arbeta med delar av Aktivitet förebygger för att successivt komplettera och utöka. Aktivitet förebygger finns i 5 kommuner, på totalt 24 skolor och implementering har påbörjats i flera andra kommuner. Sammanlagt uppskattas 2150 barn ha tagit del av universella insatser och 160 barn har fått stöd av riktade insatser under den här perioden.



**Dans för hälsa** är ett komplement till elevhälsans arbete för att stärka psykiskt välbefinnande hos unga. Ungdomar med psykosomatiska besvär, oro, stress, nedstämdhet eller trötthet identifieras av elevhälsan. *Dans för hälsa* är en forskningsbaserad och hälsoekonomiskt effektiv metod med fokus på rörelseglädje, ökad kroppskänedom och social gemenskap. Ett skånskt nätverk för alla utbildade instruktörer har skapats inom *Sätt Skåne i rörelse*. Här utbyts erfarenheter gällande såväl ledarskap, koreografier som bemötande och psykisk hälsa. Nätverket skapar även möjlighet för samverkan över kommungränserna. Dans för

hälsa erbjuds i 10 skånska kommuner och i 17 olika skolor/verksamheter. Uppskattningsvis har 400 ungdomar deltagit under perioden.

**GoFaR** är en riktad insats. Denna metod utgår från elevhälsan och innebär att skolsköterskan ordinerar Fysisk aktivitet på Recept (FaR). *GoFaR* är en vidareutveckling av den forskningsbaserade metoden FaR som använts inom hälso- och sjukvården sedan början av 2000-talet. Inom *GoFaR* ger involverade aktörer barn och unga ett extra stöd för att lyckas nå sin individuella målsättning med aktiviteten och på så sätt få positiva hälsoeffekter. *GoFaR* erbjuds elever från förskoleklass till gymnasiet. Lösningen samskapas av elev och skolsköterska och utgår från elevens behov och önskemål. Det lokala föreningslivet ligger till grund för aktivitetsutbudet och här sker även en samverkan med RF-SISU Skåne. *GoFaR* finns i 5 kommuner och på 80 skolor. Cirka 300 barn har tagit del av denna riktade insats under perioden.



**GoFaR**  
Gemensamt ordnad  
Fysisk aktivitet på Recept

**En hållbar generation** tillkom som metod inom *Sätt Skåne i rörelse* under hösten 2023 med målsättningen att erbjuda processledning och utbildning till pedagoger inom förskolan. Syftet är att skapa en hållbar struktur för organiserade rörelseaktiviteter och förutsättningar för en god motorisk utveckling för alla barn inom förskolan. Grunden för goda levnadsvanor etableras i tidig ålder och med en Hållbar generation möter vi barnen i förskoleåldern. Behoven och intresset var stort från förskolor i hela regionen. Under vårterminen 2024 genomfördes en workshopserie, digitalt och fysiskt, med 29 förskolor från 11 olika kommuner i Skåne. Utbildningen gav stöd och kunskap till pedagogerna att ta fram och arbeta efter en policy för stöd av rörelseaktiviteter i förskolan. Uppskattningsvis 900 förskolebarn har på detta sätt fått ta del av denna rörelsesatsning. Denna metod avslutades 2024.

Tabell 1. Översikt med samlade siffror för respektive metod under perioden 2022 – juni 2025

	Skogs- hjältarna	Dans för hälsa	GoFaR	Aktivitet förebygger	Rörelsesatsning i skolan	Må bra i naturen
Antal kommuner	21	10	5	5	33	16

Antal skolor	62	17	80	24	377	65
Antal barn tagit del av insatsen	22 000	400	300	2150 (universell) 160 (riktad)	132 000	22 000

## 7.2.2 Målgruppsinvolvering

I samtliga metoder och insatser som berör barn och unga ska målgruppen lyssnas till och inkluderas i arbetet. Enligt barnkonventionen ska alla barn ha rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Därmed är det viktigt att tänka på hur barn bäst involveras i det utvecklingsarbete som bedrivs inom ramarna för *Sätt Skåne i rörelse*. *Sätt Skåne i rörelse* verkar därför som en stödjande och rådgivande part för samverkande kommuner och andra samhällsaktörer.

*Sätt Skåne i rörelse* vill bidra till att utveckla arbetet med målgruppsinvolvering i samtliga metoder. Under hösten 2023 påbörjades arbetet med metodstöd för målgruppsinvolvering till processledare för *Må bra i naturen*. En grupp ungdomar från Klippans kommun deltog våren 2024 i utformningen av *Må bra i naturen* genom ett strukturerat arbete med målgruppsinvolvering.

Vidare ges stöd och kunskap till kommuner och organisationer att arbeta fokuserat med målgruppsinvolvering. I samverkansavtalet mellan Bris och Region Skåne inom insatsen *Sätt Skåne i rörelse* erbjuder Bris ett antal metoder till alla samverkansparter. En av dessa är utbildningen *Expertgrupp Barn* som riktar sig till vuxna som möter barn och unga i sitt arbete. Utbildningen ska höja kompetensen om hur man bidrar till barn och ungas inflytande i de insatser där dessa påverkas. Den första utbildningen arrangerades den 22 maj 2024 i Hässleholm, och vid detta tillfälle erbjöds 30 utbildningsplatser. Utbildningen var fullsatt med deltagare från 15 olika kommuner. Den har därefter erbjudits en gång per termin på olika platser i Skåne med fortsatt stort intresse och deltagande från de flesta av Skånes kommuner.

## 7.2.3 Insatsområde hälsodata och testbäddar

Insatsområdet kring hälsodata hade som avsikt att undersöka nya sätt att tillgängliggöra hälsodata för att mer effektivt kunna följa och studera utfall och effekter av insatser på barn och ungas hälsa. Vidare fanns en avsikt att erbjuda testmiljöer för företag som har lösningar för att främja och förebygga hälsa men också datahantering för att samla och visualisera hälsodata på både individ och samhällsnivå. Det har bedrivits ett utforskande arbete kring dessa områden men det har inte landat i det utfall som inledningsvis var tanken. Rätt förutsättningar har saknats hos Innovation Skåne AB och någon testbädd har inte genomförts under perioden.

## 7.2.4 Insatsområde uppföljning och utvärdering

Arbetet med uppföljning och utvärdering har ändrat form under perioden. Målet var att genomföra ändamålsenlig uppföljning och effektutvärdering i nära samarbete med

behovsägare och forskning. Det fanns inledningsvis en ambition att mäta genomförda insatsers effekt på den psykiska hälsan bland barn och unga. Detta arbete har inte utvecklats i den riktning det var tänkt, dels på grund av att ambitionen att samla in hälsodata som stöd i arbetet inte lyckades, dels på grund av att rätt kompetens för genomförandet saknades hos Innovation Skåne AB.

Under perioden har i stället ett utforskande arbete bedrivits i dialog med behovsägare och akademien. Innovation Skåne AB har tagit fram processbeskrivningar med frågeställningar till den operativa gruppen i syfte att diskutera lämpliga modeller och förhållningssätt som kan tillämpas. Diskussionen utifrån dessa har landat i följande:

Det är inte möjligt, baserat på tillgängliga enkäter och sammanställningar, att följa upp och validera effekterna på barn och ungas psykiska hälsa av genomförandet av insatsen *Sätt Skåne i rörelse* och de metoder som genomförts avseende ökad fysisk aktivitet.

Även om enkäter och sammanställningar hade funnits för att följa enskilda individer över tid visar publicerat material på stora svårigheter att påvisa tydliga kausala samband mellan enskilda insatser och specifika utfall, såsom psykisk hälsa, i samband med deltagande i metoder. Detta bortsett från metoden Dans för hälsa som är en forskningsbaserad metod med resultat som tydligt visar en positiv koppling mellan deltagande i metoden och en ökad psykisk hälsa.

Det är dock högst sannolikt, baserat på omfattande evidens, att en ökad fysisk aktivitet inom målgruppen påverkar målgruppens psykiska hälsa i positiv riktning. Därför är ett initiativ i syfte att nå barn och ungas psykiska hälsa på insatser för förhöjd fysisk aktivitet ett högst troligt och ett välgrundat och evidensbaserat beslut.

Då de identifierade metoderna bygger på forskning och / eller beprövad erfarenhet har fokus legat på att skapa ett systemiskt sammanhang som skapar rätt förutsättningar för att metoderna ska bli verkningsfulla.

Utifrån ovan beskrivna diskussion tog den operativa gruppen beslut om att fokusera på:

1. Uppföljning av samverkan
2. Uppföljning av implementeringsstöd avseende metoderna.

Det första beskrivna målet "Mätbar ökad psykisk hälsa hos unga kopplat till specifika insatser och metoder" har fått reviderats då det inte går att påvisa kausalt samband mellan specifika insatser och specifika utfall. I de flesta fall handlar det om ett flertal specifika insatser som gemensamt ska ge upphov till ett flertal relaterade utfall.

Uppföljningen av arbetet har därför blivit att utvärdera att metoderna ges ändamålsenliga och strukturella förutsättningar och att det i stället handlar om att

- utvärdera samverkan samt
- utvärdera implementeringsstöd avseende metoderna.

Som stöd i implementeringsarbetet rekommenderas kommunerna Folkhälsomyndighetens checklista för implementering. Uppföljning sker i respektive kommun med visst stöd från metodledarna.

### ***Exempel på uppföljning genomförd av Helsingborg stad inom metoden Aktivitet förebygger***

Helsingborgs stad arbetar med samtliga metoder inom *Sätt Skåne i rörelse* och med stort fokus på *Aktivitet förebygger*. Forskningsresultat från Lunds universitet har visat att arbetet med fysisk aktivitet och social gemenskap inom ramen för *Sätt Skåne i rörelse* i Helsingborg har resulterat i färre kränkningsanmälningar och ökad självkänsla hos eleverna. Idrottslärarna rapporterar att deltagandet i ordinarie idrottslektioner ökat rejält. Forskningsresultaten pekar på att eleverna utvecklats och vuxit i sociala sammanhang. De har även provat aktiviteter som de inledningsvis var skeptiska till. Pojkarna har utvecklats allra mest i dansaktiviteter och flickorna inom kampsport och basket. Eleverna har svarat på sociogram och resultaten visar att den fysiska aktiviteten inom *Aktivitet förebygger* leder till fler vänner, social samhörighet och ökad känsla av trygghet. Skolans motsvarande analys visar att pedagoger och elevhälsopersonal noterar att aktiviteterna leder till ökad självkänsla, lugnare skolmiljö och vänligare klassrumsklimat.

### ***Exempel på citat från utbildade instruktörer samt unga som deltagit i metoder***

#### ***Dans för hälsa***

Citat från en utvärderingsenkät av en utbildad instruktör inom metoden.

*“En regional samordnare är guld värd och jag hoppas vi får fortsätta ha tillgång till en sådan. Denna metod har så otroligt mycket att ge. Jag som tidigare jobbat i primärvården i 10 år har längtat efter en sådan metod.”*

Citat från elever som deltagit i metoden och svarat i utvärderingsenkäter:

*“Det är skönt att få en paus från vardagen, jag blir mindre stressad när jag kommer hit.”*

*“Efter dansen har det känts som en klump försvinner i magen liksom.”*

*“Den har gjort mig lugnare, hjälpt mig komma på andra tankar och gjort mig glad.”*

*“Man känner sig avslappnad och välkommen. Kul att träffa människor när man kan vara sig själv. Längtar att komma hit.”*

#### ***En hållbar generation***

Citat från förskolepedagoger som deltagit i en workshopserie och som svarat i en utvärderingsenkät: *“Vi har fått stöd från rektorn på en helt annan nivå än om vi inte varit med i satsningen. Vi har fått en tydligare bild på vikten av barns rörelse i förskolan och även hur vi på ett lätt sätt kan strukturera upp vår egen verksamhet”.*

## **7.3 Insatsområde fysisk planering för ökad fysisk aktivitet**

Vid en av de initiala workshoparna som hölls i november 2020 där ett stort antal kommuner deltog med syfte att definiera kommande insatsområden, kom fysisk planering för ökad fysisk aktivitet att identifieras som ett viktigt kommande insatsområde. Detta för att främja utvecklingen av fysiska miljöer som stimulerar barn och unga till ökad fysisk

aktivitet. Vetenskapliga studier påvisar också tydliga samband mellan den fysiska miljön och förutsättningar för människors hälsa, så även för barn och unga. Viktiga hälsopåverkande miljöfaktorer för utemiljöer är god tillgång till gröna och blå strukturer av rätt kvalitet och förutsättningar för fysisk aktivitet samt god luftkvalitet, bullerfria miljöer.

Arbetet med hälsosam fysisk planering är kopplat till regional utvecklings övriga arbete med regional planering. I juni 2022 antogs Regionplan för Skåne 2022 - 2040. Som en del i genomförandet av regionplanen initierades under 2023 förstudien *Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne*. I förstudien som genomfördes i samverkan med relevanta samhällsaktörer; kommuner och fastighetsbolag och kommunala ungdomsråden framkom behov av ökad kunskap, tillgång till verktyg, modeller och metoder inom alla de fyra områden som forskningen lyfter fram som mest effektiva att investera i; rörelsefrämjande samhällsplanering, rörelserik förskola, skola och fritidshem, aktiv transport/mobilitet och fritid, idrott, natur och friluftsliv. Förstudiens slutseminarium genomfördes den 31 januari 2024<sup>11</sup>.

Arbetet med hälsofrämjande fysisk planering fortsatte våren 2024 i form av följande tre projekt:

*Hälsofrämjande utemiljöer i samverkan* med fokus på utökad samverkan med drygt hälften av Skånes kommuner, tre fastighetsbolag i Skåne samt Malmö universitet. Förslag har inkommit på goda exempel och strategiskt viktiga utvecklingsbara platser som används som regionalt representativa testbäddar för gestaltning av hälsofrämjande utemiljöer i skånska tätorter/städer.

*Idrottsanläggningar i Skåne - mellankommunal sam användning (förstudie)* (Regional utveckling i samverkan med RF-SISU Skåne). Nyttjande av idrottsanläggningar och aktiviteter samt flöden mellan kommuner analyseras. Även förslag på potentiella modeller för finansiering av fritidsaktiviteter över kommungränser analyseras. Under projektets gång skedde en nära dialog med RF-SISU Skåne som representerar idrottsföreningarna i Skåne.

*Systeminnovation för aktiva skolresor* (Innovation Skåne och Trivector), 2023 - 2026 är ett konkret 3-årigt projekt med fallstudier på fyra skolor i tre kommuner; Helsingborg, Kristianstad och Simrishamn. Projektet ska ta fram en ny, skalbar metod för att öka andelen resor till skolan med gång, cykel och andra färdssätt som inbegriper fysisk aktivitet till och från skolan. En förändring av resvanor har potential att få stor positiv effekt på klimatet och barns hälsa.

<sup>11</sup> : Sammanfattning av förstudiens huvudbudskap finns på följande webbadress: [Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne - Utveckling Skåne \(skane.se\)](https://www.skane.se/regionplan/regionplan-2022-2040)

## 7.4 Insatsområde kommunikation

Att kommunicera med samverkande aktörer är av stor vikt. Ambitionen var att ha en ständigt aktuell, användarvänlig, uppdaterad hemsida. Här kan kunskapshöjande tematräffar och utbildningar presenteras, metoderna beskrivas, goda exempel, aktuell forskning, artiklar och

---

<sup>11</sup> : Sammanfattning av förstudiens huvudbudskap finns på följande webbadress: [Barn och ungas fysiska uppväxtmiljöer i Skåne - Utveckling Skåne \(skane.se\)](https://www.skane.se/regionplan/regionplan-2022-2040)

filmer spridas. Det finns även ett behov av kommunikationsstöd i samband med presentationer och deltagande i olika forum där även roll-ups, broschyrer och annat material fyller en viktig funktion.

#### 7.4.1 Webb

En hemsida med namnet *Sätt Skåne i rörelse*<sup>12</sup> skapades 2022 av kommunikationsbyrån KAN som en mötesplats för alla samverkansparter.

På webbsidan återges information om *Sätt Skåne i rörelses* metoder, information om utbildningar och tematräffar, artiklar, goda exempel och aktuell forskning. Antalet besökare på webbsidan har kontinuerligt ökat, särskilt i samband med presentationer och deltagande i arrangemang som Almedalen och Ystad Summit.

Arbetet med att få ut information på webbsidan har periodvis varit svårt att genomföra då kommunikationsstödet varit bristfälligt. För att hålla webbsidan användarvänlig och aktualiserad behöver publicering kunna ske på ett effektivt sätt för att bibehålla en trovärdighet i insatsen. Det kommunikativa stödet har inte uppfyllt behoven under perioden.

#### 7.4.2 Film

Under hösten 2023 påbörjades en filmserie av metoderna *Dans för hälsa*, *Skogshjältarna* och *Aktivitet förebygger*. I dessa filmer lyfts olika målgrupper i olika åldrar fram. Även från anpassad skola i några av de samverkande kommunerna. Syftet var att lyfta goda exempel som kan inspirera andra kommuner, skolledare och beslutsfattare att arbeta på liknande sätt. Filmerna har visats av metodledare och samordnare på föreläsningar, LinkedIn och tematräffar men har inte spridits i full utsträckning ännu då det saknats operativt kommunikationsstöd.

Följande filmer har publicerats våren 2024:

*Dans för hälsa* spelades in på Polhemskolan i Lund. Här lyfts elevernas, pedagogernas samt rektorns röster fram. Tydlig avsändare är Region Skåne. Processledaren för *Sätt Skåne i rörelse* beskriver hur skolor och kommuner kan få liknande stöd i sin implementering<sup>13</sup>.

*Skogshjältarna* spelades in i Ängelholm och Helsingborg och lyfter på samma sätt fram barnens, pedagogernas och projektledarens röster. Här presenteras även goda exempel från anpassad skola<sup>14</sup>

*Aktivitet förebygger*. Här lyfts Bjuv och Åstorps kommuner med fokus på kommunledningens roll och vikten av att arbeta brett, långsiktigt och hållbart<sup>15</sup>.

---

<sup>12</sup> <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/>

<sup>13</sup> <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/metoder/dans-for-halsa/>

<sup>14</sup> <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/metoder/skogshjaltarna/>

<sup>15</sup> <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/metoder/aktivitet-forebygger/>

För mer information och detaljer kring kommunikationsinsatser, se bilaga 2.

12 <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse>

13 <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/metoder/dans-for-halsa/>

14 <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/metoder/skogshjaltarna/>

15 <https://utveckling.skane.se/regional-utveckling/verksamhetsomraden/halsa/satt-skane-i-rorelse/metoder/aktivitet-forebygger/>

## 8. Insikter och lärande

### 8.1 Samverkan

Att ta sig an en samhällsutmaning som denna kräver att ett stort antal samhällsaktörer ”krokar arm”. I kartläggning och inledning av arbetet framkom det en vilja och ett intresse för att arbeta tillsammans. Engagemanget har ökat under perioden med ett utökat antal kommuner, idéburna organisationer, lärosäten samt andra samhällsaktörer som anslutit till arbetet.

Det finns en fortsatt stor potential i att tillsammans med Skånes lärosäten utveckla och beforska metoder som bidrar till hälsofrämjande insatser för barn och unga. Idéburna organisationer har utvecklat sina arbetssätt för större effekt hos målgruppen. Det finns potential att utöka samarbete med fler idéburna organisationer.

Parallellt med detta har flera nationella rapporter och satsningar stärkt initiativet. Resultatet har blivit att det idag finns en gedigen plattform för fortsatta gemensamma insatser för hälsofrämjande och förebyggande insatser för barn och unga i Skåne.

Under innevarande period i samverkan med Innovation Skåne AB har det inte framkommit tydligt på vilket sätt samverkan ska ske med näringslivet. Det finns en ambition och en plan att utveckla en samverkan där näringslivet kan stötta de olika metoderna som erbjuds genom att bidra med varor, tjänster eller på annat sätt bidra till att sänka trösklarna för kommuner att använda sig av metoderna. I ett andra skede bör i arbetet näringslivet stimuleras att ta initiativ till egna lösningar som bidrar till att barn och unga är mer fysiskt aktiva eller deltar i en social gemenskap.

Ett vinnande koncept i initiativet *Sätt Skåne i rörelse* har varit att kombinera ett strategiskt arbetssätt med ett operativt stöd till kommunerna. Kommunerna har efterfrågat stöd i införandet av nya arbetssätt och det har varit uppskattat och effektivt att erbjuda detta genom metodledare som är experter på respektive metod. Att delta i fysiska möten, dela erfarenheter kring utmaningar och goda exempel och en gemensam förståelse ger förutsättningar för en stark och långsiktig samverkan. Det har konstaterats utifrån samverkansarbetet att behovet av hälsofrämjande insatser för barn och unga i Skåne är stort. Det kan också konstateras att

det inte räcker med engagerade kommuntjänstemän. För att en hållbar, övergripande, regional insats ska bidra till resultat, ökad fysisk och psykisk hälsa hos barn och unga krävs det också övergripande beslut och mandat ut i förvaltningar för att få en gynnsam och hållbar utveckling i arbetet.

## 8.2 Metoder

Samverkan med idéburna organisationer som kan bidra till verkningsfulla metoder och arbetssätt har visat sig vara en framgång. Att utbilda pedagoger och personal i kommuner i beforskade och beprövade metoder samt ge stöd till implementering är en förutsättning för ett hållbart arbete. Både utbildnings- och implementeringsinsatser har varit mycket uppskattade av kommunerna och nödvändiga även fortsättningsvis för att upprätthålla stabilitet i arbetet.

Strategin har varit att genom utvalda beforskade och beprövade metoder bygga intresse och engagemang hos kommuner och övriga samverkansparter. Den plattform som vuxit fram är värdefull för alla som arbetar med dessa frågor och vi kan genom *Sätt Skåne i rörelse* distribuera ett engagemang och en ökad kunskap på lokal nivå. Inom metodarbetet har även erbjudits kunskapshöjande tematräffar vilka fyllt en stor funktion gällande kunskapsdelning där ny kunskap och forskning paketerats och levererats till alla inom samverkan. Metodledarstödet med expertkunskap samt genom *Sätt Skåne i rörelse* utbildade instruktörer är precis vad som behövts i kommunerna för att lyfta fram metodarbetet till barn och unga.

Citat tjänsteman Bjuvs kommun:

*“Vi är väldigt tacksamma över stödet från Sätt Skåne i rörelse. Vi har förstått utmaningen men behöver hjälp med “huret”, med lösningar”.*

Citat pedagog anpassad skola Ängelholm:

*“Utbildningen och det stöd vi får från Sätt Skåne i rörelse ger kraft och inspiration till nya tankar i mötet med mina elever. Må bra i naturen tillför så mycket bra för eleverna.”*

Citat tjänsteman Klippans kommun:

*“Processtödet är avgörande. Ni underlättar för oss medarbetare, hjälper oss att komma vidare, skapar förutsättningar och vi ser nu att vi får bättre hälsoeffekter av våra insatser.”*

## 8.3 Hälsodata och testbäddar

Det fanns en avsikt i samverkan med Innovation Skåne AB att testmiljöer skulle erbjudas för företag med lösningar som kunde bidra till att uppnå *Sätt Skåne i rörelses* syfte och övergripande mål. Arbetet utvecklades inte i den riktning det var tänkt till följd av bristande förutsättningar hos Innovation Skåne AB. Det pågår en fortsatt dialog kring hur testbäddar och testmiljöer kan användas i arbetet med att utveckla, testa och införa nya metoder eller lösningar, men ingen konkret plan finns i dagsläget kring eventuellt genomförande framöver.

## 8.4 Uppföljning och utvärdering

Arbetet kring uppföljning och utvärdering har ändrats under arbetets gång i den första perioden. Det finns en efterfrågan från kommunerna att få stöd i detta arbete. Under perioden har ett utforskande arbete bedrivits och den operativa styrgruppen har i ett gemensamt arbete med metodledarna tagit fram en guide för implementering och uppföljning som syftar till att på sikt stötta kommunerna i sitt uppföljningsarbete. Detta i form av stöd och implementering av respektive metod i kommunerna. En andra utvärdering ska genomföras av initiativet i sin helhet, där genomförande och samverkan med andra samhällsaktörer utgör viktiga parametrar.

## 8.5 Fysisk planering för ökad fysisk aktivitet

Samverkan med regional utveckling gällande hälsofrämjande samhällsplanering har möjlighet att utvecklas. Samverkande kommuner har uttryckt ett stort intresse och behov av stöd i fysisk planering för exempelvis trygga cykelvägar, aktiva transporter, hälsofrämjande förskole- och skolgårdar och grönområden. De förstudier som genomförts under perioden behöver nu förvaltas och insatser realiserar i de skånska kommunerna.

## 8.6 Kommunikation

Att kommunicera med samverkande aktörer är av stor vikt. Ambitionen var initialt att upprätthålla en ständigt aktuell, användarvänlig, uppdaterad hemsida. Här kan kunskapshöjande tematräffar och utbildningar presenteras, metoderna beskrivas, goda exempel, aktuell forskning, artiklar och filmer spridas. Ett kommunikationsstöd fyller även en viktig funktion i samband med presentationer och deltagande i olika forum där även roll-ups, broschyrer och annat material behöver tas fram. Då kommunikationsstödet varit bristfällig behövs ett omtag i denna insats.

## 8.7 Samordnaren

Initialt i samverkan med kommuner och andra samhällsaktörer framkom överlag ett behov och önskemål om ett regionalt stöd med en samordnarfunktion. Under perioden har det visat sig att den regionala rollen som samlade kraft har varit betydelsefull i samverkansarbetet. Att främja psykisk hälsa hos barn och unga i Skåne är en utmanande uppgift som kräver ett gemensamt mål och en samsyn. Genom att förmedla och skapa nya goda exempel inspireras lokala beslutsfattare att investera i hälsofrämjande och förebyggande insatser. Den centrala funktionen *Sätt Skåne i rörelse* är nödvändig för att motivera, coacha, dra lärdomar och sprida erfarenheter och kunskap mellan olika kommuner och initiativ.

Samordningsrollen har bidragit till och varit avgörande för en positiv utveckling av *Sätt Skåne i rörelse*. Samordnaren har också byggt upp ett omfattande nätverk med kommuner, regionala och nationella aktörer, vilket bidragit till att arbetet utvecklats. *Sätt Skåne i rörelse* har genom detta nätverk synliggjorts bland annat på nationell nivå, vilket bidragit till andra regioners arbete men även till det nationella hälsoprogram som tas fram för barn och unga.

## Slutord

Det finns en kraft i den samverkan kring samhällsutmaningen med psykisk ohälsa hos barn och unga som genomförts inom ramen för *Sätt Skåne i rörelse*, där olika samhällsaktörer är beredda och motiverade att fortsatt arbeta tillsammans för ökade hälsofrämjande insatser med fysisk aktivitet och social gemenskap. Under kommande period bör arbetet utvecklas med samtliga 33 kommuner i Skåne, involvera och stärka samverkan med fler samhällsaktörer, idéburna organisationer, näringsliv och intressenter, implementera och utveckla befintliga och nya metoder och arbetsätt. Med satsningen *Sätt Skåne i rörelse* bidrar vi till ett samhälle där fler barn och unga hittar rörelseglädje och social gemenskap, är mer fysiskt aktiva och där jämlikheten i aktivitetsnivå och hälsa ökar.

## Bilaga 1. Samverkansmöten med kommuner och andra samverkansparter

## 2021

27 april: Samverkansparternas intentioner och roll, samhörighet kring sakfrågan, regional samordning och metodförslag. Presentation av *En tidig Rörelsesatsning i förskolan*.

26 maj: Presentation av *Aktivitet förebygger* samt *Naturens påverkan på den psykiska hälsan* med Skåneleden, Stiftelsen Skånska Landskap och Friluftsförbundet Region Syd.

1 september: Presentation av *Sätt Östergötland i rörelse, Rörelserika Östra Göinge* samt om vikten av kommunikationsinsatser.

25 november: Innovation Skåne AB som samverkanspart. Presentation av *En väg in för barn och unga* med verksamhetsutvecklare Annika Nilsson, BUP (Barn- och ungdomspsykiatri) samt *Sparks Generation* med verksamhetsledare Alexandra Krook och metoden *Skogshjältarna*, Friluftsförbundet Region Syd.

I slutet av 2021 uppgick samverkande kommuner till 20 stycken.

## 2022

10 februari: Information om *Folkhälsorapport Barn och unga 2021*, Samverkan med Innovation Skåne AB samt erbjudande av metoder. Presentation av *Scrin* (aktivitetsmätare) med grundare Malin Sjöstrand, *Aktivitet förebygger* som uppmärksammats vid årets Idrottsgala där den ansvariga samordnaren utsågs till "Årets peppare". En handlingsplan för ökad fysisk aktivitet och det gemensamma arbetet presenterades och en workshop om webbsidan *Sätt Skåne i rörelse* genomfördes. 16 kommuner deltog tillsammans med Länsstyrelsen Skåne, Friluftsförbundet Region Syd samt BUP.

21 april: Erbjudande om stöd i implementering av metoderna *Aktivitet förebygger*, *GoFaR*, *Dans för hälsa* och *Skogshjältarna*. Information om Ukrainasituationen med frågan om pågående insatser samt behov av stöd för vidare insatser. Information om H22 i Helsingborg samt Skåneveckan psykisk hälsa. 10 kommuner deltog tillsammans med RF-SISU Skåne, Friluftsförbundet Region Syd och BUP.

7 september: Workshop med idéburna organisationer om erbjudande av metoder med Friluftsförbundet Region Syd, RF-SISU Skåne, *Aktivitet förebygger*, FIFH Parasport, PART, Stiftelsen Skånska Landskap, Skolidrottsförbundet Skåne samt Länsstyrelsen Skåne.

22 september: Om implementering av metoder och datauppföljning. 12 kommuner deltog i mötet.

Under hösten 2022 påbörjades ett implementeringsarbete i form av en "trestegsraket" med workshops, i första hand tillsammans med idéburna organisationer för att identifiera metoder och därefter med samverkande kommuner. Genomförda möten: Möten: 18 oktober i Helsingborg, 19 oktober i Malmö, 25 oktober i Ystad, 27 oktober i Kristianstad. Totalt deltog 25 kommuner. Inbjudan gick ut till tjänstemän och politiker från barn- och utbildningsförvaltningarna, elevhälsa, kultur och fritid samt socialförvaltningarna i alla kommuner i Skåne. Drygt 80 personer från 21 kommuner, däribland flera nya, hörsammade inbjudan. Syftet med dessa möten var att öka kunskapen kring kopplingen mellan fysisk aktivitet och psykisk hälsa, om olika metoder och RF-SISU Skånes *Rörelsesatsning i skolan*. En viktig del var ett föreläsningsspass om framgångsrik implementering och varje kommun

fick därefter arbeta med en värdestjärna som organisationen PART (Preventivt arbete tillsammans) använder i sina processer. Tanken var att identifiera lokala behov och nyckelpersoner och funktioner samt lämna mötet med en tydlig plan för det fortsatta arbetet på hemmaplan. Detta arbetssätt med fysiska träffar och lokalt förankrat arbete med värdestjärnan var mycket uppskattat hos deltagarna. Vid uppföljningssamtal framkom att detta arbetssätt gett goda resultat då man identifierat nyckelpersoner och funktioner i sina respektive kommuner.

## 2023

Under 2023 fokuserades det interna arbetet på hur man arbetar systematiskt och övergripande för att öka fysisk aktivitet hos barn och unga och vilka metoder som fungerar samt med implementering och planering av utvärdering och uppföljning av genomförandet av metoder.

29 mars: Workshop om ökad fysisk aktivitet genom ett systematiskt arbetssätt. 7 kommuner deltog med pedagoger, personal från elevhälsan, politiker med flera tjänstemän.

16 maj: Tematräff "Idéburna organisationer som resurs" med presentationer med Friluftsförbundet Region Syd, FIFH Parasport, BRIS och RF-SISU Skåne. Vid detta tillfälle deltog 9 kommuner.

25 oktober: Tematräff "Jämlikhet och integration" med Hej Främling och RF-SISU Skåne om arbetssätt och satsningar, bland annat genom samarbete med polisen i "Idrottsklivet". Malmö stad presenterade en studie om meningsfull fritid och barn och ungas ojämlika deltagande i Malmö. Totalt deltog 17 kommuner, idéburna organisationer, elevhälsan, Länsstyrelsen Skåne, hälso- och sjukvårdspersonal, BUP samt barnhabiliteringen.

## 2024

26 april: Tematräff "Sätt Skåne i rörelse med stöd av naturen" i Skrylle naturreservat. Om hur man kan använda naturen som stöd för ökad fysisk aktivitet och välbefinnande. Presentation av metoderna *Skogshjältarna* och *Må bra i naturen*, samt Skåneledens hälsofrämjande inriktning och den regionala satsningen kring utveckling av mountainbike för ökad folkhälsa. Länsstyrelsen Skåne beskrev det hälsofrämjande friluftslivet och möjligheten att låna naturlådor med utrustning till skolor. Deltagarna fick dessutom prova på *Dans för hälsa i naturen*. Information gavs även om naturområdet och nya Naturum. 14 kommuner deltog tillsammans med representanter från elevhälsa, idéburna organisationer, hälso- och sjukvård, RF-SISU Skåne och Malmö universitet.

22 maj: Utbildning för samverkande kommuner i metoden *Expertgrupp barn*. Utbildningen genomfördes av Bris för att lyfta barnens röster i de insatser som genomförs inom ramen för *Sätt Skåne i rörelse*. Ett 30-tal tjänstemän från 15 kommuner deltog.

20 augusti: Utbildning motorisk utveckling, främjande av fysisk aktivitet inom förskolan tillsammans med forskare på Malmö universitet. Målgrupp förskoleförvaltning och förskolechefer, ca 25 deltagare.

30 augusti: Bjuvsdagarna. Aktivitetstält och monter tillsammans med primärvården. Målgrupp invånare i Bjuvs kommun och prova-på-aktiviteter med *Sätt Skåne i rörelsens* metoder.

4 september: Ystad summit, medverkande i panelsamtal med Riksidrottsförbundets ordförande och aktivitetsarrangörer.

6 september: Utomhuskonferens med tema Må bra i naturen, friluftsliv och erbjudande till medverkande kommuner att låna friluftslådor som komplement till undervisningen. Samarbete med Länsstyrelsen, ca 30 deltagare från 15 kommuner.

10 september: Dansa för livet i samarbete med Polhemskolan och Hedda Andersson i Lunds kommun, Tim Bergling foundation och Dans för hälsa. Ca 1000 deltagande elever på Polhem och ca 500 på Hedda Andersson. Samma dag dansade drygt 85 500 elever på 368 skolor runt om i landet och hade fokus på psykisk hälsa.

25 september: Framtidens specialistläkare, föreläsning om *Sätt Skåne i rörelse* för ca 100 blivande specialister.

26 september: Tematräff arrangerad av *Sätt Skåne i rörelse* med inbjudna gästföreläsare bland annat verksamhetsutvecklaren på BUP och regionombud från BRIS. Tema denna förmiddag: Barn och ungas inflytande i praktiken – hur lyckas vi med det på riktigt?”. Cirka 55 deltagare från elevhälsa, skolor, fritidsgårdar, Länsstyrelsen, Skol-IF samt politik.

7 oktober: Föreläsning barnkliniken Lund om *Sätt Skåne i rörelses* metoder, motorisk utveckling hos barn och samverkan kring familjestöd. Kopplingar till såväl barnobesitas, psykisk ohälsa som smärta, hur vi kan hjälpas åt att förebygga sjukdom och behov av hälso-sjukvård.

6-12 oktober: Skåneveckan psykisk hälsa. Samordnas av *Sätt Skåne i rörelses* samordnare och alla möjliga synergier nyttjas. Erbjudande i Skånes samtliga kommuner om föreläsningar, prova-på-aktiviteter och workshops i samarbete bland annat med Tim Bergling foundation, FC Rosengård och Dans för hälsa.

17 oktober: Temadag Malmö universitet tillsammans med Generation PEP - “Utveckla förskolan mer hälsofrämjande”. Målgrupp beslutsfattare, förskollärare, förskoleförvaltningar ca 150 deltagare.

18 oktober: Rörelseexpo, Baltiska hallen Malmö, i samarbete med RF-sisu. Invigningstal av socialminister Jacob Forssmed, panelsamtal under ledning av *Sätt Skåne i rörelse* med chefer från flera skånska kommuner, forskare Lunds universitet och utvecklingsansvarig Generation Pep. Dessutom workshops med samtliga metoder samt en mängd olika idrottsförbund. Drygt 360 besökare främst från Skånes kommuner men även riksdagspolitiker, Folkhälsomyndigheten och Skolverket.

24 oktober: RUN Hälsa, heldagsmöte med Regionala utvecklingsnämnden i Fulltofta under ledning av *Sätt Skåne i rörelse* och ungdomar från anpassad skola som höll i delar av programmet.

29 oktober: Presentation av *Sätt Skåne i rörelse* på Kunskapsdagarna i Umeå med fokus att initiera liknande satsning i Region Västerbotten. Drygt 500 åhörare.

2 december: Deltagande i panelsamtal på LIR-mässan, Ledare i rörelse, under ledning av Skol-IF och deras Arvsfondsprojekt om unga ledare och social hållbarhet. Cirka 100 deltagare från flertalet skånska kommuner, Sparbanksstiftelserna, Riksidrottsförbundet mfl

10 december: Uppföljning och workshop med gruppen som genomgick Bris *Expertgrupp barn* 22 maj, ca 30 deltagare från 15 kommuner.

## 2025

24 januari: Konferens “Aktivitet förebygger, Helsingborg – en väg framåt” med presentation av forskningsresultat. [Aktivitet förebygger | partinfo.se](https://partinfo.se)

20 februari: Uppstart samverkansprojekt med Fritidsbanken Sverige och Region Västra Götaland gällande FaR-lotsfunktion. Syftet är att ytterligare öka motivationen hos individer och familjer gällande fysisk aktivitet och en aktiv fritid.

26 februari: Uppstart samverkansprojekt Friskis & Svettis med fokus funktionsnedsättning, LSS med syfte att främja fysisk aktivitet, rörelseglädje och goda levnadsvanor

3 mars: Föreläsning Smärtrehab, Skånes universitetssjukvård och presentation av *Sätt Skåne i rörelses* metoder och arbetssätt för att främja rörelse och hälsa och förebygga smärta och psykisk ohälsa.

11 mars: Gemensam workshop med Pep-kommun (Generation Pep) Tema tidiga livet, nationell konferens med deltagare från samtliga regioner i Sverige och många kommuner. Från Skåne medverkade Burlöv, Bromölla, Malmö och Helsingborg.

22 april: Change the game, utbyte mellan *Sätt Skåne i rörelse*, Region Skåne och Region Västerbotten och deras arbete med hälsofrämjande samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet hos barn och unga.

25 april: Utbildning all elevhälsopersonal Trelleborgs kommun. *Sätt Skåne i rörelse*, metoden GoFaR och Motiverande samtal. Detta som ett första steg inför kommunens satsning på fysisk aktivitet och meningsfull fritid med start i augusti.

8 maj: Utbildning för samverkande kommuner i metoden *Expertgrupp barn*. Utbildningen genomfördes av Bris för att lyfta barnens röster i de insatser som genomförs inom ramen för *Sätt Skåne i rörelse*. 30 deltagare från 10 kommuner deltog.

9 maj: Presentation av *Sätt Skåne i rörelse* på Region Upplands utbildningsdag med fokus elevhälsa och metoden GoFaR.

14-15 maj: Monter på Skolsköterskekongress med information och samtal om levnadsvanor och *Sätt Skåne i rörelse*, 1600 deltagande skolsköterskor varav en stor andel från Skåne.

16 maj: Uppstartsworkshop med Skol- IF och ett flertal skånska kommuner i ett Arvsfondsprojekt som fokuserar på anpassad skola och barn och unga med funktionsnedsättning.

26 maj: Tematräff i form av utomhuskonferens på Fredriksdal med tema “*Sätt Skåne i rörelse, Möjligheternas dag – rörelse för alla*”. Elever från anpassad gymnasieskola i Helsingborg och Klippan höll i delar av programmet, guide och berättade om sina

erfarenheter av *Sätt Skåne i rörelse* metoder. Även Skol-IF berättade om sitt arbete med anpassad skola, forskare från Lunds universitet om aktuell forskning inom området och rörelseaktiviteten var Dans för hälsa- anpassad. Ca 50 deltagare från ett flertal olika kommuner, elevhälsa, fritidschefer, politiker och rektorer.

2 juni: Uppstartsmöte Eslövs kommun med hela elevhälsan, fritidsförvaltning och vårdssamverkan för kraftsamling gällande fysisk aktivitet och ungas hälsa.

## **Bilaga 2: Kommunikationsinsatser**

### ***Presentationer och massmedia***

Under perioden har *Sätt Skåne i rörelse* presenterats i många olika sammanhang:

#### **2022**

- BRIS nationella nätverksträff
- Totalförsvardagen i Malmö
- Multihelix Think Tank
- H22 (stadsmässa i Helsingborg)
- HFS (nationella nätverket Hälsofrämjande hälso- och sjukvård)
- Socialstyrelsen
- Regionala utvecklingsnämndens sammanträde utifrån nämndens prioritering Bättre hälsa för fler om samverkansinsatser och metoder.

#### **2023**

Almedalen juni. Detta i ett seminarium tillsammans med ordförande för SKR (Sveriges kommuner och regioner), BUP samt socialministern.

Ystad Summit augusti, tillsammans med skolledning och elever på seminarium och paneldiskussion om främjande av ungas hälsa och elevinflytande.

Fysioterapidagarna. Seminarium om *Sätt Skåne i rörelse* samt samtalsstöd om goda levnadsvanor för barn och unga i samarbete med elevhälsan samt forskare från Malmö universitet.

- Radiointervjuer vid tre tillfällen i Radio P4 Kristianstad samt Malmöhus med fokus på bland annat stillasittande, skärmtid, att främja rörelseglädje på lov och helger samt tips till familjer gällande fysisk aktivitet.
- Intervjuer och reportage i tidskrifterna Dagens medicin, Fysioterapi samt Framtidens karriär.
- Skånska dagbladet samt radioreportage Radio P4<sup>16</sup>
- Fysioterapeuternas nationella konferens där samordnaren fick utmärkelsen Årets fysioterapeut 2023, delvis för insatsen *Sätt Skåne i rörelse*.
- Rörelseyran i Landskrona
- Skånes kommuner (KSO, möte för kommunstyrelsers ordförande)
- Generation PEP

---

<sup>16</sup> <https://www.sk.d.se/2023-11-21/de-dansar-for-psykisk-halsa-ny-satsning-ska-fa-unga-tjejer-att-ma-battre/>

- Fysioterapeuternas förbundsstyrelse 2023
- FSL – Framtidens specialistläkare
- “Fokusmöte med vandring” med Väst kuststiftelsen, Region Halland, Blekinge och Skåne för ett 40-tal tjänstemän med föreläsning om och hur fysisk aktivitet påverkar barn och ungas hälsa.

## 2024

- Besök av socialministern med politisk sekreterare i februari 2024. Besöket genomfördes hos FIFH Parasport. Information gavs om *Sätt Skåne i rörelse* och FIFH Parasports verksamhet. Socialministern fick även möta barn med funktionsvariation och deras föräldrar. Vikten av att satsa på jämlik hälsa för alla barn och unga belystes och ministern och övriga politiker på plats fick chansen att spela rullstolsbasket med barnen. Radio P4 genomförde intervjuer med socialministern och barn samt informerade om *Sätt Skåne i rörelse*.
- Kommuntoppmöte i Malmö.
- FSL – Framtidens specialistläkare
- Presentation för ledningsgrupperna vid Kulturförvaltning och regional utveckling om gemensamma satsningar och framtida önskemål.
- TV-inslag om GoFaR och Dans för hälsa ”*Skoleleven Mikaela i Helsingborg får fysisk aktivitet utskrivet på recept*”<sup>17</sup>
- Helsingborgs Dagblad (HD) arbetet med *Må bra i naturen* på anpassad skola och *Aktivitet förebygger*. ”*Klassrum byts mot skogen: ”Häftigt vad som händer med eleverna*”<sup>18</sup>
- Healthy Cities där ett 20-tal tjänstemän från kommuner i Skåne, Halland, Blekinge samt SKR och Folkhälsomyndigheten deltog.
- *Sätt Skåne i rörelse* har även uppmärksammats på Region Skånes Instagramkonto, Facebook samt intranät. Bland annat med kunskap och inspiration om fysisk aktivitet, goda levnadsvanor och tips på aktiviteter för familjen i samband med lov och heldagar då barn och unga är som mest stillasittande och inaktiva.
- Samverkan med Länsstyrelsen och arbetet med Friluftslådor för utlåning till skolor<sup>19</sup>. Målet med Friluftslådorna är att fler barn och unga, oavsett bakgrund, ska uppmuntras till mer utevistelse, vilket bidrar till ökad fysisk aktivitet och välbefinnande vilket i sin tur förbättrar den fysiska och psykiska hälsan. Man får även en bättre förståelse för naturen, kunskap om allemansrätten och krisberedskap.
- Massmediabevakning av Rörelseexpo, reportage i Radio P4 och tidningar som bland annat uppmärksammade invigningstalet av socialministern. [Rörelseexpo 2024](#)

## 2025

<sup>17</sup> <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/helsingborg/skoleleven-mikaela-i-helsingborg-far-fysiskt-aktivitet-utskrivet-pa-recept>

<sup>18</sup> <https://www.hd.se/2024-05-16/klassrum-byts-mot-skogen-haftigt-vad-som-hander-med-eleverna/>

<sup>19</sup> <https://www.lansstyrelsen.se/skane/om-oss/nyheter-och-press/nyheter---skane/2024-08-29-mer-uteliv-i-skolan-med-friluftslador.html>

- Generation PEP med tema Tidiga livet
- Malmö universitet partnerskapsdag
- Lärarutbildningen Malmö universitet
- PEP kommun-träffar med fokus Bromölla, Burlöv, Malmö
- Kommunikationskampanj Puls & kram där *Sätt Skåne i rörelse* fick synlighet i sociala medier, pressmeddelande, Radio P4 Kristianstad och Radio P4 Malmöhus.
- Samtal har inletts om samverkan Special olympics 2026 och synergier *Sätt Skåne i rörelse* och barn och unga med intellektuell funktionsnedsättning
- Reportage i BRIS nyhetsbrev "["Vi måste ta barns stillasittande på allvar" | Bris](#)

16 <https://www.skd.se/2023-11-21/de-dansar-for-psykisk-halsa-ny-satsning-ska-fa-unga-tjejer-att-ma-battre/>

17 <https://www.svt.se/nyheter/lokalt/helsingborg/skoleleven-mikaela-i-helsingborg-far-fysiskt-aktivitet-utskrivet-pa-recept>

18 <https://www.hd.se/2024-05-16/klassrum-byts-mot-skogen-haftigt-vad-som-hander-med-eleverna/>

19 <https://www.lansstyrelsen.se/skane/om-oss/nyheter-och-press/nyheter---skane/2024-08-29-mer-uteliv-i-skolan-med-friluftslador.html>