

Livskvalitet i Helsingborg

Uppföljning 2019



HELSINGBORG

Innehållsförteckning

1. Inledning	3
1.1 Vår definition av livskvalitet	3
1.2 Så arbetar vi med programmet	4
1.3 Så mäter vi livskvaliteten	4
2. Sammanställning av hur det går med livskvaliteten i Helsingborg	5
2.1 Fokusområdenas utveckling i korthet	6
3. Två fokusområden i fördjupning	10
3.1 Vi inspirerar till ett aktivt och hälsosamt liv	10
3.2 Vi minskar vårt ekologiska fotavtryck	17
4. Så här har rapporten tagits fram	23



1. Inledning

Livskvalitetsprogrammet antogs av kommunfullmäktige den 26 januari 2016, och är Helsingborgs stads styrande dokument för arbetet med miljö och folkhälsa. Programmet sträcker sig till 2024 och bryter ner visionen Helsingborg 2035. Det är också vårt sätt att arbeta för de globala målen för hållbar utveckling, Agenda 2030. Livskvalitetsprogrammet syftar till att allt staden gör ska medföra:

En ökad livskvalitet för alla helsingborgare här och nu men också för framtidens helsingborgare.

Programmet ska följas upp vartannat år för att visa hur det står till med livskvaliteten i Helsingborg. Detta är den andra uppföljningsrapporten av livskvalitetsprogrammet.

År 2022 ska Helsingborg vara en av Europas mest innovativa städer och vi ska under stadsmässan H22 erbjuda en internationell plattform för hur nuvarande och framtidens välfärds- och samhällsutmaningar kan lösas. Innovation och verksamhetsutveckling är viktiga verktyg för att lyckas med livskvalitetsprogrammets viljeinriktningar och för att nå stadens vision. Uppföljningen av livskvalitetsprogrammet är ett underlag för att förstå några av de utmaningar som vi behöver vara innovativa kring. Rapporten är till för dig som vill göra en nulägesanalys i verksamheten inför verksamhetsplanering.

Det mesta arbetet med denna rapport gjordes innan coronaviruspandemin bröt ut. Hur pandemin påverkar helsingborgarna och utvecklingen av livskvaliteten i

Helsingborg vet vi först senare. Sociala och ekonomiska problem som funnits innan på både individ- och samhällsnivå, tenderar att förstärkas i en kris. I trend- och omvärldsanalysen kan du läsa mer om hur pandemin påverkar samhället: <https://trenderomvarld.helsingborg.se/coronaviruset-och-covid-19/>

1.1 Vår definition av livskvalitet

I Livskvalitetsprogrammet beskrivs vad vi menar med livskvalitet. Vi delar den definition som Världshälsoorganisationen, WHO, har på begreppet:

”Livskvalitet omfattar individens uppfattning om sin situation i tillvaron utifrån den kultur och det värdesammanhang som hon befinner sig i och i relation till personliga mål, förväntningar, normer och intressen. Det är ett vitt begrepp som påverkas av individens fysiska hälsa och psykologiska tillstånd, grad av oberoende, sociala förhållanden och relationer till betydelsefulla händelser i livsmiljön”.

Fem viljeinriktningar i livskvalitetsprogrammet beskriver vad detta betyder för oss. Vi vill ha:

- **Ett varmt välkomnande** – som ger lika rättigheter och möjligheter till alla och skapar grunden för gemenskap och välmående samhällen.
- **Allas delaktighet** – som bygger ett demokratiskt samhälle genom dialog, medskapande och återkoppling.
- **Livslång aktivitet** – som bidrar till vårt fysiska och psykiska välmående genom hela livet.

- **Kunskap om värdefulla samband** – som ger en förståelse för orsak och verkan och ökar Helsingborgs möjligheter att utvecklas hållbart.
- **Långsiktigt ansvarstagande** – som skapar möjligheter för framtida generationer.

1.2 Så arbetar vi med programmet

Stadens nämnder och bolag ansvarar för att driva en effektiv verksamhet inom sitt uppdrag. Livskvalitetsprogrammet är ett av de övergripande styrdokument som nämnder, förvaltningar och bolag ska ta hänsyn till i sin planering. I mandatperiodprogrammet är en av de fyra prioriteringarna att arbetet med livskvalitet ska genomsyra alla delar av den kommunala verksamheten. Som stöd till förvaltningar och bolag i implementeringen av livskvalitetsprogrammet finns stadens livskvalitetsteam som består av fyra hållbarhetsstrategier. På stadens intranät finns stödmaterial att använda.

1.3 Så mäter vi livskvaliteten

Definitionen av livskvalitet och viljeinriktningarna sätter en hög ambition för stadens arbete eftersom den beskriver livskvalitet både utifrån människors upplevelser och utifrån faktiska tillstånd i hälsan och livsmiljön. Vi följer livskvaliteten både genom enkätundersökningar som andra myndigheter gör och genom öppna statistikdatabaser. Vi är begränsade till den statistik som finns tillgänglig och av att människor svarar på de enkäter som skickas ut. Livskvalitet omfattar en mängd olika faktorer vilket gör det svårt att mäta. Det finns ingen vedertagen fastställd metod för att mäta livskvaliteten i en stad. Vår definition av livskvalitet är också bred och omfattar både folkhälsa och miljö. Vi fortsätter att utforska begreppet och metoder för att mäta livskvalitet.

Under 2019 har vi gjort om livskvalitetsprogrammets nyckeltal så de blir lättare att jämföra med de nationella nyckeltalen för Agenda 2030. Tidigare hade vi 84 nyckeltal, nu har vi 60 nyckeltal. Nyckeltalen knyter an till programmets fokusområden och prioriteringar. Du hittar en sammanställning av samtliga nyckeltal i bilaga 1 tillsammans med analyser av dem.

1.3.1 Om statistik

Vi har samlat statistik som finns i öppna databaser och som alla kommuner använder och rapporterar till. Detta för att göra det åskådligt och möjligt att följa över tid. Statistiken kan ibland skifta i kvalitet vilket försvårar analysen. Det kan handla om att

- Det saknas data på kommunnivå
- Datan inte alltid är könsuppdelad
- Det är en låg svarsfrekvens på enkätundersökningar
- Nyckeltalen justeras ibland så att det inte går att följa en indikator över längre tid
- Statistikår kan saknas.

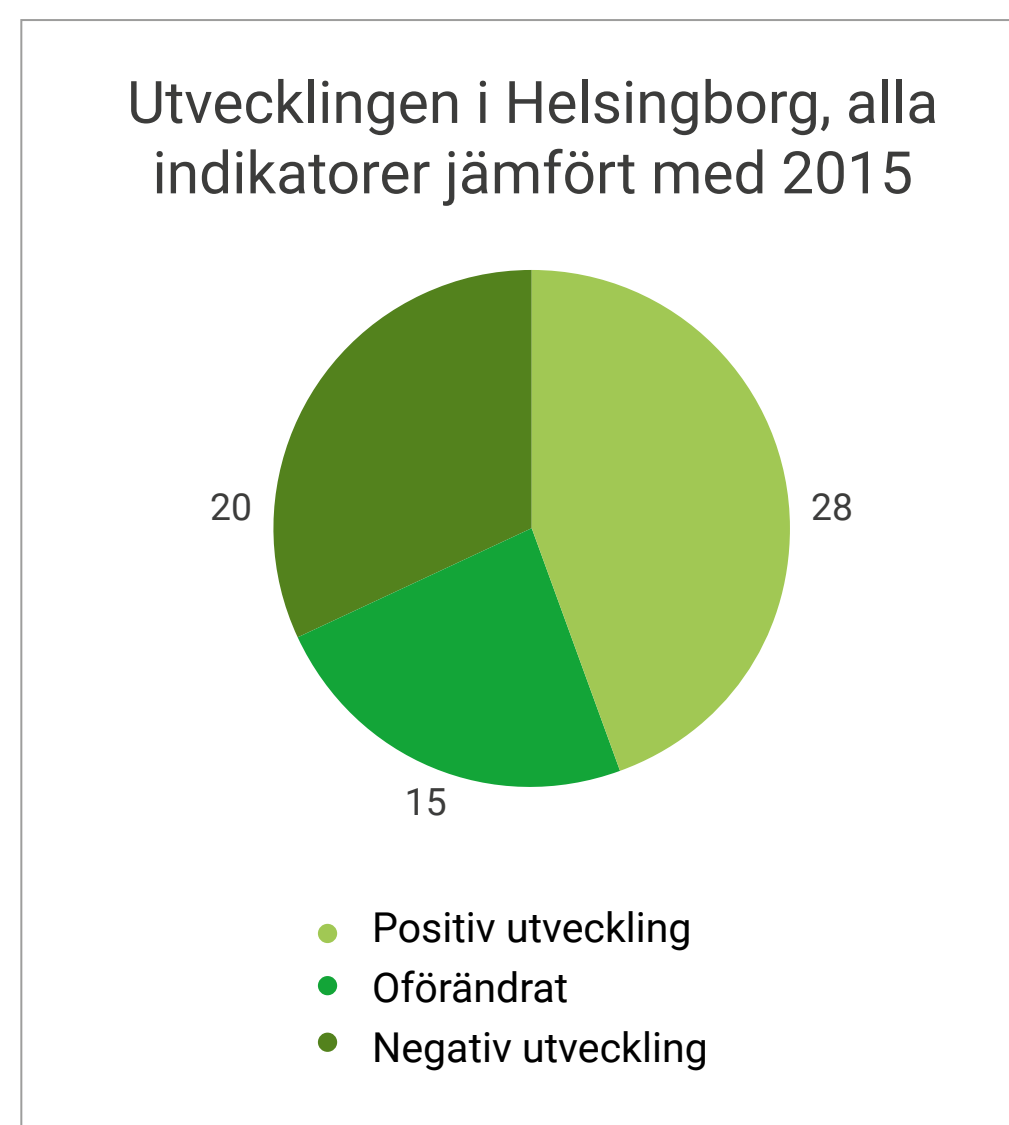
Kommunjämförelser görs enligt givna statistiska kategorier efter städernas storlek. Helsingborg hamnar i kategorin större städer som består av de svenska städer som har fler än 40 000 invånare men färre än 200 000 invånare. Dessa kategorier kan vi inte påverka. Vi har delat upp och analyserat de flesta nyckeltal utifrån juridiskt kön.



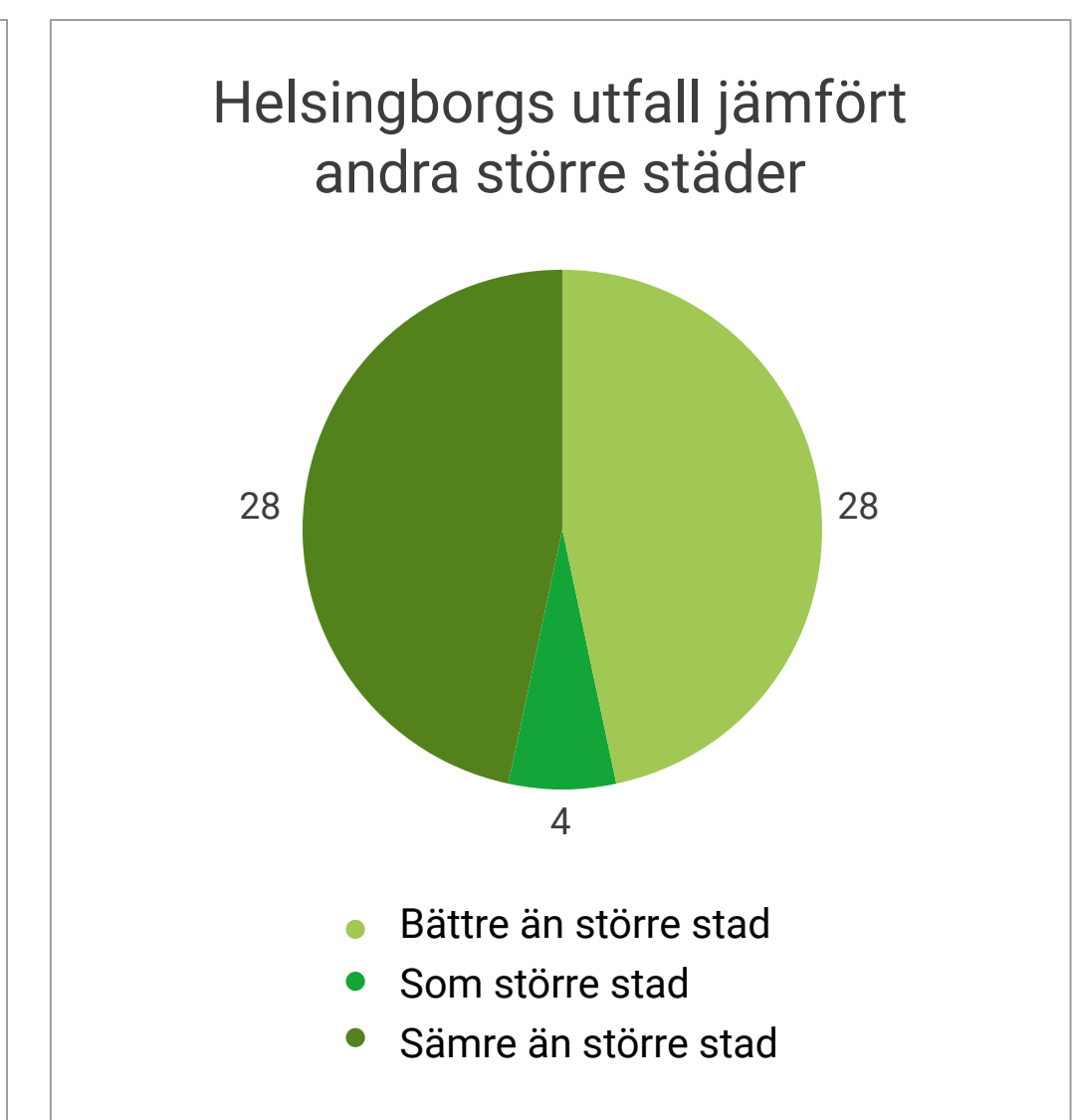
2. Sammanställning av hur det går med livskvaliteten i Helsingborg

Om vi jämför med hur det såg ut i Helsingborg 2015 ser vi en positiv utveckling för många av de indikatorer som vi har valt att följa. Framförallt är det inom miljöområdet som det går framåt. För många av indikatorerna för folkhälsa ser vi en sämre utveckling. Staden behöver framförallt lyfta fokus på viljeinriktningen vi vill ha allas delaktighet och dess fokusområden vi skapar jämställdhet och vi ser till barn och ungas perspektiv. Det handlar framförallt om att minska de strukturella ojämlikheterna i samhället och skapa bättre förutsättningar för prioriterade grupper. Staden behöver också fortsätta arbetet med att hjälpa och stötta de människor som står utan arbete.

Livskvalitetsprogrammets fem viljeinriktningar och femton fokusområden beskriver vad staden behöver fokusera på för att nå dit vi vill. I tabellen visas en sammanställning av alla indikatorers utveckling sedan 2015 och utfall jämfört andra större städer.



Figur 1 visar antalet indikatorer med positiv, oförändrad respektive negativ utveckling i Helsingborg sedan år 2015. Fler nyckeltal förändras i en positiv riktning jämfört med hur många som utvecklas i en negativ riktning. De flesta följer utvecklingen som sker generellt i riket och andra städer, men det finns de indikatorer som visar att Helsingborgs trend skiljer sig från andra, läs mer om det i bilagan.



Figur 2 visar antalet indikatorer med bättre, lika, eller sämre utfall än genomsnittet för större städer. Utfallet har jämförts utifrån det senaste rapporterade mätåret för respektive indikator. Alla nyckeltal har inte gått att jämföra med andra städer då det saknats inrapporterad data. Det finns fler positiva utfall för miljöindikatorerna än för folkhälsoindikatorerna.

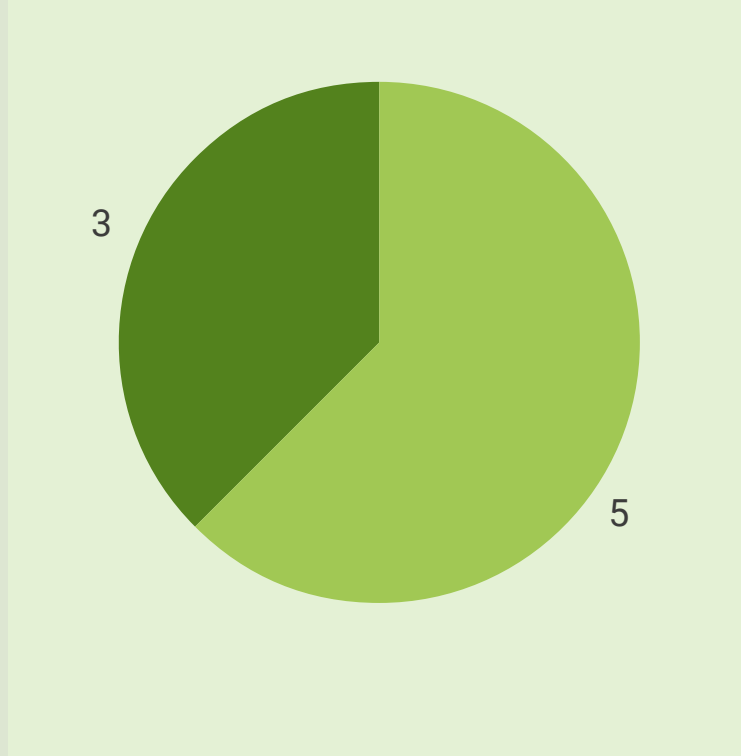
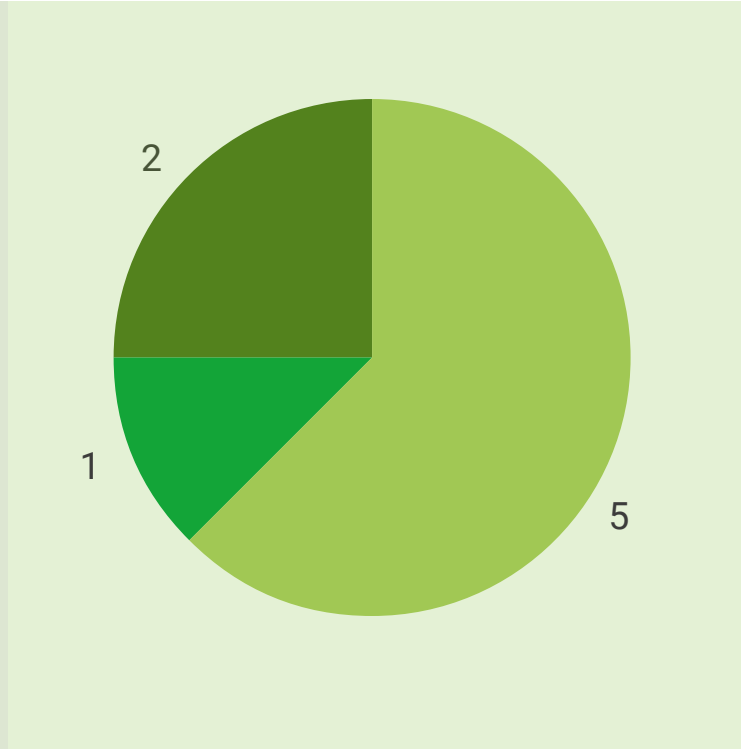
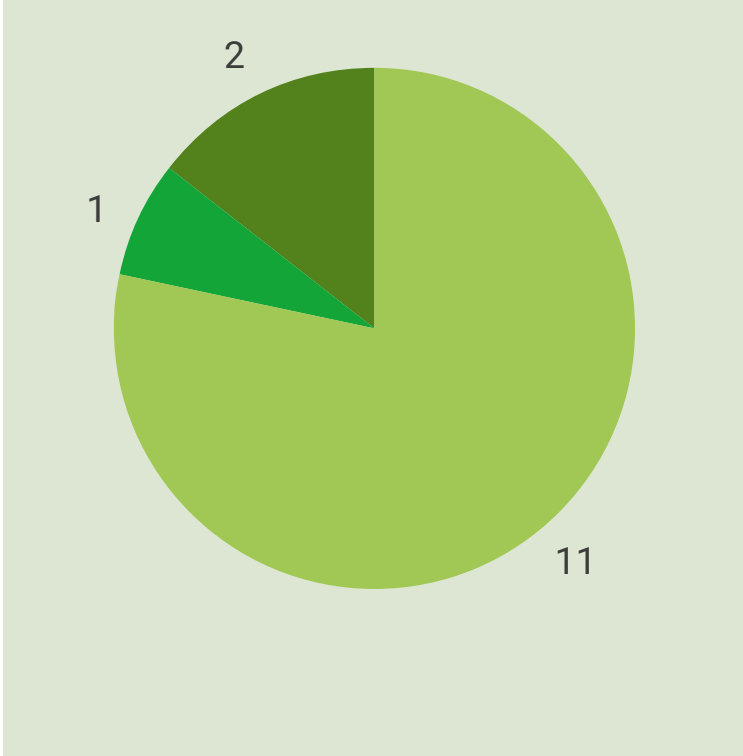
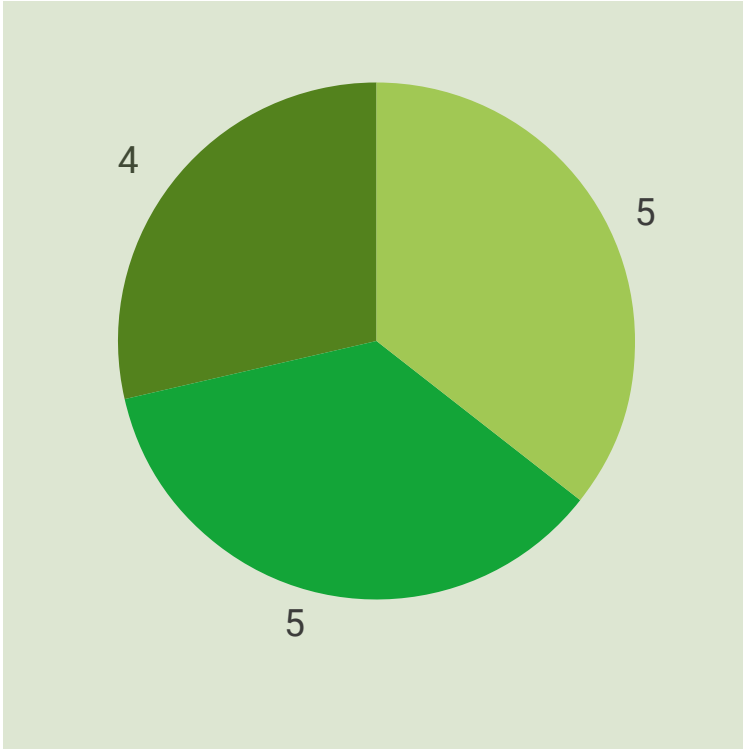
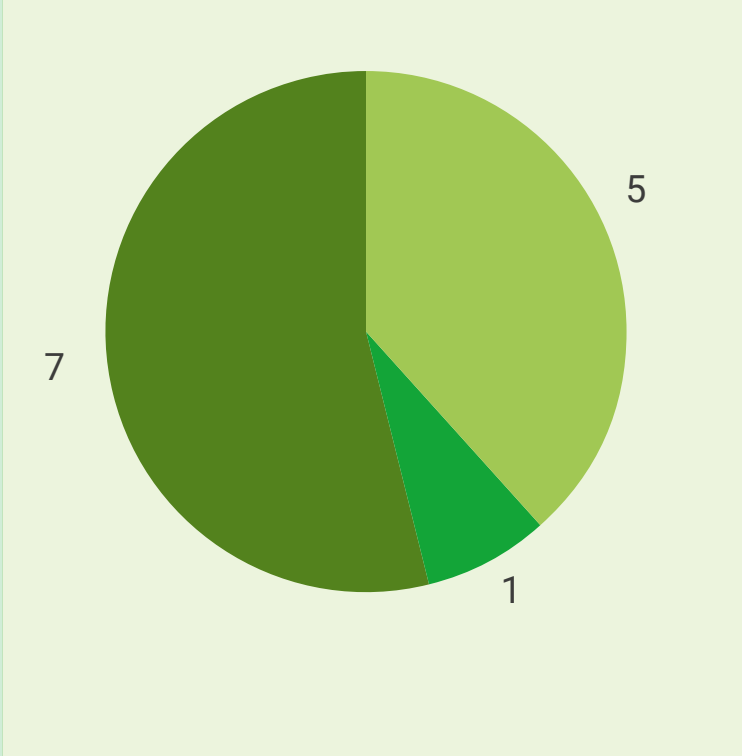
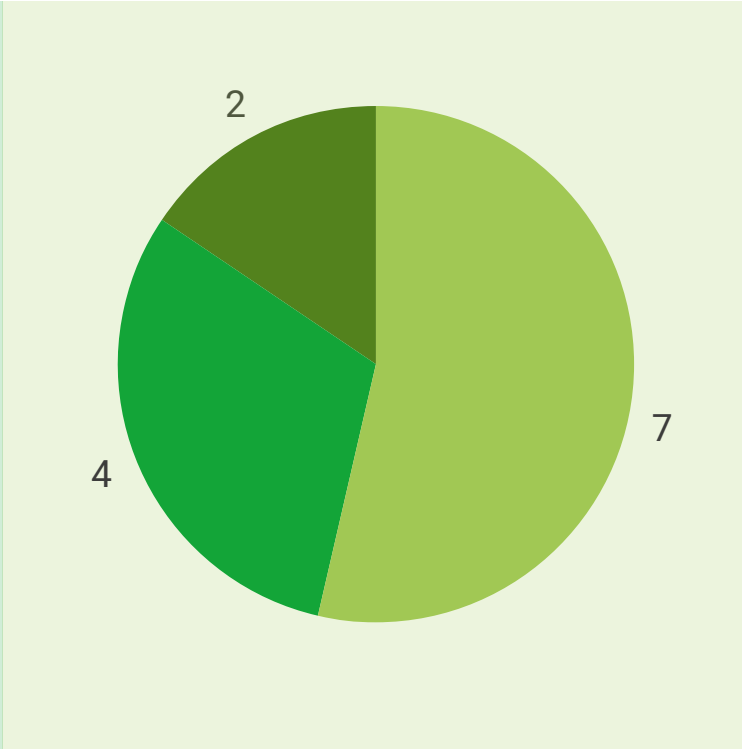
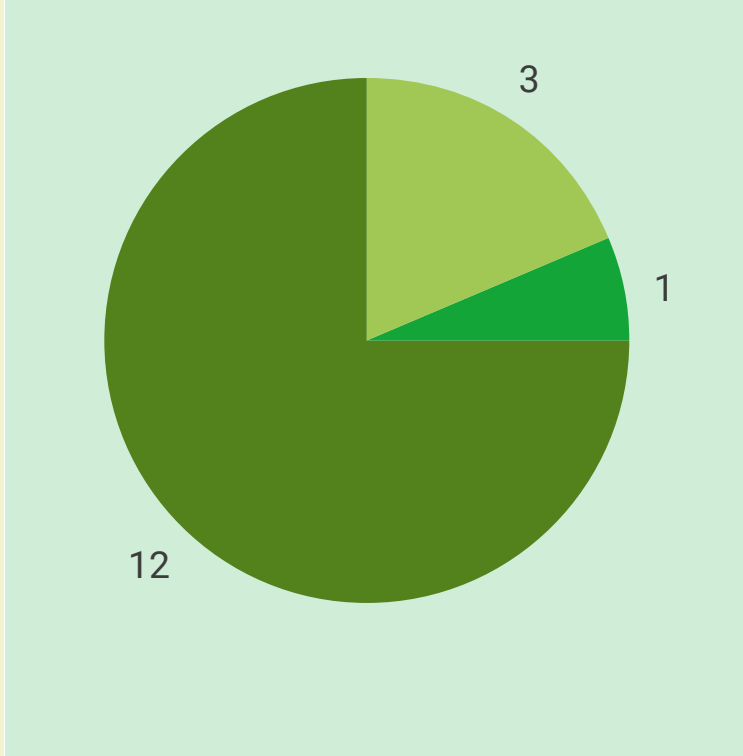
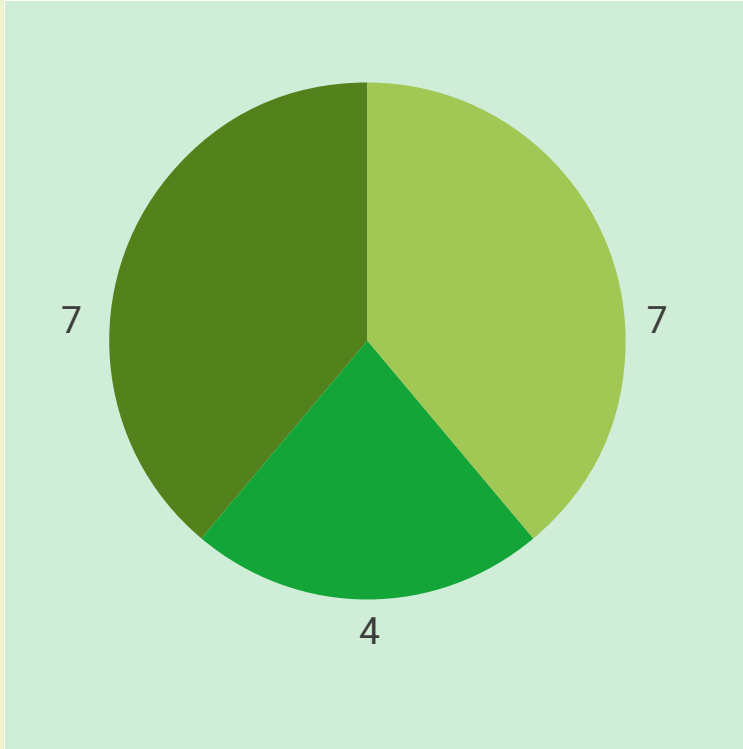
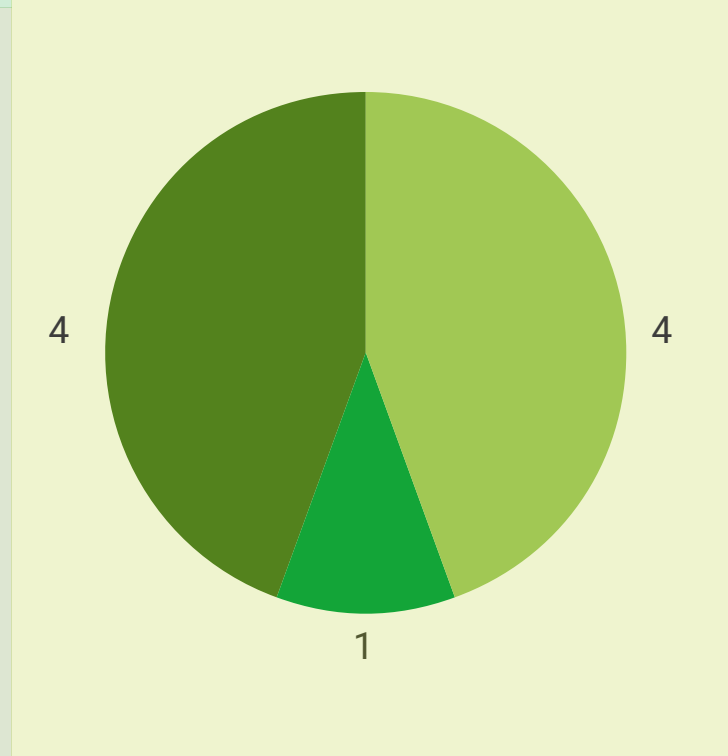
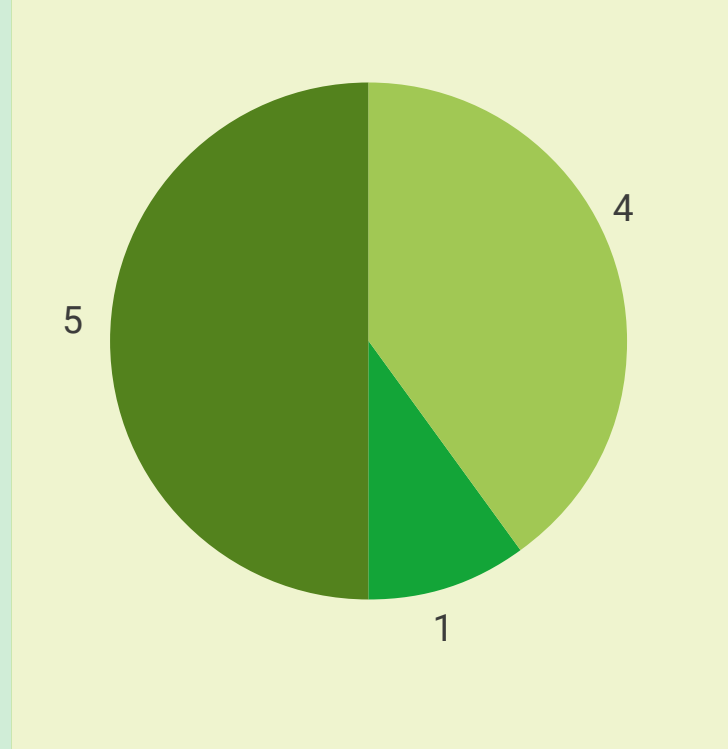
Varmt välkomnade	Allas delaktighet	Livslång aktivitet	Värdefulla samband	Långsiktigt ansvar
1. Utveckla mångfalden	4. Lyssna och dela kunskap	7. Upplevelser för alla sinnen	10. Hela människan	13. Kontakt med människor
2. Hem för alla	5. Skapa jämställdhet	8. Aktivt och hälsosamt liv	11. Minskat ekologiskt fotavtryck	14. Ekonomi med mervärde
3. Värdefull sysselsättning	6. Barn och ungas perspektiv	9. Trygghet och säkra miljöer	12. Hållbara resor och transporter	15. Landskap och biologisk mångfald

Viljeinriktningens utveckling i Helsingborg sedan 2015

- Positiv utveckling
- Oförändrat
- Negativ utveckling

Helsingborgs utfall jämfört andra större städer, andel indikatorer vars utfall är:

- Bättre än större stad
- Som större stad
- Sämre än större stad



2.1 Utvecklingen i korthet

Vi vill ha ett varmt välkomnande

Vi tar tillvara och utvecklar mångfalden

Anställda inom staden representerar befolkningsstrukturen bättre 2018 vad gäller utländsk bakgrund än vad som var fallet år 2015. Vi följer också hur stor andel av befolkningen som uppger att de utsatts för kränkande behandlingen de senaste åren. Här ser vi att andelen kvinnor som rapporterat att de blivit utsatta har ökat kraftigt sedan 2015 och att andelen är högre bland kvinnor i Helsingborg än bland kvinnor i riket.

Vi skapar hem för alla

Helsingborgarnas uppfattning om bostadsutbudet har försämrats samtidigt som det förbättras i andra städer. Detta trots att det råder balans mellan bostadsutbud och efterfrågan. Bostadsbyggandet har ökat kraftigt i Helsingborg sedan 2015 och vi har haft en av landets högsta nyproduktioner. Trenden att unga vuxna har svårare att få egen bostad fortsätter, vilket gör att hemlösheten delvis ändrar karaktär.

Vi erbjuder värdefull sysselsättning

Andelen förvärvsarbetande män fortsätter att öka i Helsingborg men sjunker bland kvinnor. Invånarnas uppfattning om arbetsmöjligheterna i kommunen har förbättrats sedan 2015. Andelen ungdomar som varken arbetar eller studerar är högre än i andra städer. Medan andelen sjunker i andra städer ligger Helsingborg stilla på samma nivå. Andelen långtidssjukskrivna på grund av psykisk ohälsa är lägre i Helsingborg än i andra större städer. Det beror på att andelen sjunker kraftigt bland männen medan den fortsätter att öka bland kvinnorna.

Vi vill ha allas delaktighet

Vi lyssnar, öppnar upp och delar kunskap

Valdeltagandet i Helsingborg har ökat de senaste två valen, men det skiljer sig mellan olika stadsdelar. Vi ser att invånarnas uppfattning om deras inflytande på den kommunala verksamheten och påverkansmöjligheter på politiken sjunker. Det gör den i de flesta städer. Resultatet av medborgarenkäten ger underkänt i frågan.

Vi skapar jämställdhet i samhället

Kvinnors mediannettoinkomst som andel av männens mediannettoinkomst är lägre i Helsingborg än i andra större städer och utvecklingen gick det senaste året åt fel håll. Med denna takt kommer kvinnors inkomster inte att jämnas med männens. Vad gäller jämlikhet i hälsa så förbättras den något mellan kvinnor och män om vi tittar på antalet dagar som tas ut för sjukfrånvaro. Det finns stora lokala variationer mellan stadsdelar i Helsingborg där män i Rydebäck har lägst antal ohälsodagar (7 dagar) och kvinnor i Dalhem har högst (54 dagar). Fäder i Helsingborg tar ut fler föräldradighetsdagar nu (27 procent) än år 2015 (23 procent), samtidigt som utfallet är några procentenheter lägre jämfört med andra större städer.

Vi ser till barn och ungas perspektiv

Pojkar är mer aktiva i idrottsföreningar och deltar vid fler tillfällen än flickor. Andelen som deltar i idrott sjunker bland ungdomar i Helsingborg och det gör det generellt i hela landet, men i Helsingborg sjunker idrottandet bland unga tjejer snabbare, framförallt bland gymnasieungdomar. Andelen elever som går ut årskurs 9 med behörighet till gymnasiet ökar bland pojkar och sjunker drastiskt bland flickor så att det nu är jämställt mellan flickor och pojkar men på

en lägre nivå än 2015. Utbildning och fysisk aktivitet påverkar andra faktorer av livskvaliteten, inte minst den framtida utvecklingen av livskvaliteten. Fler barn och unga växer upp i ekonomiskt utsatta hushåll än i andra större städer, men utvecklingen går åt rätt håll i Helsingborg sedan tio år tillbaka.

Vi vill ha livslång aktivitet

Vi har upplevelser för alla sinnen

Invånarnas uppfattning av det kommersiella och kulturella utbudet är fortfarande högt och bättre än andra större städer.

Vi inspirerar till ett aktivt och hälsosamt liv

Medellivslängden ökar fortsatt. Det skrivs ut mindre mängd antibiotika och fetman är lägre i Helsingborg än i andra städer. Antalet fallskador inom äldreården sjunker. Invånarna är generellt nöjda med utbudet av fritidsaktiviteter. Andelen ungdomar som deltar i föreningsidrotten sjunker dock. En särskild utmaning är att få flickor att aktivera sig i idrott och att de stannar kvar i idrottsaktiviteter genom hela gymnasiet. Andelen kvinnor som är sjukskrivna på grund av utmattning fortsätter stiga medan samma andel bland männen sjunker.

Vi skapar trygghet och säkra miljöer

Andelen som uppger att de inte vill gå ut ensamma på kvällstid är högre än i andra större städer, särskilt gäller det kvinnor. Utvecklingen går åt fel håll sedan år 2014. Andelen anmälda våldsbrott sjunker sedan 2016 men är högre än i andra städer. Tilliten till andra är lägre än i andra städer. Tilliten fortsätter också att sjunka.

Vi vill ha kunskap om värdefulla samband

Vi ser hela människan

Helsingborg har en högre andel biståndstagare än andra större städer. Om vi studerar statistiken för ekonomiskt bistånd i grupperna kvinnor och män, samboende eller gifta och ensamstående samt med barn och utan barn kan vi se stora skillnader i fördelningen mellan könen. Det är övervägande ensamstående män utan barn som får ekonomiskt bistånd (1521 män år 2017 i Helsingborg), vilket kan jämföras med ensamstående kvinnor utan barn där 865 kvinnor fick bistånd 2017.

Vi minskar vårt ekologiska fotavtryck

I Helsingborg har vi mycket lägre slutanvändning av energi än andra städer och utsläppen av växthusgaser inom kommunens gränser fortsätter att minska. Hushållens källsortering kan bli bättre, endast 47 procent av avfallet som går att sortera sorteras i rätt kärl, men det är fortfarande klart bättre än i andra kommuner. Mängden avfall som samlas in från hushållen sjunker stadigvarande. Andelen av befolkningen som åker kollektivtrafik är högre i Helsingborg än i större städer och kollektivtrafiken drivs till 90 procent med förnybara drivmedel. För att klimat- och energimålen i Helsingborgs stads klimat- och energiplan behöver våra utsläpp av växthusgaser minska med 12 procent årligen, jämfört med nuvarande takt på 3,4 procent årligen.

Vi väljer hållbara resor och transporter

I Helsingborg har invånarna en mycket bättre uppfattning om gång- och cykelvägar än i övriga städer. Helsingborgarna reser också mycket oftare med kollektivtrafik än i andra städer, vilket beror på en väl utvecklad kollektivtrafik som når nästan alla invånare inom rimligt avstånd och med en hög turtäthet. Stadsbussarna drivs helt fossilfritt i Helsingborg och staden har

förbättrat stadsgator för buss och cykel under senaste året. Trots det väljer helsingborgarna i 38 procent av fallen bilen även de allra kortaste resorna mellan en till tre kilometer.

Vi vill ha ett långsiktigt ansvarstagande

Vi har möjlighet till kontakt med andra människor varje dag

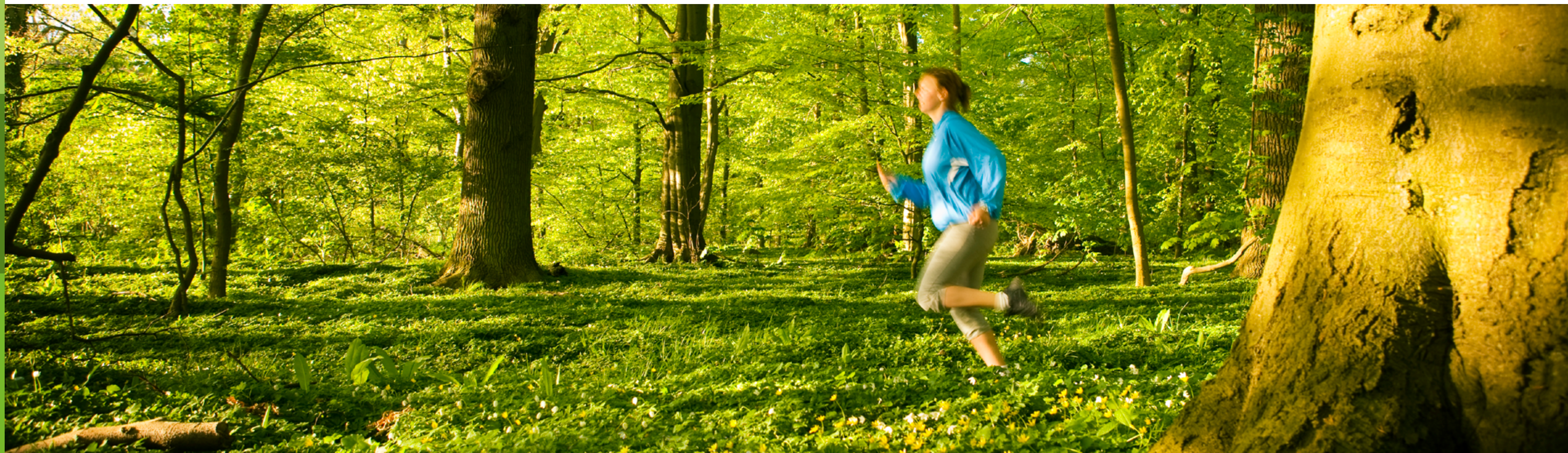
Det är en högre andel som har ett lågt socialt deltagande i Helsingborg än i riket som helhet. Det gäller både kvinnor och män. Andelen sjunker något sedan 2015. Det är också fler som saknar emotionellt stöd i Helsingborg och andelen ökar, särskilt bland män. Emotionellt stöd är att ha en nära vän, eller anhörig som man kan anförtro sig till.

Vi låter ekonomin skapa mervärde

Helsingborg ligger i framkant med att ställa hållbarhetskrav på varor som vi handlar upp. Vid inköp av livsmedel har vi en högre andel ekologiskt än andra större städer. Vi har också högre andel miljöbilar i bilparken än andra städer.

Vi utvecklar landskap och främjar biologisk mångfald

Helsingborg är en av de kommuner som har minst grönstruktur i Sverige tillsammans med Malmö, Landskrona och Lund. Dessutom är grönstrukturen i Helsingborg osammanhängande. Av de naturområden som finns är en hög andel skyddad jämfört med andra städer. Detta är viktigt eftersom vi har lite grönyta. Helsingborg har en låg andel ekologiskt odlad åkermark jämfört med andra större städer. Andelen har ökat sedan 2015 liksom i övriga landet.



3. Två fokusområden i fördjupning

I år väljer vi att fokusera på två frågor som kan hjälpa oss att nå framgång inom andra områden och som har inverkan på livskvaliteten här och nu men också på lång sikt. Det handlar om att stimulera helsingborgarna till ett klimatsmart, fysiskt aktivt och hälsosamt liv.

Vi inspirerar till ett aktivt och hälsosamt liv

En frisk befolkning är bättre rustad att bidra till samhället. Det leder i förlängningen till ett friskare åldrande och lägre sjukvårdskostnader för samhället. Förutsättningarna för god hälsa skiljer sig mellan olika grupper i samhället. Ökad fysisk aktivitet i vardagen är ett verktyg för att nå andra målsättningar inom folkhälsan. Men vi ser att fysisk aktivitet kopplas mer och mer ihop med högre utbildning och hög inkomst. Ungdomar som idrottar går ofta ut skolan med bättre betyg och har bättre uppfattning om sin egen hälsa än ungdomar som inte idrottar. Pojkar idrottar mer än flickor.

Vi minskar det ekologiska fotavtrycket

Det andra området handlar om en stor utmaning att minska det ekologiska fotavtrycket hos befolkningen och inom näringslivet. Det kräver att varje invånare och företag gör sin insats för miljön och klimatet och successivt förändrar mot fossiloberoende, men också att vi som samhällsbärare bygger rätt förutsättningar för att så ska kunna ske. Vi behöver öka takten för att nå våra klimatmål i tid. Utsläppen som sker inom kommunens gränser är lägre jämfört med de flesta andra kommuner. Utsläppen från privat konsumtion så som exempelvis mat, möbler, elektronik och resor är svårare att mäta. Det är drivkraften bakom flera av de miljöproblem vi ser idag. Beräkningar visar att om

alla på jorden levde som den genomsnittliga helsingborgaren skulle det behövas tre jordklot.

3.1 Vi inspirerar till ett aktivt och hälsosamt liv

I livskvalitetsprogrammets fokusområde "Vi ska inspirera till ett aktivt och hälsosamt liv" beskrivs området:

Helsingborg ska få fler människor, särskilt barn och unga, att röra på sig och lyfta fram värdet av natur och rekreation för en ökad folkhälsa. Vi ska skapa en meningsfull och glädjefyllt fritid för fler. Vi ska främja hälsa genom att öka jämlikheten och tillgången till aktiviteter.



Berättelser från verkligheten

– I början av projektet var jag irriterad för att det ställde till det för mig i min vardag. Men i dag är jag tacksam för att skolan hakade på så att vi började cykla och gå till skolan tillsammans varje dag. Vi mår alla bättre av det jämfört med att ta bilen, säger en förälder.

Projektet "Tar mig till skolan" förändrade barnen och föräldrarnas sätt att ta sig till och från skolan. Eleverna tar sig fram för egen maskin och blir inte skjutsade i bil. Hittills har ungefär 5000 elever varit med i projektet och många av dessa barn har påverkat sina föräldrar. När barnen får bestämma åker de inte bil till skolan.

Pia Bastholm är projektledaren och hon är van att möta föräldrars negativa reaktion innan de testat att gå och cykla med sina barn till skolan.

– Det är svårt att föreställa sig hur positivt det kan vara när man är fast i tron att bilen är enda lösningen. Men ofta upptäcker även de vuxna fördelarna snabbt, till exempel att alla i familjen blir piggare och de får en mysig stund tillsammans med frisk luft. Skönt också att slippa jaga parkering och kryssa runt med bilen och bidra till sämre trafiksäkerhet och sämre miljö vid skolan.

Även i skolan märks de ändrade resvanorna. Lärare och skolchefer berättar om positiva effekter som till exempel att eleverna har lättare att koncentrera sig och att det är lugnare i klassrummen.

<https://miljoverkstaden.helsingborg.se/program/annan-undervisning/tar-mig-till-skolan/>



Livskvalitetsprogrammet beskriver att ett aktivt och hälsosamt liv handlar om mer än fysisk aktivitet. Programmet lyfter även vikten av sociala och kulturella upplevelser och hälsosamma miljöer att vistas i. I denna fördjupning har vi valt att fokusera på fysisk aktivitet som ett medel för att uppnå andra fokusområden. De flesta av oss upplever att det känns bra och skönt för kropp och själ att röra på sig och vara fysiskt aktiv. Forskning visar på sambanden mellan fysisk aktivitet och vårt psykiska välbefinnande och långsiktiga hälsa. Fysisk aktivitet bidrar till att motverka och förhindra flera av våra vanligaste folksjukdomar [1]. Trots detta rör större delen av befolkningen på sig för lite[2].

Hur fysiskt aktiv är helsingborgaren?

Träningstrenden i Sverige är stark bland resursstarka grupper, men snittet av befolkningen rör på sig allt mindre och sitter allt mer, visar studier[2]. Människor tenderar att överskatta sin fysiska aktivitet när de svarar på enkätstudier, varför de inte är tillförlitliga som enda källa. Enligt Folkhälsomyndighetens rapport "Hälsa på lika villkor", är 48 procent av invånarna i Helsingborg stillasittande mer än sju timmar per dag, vilket gör oss till en av de kommunerna med sämst resultat.

Vårt psykiska välbefinnande påverkas av fysisk aktivitet.

Av de som är långtidssjukskrivna i Helsingborg är den största andelen sjukskrivna på grund av psykiska sjukdomar som beror på arbetsrelaterad stress. Andelen är högre bland kvinnor (52 procent) än bland män (40 procent). Den sjukskrivningsorsaken ökar också för kvinnor samtidigt som den sjunker för männen. Generellt i Sverige ser vi att det finns en överrepresentation av unga kvinnor bland de utmattningsrelaterade sjukskrivningarna. Kvinnor i Helsingborg lider i högre grad av sömnbrist och av oro eller ångest[3]. Vi sover sämre när vi inte rör på oss tillräckligt och då förstärks stress, oro och ångestkänslor.

Goda exempel från Helsingborg

Planterings friskvårdsförening är invånardriven och startad av boende på Planteringen. Syftet är att öka den fysiska aktiviteten bland grupper som staden inte annars når, exempelvis kvinnor med utomeuropeisk bakgrund, sjukskrivna och arbetssökande. Staden stöttar med föreningsbidrag, lokaler och annat stöd vid behov.

Projektet "Balansera mera" bedrivs av vård- och omsorgsförvaltningen och syftar till att genom fysisk träning och balansövningar minska risken för fallskador bland äldre. Fallskadorna bland äldre i Helsingborg har minskat sedan 2015.

GOFAR – Gemensamt organiserad fysisk aktivitet på recept som skolsjuksköterskor på flera skolor i Helsingborg skriver ut till elever som inte mår bra psykiskt. Det visar sig vara framgångsrikt för att förebygga både psykisk och fysisk ohälsa och leder till bättre studienärvaro. Detta projekt sprider sig nu till fler skolor.

Hjärna-Puls-glädje är ett lärardrivet projekt för att få in en rörelsekultur på Drottningshögskolan som ger både friskare och piggare elever och bättre studiero under lektionerna.

Generellt i riket skrivs det ut mer antidepressiva läkemedel än tidigare. De skrivs i högre utsträckning ut till äldre än yngre och till fler kvinnor än män. Den största ökningen de senaste fem åren gäller barn, framförallt ökar förskrivningen till flickor i åldern 10-14 år [4]. Den psykiska ohälsan bland äldre ökar framförallt hos kvinnor över 77 år [5]. Var tredje kvinna i åldern 85 år eller äldre hämtade ut något antidepressivt läkemedel minst en gång under 2018 [4]. Risken för depressiva symtom och ångest är högre ju mer socialt isolerad och ju mer fysiskt funktionsnedsatt en person är [5]. Många lättare depressioner kan förebyggas genom ökad motion och mer utevistelse [2].

Grunden till god hälsa läggs under uppväxten

Skillnaderna på fysisk aktivitet är stora mellan olika grupper av barn och unga. Pojkar rör sig mer än flickor, yngre mer än äldre ungdomar. Vissa är mycket aktiva både i skolan och på fritiden. Andra rör sig nästan inte alls. Detta vet vi eftersom Helsingborgs stad sedan år 2000 deltar i forskningsprojektet "Ung livsstil", tillsammans med ett tiotal andra kommuner. Vart tredje år får Helsingborgs grundskolor för årskurserna 4-6 och 7-9 samt gymnasiet delta i forskningsstudien¹.

Från undersökningen "Ung livsstil" vet vi att barn och unga från de lägre socioekonomiska grupperna är underrepresenterade i föreningsidrotten i Helsingborg. De barn som växer upp med svenskfödda föräldrar med högre utbildning och arbete går i högre utsträckning med i idrottsföreningar, rör på sig mer, får social gemenskap genom föreningen, presterar bättre i skolan och får bättre förutsättningar till en god hälsa livet ut. Antalet deltagartillfällen i idrottsföreningar är något högre i Helsingborg än i andra större städer, se diagram nedan. Delar vi upp i fler kategorier kan vi se att andelen gymnasie-ungdomar i föreningsidrotten har minskat i Helsingborg med 18 procentenheter sedan 2000, varav nio procentenheter mellan åren 2015-2018. Ungdomarna tröttnar och får andra intressen. På frågan vad unga tycker är viktigast när de idrottar svarade 90 procent i "Ung livsstil 2018" att det är att ha kul. Att behålla tonåringar och att locka in nyanlända tjejer och tjejer med utländsk bakgrund i idrottsföreningar är en utmaning. [6]

Bara 14 procent av Sveriges skolelever är aktiva minst en timme per dag, vilket är WHO:s rekommendation. Svenska barn och unga ägnar cirka 70 procent av sin vakna tid åt att sitta, stå eller röra sig väldigt lite [7]. Receptet är enligt WHO att få in mer idrott och rörelse i skolan, bygga bättre skolvägar för cykel

och gång och skapa mer plats för lek i samhället. Arbeta för värderingar som stimulerar tolerans och allas lika värde inom, inte bara idrottsverksamheter, utan också samhället i stort så att aktivitet och delaktighet sker på lika villkor. Om vi får barn och unga att bli mer fysiskt aktiva kommer det att minska kostnaderna för folkhälsosjukdomar som ökade hjärt- och kärlsjukdomar och led- och muskelsjukdomar i framtiden.

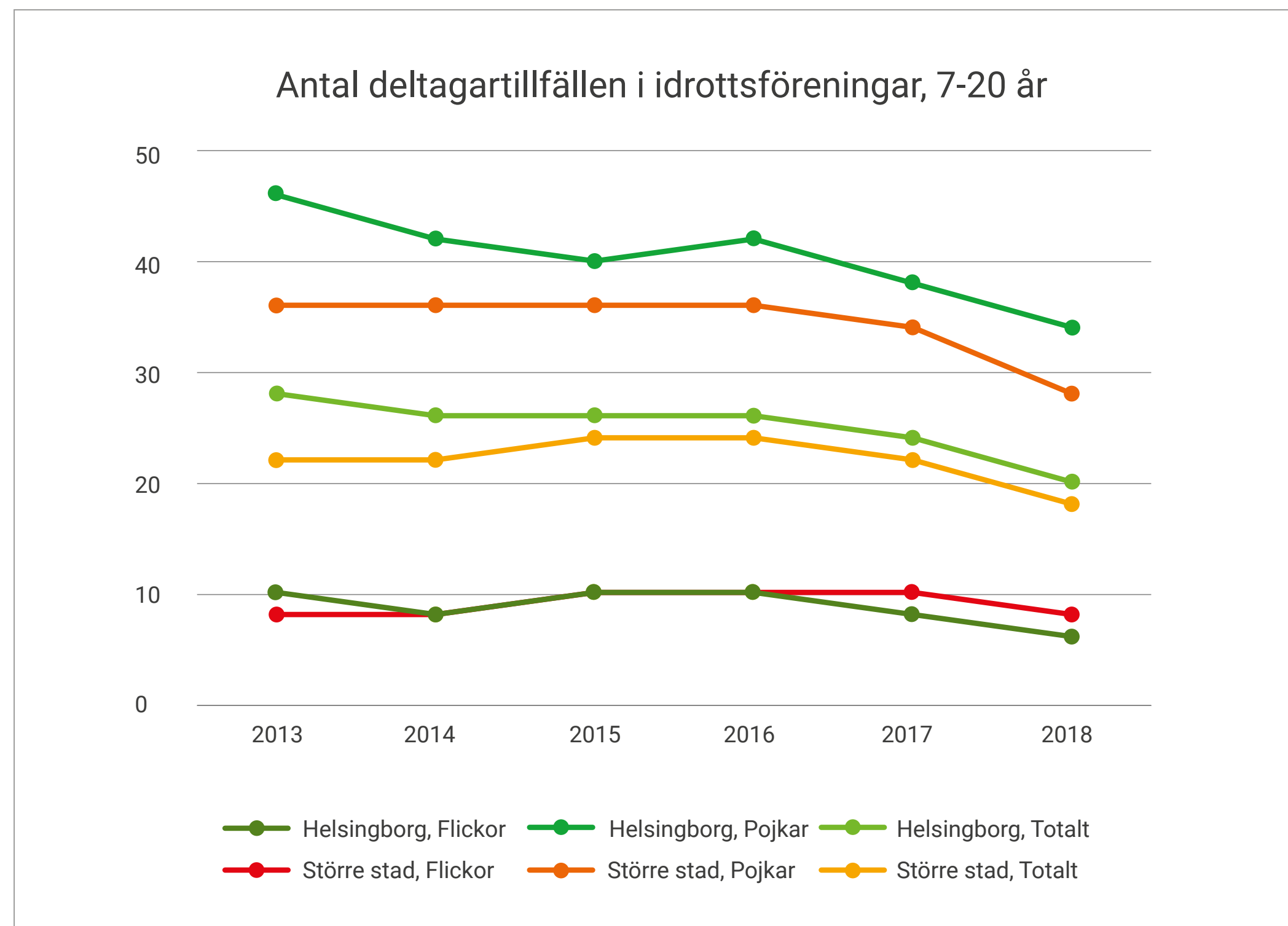
Fritid Helsingborg erbjuder på aktivitetshuset Tryckeriet möjlighet att träna taekwondo, breakdance, dansa, spela schack och datorspel med mera. Fritid håller också på att starta en ny verksamhet på Idrottens hus med fokus på träning och fysisk aktivitet för unga i åldern 10-19 år som inte är delaktiga i föreningsidrotten.

"Om familjen är stressad- då blir man lätt arg/stressad själv."

"Viktigt att också kunna hitta vila hemma. Stress smittar från vuxna till barn."

Barn på Västra Ramlösa skola ger sin syn på stress.

¹Studien genomförs i samarbete med forskarna Ulf Blomdahl och Stig Elofsson samt institutionen för socialt arbete vid Stockholms universitet.



Figur 3 Det är en trend i riket att färre barn och ungdomar deltar i idrottsföreningarnas aktiviteter. Generellt deltar också fler pojkar än flickor i föreningsidrotten. Skillnaderna i deltagandet mellan flickor och pojkar är större i Helsingborg än i övriga större städer. Källa: Kolada

Det finns skillnader mellan olika gruppers hälsa

Idag kan vi sköta både hem och jobb utan fysisk ansträngning. Bilden av fysisk aktivitet är att det framförallt är något som ska ske på fritiden och som ofta är förknippat med kostnader som inte alla har råd med. Utöver att vi kan välja att promenera och cykla till jobb eller skola är fysisk aktivitet mest tänkt att ske på särskilda platser vid särskilda tidpunkter efter aktiva beslut.

Invånarna har inte lika förutsättningar för en god hälsa. Omgivningen skapar olika förutsättningar för individen att göra goda val för sin hälsa. Det handlar om boendemiljö, funktionshinder, könsidentitet och sexuell läggning, föräldrars bakgrund och ekonomi, utbildningsnivå med mera. Högutbildade höginkomsttagare drabbas oftare av prestationsstress medan lågutbildade låginkomsttagare oftare röker, drabbas av fetmarelaterade sjukdomar eller sitter still för mycket. Högutbildade lever i snitt sex år längre än lågutbildade. Enligt en svensk nationell statlig utredning är transpersoner en grupp som är särskilt utsatt. Fler avstår från idrott och aktiviteter på grund av att de känner en otrygghet och oro för att bli utsatt för kränkande behandling och trakasserier [8]. Fler inom gruppen lider av också av depressioner. Det finns inget som tyder på att det skulle vara annorlunda för transpersoner i Helsingborg.

”Jag mår bra av att klappa djur. Jag blir lugn av att vara med hästar och min hund.”

”Jag mår bra av att klättra ute”

Barn på Västra Ramlösa skola svarar på frågan vad som får dem att må bra.

Tillgången till natur och grönytor viktig för välmående

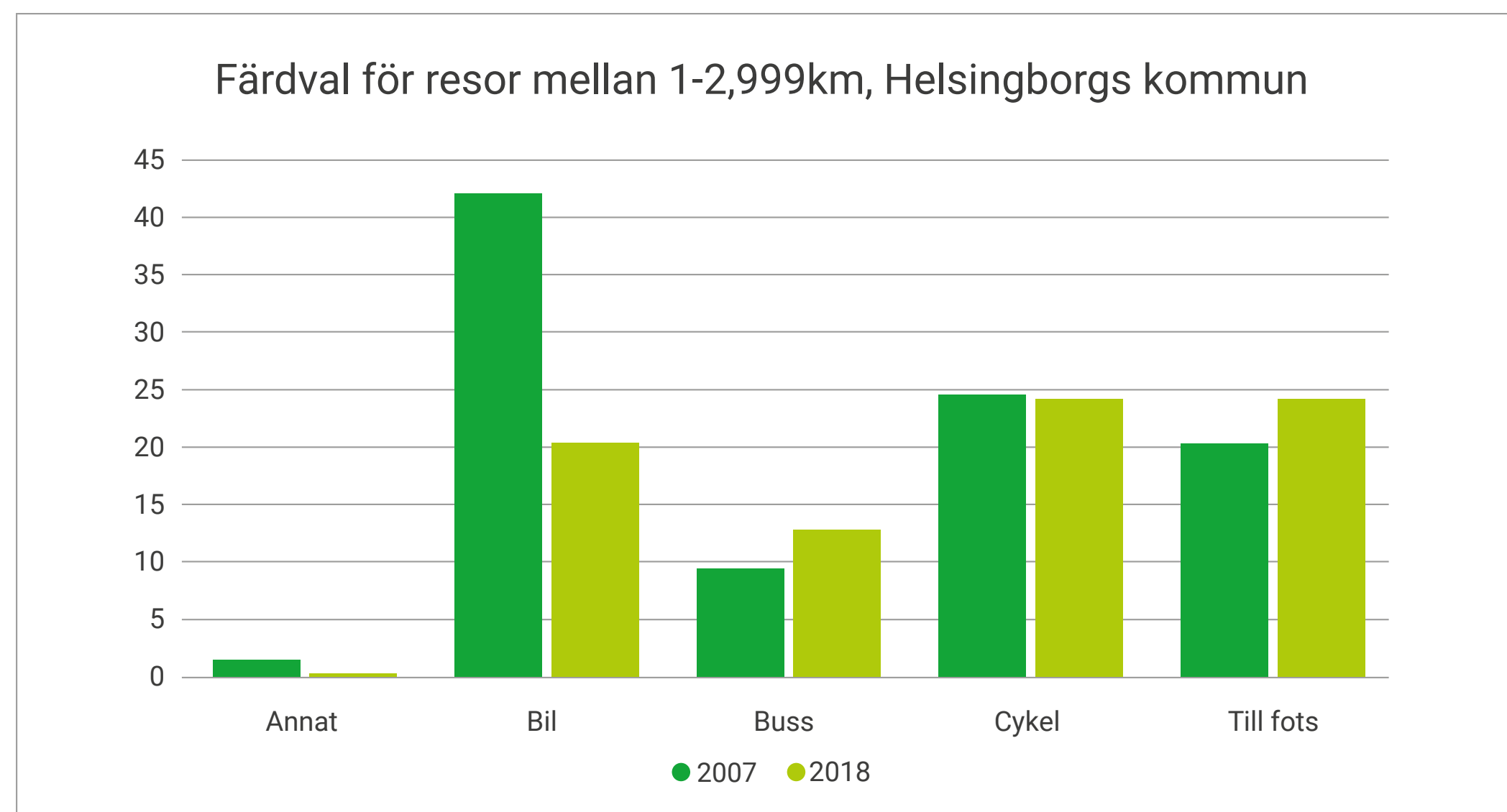
Vistelse i naturen ger vila och återhämtning för våra hjärnor[9]. Studier har till exempel visat att naturutsikt från sjukhusfönstret gör att patienter tillfrisknar snabbare[10].

Helsingborg har mindre mängd grönyta per invånare än de flesta andra svenska städer. Det är extra viktigt att barnen har tillgång till naturen eftersom vistelse och lek i naturen utvecklar barnens grovmotorik och förbättrar koncentrations-

förmågan. Det kan också skapa en positiv anknytning till naturen som gör att individen tar större hänsyn till miljön. Barn i staden har svårare att själv ta sig till skogen. De barn som har nära att själv gå till ett grönområde kommer att ha större möjligheter. Här finns skillnader som samhället kan göra något åt, till exempel genom att koppla ihop grönytor med varandra, anlägga mer grönska, skapa säkrare trafikmiljöer och mer naturliga skol- och förskolegårdar.

Sättet vi transporterar oss på påverkar

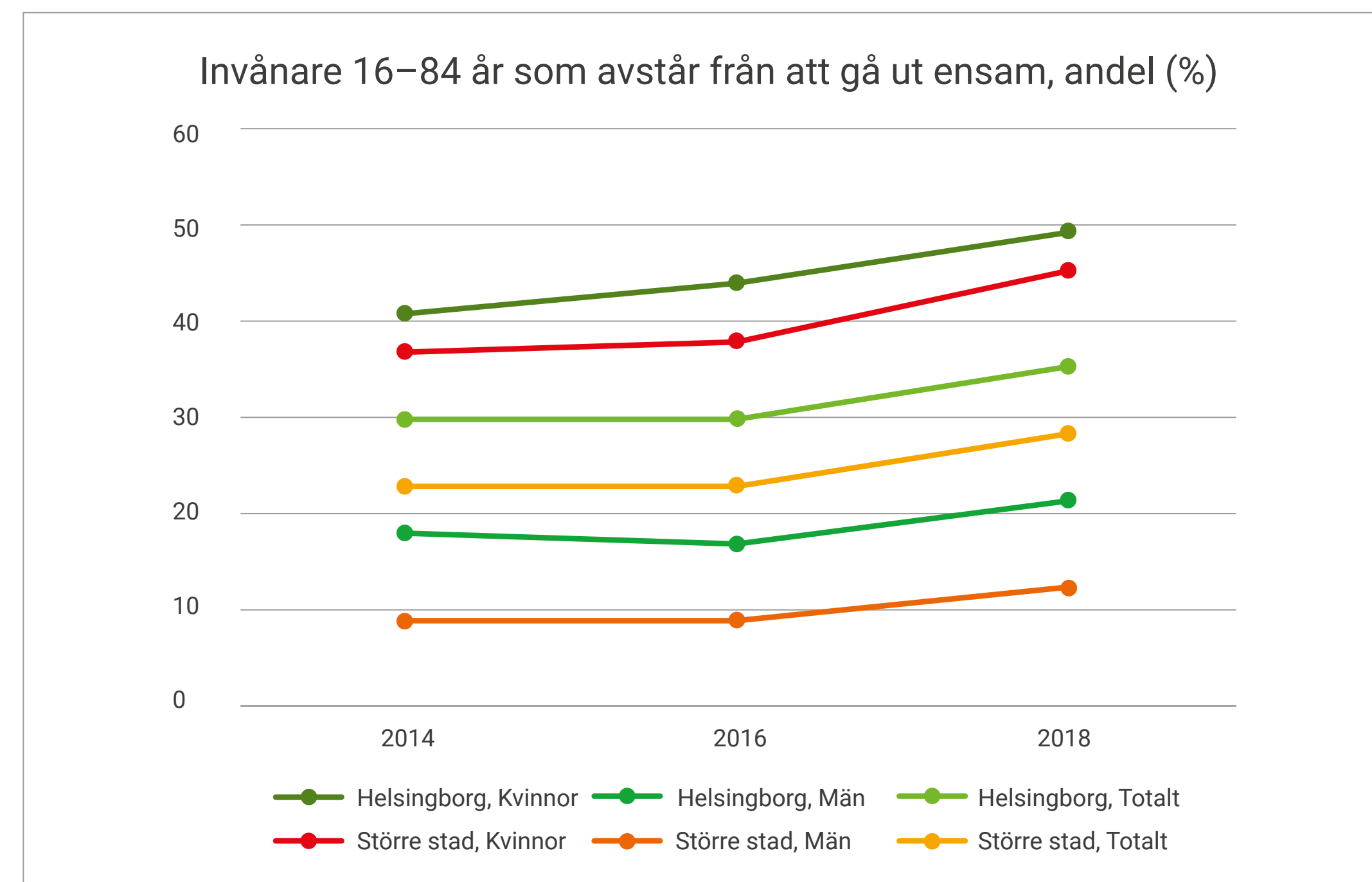
I Helsingborg gör vi fler transporter till fots år 2018 än år 2007. Helsingborgarna cyklar mindre än Skånesnittet. Bil är det vanligaste transportmedlet även på korta sträckor under fem kilometer. Det är stor skillnad på Helsingborg jämfört med Lund och Malmö där majoriteten går, cyklar eller åker kollektivt samma sträcka. Kvinnor väljer oftare gång, cykel och kollektivtrafik, medan fler män väljer bilen. [11]



Figur 4 källa trafikanalys, resvaneundersökning 2018

Upplevd otrygghet

En faktor som kan vara en drivande orsak till att vardagsmotionen uteblir är känslan av att vara otrygg utomhus. I Helsingborg säger 35 procent jämfört med 25 procent i riket att de inte vågar vara ute ensamma på kvällen. Det är stor skillnad mellan kvinnor och män, 21 procent av männen och 49 procent av kvinnorna uppger att de avstår från att gå ut ensamma kvällstid. Den upplevda tryggheten ökar något i senaste mätningen 2019, men den är fortfarande lägre än den var år 2015.



Figur 5 Folkhälsomyndigheten, Hälsa på lika villkor (HLV)

Helsingborg har fler anmälda våldsbrott per hundrausen invånare än andra städer. Men mellan 2015-2018 minskade antalet årligen anmälda brott från

1622 till 1485 stycken [12]. Långt fler män än kvinnor blir utsatta för brott utomhus men fler kvinnor än män upplever otrygghet utomhus. Kvinnor är mer utsatta i sina hem, där förövaren är en man som står dem nära i relation. Anledningen att känna sig otrygg utomhus tros handla om delvis andra faktorer, såsom rapportering i media och i sociala medier.

Insikter

Staden bör fortsätta att prioritera att skapa goda uppväxtvillkor för barn och unga. Insatserna bör riktas först och främst till de grupper som idag har sämst tillgång till och förutsättningar för fysisk aktivitet och naturupplevelser. Att hålla sig fysiskt aktiv så länge som möjligt i livet är viktigt för att förebygga ohälsa och utanförskap.

Detta kan Helsingborg göra:

- **Det finns en potential att öka folkhälsan genom att få fler helsingborgare att gå eller cykla i vardagen.** Det skulle bli säkrare att röra sig i trafikmiljön som oskyddad trafikant, ge en bättre stadsluft och minska risken för buller.
- **Planera stad och samhällen efter barnets perspektiv.** Stimulera föräldrar att låta barnen gå och cykla till skolan, till exempel genom information och genom att förbättra gång- och cykelvägar. Skapa lättillgänglig och nåbar natur. Gör plats för mer lek.
- **Intensifiera det förebyggande arbetet för att öka den faktiska och den upplevda tryggheten inte minst vintertid.**

- **Fortsätt förbättra den fysiska tillgängligheten**, så att fler kan ta sig fram på egen hand.
- **Stimulera till rörelse på skolor och arbetsplatser** till exempel genom att uppmuntra arbetstagare att istället för en fikarast ibland ta en kort promenad med kollegorna.
- **Bygg relationer med gruppen gymnasieungdomar** och samverka med föreningslivet för att sätta ungdomarna i rörelse.
- **Arbeta med medvetenhet om de sju diskrimineringsgrunderna och sprida kunskap och söka samarbeten om normkritik med civilsamhälle** för att skapa tolerans för allas lika värde och välkomna olikheter i idrott och andra hälsofrämjande aktiviteter.

”Det ska bli billigare med buss så jag kan ta mig till ishallen.”

”Närmare till olika ställen. Om det hade funnits fler parker.”

Barn på Västra Ramlösa skola tycker till om vad staden kan göra.



3.2 Vi minskar vårt ekologiska fotavtryck

I livskvalitetsprogrammets fokusområde "Vi ska minska vårt ekologiska fotavtryck" beskrivs området:

I Helsingborg ska vi underlätta vardagen för helsingborgaren att göra medvetna och omedvetna val som minimerar vår påverkan på klimatet. Vi ska uppmuntra och påverka andra och själva agera för en långsiktig hållbar utveckling. Vi ska konsumera mer hållbart och minska vår förbrukning av resurser, och öka kunskaperna om de kretslopp vi är beroende av.

Berättelser från verkligheten

En reporter har kommit till Hamiltons förskola för att lära sig mer om hur stadens skolkök arbetar för att minska matsvinnet och matens klimatpåverkan genom projektet Smartmathbg och för att ta reda på vad barnen egentligen tycker.

- Vad är det roligaste med att laga mat, frågar reportern.
- Att man får knäcka ägg, säger Mikael 5 år.

Barnen på Hamiltons förskola lagar fattiga riddare av gammalt bröd tillsammans med sin kock Miljana Vulovic.

- Hur ska smeten vara?
- Den ska vara så tjock att den ser ut som kräk, säger Mikael som vispar smet i en skål.

Miljanas tips för att minska matsvinnet är att involvera barnen i köket.

- Vi ska vara barnens livslärare, säger hon och fortsätter:
- Då måste vi undersöka tillsammans hur vi kan ta hand om rester, till exempel bröd som börjar bli gammalt. Då lagar vi fattiga riddare och sedan äter vi tillsammans, så visar vi barnen hur vi ska göra. Det handlar om att vara nyfiken på mat och känna, lukta, smaka och skapa en relation till maten.

Genom projektet och engagerade kockar och elever har skolorna i Helsingborgs stad lyckats minska matsvinnet med över en tredjedel på bara ett och ett halvt år [13].



<https://helsingborg.se/forskolaochutbildning/helsingborgs-stads-skolor/skolmat/smartmat-hbg/>

Helsingborg har beslutat att minska sina utsläpp av växthusgaser i linje med Parisavtalet. Utsläppen av växthusgaser påverkar starkt det ekologiska fotavtrycket. Det ekologiska fotavtrycket är den yta som krävs för att vi ska kunna upprätthålla den livsstil vi för. Ytan behövs för att producera alla råvaror och ta hand om vårt avfall. I Sverige lever vi som att vi hade tillgång till fyra jordklot, endast 13 länder i världen har ett större ekologiskt fotavtryck [14].

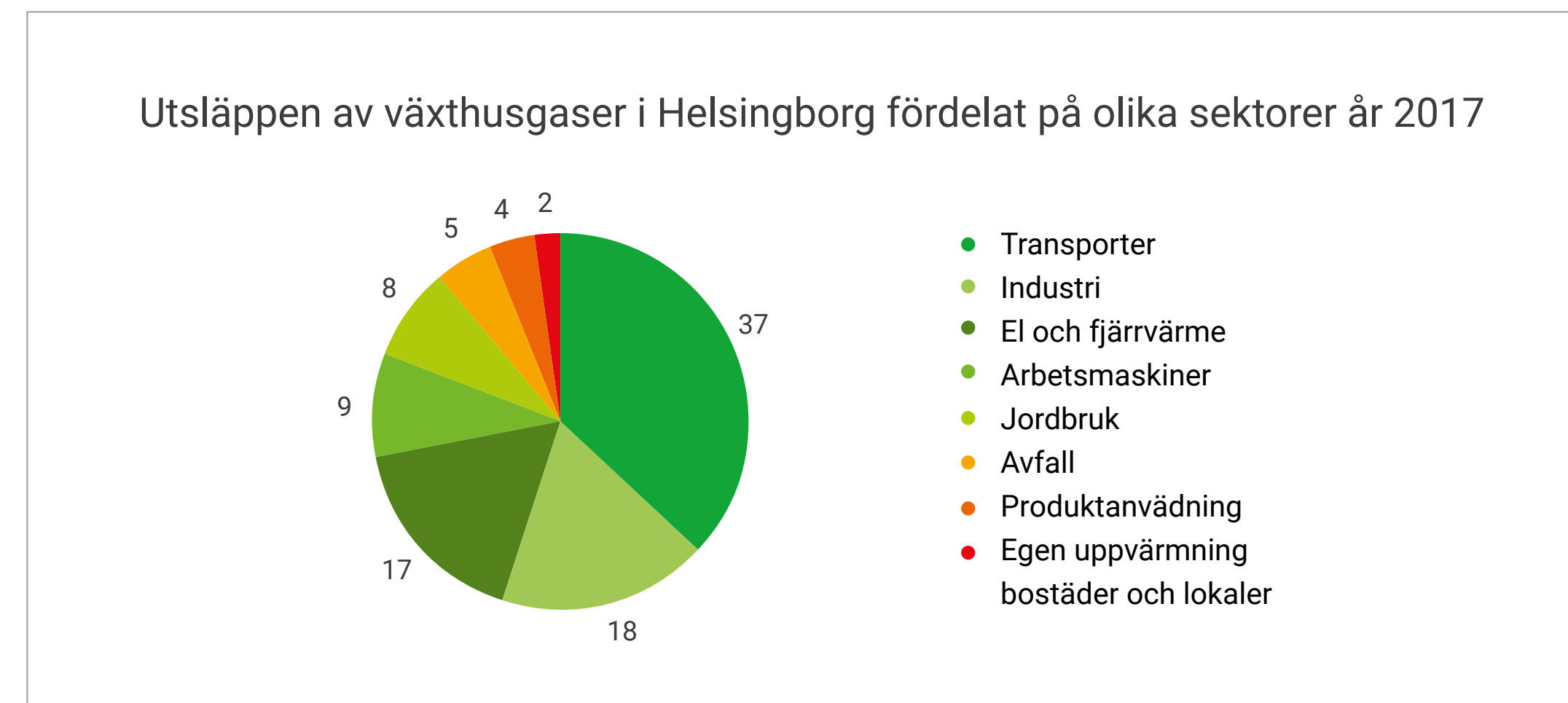
I årets uppföljning av det ekologiska fotavtrycket väljer vi att fokusera på de parametrar som har stor betydelse för att minska det ekologiska fotavtrycket: **Bryta fossilberoendet, minska matsvinn och köttkonsumtion samt konsumera mer hållbart [14].**

Hur stort är Helsingborgs ekologiska fotavtryck idag?

Det finns verktyg för att uppskatta det ekologiska fotavtrycket på kommunnivå. Vi beräknade senast Helsingborgs ekologiska fotavtryck 2016. Då hade vi ett avtryck motsvarande tre jordklot, jämfört med det nationella avtrycket på fyra jordklot, men fortfarande långt över en hållbar nivå. Fotavtrycket från vår användning av fossila bränslen räknas ut genom att uppskatta hur stor yta med nyplanterad skog som behövs för att ta upp koldioxidutsläppen.

Stadens totala utsläpp av koldioxid har halverats sedan 1990. Utsläppen av växthusgaser i Helsingborg har totalt sett minskat med 3,4 procent från 2016 till 2017. Den största orsaken till framgången är omställningen till förnybar energi inom energisektorn och energieffektiviseringar. Personbilstransporter är vår allra största utsläppskälla inom Helsingborg och stod för cirka 24 procent av de totala utsläppen av växthusgaser 2017.

Under det senaste decenniet har den totala energianvändningen i Helsingborg varit relativt konstant, trots att antalet invånare samtidigt har ökat. Energinvändningen per invånare visar en tydligt nedåtgående trend. Energinvändningen påverkas av flera faktorer, bland annat väder och konjunktur. Användningen av el och fjärrvärme i Helsingborg har också varit relativt konstant under perioden 2000-2017 trots att invånarantalet har ökat med 23 procent under samma period.



Figur 6 Utsläppen av växthusgaser i Helsingborg fördelat på olika sektorer år 2017. Källa: Emissionsdatabasen

Vad beror det på?

Fossilberoende och hög energianvändning

Tidigare uppföljningar av Helsingborgs ekologiska fotavtryck visar att 60 procent av avtrycket beror på våra utsläpp av växthusgaser. Utsläppen av växthusgaser i Helsingborg kommer till största delen från koldioxidutsläpp från transporter, arbetsmaskiner, energianvändning inom industrin och produktion av värme och el (Figur 6) och som alltså på ett eller annat sätt är kopplade till vår användning av fossila bränslen.

Drygt hälften av alla resor inom Helsingborg sker med bil. Andelen resor med bil har bara minskat med några procentenheter de senaste tio åren [11]. Över hälften av resorna i Helsingborg med en längd på tre till fem kilometer görs fortfarande med bil och det finns därmed potential att styra över fler resor till cykel, gång eller kollektivtrafik.

I utsläppsstatistiken för Helsingborg syns inte vad de internationella flygresorna bidrar till globalt. Vi saknar statistik på lokal nivå för flygresor, men 2016 var medelsvenskens utsläpp från flygresor cirka 1 ton koldioxidekvivalenter per person och år vilket motsvarade medelsvenskens utsläpp från resor med personbil [14]. I Sverige flyger vi mer än fem gånger så mycket som det globala genomsnittet. Privatresorna står för fyra femtedelar av flygresorna. De senaste åren har svenska befolkningens flygutsläpp inte ökat trots att antalet flygresor har ökat. Det beror på att flyget har blivit mer effektivt.

Att minska energianvändningen är ett bra sätt att minska behovet av fossila energikällor. Eftersom elproduktionen inom Helsingborg är mindre än behovet importerar vi el. Elanvändningens klimatpåverkan syns inte i utsläppsstatistiken eftersom den avgränsats till utsläpp inom det geografiska området. Den el som produceras i Sverige är till mycket större del förnybar än den el som produceras i Europa. Det svenska elsystemet är sammanlänkat med systemen i övriga Europa. Om vi minskar vår elanvändning minskar det totala behovet av att producera el från fossila bränslen. Elanvändningen kan komma att öka framöver framförallt till följd av en ökad elektrifiering inom transportsystemet, hushållen och industrin.

I Helsingborg är fjärrvärme det vanligaste uppvärmningsalternativet. Fjärrvärmens klimatpåverkan i Helsingborg är låg eftersom den till stor del är fossilfri, och bland annat baserad på spillvärme. Därför har Helsingborg ett lägre ekologiskt fotavtryck än andra städer.

Sedan avgiften i stadens klimatväxlingsprogram för resor i tjänst höjdes till 50 procent av biljettpriset för flygresor har flygresorna till och från Stockholm halverats.

Ombyggnationen av Drottninggatan/Järnvägsgatan och Helsingborgsexpressen har förbättrat förutsättningarna för att resa hållbart. I juni 2019 ersattes den mest trafikerade linjen, linje 1, av Helsingborgsexpressen som går på 100 procent grön el. Fler busslinjer kommer att ersättas framöver. Sedan december 2018 är Skånetrafikens busstrafik helt fossilbränslefri.

För att påverka det långväga resandet i en mer hållbar riktning har Helsingborgs energi- och klimatrådgivare breddat sin verksamhet och börjat med tåg vägledning för de som vill ta tåget ut i Europa.

Helsingborgs stad arbetar med att minska den egna användningen av energi, till exempel genom att välja energisnål gatubelysning, bygga energisnåla lokaler och ställa krav på låg energianvändning i upphandlingar. Som stöd till invånare och verksamheter som vill minska sin energianvändning finns stadens kommunala energi- och klimatrådgivare.

Matens klimat- och miljöpåverkan

Maten har en stor inverkan på det ekologiska fotavtrycket och på vårt utsläpp av växthusgaser. Att minska vårt matsvinn och inte överkonsumera mat är nödvändigt för att komma till rätta med vårt avtryck. Men valet av livsmedel har också mycket stor betydelse. Ur ett klimatperspektiv är mer grönt i kosten den enskilt viktigaste åtgärden. Olika produktionsmetoder har olika stor betydelse för det ekologiska fotavtrycket. När det gäller exempelvis kött är det ekologiska fotavtrycket extra stort när djuren fått foder baserat på soja från odlingar i Sydamerika. Odlingarna tar plats på bekostnad av regnskog, och användning av bekämpningsmedel förorenar mark och vatten. I jämförelse bidrar svenskt naturbeteskött till att upprätthålla livsmiljöer för många hotade

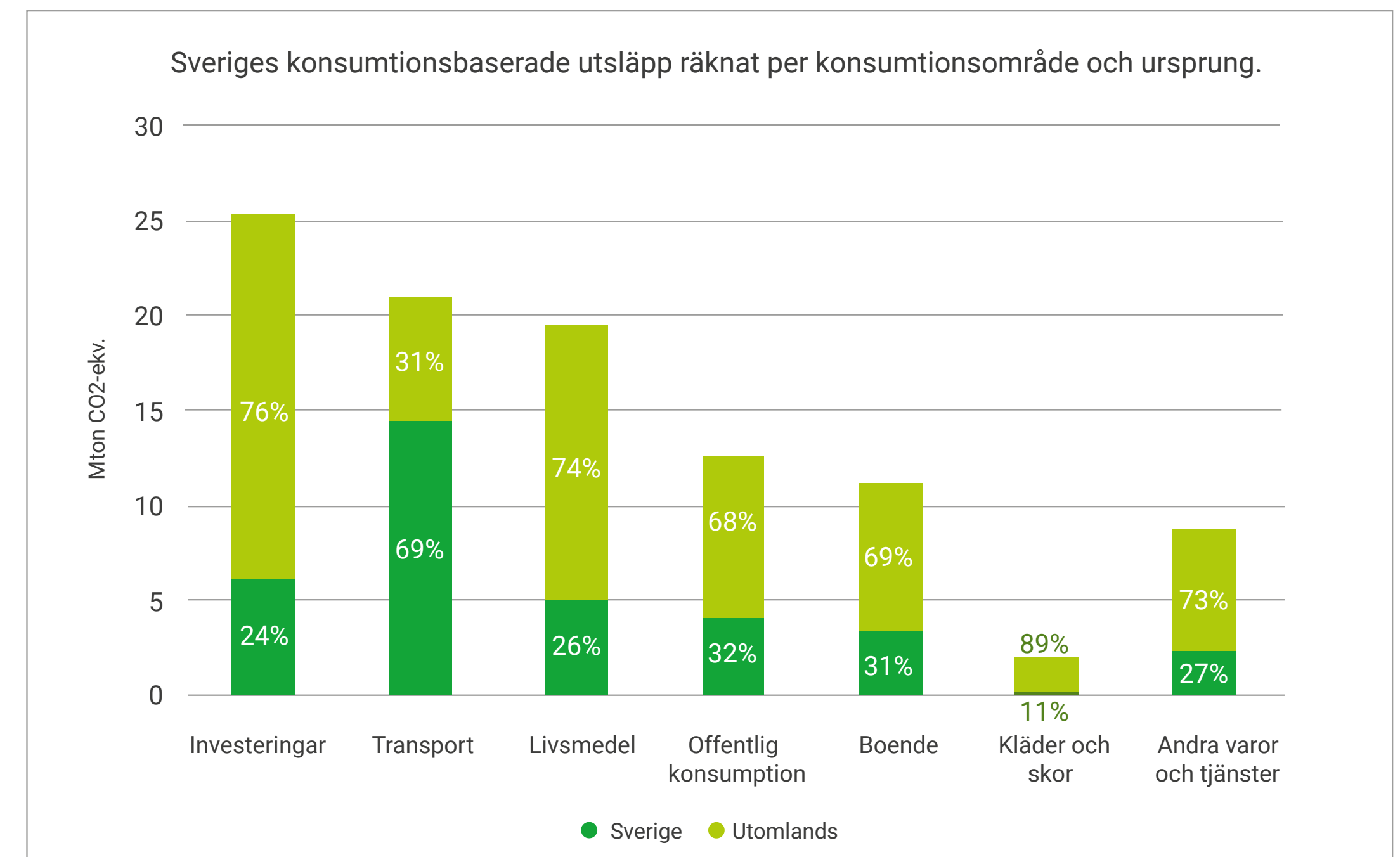
växt- och djurarter. Naturbetesmarkerna plöjs inte och kan därför både ta upp växthusgasen koldioxid och bidra till minskad övergödning [15]. Generellt går det åt mer vatten och markresurser för att producera kött än om marken används till vegetabilier som vi människor äter direkt istället för att avsätta stora arealer till foderodling. Vi saknar lokal statistik när det gäller fotavtryck och klimatpåverkan från livsmedel. Nationellt har köttkonsumtionen ökat med nästan 50 procent sedan 1990-talet, men de senaste två åren har köttkonsumtionen börjat minska igen, vilket delvis beror på en ökad medvetenhet i hälso-, klimat- och miljöfrågor. Det importerade köttet minskar, vilket är bra eftersom svensk köttproduktion generellt har en lägre klimat- och miljöpåverkan, en bättre djurhållning och mindre antibiotikaanvändning. Men vi äter fortfarande mycket kött jämfört med det europeiska snittet. För den genomsnittlige svensken svarar maten för cirka en femtedel av det totala klimatavtrycket (figur 7, se nästa sida), vilket motsvarar utsläppen från resorna med personbil och flyg tillsammans.

Överkonsumtion av varor

I utsläppsstatistiken för Helsingborg syns inte de indirekta utsläppen av växthusgaser som härstammar från helsingborgarnas konsumtion av olika varor. Vi saknar lokal statistik för invånarnas konsumtion i Helsingborg men troligtvis liknar vårt beteendemönster den genomsnittlige svenskens. Överkonsumtionen inom vissa grupper i samhället och i rika delar av världen är grunden till många av de miljörelaterade problemen vi ser idag. Varor som vi konsumerar har producerats av råvaror som tar stora resurser och markytor i anspråk. Konsumtionsutsläpp kopplas till energianvändning och transporter under produktionen. Textilier och skor är en av de konsumtionskategorier som har störst miljö- och klimatpåverkan. Nästan 90 procent av klimatpåverkan i samband med produktionen sker utanför Sveriges gränser.

Den senaste nationella konsumtionsstatistiken visar att svenska folket inte blir

mer hållbara i sin konsumtion[16]. Under 2017 ökade konsumtionen inom alla områden utom alkohol och tobak och de senaste tio åren har konsumtionen ökat med över 20 procent, mest inom kategorierna möbler och kläder. Samtidigt minskar second handköp och reparationer. Den genomsnittlige svensken spenderade endast 60 kronor på att reparera datorer, möbler, skor och hushållsapparater. Konsumtionen av take away-varor ökar, vilket medför ett ökat behov av engångsmaterial och därmed ökad resursanvändning, klimatpåverkan och nedskräpning. Däremot tror det svenska folket att de gör mer hållbara val nu jämfört med för några år sedan. Det svenska folket uppskattade bland annat att de minskat sin konsumtion av möbler med fyra procent sedan 2010 trots att konsumtionen av möbler istället ökat med 20 procent[17].



Figur 7 Källa: Naturvårdsverket 2019. Sveriges konsumtionsbaserade utsläpp räknat per konsumtionsområde och ursprung.

Insikter

För att klara våra klimatmål behöver vi minska våra utsläpp, både de inom kommunen och de vi orsakar utanför kommungränsen, i snabbare takt de närmsta åren. Helsingborgs utsläpp av växthusgaser behöver minska med 12 procent årligen, jämfört med idag 3,4 procent, vilket kräver omfattande åtgärder i närtid. Ju snabbare vi arbetar nu, desto mindre jobb blir det senare. Vi behöver nå ut till många människor på kort tid. Det är viktigt att vi samordnar kommunikationen.

Det räcker inte att Helsingborgs stads förvaltningar och bolag driver på omställningen. För att nå upp till de tuffa ambitionerna i klimat- och energiplanen behöver företag, organisationer och invånare hjälpas åt. Beslut som tas nationellt och i EU kommer att få stor betydelse. Här kan staden lobba för bättre möjligheter och stöd i omställningsarbetet.

Detta kan Helsingborgs stad göra:

- **Vi behöver även underlätta för invånare att göra klimatsmarta val.** Använda samhällsplaneringen för att få till en mer effektiv energianvändning.
- **Arbeta för att minska antalet bilresor** och växla över till förnybara drivmedel.
- **Bryta den linjära ekonomin där produkter säljs, används och slängs.** Vi bör ställa om till ett kretsloppstänkande inom samhällsekonomin, en så kallad cirkulär ekonomi. Vi behöver exempelvis bli bättre på att återvinna och på att utnyttja resurser effektivt. Ett sätt att ställa om kan vara att försöka inspirera invånare och besökare till att köpa av tjänster, upplevelser och kultur framför varor.

- **Söka samarbeten** med näringsliv och civilsamhället i syfte att minska utsläppen.
- **Kommunicera på ett sätt som inspirerar** invånarna att tänka och agera klimatsmart.
- **Fortsätta att vässa det egna klimatarbetet** inom Helsingborgs stads förvaltningar och bolag.
- **Inspirera, vägleda och stötta andra kommuner** i klimatomställningen.

Goda exempel från Helsingborg

I Helsingborg lyfter en grupp invånare egna initiativ för att stötta klimatarbetet och vill göra sin del genom att uppmana andra invånare att skriva under "Helsingborgarnas klimatavtal".

Barn på Västra Ramlösa skola om vad staden kan göra för miljön och klimatet.

"Det är viktigt att de som har makten visar att de också arbetar för miljön och klimatet. De ska göra som de lär!"

"De som har makten ska vara goda exempel."

4. Så här har rapporten tagits fram

Vi som har tagit fram den här rapporten är livskvalitetsteamet med hjälp av tjänstepersoner på olika förvaltningar som har specifika ämneskunskaper inom de nyckeltal vi analyserar och de områden vi valt att fördjupa oss i. Samtliga nyckeltalsanalyser (bilaga) som den här rapporten bygger på är skrivna av ämneskunniga inom flera olika förvaltningar.

Dialogforum med barn

Vi frågade mellanstadieelever på Västra Ramlösa skola om deras tankar kring fysisk aktivitet, vad de gillar att göra samt hur deras tankar går om klimatet. Resultatet har fogats in som citat i texten.

Politisk förankring

Beredningen för livskvalitet har lämnat rapporten som information till kommunfullmäktige.



Intranätet

<https://intranat.helsingborg.se/organisation/livskvalitet-i-ditt-arbete/>

Källor

[1] Folkhälsomyndigheten om fysisk aktivitet på recept; <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2019/april/fysisk-aktivitet-pa-recept-pa-export/>

[2] Centrum för idrottsforskning, <https://idrottsstatistik.se/motion-och-fysisk-aktivitet/fysisk-aktivitet/>

[3] <https://www.folkhalsomyndigheten.se/psykisk-ohalsa/>

[4] <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2019-4-8.pdf>

[5] Folkhälsomyndigheten 2019-11-20, <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2019/september/psykisk-ohalsa-vanligt-bland-aldre-personer/>

[6] Ung livsstil, undersökning av Helsingborgs stad 2019

[7] Folkhälsomyndigheten, 2019, barn och ungas rörelsemönster <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/b/barns-och-ungas-rorelsemonster/?pub=60058>

[8] SOU 2017:92, Transpersoner i Sverige - Förslag för stärkt ställning och bättre levnadsvillkor

[9] Naturvårdsverket, Naturen som kraftkälla, 2006. <https://www.naturvardsverket.se/Documents/publikationer/620-8252-3.pdf>

[10] Ulrich, R. 1984. View Through a Window May Influence Recovery from Surgery. Science, vol 224, s 420–421.

[11] Trafikanalys, 2018, Resvaneundersökningen, 2007,2013, 2018

Och <https://helsingborg.se/trafik-och-stadsplanering/planering-och-utveckling/trafikplanering/trafikplan/trafikaret-2018/>

[12] Dödligt våld, Försök till mord eller dråp, Misshandel, Våldtäkt, rån osv. Statistiken redovisas efter den kommun där brottet har begåtts (brottsplats). Källa: BRÅ & SCB, Kolada

[13] Reportaget finns att se på: <https://helsingborg.se/forskola-och-utbildning/helsingborgs-stads-skolor/skolmat/smartmat-hbg/>

[14] WWF, 2018

[15] Naturvårdsverket, 2019

[16] Konsumtionsrapporten, centrum för konsumtionsvetenskap, 2018

[17] Centrum för konsumtionsvetenskap, 2018

Maj 2020



HELSINGBORG