



Samverkan kring hälsa och leder för bättre hälsa

Sofie Norrby & Helene Henriksson



Ett sammanbundet Skåne

Utveckling av infrastruktur och fysisk planering ger bättre förutsättningar för såväl människor som företag att utvecklas hållbart.



Bättre hälsa för fler

Bidrar till goda levnadsvanor och att i samarbete med andra förbättra befolkningens psykiska och fysiska hälsa.



Ett konkurrenskraftigt näringsliv

Stärka den skånska konkurrenskraften och näringslivets produktivitet samt skapa förutsättningar för fler jobb i fler och växande hållbara företag.



Stärkt kompetensförsörjning

Skånska företag och offentliga arbetsgivare ska kunna rekrytera de kompetenser som de behöver.



REGION SKÅNE
Vi är alltid steget före



För att ditt liv ska vara bra idag



Bättre hälsa för fler

Bidrar till goda levnadsvanor och att i samarbete med andra förbättra befolkningens psykiska och fysiska hälsa.

Vilket mandat har vi?

Regionalt
utvecklingsuppdrag från
regeringen

Styrdokument som berör
regional utveckling



Vilket mandat har vi – strategier och planer

Regionalt
utvecklingsuppdrag från
regeringen

Styrdokument som berör
regional utveckling



Vilket mandat har vi – strategier och planer




Vilket mandat har vi – strategier och planer



Länsstyrelsen Skånes Friluftslivsplattform

Skånes friluftslivsplattform Skånes friluftsliv - Bakgrund Strategi för framtidens friluftsliv i Skåne 2030

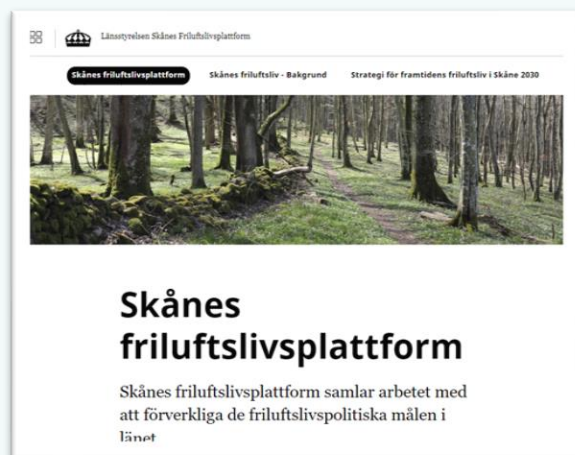


Skånes friluftslivsplattform

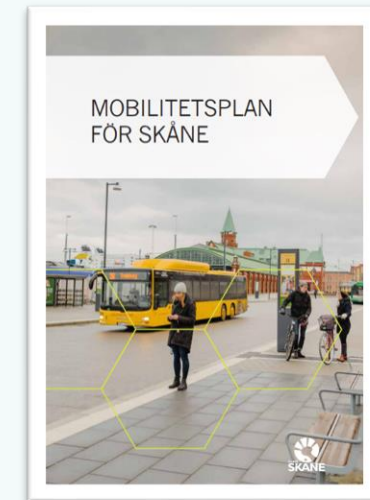
Skånes friluftslivsplattform samlar arbetet med att förverkliga de friluftslivspolitiska målen i länet



Vilket mandat har vi – strategier och planer



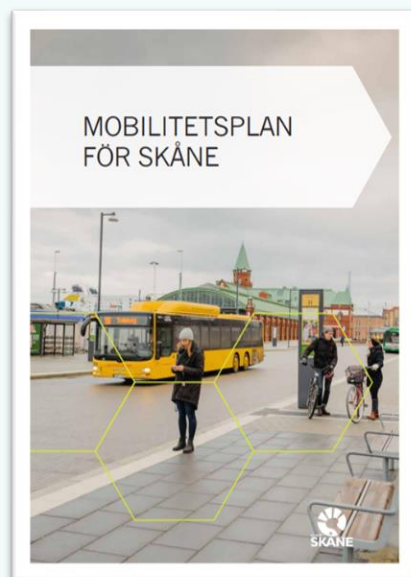
Vilket mandat har vi – strategier och planer



Vilket mandat har vi – strategier och planer



Vilket mandat har vi – strategier och planer



... med flera

Vilket mandat har vi?

- Regionalt friluftsråd
- Strategigrupp för leder
- Avdelningsplan med insatser



Bättre hälsa för fler

Ökad psykisk hälsa hos barn och unga
- Fysisk aktivitet och sociala relationer



Vårt samverkansarbete *Sätt Skåne i rörelse*

- 30 av 33 kommuner, Länsstyrelsen, Friluftsförbundet, RF-Sisu, BRIS, parasporten, Barn- och ungdomspsykiatri, habilitering, Malmö och Lunds Universitet mfl
- Bidrar med kunskap och erfarenhet och kraftsamlar tillsammans, tematräffar
- Implementeringsstöd till kommunerna
- Utvärdering



Sätt Skåne i rörelse



Må bra i naturen



Sätt Skåne i rörelse



Må bra i
naturen



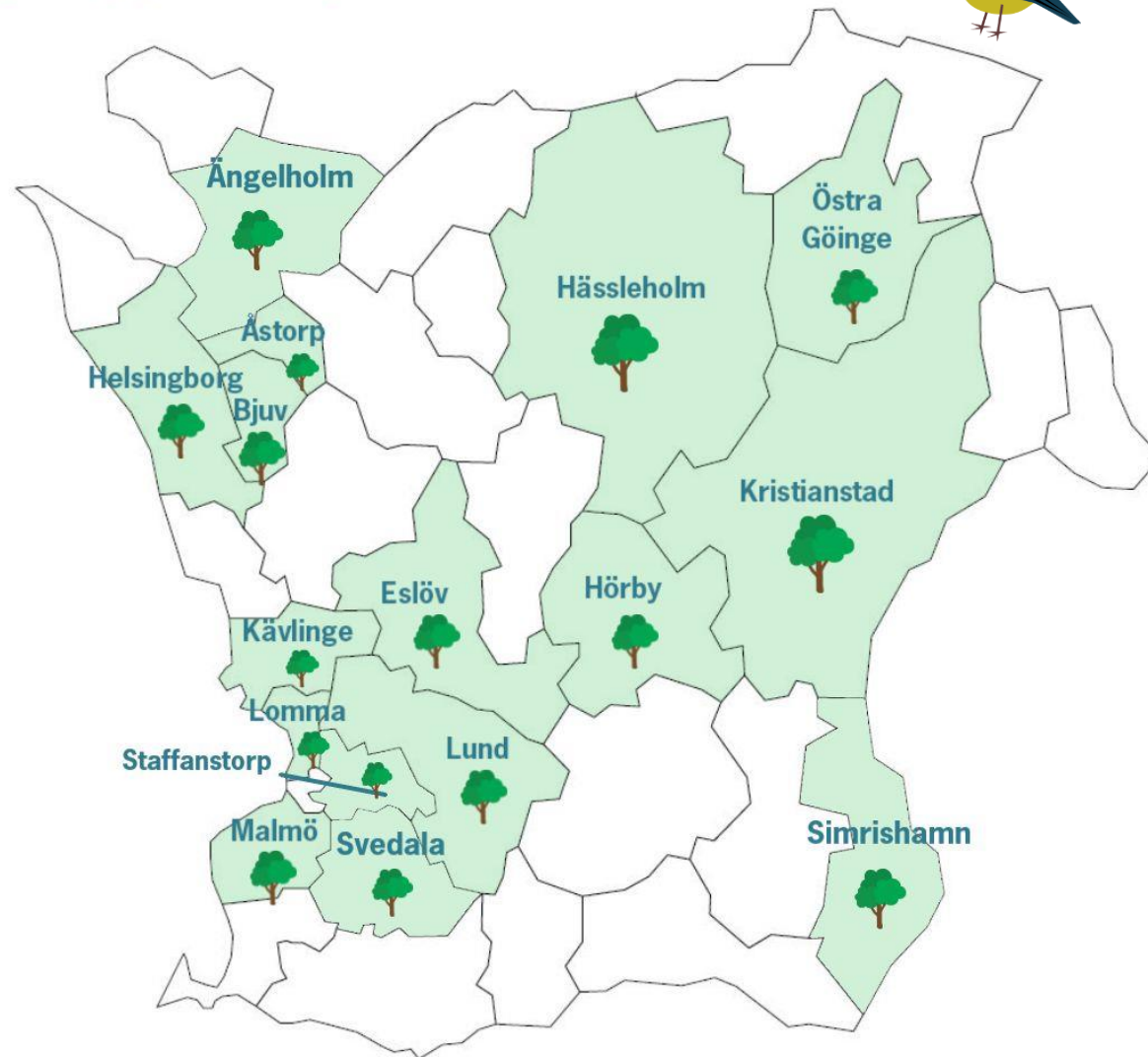
GoFaR
Gemensamt ordnad
Fysisk aktivitet på Recept

Sätt Skåne i rörelse



- Naturen som undervisningsresurs
- Mer rörelse, gemenskap och utevistelse i skolan
- Förskoleklass, åk 1-3 samt fritidshem
- Ger barn en livslång, hållbar relation till natur och miljöfrågor
- Utbildar pedagoger. Skogshjälteskolor i 16 skånska kommuner, även anpassad skola

Skogshjältarna



Riktade hälsosamtal

Hälsokurvan

KÖN **1** ÅLDER **4.0** GRUPP **4.0** PNR | | | | | | | | | | | | | | | |

NR **4.3** **0.1** **2.3.0.0.1** BESÖK NR **0.1**
K Vc Nr

DATUM **1.2.02.15** **Ethel** **0.7**
Undersökare

1 Fysisk aktivitet, kcal/vecka **9.6.0**

2 Mat, Fett **7.5** Fiber **1.5** Kost-poäng **0.8**

3 Alkohol, glas/vecka **1.0**

4 Tobak Cig/dag **1.5** Snusdosor/vecka **5**

5 Livssituation **2**

6 Psykisk ohälsa **2**

7 Ärftlighet, diabetes **1**

8 Ärftlighet, Hjärt-Kärl-sjd Far (ålder) **7.4** Mor (ålder) **7.2**

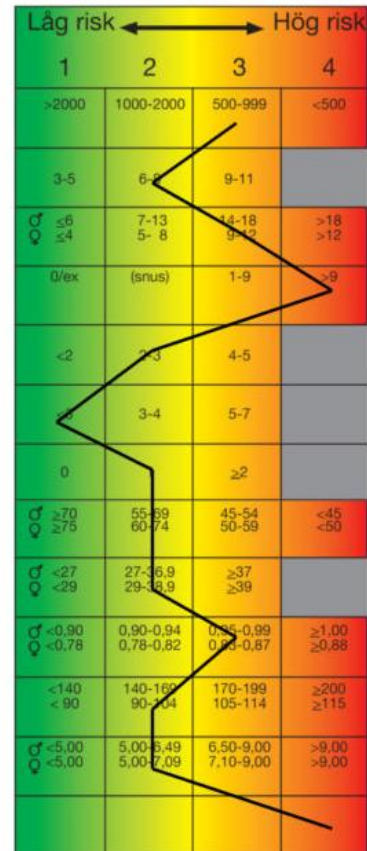
9 BMI, kg/m² **27.8**

10 Midja-Stuss-kvot **0.9.6**

11 Blodtryck, mm Hg **14.0** - **9.5**

12 Kolesterol, mmol/l **6.2.0**

13 Kronisk sjukdom **Hjärtinfarkt 2010** **1.2.5.-**



Varierade leder ska vara nära skåningen och uppmuntra till en aktiv vardag och semester



Skåneleden, 140 mil



Sydstleden och Sydostleden, 53 mil



Cykelleden Skåne, 57 mil

Varierade leder ska vara nära skåningen och uppmuntra till en aktiv vardag och semester



Skåneleden, 140 mil



Sydstleden och Sydostleden, 53 mil



Cykelleden Skåne, 57 mil



MTB - befintliga och kommande leder och områden



Kanot - befintliga och kommande leder och områden

Varierade leder ska vara nära skåningen och uppmuntra till en aktiv vardag och semester



Skåneleden, 140 mil



Sydostleden och Sydkustleden, 53 mil



Cykelleden Skåne, 57 mil



MTB - befintliga och kommande leder och områden



Kanot - befintliga och kommande leder och områden





- Cykelleden Skåne
- Sydostleden, Sydkustleden
- - - Kattegattleden
- Skåneleden







Samarbetsavtal



Samarbetsavtal



**STIFTELSEN
SKÅNSKA
LANDSKAP**

Femteklassare på Skåneleden – jämlik naturvistelse för barn



Champion *Intelligence*

www.konkret.no

Ungdomsmottagningar

- Har etablerad kontakt med ungdomarna, på mottagningar, digitala möten och chattar
- Har även uppsökande verksamhet, t ex ute på skolor (aulan, stormöte)
- Tre fokusområden: kost, sömn, rörelse

Vi ska tillsammans:

- Ta fram en film där unga berättar varför de är i naturen och vad det betyder

Regional utveckling ska:

- Delta vid stoträffar för alla skånska ungdomsmottagningar, där ska vi prata om rekreativa leder och naturens betydelse.

Steg 2, diskuterar hur vi ska få ungdomarna att verkligt komma ut, behövs t ex arrangerade vandringar med naturvägledning, kan det ordinerats? Vad är det som skulle funka på riktigt? Synkas med satsning inom Friluftsförbundet Må bra i naturen.



Naturen som rehab

En pilot som görs i samarbete med Kvinnokliniken på Centralsjukhuset i Kristianstad och SLU.

Erbjudande till gyn-cancerpatienter om handledd naturvistelse som en del av rehabiliteringen.

Tid: hösten 2022-

Syfte: förbättrad återgång efter sjukdom

CANCERREHABILITERING I SKOGEN?

En studie med syftet att utvärdera en naturbaserad form av cancerrehabilitering planeras på denna enhet.

Låter detta intressant för dig?

Tala med din kontaktsjuksköterska eller läkare för mer information!



En film är på gång som visar på studiens resultat men också den bredare betydelsen av naturens påverkan för god hälsa

Naturen som rehab

En pilot som görs i samarbete med Kvinnokliniken på Centralsjukhuset i Kristianstad och SLU.

Erbjudande till gyn-cancerpatienter om handledd naturvistelse som en del av rehabiliteringen.

Tid: hösten 2022-

Syfte: förbättrad återgång efter sjukdom





att det här ville jag ändå minnas som en ljus tid.



Bättringsvägen – sjukhusnära promenadslingor



Bättringsvägen – sjukhusnära promenadslingor

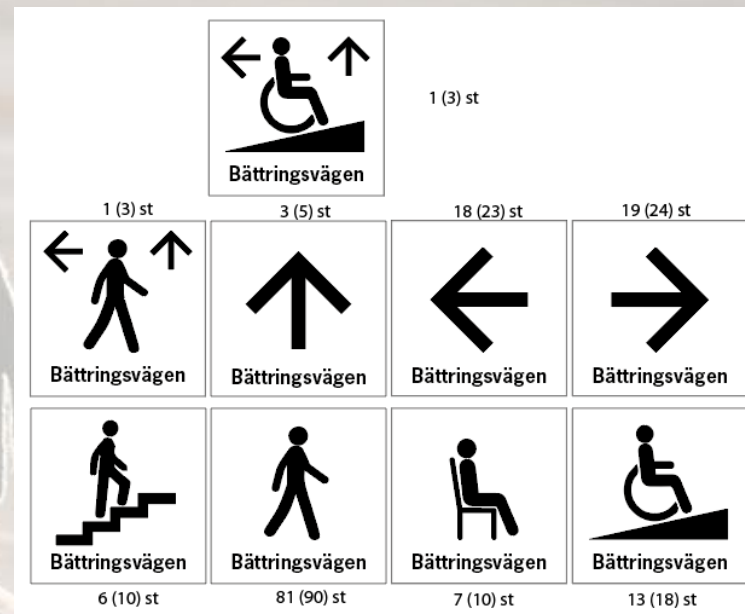
- Skåneledens skyltmanual har använts
- Skyltas från två håll med graverade kompaktlaminat-brickor
- Karta visar i detalj vad t ex bänkar finns
- QR-koder scannas där det finns enklare övningar och uppmaningar kopplat till
 - ”Fysisk aktivitet”
 - ”Se dig omkring”
 - ”Avkoppling”

Skåneledens
skyltstandard och
monteringsmanual



Bättringsvägen – sjukhusnära promenadslingor

- Skåneledens skyltmanual har använts
- Skyltas från två håll med graverade kompaktlaminat-brickor
- Karta visar i detalj vad t ex bänkar finns
- QR-koder scannas där det finns enklare övningar och uppmaningar kopplat till
 - ”Fysisk aktivitet”
 - ”Se dig omkring”
 - ”Avkoppling”



Bättringsvägen – sjukhusnära promenadslingor

- Skåneledens skyltmanual har använts
- Skyltas från två håll med graverade kompaktlaminat-brickor
- Karta visar i detalj vad t ex bänkar finns
- QR-koder scannas där det finns enklare övningar och uppmaningar kopplat till
 - ”Fysisk aktivitet”
 - ”Se dig omkring”
 - ”Avkoppling”



Bättringsvägen – sjukhusnära promenadslingor

- Skåneledens skyltmanual har använts
- Skyltas från två håll med graverade kompaktlaminat-brickor
- Karta visar i detalj vad t ex bänkar finns
- QR-koder scannas där det finns enklare övningar och uppmaningar kopplat till
”Fysisk aktivitet”
”Se dig omkring”
”Avkoppling”



Kvalitetshöjande satsningar, 32 kommuner

Ledmarkeringar / nya skyltar / nya vindskydd / toaletter / regntunnor / grillplatser / grillhus / wifi / spänger / självstängande grindar / innovativ vedförvaring



Kvalitetshöjande satsningar, 32 kommuner

Ledmarkeringar / nya skyltar / nya vindskydd / toaletter / regntunnor / grillplatser / grillhus / wifi / spänger / självstängande grindar / innovativ vedförvaring / naturlekplatser



An aerial photograph of a circular wooden fire pit. Two people are sitting on the wooden deck around a fire. One person is wearing a red jacket and the other is wearing a blue plaid shirt. The fire pit is surrounded by lush green vegetation. The word "Tack!" is written in white text at the top of the image.

Tack!

Sofie Norrby

sofie.norrby@skane.se

Helene Henriksson

helene.henriksson@skane.se

Läs mer på:

<https://utveckling.skane.se/tema/satt-skane-i-rorelse/>

www.skaneleden.se

www.cykelledenskane.se

www.sydostleden-sydkustleden.se

[Regional utvecklingsstrategi – Det öppna Skåne 2030 - Utveckling Skåne \(skane.se\)](https://www.skane.se/region/utveckling/strategi)

