

**Handläggare**  
Frida Jonasson  
Telefon: 0850803383

**Till**  
Spånga-Tensta stadsdelsnämnd

## Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad

Svar på remiss från kommunstyrelsen, KS 2022/20

### Förvaltningens förslag till beslut

1. Spånga-Tensta stadsdelsnämnd godkänner förvaltningens tjänsteutlåtande och överlämnar det som svar på remissen.
2. Spånga-Tensta stadsdelsnämnd beslutar om omedelbar justering.

### Sammanfattning

Kommunstyrelsen har överlämnat en remiss till Spånga-Tensta stadsdelsnämnd gällande *Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad*. Syftet med handlingsplanen är att ge vägledning och en gemensam förståelse för stadens ambitioner att främja den psykiska hälsan bland unga genom fysisk aktivitet.

Undersökningar visar på att den psykiska ohälsan bland unga ökat i Sverige under de senaste åren. I handlingsplanen beskrivs vilka steg Stockholms stad vill ta för att främja ungdomars psykiska hälsa genom att stimulera till ökad fysisk aktivitet.

Förvaltningen ställer sig överlag positiv till stadens *Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad*. Det är positivt att en handlingsplan tas fram och att den ger en gedigen forskningsöversikt, dock ser förvaltningen att det finns vissa delar i handlingsplanen som behöver förtydligas och utvecklas.

Spånga-Tensta stadsdelsförvaltning  
Äldre, funktionsnedsättning och psykisk ohälsa

Fagerstagatan 15  
Box 4066  
16304 Spånga  
Växel 08-50803000  
Fax  
spanga-tensta@stockholm.se  
www.stockholm.se/spanga-tensta

### Bakgrund

Idrottsnämnden, arbetsmarknadsnämnden, socialnämnden och utbildningsnämnden beslutade i respektive nämnds tertiärrapport 1 2021 om att ta fram en handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad. I

samband med beslutet fick idrottsförvaltningen i uppdrag att bereda möjlighet för fler fack- och stadsdelsnämnder att inkomma med förslag på hur de kan bidra i arbetet samt att återrapportera detta till idrottsnämnden. Detta sammanställdes sedan till *Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad*. Kommunstyrelsen har efter detta remitterat handlingsplanen till Spånga-Tensta stadsdelsnämnd för yttrande. Övriga remissinstanser är stadsledningskontoret, arbetsmarknadsnämnden, kulturnämnden, socialnämnden, utbildningsnämnden, samtliga stadsdelsnämnder, Fryshuset, Generation Pep, LSU, Region Stockholm, RF-SISU Stockholm och Sveriges Elevkårer.

### **Ärendet**

Kön, ålder och social bakgrund har visat sig inverka på individers upplevda psykiska hälsa enligt flertal studier. Resultaten i dessa studier visar att flickor uppvisar sämre självskattad hälsa och fler psykosomatiska besvär än pojkar samt att både pojkar och flickor i ungdomsåldrarna uppvisar sämre hälsa än barn generellt. Därutöver påvisar studierna att ungdomar med låg socioekonomisk bakgrund har visat sig ha en sämre hälsa än de med högre socioekonomisk bakgrund.

Ett samband mellan låg fysisk aktivitet och psykisk ohälsa hos barn och unga samt mellan stillasittande fritid med skärmtid och depressiva symtom och psykisk stress har framkommit i flera studier. Indikationer finns även på att fysisk aktivitet kan ge kortvariga positiva effekter på självkänslan hos barn och unga.

I *Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad* beskrivs vilka steg Stockholms stad vill ta för att främja ungdomars psykiska hälsa genom att stimulera till ökad fysisk aktivitet.

I handlingsplanen beskrivs övergripande vilka insatser som finns inom staden för att främja psykisk hälsa bland ungdomar. Det framgår även i matris (bilaga 2) vilka insatser som finns, ansvarig nämnd, tidsperspektiv för genomförande samt typ av insats.

### **Ärendets beredning**

Ärendet har beretts inom avdelningen för individ- och familjeomsorgen i samråd med avdelningen äldre och funktionsnedsättning samt psykisk ohälsa.

### **Jämställdhetsanalys**

I genomförandet av insatserna av handlingsplanen är det av stor vikt att arbeta för jämställdhet genom att särskilt stärka flickors hälsa, då studier visar att kön är en variabel som inverkar på hälsan. Enligt

studier uppvisar flickor sämre självskattad hälsa och fler psykosomatiska besvär än pojkar.

### **Förvaltningens synpunkter och förslag**

Förvaltningen anser att *Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad* är en bra sammanställning och kunskapsöversikt kring främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet. Förvaltningen ställer sig positiv till att staden sammanställer och tar fram en handlingsplan för stadens arbete med frågan. Vidare bedömer förvaltningen att den nya handlingsplanen ger ett stöd i det fortsatta arbetet.

Handlingsplanen inriktar sig mot är ungdomar 13-20 år med extra fokus på tjejer, ungdomar med låg socioekonomisk bakgrund samt ungdomar med funktionsnedsättning. Förvaltningen anser att det vore önskvärt att yngre grupper unga även omfattades av handlingsplanen.

Handlingsplanen innehåller en gedigen forskningsöversikt och evidens i ämnet psykisk hälsa genom fysisk aktivitet, något som förvaltningen ser som värdefullt.

Något som förvaltningen anser saknas i handlingsplanen är hur olika aktiviteter ska tillgängliggöras och då framförallt för de olika prioriterade målgrupperna inom staden, detta skulle behöva utvecklas. Det framgår bland annat i handlingsplanen att unga med funktionsnedsättning är en av de prioriterade grupperna för insatser men trots detta saknas ett funktionshinderperspektiv i handlingsplanen och inga av de insatser som föreslås riktar sig direkt mot målgruppen. För att personer med funktionsnedsättningar ska ha jämlika möjligheter att uppnå bästa möjliga hälsa anser förvaltningen att det är av vikt att tidigt möjliggöra olika prova-på-aktiviteter för barn och unga samt att motivera och inspirera till fysiska aktiviteter.

Förvaltningen ser att det är av vikt att det finns en välfungerande fritids- och kulturverksamhet med en variation av utbud och aktiviteter, som kan bedrivas i samverkan med civilsamhället, detta då den kommunala kultur- och fritidsverksamheten har en kompensatorisk roll speciellt för unga med funktionsnedsättning, unga i socioekonomiskt svagare familjer och unga vars föräldrar är nya i landet.

Förvaltningen förslår att stadsdelsnämnden godkänner förvaltningens tjänsteutlåtande och överlämnar det som svar på remissen.

Victoria Callenmark  
Stadsdelsdirektör

Abdi-Nur Isse  
Avdelningschef

### **Bilagor**

1. Följebrev - Remiss av Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad
2. Handlingsplan för främjande av psykisk hälsa genom fysisk aktivitet bland ungdomar i Stockholms stad

## **Attesterat av**

Detta dokument har godkänts digitalt av följande personer:

<b>Namn</b>	<b>Datum</b>
Victoria Callenmark, Stadsdelsdirektör	2022-04-13
Abdi-Nur Isse, Avdelningschef	2022-04-13