



Kontaktpersoner

- Mats Wejdmark och Robert Lättman, Nynäshamns Naturskola BUF
mats.wejdmark@naturskolan.pp.se robert.lattman@naturskolan.pp.se
- Sofia Kvist Lindholm, Koordinator "Jämlikhet i hälsa",
Nynäshamns kommun och Centrum för folkhälsa, sofia.kvist@sll.se
- Maritha Arnheim, chef för fastighetsenheten, KSF,
maritha.arnheim@nynashamn.se
- Tommy Ahlberg, teknisk förvaltare, fastighetsförvaltningen, KSF
tommy.ahlberg@nynashamn.se
- Kjell Stokki, Park, Tekniska avdelningen, KSF
kjell.stokki@nynashamn.se
- Ann-Marie Lidmark, Utvecklingsledare folkhälsoarbete, KSF,
ann-marie.lidmark@nynashamn.se
- Ida Olén, planarkitekt, avd. Planering och hållbar utveckling, MSF,
ida olen@nynashamn.se
- Cecilia Boldemann, Centrum för folkhälsa och Karolinska
institutet, cecilia.boldemann@sll.se



**Karolinska
Institutet**

Barn- och utbildningsförvaltningen, Kommunstyrelseförvaltningen, Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen

Nynäshamns Naturskola, projektledare för SPRING			
Postadress	Besöksadress	Tel	E-post och hemsida
Nynäshamns kommun	Sjöudden	08 520 73709	mats.wejdmark@naturskolan.pp.se
Naturskolan	Slutet på Storeksvägen	08 520 73708	robert.lattman@naturskolan.pp.se
14981 Nynäshamn	14830 Ösmo	08 520 73565	www.nynashamnsnaturskola.se

www.nynashamnsnaturskola.se/spring



SPRING

Skugga Pedagogik Rörelse I Natur- & Gårdsmiljö

Ett projekt med barns hälsa
och lärande i fokus

2008 - 2010



www.nynashamnsnaturskola.se/spring

Bakgrund

Skadlig UV-strålning från solen och fysisk inaktivitet bland barn ökar risken för ohälsa. Fysisk inaktivitet hämmar också utvecklingen av koncentrationsförmågan.

Förekomsten av hudcancer ökar hos både kvinnor och män. Överexponering för UV-strålning med brännskador (hudrodnad) främst under barndomen anses ligga bakom. Ca 80–90 procent av all hudcancer orsakas av sådan överexponering för UV-strålning. Man vet att redan bland svenska ettåringar har 20 % blivit överexponerade med brännskador som följd.

Övervikt ökar bland barn i förskole- och skolåldern, vilket måste ses som mycket allvarligt. Att barn rör sig för lite i förhållande till hur mycket de äter har stor betydelse för denna utveckling. Andelen med övervikt har ökat i alla socioekonomiska grupper. Följden blir en riskökning för sjukdomar och besvär i rörelseorganen, högt blodtryck, hjärt-kärlsjukdom, diabetes typ 2 och cancer. Påverkan på hjärt-kärlsystemet till följd av övervikt har observerats redan hos barn.

Förskolegårdar och skolgårdar är arenor som når alla barn och är därmed en bra arena att utforma insatser på för att främja jämlikhet i hälsa (insatsen når alla barn och har möjlighet att utjämna hälsoskillnader som råder i befolkningen). Genom att arbeta med utemiljöerna kan förutsättningar skapas för att utlösa solskydds beteende och fysisk aktivitet som dessutom främjar barnens koncentrationsförmåga.



Ekonomi

Utbildningsinsatser från Centrum för folkhälsa är kostnadsfria. Dessa insatser från CFF finns tillgängliga under hela projekttiden.

Finansiering av insatser inom projektet, som inventeringarna kommer att påvisa behov av t.ex. plantering av träd och buskar, omdragning av staket och dylikt, kommer styrgruppen att ta ställning till för varje enskild skola/förskola. Antingen kan medel från investeringsbudgeten (2003-2006 för Skol/förskolegårdsprojektet), som vissa skolor och förskolor fortfarande har kvar, användas. Annars används pengar från fastighetsförvaltningens underhållsmedel. Om insatsen är av större art kommer investeringsmedel att äskas från Kommunstyrelsen.

Naturskolans projektledarinsatser och utbildningsinsatser finansieras genom s.k. folkhälsopengar.

Även utbildningsinsatser som genomförs med hjälp av anlitad landskapsarkitekt finansieras genom de s.k. folkhälsopengarna.

Segersäng förskola är ett pilotprojekt och har fått medel för att anlägga en gård och i dagsläget består den av ett stort skogsparti. Skogspartiet ingick inte i den ursprungliga planen men efter en utbildningsinsats inom ramen för SPRING beslöt fastighetsförvaltningen att vrida byggnaden 180 grader på ritningen och därmed införliva skogen i gården. Gården på Segersäng förskola utformas nu utifrån SPRING-modellen och det görs inom ramen för befintlig budget. Utbildningsinsatser har startat och inventering av miljön och framtagande av åtgärdsförslag genomfördes oktober 2007.

Folkhälsopengar

Nynäshamn satsar över 30 miljoner kronor under åren 2006-2008 på att förbättra folkhälsan i kommunen.

"För ett längre liv och en bättre hälsa - Nynäshamn - en stad för alla åldrar" är devisen för folkhälsoarbetet.



Kriterier för en god utemiljö och förslag till åtgärder

Vid inventering på skol/och förskolegårdar kommer dessa kriterier vara utgångspunkten för lämpliga åtgärder till respektive gård. Kriterierna är framtagna med utgångspunkt från SCAMPER-studien.

Kriterium	Åtgärd
Yta helst över 6000 kvadratmeter.	Annektering av angränsande naturmark.
Springutrymme, barnen måste få en chans "att få upp farten".	Ta bort höga stängsel som segmenterar gården.
Mellan hälften och två tredjedelar av ytan ska vara kuperad och bevuxen.	Plan mark förses med liggande trädstammar, stora jordhögar, buskar, fritt växande sly och stora föremål som t.ex. traktordäck.
Den fria himmelsvyn skall begränsas av <i>vegetation</i> och vara mindre än 50% där barnen håller till störst del av dagen.	Lekinstallationer skall vara placerade så att de ligger i trädskugga mellan elva och tre på dagen.
Populära lekställen ska vara integrerade med natur (träd, buskar, stenar)	Ett exempel är att hänga upp repgunga i trädgren.
Passager som ger möjlighet att springa runt och mellan t.ex. husväggar, buskar och staket, och som knyter ihop olika lekmiljöer.	Anlägga stigar av typen skogsstig. Dra staket eller sätta buskar en halvmeter bort från hus- eller skjulvägg istället för direkt anslutning till husvägg.
Utemiljöerna skall vara säkra för trafik och kriminalitet.	Höga stängsel kring hela området som är barnens.

Syfte och mål

Syftet med SPRING är att utforma utemiljöer vid förskolor och skolor som stimulerar till fysisk aktivitet, skyddar mot skadlig UV-strålning, ökar koncentrationsförmågan hos barnen och att använda utemiljöerna i den pedagogiska verksamheten.

Mål

1. Att utemiljöer runt förskolor och skolor i Nynäshamns kommun har tillgång till vegetation, kuperad mark, lekinstallationer integrerade i natur och fria från stängsel som segmenterar gården
2. Att den fria himmelsvyn från de platser där barnen mest leker inte överstiger 50%
3. Att barnen vistas utomhus för fri lek och organiserad utomhuspedagogisk verksamhet
4. Att de aspekter som SPRING bygger på tas i beaktande vid nybyggnation och underhåll av förskole- och skolgårdar

Långsiktigt ska projektet integreras med ordinarie verksamhet i kommunen. SPRING-kriterierna ska beaktas i den plansamverkan som finns mellan kommunens förvaltningar.

Målgruppen är tjänstemän i kommunen, personal i förskola och skola upp till åk 6, barn och elever och samt föräldrar.

Tillvägagångssätt

SPRING påbörjas vårterminen 2008 och pågår till och med 2010.

1. Urval av förskolor och skolor som ska ingå i projektet
2. Förankring och utbildning (kommunal förvaltning)
3. Förankring och utbildning (skola och förskola)
4. Engagera eleverna
5. Inventering av utemiljöerna vid förskolor och skolor
6. Genomförande av åtgärder
7. Förankring och utbildning (föräldrar)
8. Utomhuspedagogisk utbildning

Organisation

Organisationen består av en projektledare, en styrgrupp och inventeringsgrupper. Styrgruppen och projektledarna stämmer av projektet kontinuerligt, diskuterar urval av förskolor/skolor, utformning av insatser samt olika frågor som uppstår under projektets gång. Inventeringsgrupperna utför inventeringar och tar fram åtgärdsförslag med hjälp av en lista med kriterier för vad som betecknar en bra utemiljö. Kriterielistan bygger på SCAMPER-studien från 2004.

Projektledare: Barn- och utbildningsförvaltningen (BUF) genom Nynäshamns Naturskola

Styrgruppen: representanter från BUF, Kommunstyrelseförvaltningen (KSF) genom fastighetschef, utvecklingsledare för folkhälsofrågor och koordinator för *Jämlikhet i hälsa* samt Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen (MSF) genom planarkitekt.

Inventeringsgrupper: Representanter från BUF, parkenheten tekniska avdelningen, fastighetsenheten och Nynäshamns Naturskola samt Centrum för folkhälsa (CFF) tillsammans med personal på berörd förskola/skola.



SCAMPER

Studien som SPRING-projektet bygger på kallas SCAMPER som slutfördes 2005. I studien var frågan:

Vilken effekt har utemiljöerna hos 11 olika förskolor på spontan fysisk aktivitet och exponering för ultraviolett strålning (UV) från solen hos 4-6-åriga barn?

Resultat av SCAMPER-studien

- Barn med tillgång till mycket vegetation (träd, buskar) på stora kuperade ytor hade i genomsnitt **4 fler steg/min** (ca 1500-2000 fler steg/dag)
- UV-exponeringen var 40% lägre hos barn som vistades på förskolor med mycket vegetation och kuperad mark, trots att de var ute mer.



Cecilia Boldemann från Centrum för Folkhälsa och Karolinska institutet som ansvarade för SCAMPER-studien. Läs med om SCAMPER på www.folkhalsoguiden.se

De 3 viktigaste egenskaperna hos en gård som ökar den fysiska aktiviteten och minskar UV-exponeringen är:

1. Ytan (ju större desto bättre)
2. Kuperad och bevuxen mark
3. Integrerade (sammansmälta) lekställen och vegetation.