



Sanna Fjällström
Folkhälsoenheten

E-post: sanna.fjallstrom@regionjh.se

Östersunds kommun

eveline.vito@ostersund.se

Svar på remiss av Riktlinje för idrott och fysisk aktivitet

Region Jämtland Härjedalen har fått möjlighet att svara på remissen Riktlinje idrott och fysisk aktivitet från Östersunds kommun (Dnr 00087-2019).

Region Jämtland Härjedalen ställer sig positiv till förslaget på riktlinjer då ett tydligare arbete kring fysisk aktivitet förhoppningsvis kommer ge ringar på vattnet till fler kommuner som kan ta fram riktlinjer och på så sätt stärka folkhälsan genom att minska välevnadssjukdomar, sänka sjukvårdskostnaderna och minska sjukskrivningar. Regionens synpunkter på och kommentarer till förslagen beskrivs nedan.

Generellt en väl skriven bakgrundsrapport och tydligt vilket fokus som ni valt att styra riktlinjen mot utifrån bakgrunden. För att stärka bakgrundsrapporten och även inledningen till riktlinjen hade det varit av vikt att hänvisa till referenser när fakta presenteras.

Titeln ger ett första intryck där fokus nu är idrott och sedan fysisk aktivitet. Ett förslag är att ändra den ordningen så att "vardagsmotionen" prioriteras och att idrott kommer i efterhand. Förslag: Riktlinje fysisk aktivitet och idrott.

Rubrik 4, 4:1. Skolan är en viktig arena för fysisk aktivitet och där det behöver prioriteras tid och resurser för att det ska bli av. Ett förslag är att det lyfts i riktlinjen. Eventuellt kan det vara bra att förtydliga "*individuella förutsättningar och förmågor*". När det kommer till planering av ytor för fysisk aktivitet är att många anpassat för fysisk funktionsnedsättning men många glömmer intellektuell funktionsnedsättning. Det bör finnas tydligt material som är lättläst, med stöd av bilder osv. Det ingår i universell utformning som ni nämnt, kanske kan det ändå definieras tydligare i riktlinjen, så att denna som ska ses som en handbok är lätt att ta till sig.

Rubrik 4, 4:3. Ni har nämnt målgruppen tidigare men det kan vara bra att lyfta det även här. Gällande tillgänglighet och anpassning i naturmiljön.

Rubrik 4, 4:4. Vi vet att aktiva transporter (t ex till och från skolan) är av stor vikt. Det är inget som diskuteras i bakgrundsrapporten men mycket forskning sedan tidigare pekar på det. Ett förslag är att nämna det i arbetet, kanske kopplat till skolan som en viktig arena.

Se tidigare forskning på området:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7727647/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30904600/>

REGION JÄMTLAND HÄRJEDALEN

Anders Byström
Tf regiondirektör