

FINA, Folkhälsa I Natur för Alla, handlingsplan 2016-2018

MÅLSÄTTNINGAR

Huvudmål

Att personer med olika funktionsnedsättningar och med stöd av aktuellt nätverk* är regelbundet fysiskt aktiva i naturen.

* Exempelvis närstående, personal inom boende, skola eller daglig verksamhet

Delmål

Att det finns modeller som möjliggör fysisk aktivitet i natur för personer med olika funktionsnedsättning (fysisk, psykisk och/eller kognitiv).

Att personer med funktionsnedsättning med aktuellt nätverk har möjlighet att finna och använda handledningar för aktiviteter i Uppsala län.

Att informationsmaterialet om relevant natur är anpassat utifrån olika behov för personer med funktionsnedsättning t ex i form av bildstöd, film och information finns tillgängligt på hemsida eller i appar.

Att kartlägga nätverkets upplevelse av faktorer som påverkar möjlighet till utevistelse tillsammans med personer med funktionsnedsättning.

Att nätverket "Samverkan för tillgänglig natur" är aktivt och har representanter från hela länet.

En slutrapport med sammanställning av erfarenheter från projektet och beskrivning av framtida behov och möjligheter.

BAKGRUND

December 2012 beslutade regeringen om tio mål för friluftspolitiken. Två av målen, "Tillgänglig natur för alla" och "Friluftsliv för god folkhälsa", innebär att förutsättningarna för människor att på lika villkor vistas ute i och njuta av natur- och kulturlandskapet är stor och människors olika behov är tillgodosedda. Genom samverkansavtal mellan Länsstyrelsen och Upplandsstiftelsen stärks möjligheten på regional nivå att förverkliga regeringens friluftspolitik.

Personer med funktionsnedsättning har en ökad risk för ohälsa och sjukdomar i jämförelse med befolkningen i övrigt. Inom denna grupp är det mer vanligt med självupplevd dålig hälsa och en större andel är fysiskt inaktiva. Fysisk aktivitet leder till positiva hälsoeffekter för alla och här kan naturen på många sätt utgöra en bra arena för rörelse och positiva upplevelser. Studier visar att både unga och äldre blir mer motiverade att röra sig när de är ute i naturen.

Iakttagelser visar att de platser som anpassats för att bli mer tillgängliga utnyttjas i högre grad av allmänheten än tidigare men fortfarande i relativt låg grad av personer med funktionsnedsättning. Det kan bland annat bero på svårigheter att veta vilka områden som passar, nedsatt motivation och

brist på kunskap om aktiviteter som passar målgruppen. Problem med transport till och från naturen samt brist på anpassad information och behov av särskilda anpassningar på plats kan vara andra svårigheter som påverkar. De praktiska hindren och behoven skiljer sig stort mellan olika grupper av personer med funktionsnedsättning. I detta projekt vill vi jobba nära målgruppen för att tillsammans försöka definiera och överbrygga hinder och finna möjligheter till regelbunden fysisk aktivitet i naturen för fler.

SYFTE

Syftet är att antalet personer med funktionsnedsättning som regelbundet vistas i närnatur och skyddade områden i länet ska öka. Det uppnås genom utveckling av metoder för att underlätta och inspirera till besök i naturen i samverkan med målgruppen. Syftet är också att öka samverkan mellan aktörer som idag förvaltar natur och som genomför aktiviteter i naturområden samt att ta fram ett förslag till kommunikationsplan för tillgänglig natur.

METOD

I samarbete med pilotgrupper ur målgruppen utveckla modeller för hur man kan skapa regelbunden fysisk aktivitet i naturen. Detta sker genom att tillsammans med deltagarna planera och genomföra regelbundna aktiviteter ute i naturen under olika årstider. Projektet ska omfatta minst 10 pilotgrupper i flera av länets kommuner. Grupperna ska spegla olika typer av behov och ungefär hälften av grupperna ska utgöras av barn- och unga.

Dokumentation och spridning av kunskapen görs i form av handledningar som sprids vidare till andra i samma målgrupp.

Nytt informationsmaterial specialanpassat till pilotgruppens behov tas fram, i form av text, bildstöd, film, information på hemsida och i Upplandsstiftelsen appar.

Koordinera och driva utveckling av aktiviteter i nätverket "Samverkan för tillgänglig natur", utöka med fler aktörer i Uppsala län och återinföra test-gruppen för att prova tillgängligheten på olika platser i länet.

Ta fram förslag till hur tillgänglig natur ska kommuniceras.

En slutrapport produceras som beskriver arbetet och dokumenterar resultat och utmaningar. En plan för framtida möjlig utveckling kopplat till resursbehov tas fram och ett avslutande seminarium genomförs.

Samverkanspartner: Länsstyrelsen i Uppsala län, Region Uppsala, Upplandsstiftelsen

Samrådsparter: Handikapporganisationernas samarbetsorgan, Hälsa och habilitering, Länsstyrelsen i Uppsala län, Region Uppsala och Upplands Idrottsförbund.

Karolina Vessby, friluftschef Eva Arnemo, projektledare, Upplandsstiftelsen

Camilla Wessberg naturvårdshandläggare, Länsstyrelsen