



# Ungdomar i Nacka tycker till

Fritid – Hälsa och trygghet – Inflytande

---

Ungdomar i Nacka tycker till

# Fritid – Hälsa och trygghet – Inflytande

Här kan du läsa om hur ungdomar har det på sin fritid och vad de vill att kommunen ska göra för att ungdomar ska få det bättre

## Innehåll

---

- 3 ..... Inledning
- 4 ..... Fritid
- 12 ..... Hälsa och trygghet
- 14 ..... Inflytande
- 17 ..... Ungdomarnas förslag till kommunen
- 18 ..... Vad händer nu?

# Inledning

Den här rapporten är en redovisning av en undersökning som genomfördes bland ungdomar i Nacka kommun under våren 2009. Undersökningen ger svar på vad ungdomar tycker om sin fritid, om sina möjligheter till inflytande och hur de upplever sin hälsa och trygghet.

En sådan här undersökning är ett viktigt dokument för både politiker, kommunens tjänstemän och alla

aktörer som anordnar aktiviteter för ungdomar på deras fritid. Genom resultatet har kommunen fått ny kunskap som kan användas som underlag för diskussioner och samtal i olika sammanhang, men även som underlag för beslut rörande kommunens satsningar på ungdoms- och fritidsområdet.

## Undersökningen är en del av ett större projekt

Undersökningen har genomförts som en del av ett större projekt, Ungdomsstyrelsens svensk-turkiska samarbete kring ungdomspolitik. Syftet med samarbetet har varit att både Sverige och Turkiet ska utveckla sina ungdomspolitiska verktyg på såväl nationell som lokal nivå. När ungdomsstyrelsen bjöd in kommuner och organisationer till att ingå i projektet var ett av flera syften att varje kommun skulle välja att delta utifrån en egen nytta för kommunen. Nacka har deltagit i två av de fem huvudspåren; dels ungdomspolitiska begrepp, dels om ungdomars levnadsvillkor.

I det andra spåret ingick det att deltagande kommuner skulle genomföra en större undersökning för att få ny kunskap om ungdomars villkor, som sedan skulle användas i olika sammanhang. Den del av Nackas projektplanering som handlar om att använda resultatet kommer att genomföras först under första halvan av 2010. Det innebär bland annat att anordna en del seminarier för föreningsliv, aktörer på ungdomarnas arena och politiska företrädare. Dessutom ska resultatet presenteras för ungdomar i någon form. Syftet med projektdelen var att påvisa att resultat av undersökningar ska användas och göra skillnad.

Fritidsnämnden är den nämnd som beslutat om kommunens deltagande i projektet svensk-turkiskt samarbete kring ungdomspolitik.

Vissa delar av projektet redovisas i andra rapporter och tjänsteskrivelser till politiska nämnder.

## Metod

Totalt har 1 461 ungdomar i skolår sju och nio deltagit i undersökningen, som genomfördes under våren 2009. Det är 62 procent av alla ungdomar i dessa skolår. Det

hade förstås varit önskvärt att ännu fler ungdomar deltagit i undersökningen. Vår bedömning är att resultaten ger en ganska god bild av situationen för ungdomar i Nacka som helhet, och att den baseras på svar och synpunkter från en mycket stor grupp ungdomar i Nacka. Resultaten måste dock tolkas med viss försiktighet, och man bör vara medveten om att ungdomar boende i Boo och i Skuruområdet är något överrepresenterade i materialet, medan ungdomar i Fisksätra och Henriksdalsområdet är något underrepresenterade.

Till en början genomfördes undersökningen som en webbenkät som distribuerades via skolorna till eleverna. Då en del skolor inte kunde distribuera enkäten, genomfördes delar av undersökningen som en postenkät.

Ambitionen var att även ungdomar i år två på gymnasiet skulle ingå i undersökningen, men på grund av problem med distributionen för denna åldersgrupp blev antalet svar för litet för att kunna redovisas.

Vid analysen är det viktigt att vara medveten om att undersökningen inte belyser hur de yngre barnen eller ungdomarna på gymnasiet har det.

Senast Nacka kommun undersökte hur ungdomar upplevde sin fritid var 2004. Även då var det unga i skolår sju och nio som deltog i undersökningen. Vid det tillfället ingick även år två på gymnasiet i undersökningen. Under 2005 genomfördes en liknande undersökning i skolår fyra i grundskolan. Undersökningarna 2004–2005 genomfördes med hjälp av pappersenkäter som distribuerades via skolorna och svarsfrekvensen i år sju och nio var 98 procent.

Resultatet av undersökningen 2004–2005 följdes upp med en fokusgruppstudie som genomfördes 2006.

En del av frågorna i årets undersökning är desamma som i 2004 års undersökning.

# Fritid

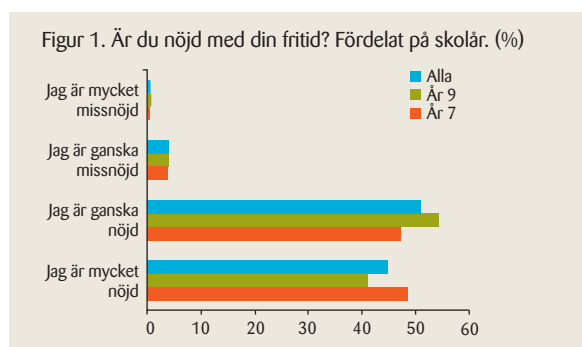
För att kunna planera för ett brett och varierat utbud av aktiviteter och möjligheter är det viktigt att veta vad ungdomar gör på sin fritid idag, om de är nöjda med sin fritid och vad de önskar att göra som de inte gör. Det är också intressant att se vad som hindrar dem från att göra det som de vill göra eller varför de slutar med vissa

aktiviteter. Med denna undersökning är det också möjligt att bedöma om kommunens resurser används rätt i förhållande till ungdomarnas intressen och behov.

Svaren är också värdefulla för alla aktörer som anordnar aktiviteter, kurser och verksamheter för unga.

## Är ungdomarna nöjda med sin fritid?

De flesta ungdomarna i Nacka (96 %) är ganska eller mycket nöjda med sin fritid. Det är en ökning jämfört med undersökningen 2004, men andelen mycket nöjda har minskat något. Liksom i föregående undersökning är pojkar något mera nöjda med sin fritid än flickor. Såväl bland flickor som bland pojkar är det fler som svarar att de är mycket nöjda i sjuan än i nian.



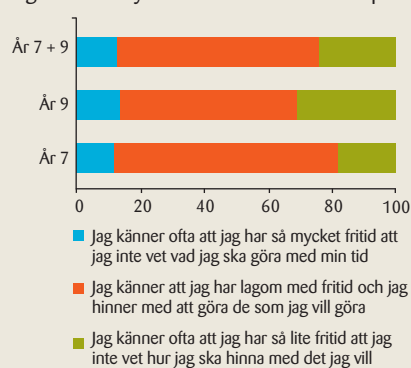
## Har flickor och pojkar samma möjligheter att göra det de vill på fritiden?

Sammantaget svarar 86 procent att flickor och pojkar har samma möjligheter att göra det vill på fritiden. Pojkarna instämmer dock i högre grad än flickor i att möjligheterna är lika.

## Hur mycket fritid har ungdomarna?

Två av tre (63 %) ungdomar tycker att de har lagom med fritid. Flickor svarar i högre utsträckning än pojkar att de har så lite fritid att de inte vet hur de ska hinna med det de vill. Det är också fler ungdomar i nian än i sjuan som tycker att de har för lite fritid. 41 procent av flickorna i skolår nio tycker att de har för lite fritid, jämfört med 14 procent av pojkarna. Det finns också de som har så mycket fritid att de inte vet vad de ska göra med tiden. Högst är andelen bland pojkar i nian där var femte svarar så.

Figur 2. Hur mycket fritid har du? Fördelat på skolår. (%)



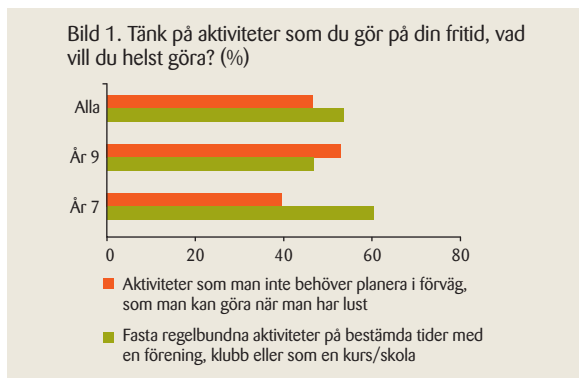
Enligt nationella studier upplever drygt hälften av ungdomarna att de har en fritid i balans. Ungdomar som vet vad de vill med sin fritid men saknar tillräckligt med tid och därmed upplever en tidsnöd, har en fritid i obalans, vilket kan leda till stress och ohälsa. Drygt var tredje ung upplever tidsnödens fritid.

Drygt var tionde ung upplever att de har ett överflöd av fri tid och en fränvaro av vetskap vad de vill göra, tomhetens fritid, vilket också ses som en form av obalans som kan leda till olika former av utsatthet. För att öka antalet unga som har en fritid i balans krävs tillgång till ett varierat och brett fritidsutbud. Fria val av aktiviteter och mötesplatser och frivillighet är viktiga faktorer för att fritiden ska upplevas som balanserad. (Trondman, Ungdomsstyrelsen 2008:6).

## Är regelbundna aktiviteter på bestämda tider eller möjligheter till spontana aktiviteter att föredra?

Det är ungefär lika många som vill ha fasta aktiviteter som spontana aktiviteter. Antalet ungdomar som föredrar aktiviteter som man inte behöver planera i förväg, det vill säga spontana aktiviteter har ökat tydligt sedan undersökningen 2004. Fler än i den förra undersökningen har också svarat att de framförallt ägnar sig åt spontana aktiviteter. Efterfrågan på spontana aktiviteter

är högre bland ungdomarna i nian än i sjuan, och högre bland pojkar än flickor.

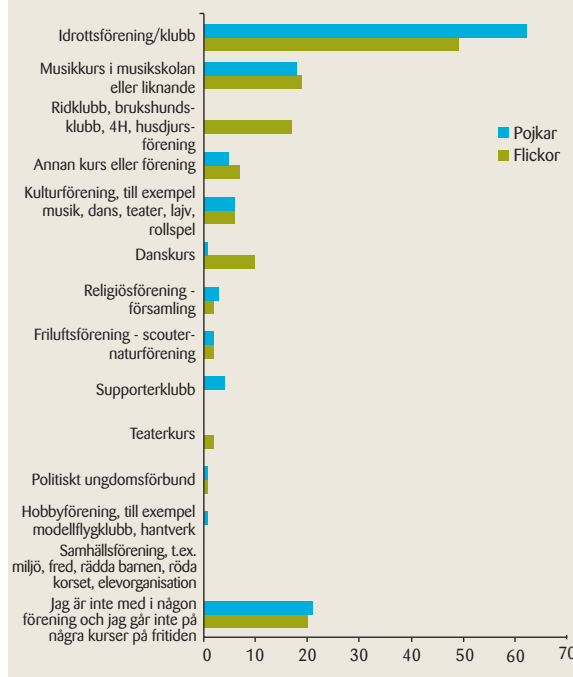


### Vilka föreningsaktiviteter och kurser deltar ungdomarna i?

Idrottsföreningar är den förenings- eller kursaktivitet som lockar i särklass flest ungdomar. 55 procent är aktiva i en idrottsförening, genom att delta på träningar, möten eller lektioner regelbundet. Pojkar är i högre grad aktiva i idrottsföreningar, och andelen är högre i sjuan än i nian. Musikkurs i musikskola eller liknande är nästan en femtedel aktiv i, ungefär lika många flickor som pojkar. Medlemskap i såväl idrottsföreningar som andra föreningar minskar något i skolår 9 jämfört med skolår 7.

I en del fall finns tydliga könsskillnader. Bland dem som är aktiva i ridklubb eller förening med djuranknytning finns nästan enbart flickor. Detsamma gäller danskurser, som var tionde flicka går på.

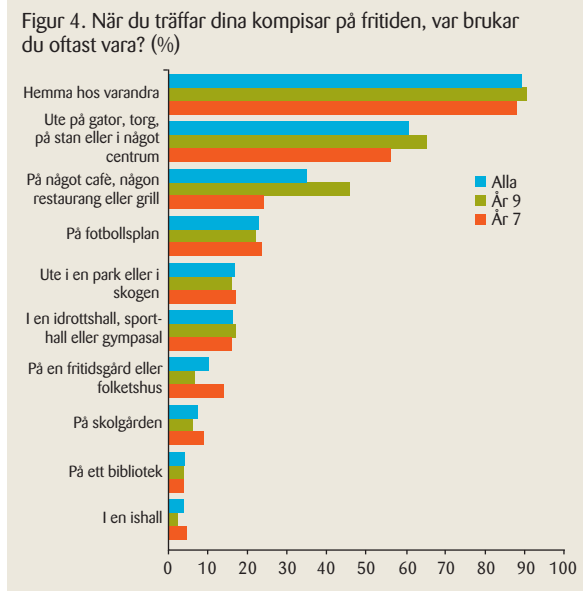
Figur 3. Är du just nu aktiv medlem i någon/några föreningar eller går du på någon kurs på fritiden, till exempel musikskolan? Med aktiv menar vi att du deltar på träningar, möten eller lektioner. (%)



### Var träffar ungdomarna sina kompisar på fritiden?

På frågan om var ungdomar träffas och umgås med sina kompisar på fritiden skiljer sig flickors och pojkars svar åt i viss mån. Den vanligaste platsen där man umgås och tillbringar sin fritid är hemma hos varandra. Därutöver träffas flickor betydligt oftare än pojkarna på gator, torg, på stan eller i något centrum och på något café, någon restaurang eller grill. Pojkarna å andra sidan väljer oftare att träffa sina kompisar på någon fotbollsplan.





### Vilka fritidsaktiviteter ägnar sig ungdomarna åt?

Ungdomarnas svar visar att det finns ett stort intresse för många aktiviteter. Det vanligaste aktiviteterna är att vara med kompisar, titta på film, lyssna på musik, surfa på internet och spela dator- eller tv-spel. Dessa aktiviteter låg i topp även i undersökningen 2004.

59 procent av ungdomarna i skolor 7 och 9 idrottar med en förening regelbundet. 41 procent idrottar på egen hand eller med kompisar utanför det organiserade föreningslivet.

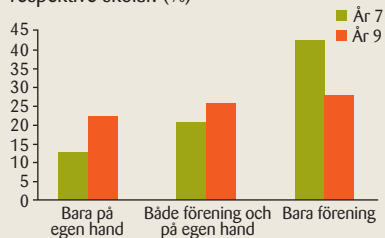
Pojkarna spelar dator- eller tv-spel i betydligt högre utsträckning än flickorna. Aktiviteter som flickor utövar i betydligt större utsträckning än pojkar är fotografering, vara ute i naturen, dansa, läsa böcker, skriva dagbok och skapande aktiviteter.



Tabell 1. Här kommer en lista på fritidsaktiviteter, kryssa i de aktiviteter som du brukar göra minst två gånger i månaden.

1.	Är med kompisar	83 %
2.	Tittar på film på tv/video/dator	74 %
3.	Lyssnar på musik	70 %
4.	Surfar/chatrar/laddar ner filer på internet	66 %
5.	Spelar dator- eller tv-spel	64 %
6.	Idrottar/motionerar i en förening/klubb	59 %
7.	Hjälper till hemma med städning, tvätt, matlagning, disk	47 %
8.	Läser böcker eller tidningar, inte som skoluppgift	46 %
9.	Idrottar/motionerar själv och med kompisar, men inte med en förening/klubb	41 %
10.	Går på bio	40 %
11.	Bakar, lagar mat	36 %
12.	Går på fest	29 %
13.	Är ute i naturen	28 %
14.	Spelar instrument/skapar musik	26 %
15.	Filmar, fotograferar	21 %
16.	Målar/ritar/syr/designar eller annan skapande verksamhet	19 %
17.	Cyklar, bmx, dirt-bike	18 %
18.	Går på sportevenemang och är publik	13 %
19.	Är på fritidsgård	12 %
20.	Skriver dagbok, fanzine, noveller, tidningsartiklar, insändare, dikter	11 %
21.	Simmar/badar i en simhall	10 %
22.	Sjunger, till exempel i kör eller band	9 %
23.	Tränar dans	9 %
24.	Går på konsert, spelning	9 %
25.	Är med i förening (annan än idrott)	7 %
26.	Mekar med bilar, moped, motorer, tekniska prylar	6 %
27.	Åker skateboard	6 %
28.	Går till bibliotek (efter skolan)	5 %
29.	Bowlar	5 %
30.	Går på teater, musikal, dansuppvisning	5 %
31.	Yoga, meditation och liknande	5 %
32.	Fiskar/Jagar	5 %
33.	Engagerar mig i samhällsfrågor, till exempel miljö, fred, politik	4 %
34.	Spelar rollspel / lajvar	3 %
35.	Går på museum, utställning	2 %
36.	Spelar teater	2 %
37.	Tränar cirkus	1 %

Figur 5. Andel ungdomar som idrottar i förening respektive själv och med kompisar, andel i respektive skolor. (%)



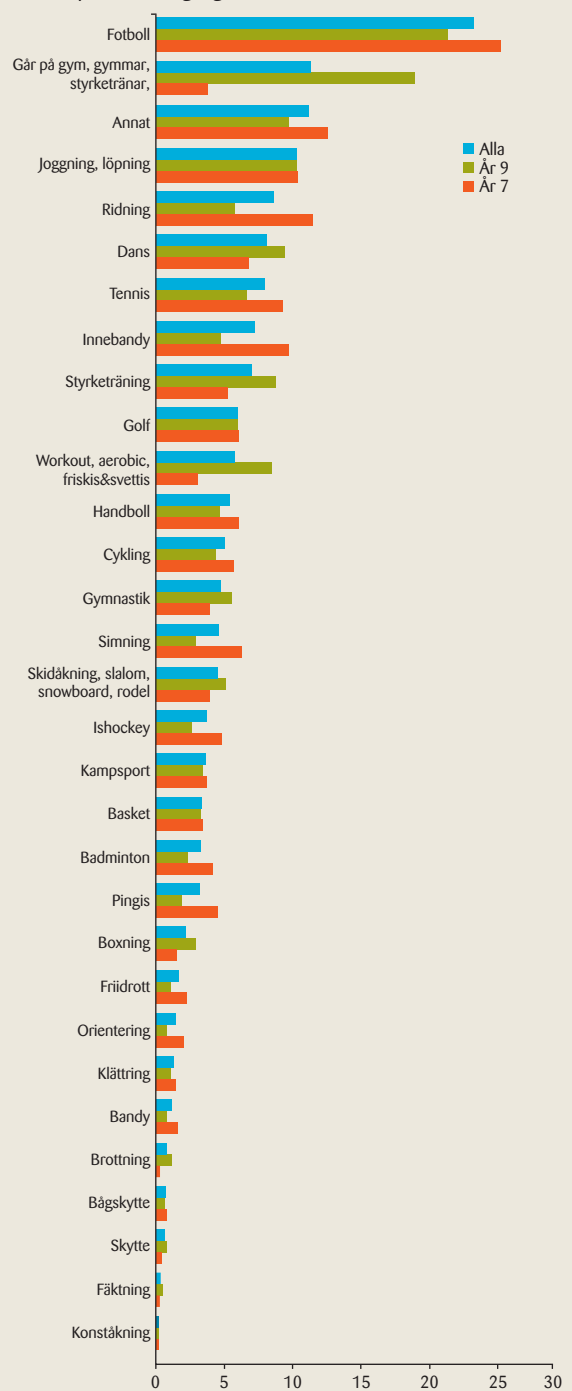
Förändringar i undersökningsmetod gör att det är svårt att dra säkra slutsatser om vilka aktiviteter som ökat respektive minskat i omfattning sedan 2004. De jämförelser som kan göras tyder på att förändringarna över tid är relativt små.

#### Vilka idrotter ägnar sig ungdomarna åt?

Fotboll, styrketräning och löpning är de tre största idrotterna bland Nackas ungdomar. Dessa idrotter låg också i topp i undersökningen 2004.

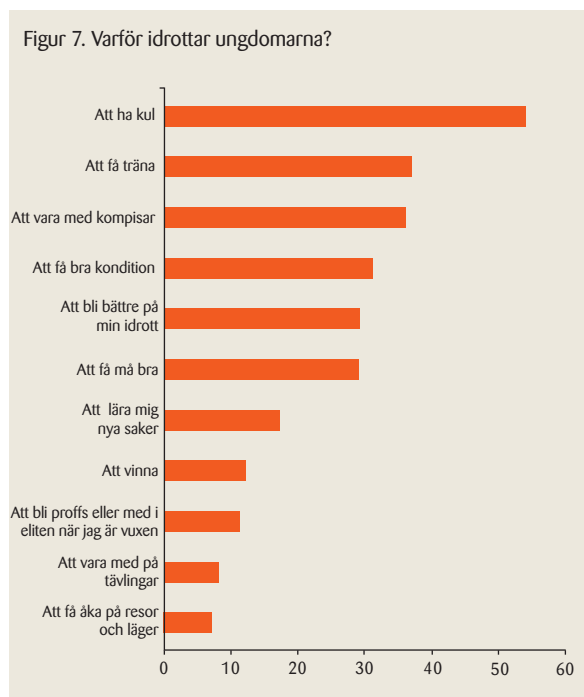
När det gäller vilka idrotter ungdomarna ägnar sig åt finns traditionella könsmonster. Flickorna utövar i betydligt högre grad än pojkarna ridning, dans, gymnastik och workout. Pojkarna i sin tur är i betydligt högre grad än flickorna intresserade av ishockey, fotboll och innebandy.

Figur 6. Vilka idrotter är du med i? Kryssa i de aktiviteter som du är med på minst en gång i veckan. (%)



### Varför idrottar ungdomarna?

De sociala värdena är viktiga för ungdomarna, många idrottar för att få umgås med kompisar och för att ha roligt. Fler flickor än pojkar idrottar för att få må bra. Pojkar idrottar i stället i högre grad än flickor för att få vinna.



### Vad vill ungdomarna göra på fritiden, som de inte gör idag?

Vi har bett ungdomarna att räkna upp högst tre aktiviteter som man önskar att börja med, aktiviteter som de inte redan gör. När de öppna svaren sammanfattas kan man se att det finns en efterfrågan på att få börja med följande aktiviteter:



Tabell 2. De 20 vanligaste aktiviteterna som ungdomar vill göra på fritiden, som det inte redan gör. Klassificering av öppna svar.

Aktivitet	Antal svar
Dansa	225
Sjunga/spela/skapa musik	221
Fotboll	93
Kompisar	67
Konst/hantverk	64
Simma/dyka	63
Tennis	61
Gymma	59
Rida	52
Teater	51
Innebandy	49
Kampsport	48
Motorsport	40
Gymnastik, pilates, aerobic, friskis&svettis	36
Badminton	33
Yoga/meditation	31
Klättra	29
Löpning	28
Basket	27
Filma/fotografera/media	22

### Varför gör man inte det man vill? Varför slutar man med aktiviteter?

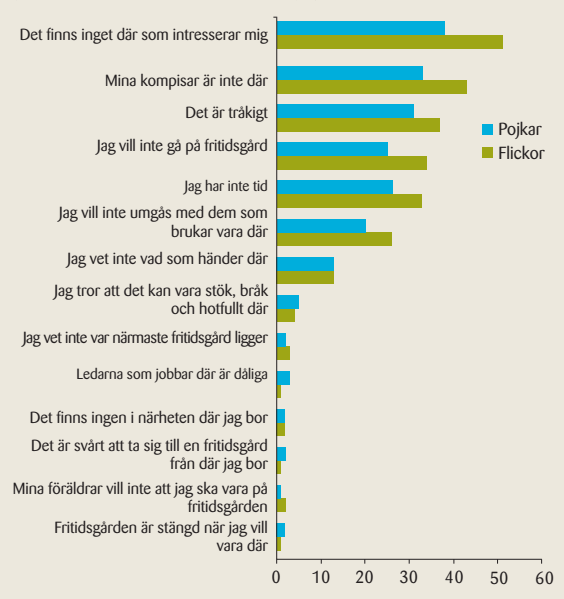
Vad som framför allt hindrar ungdomarna från att delta i de fritidsaktiviteter de vill är att de inte hinner då skolarbetet tar tid. Andra orsaker till att man inte deltar i det man vill är att det man vill ägna sig åt inte erbjuds där man bor eller att aktiviteten uppfattas som för dyr att delta i.

Nästan hälften (48 %) av ungdomarna slutade med minst en aktivitet under året. Den främsta orsaken till att man slutar med sina fritidsaktiviteter är att man tröttnat och att man tycker att det blivit tråkigt. Aktiviteterna tar för mycket tid och man har fått nya intressen är andra skäl. En tredjedel (36 %) svarar att de behöver ha tid till skolarbetet. Framför allt är det flickorna som anger att skolarbetet hindrar dem från att vara aktiva på fritiden och delta i fritidsaktiviteter.

Figur 8. Om du inte gör det som du vill på din fritid, varför gör du inte det? (%)



Figur 9. Om du inte brukar vara på någon fritidsgård, varför går du inte dit? Andel flickor och pojkar. (%)



### Fritidsgårdarna

En fjärdedel (26 %) av ungdomarna har besökt en fritidsgård de senaste fyra veckorna. I 2004 års undersökning svarade 41 procent att de brukade besöka en fritidsgård någon gång per månad eller oftare, vilket tyder på en viss nedgång, men den ändrade formuleringen samt bortfallet i vissa kommuner kan troligen också förklara en del av nedgången. Den förra undersökningen genomfördes på hösten och denna på våren. Tidigare mätningar av besöksfrekvenser visar att det brukar vara flera besökare på fritidsgårdarna under höstarna än under våarna, vilket också kan vara en förklaring till denna siffra.

Skälen till att övriga ungdomar valt att inte besöka fritidsgårdarna är framför allt att det inte finns något som intresserar dem på fritidsgårdarna, deras kompisar går inte dit, de tycker att fritidsgårdarna är tråkiga, de har inte tid att vara på någon fritidsgård och de vet inte vad som händer på fritidsgårdarna. Information om verksamheten borde vara ett möjligt förbättringsområde.

Ungdomarna vill att fritidsgårdar ska ha ett brett utbud av aktiviteter. Viktigast är att det finns ett café med internetuppkopplade datorer på fritidsgårdarna. Flickorna föredrar café, mysiga möbler, tidningar och böcker, ateljé/hobbyrum, matlagning och bakning, tjejrums, snackgrupper och läxhjälp i betydligt högre utsträckning än pojkarna. Pojkarna prioriterar pingisbord, biljardbord och tv-spel i betydligt högre utsträckning än flickorna.



Tabell 3. Vad tycker du ska finnas på en fritidsgård? Andel av samtliga.

1.	Café	71 %
2.	Datorer med internet	61 %
3.	Pingisbord	49 %
4.	Mysiga möbler där man kan sitta och prata, spela spel, rita m.m.	48 %
5.	Video-, tv- eller biorum	45 %
6.	Tv-spel	45 %
7.	Försäljning av mellanmål	40 %
8.	Biljardbord	38 %
9.	Tv	37 %
10.	Replokal	30 %
11.	Tidningar och böcker	27 %
12.	Rockvällar, konserter	23 %
13.	Läxhjälp	22 %
14.	Discokvällar	22 %
15.	Matlagning, bakning	21 %
16.	Ateeljé eller hobbyrum/pysselhörna där man kan skapa och måla m.m.	19 %
17.	Styrketräning/Motionsmaskiner	18 %
18.	Rum där man kan spela innebandy och dansa	17 %
19.	Tjejrum	15 %
20.	Skateboardramp, bank, rail m.m.	13 %
21.	Sällskapsspel	13 %
22.	Snackgrupper, killgrupp, tjejgrupp	12 %
23.	Dart	6 %
24.	Annat	5 %
25.	Motorverkstad	5 %

När man ser hur ungdomar som besöker fritidsgårdar bedömer hur verksamheten fungerar, är frågor om inflytande och utbud av aktiviteter de två tydligaste områdena som bör utvecklas.

Tabell 4. Bedömning av fritidsgårdsverksamheten, andel som brukar besöka fritidsgård som svarat att påståendet stämmer ganska eller mycket bra.

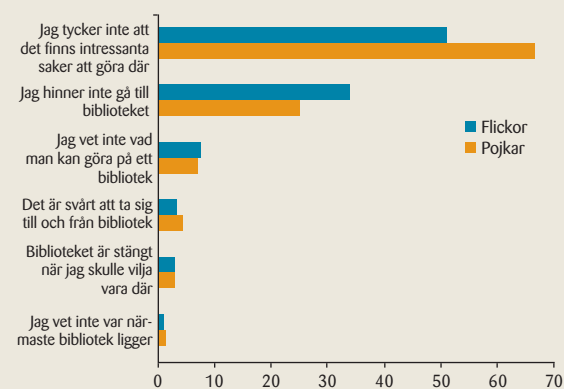
Jag kan vara med och bestämma om aktiviteter, program, inköp och annat på fritidsgården	34 %
Fritidsgården har öppet när jag vill vara där	55 %
Det lätt att ta sig till och från den fritidsgård som jag brukar vara på	72 %
Jag känner mig trygg när jag är på fritidsgården	74 %
Jag tycker att flickor och pojkar har samma möjligheter på fritidsgården	72 %
Fritidsledarna är bra	72 %
Det finns tillräckligt med intressanta aktiviteter som man kan vara med på, på fritidsgården	39 %

## Biblioteken

En tredjedel (34 %) av ungdomarna har besökt biblioteken efter skoltid de senaste fyra veckorna. I 2004 års undersökning svarade 53 procent att de brukade besöka ett bibliotek någon gång per månad eller oftare, vilket tyder på en viss nedgång, men den ändrade formuleringen samt bortfallet i vissa kommundelar förklarar troligen en del av minskningen.

Skälen till att övriga ungdomar valt att inte besöka biblioteken är framför allt att det inte finns något som intresserar dem på biblioteken och att de har inte tid att vara på biblioteken. Fler än tidigare tycker att det inte finns saker som intresserar dem på biblioteken.

Figur 10. Om du inte brukar vara på något bibliotek på fritiden – varför går du inte på bibliotek? Andel av flickor och pojkar. (%)



När ungdomarna ska beskriva hur ett bra bibliotek ska se ut prioriterar de böcker och datorer. Flickorna menar att mysiga möbler där man kan sitta och prata är viktigare i betydligt högre utsträckning än pojkarna tycker medan pojkarna menar att tv-spel på biblioteken är betydligt viktigare än flickorna tycker att det är.



Tabell 5. Vad tycker du ska finnas på ett bibliotek.

1.	Böcker	75 %
2.	Datorer med internet	69 %
3.	Café	53 %
4.	Tidningar, tidskrifter	46 %
5.	Musik och filmer	46 %
6.	Mysiga möbler där man kan sitta och prata	44 %
7.	Trådlöst internet	38 %
8.	Tv-spel	28 %
9.	Läxhjälp	25 %
10.	Kvällar då det kommer författare och serietecknare och berättar	14 %
11.	Sällskapsspel	10 %
12.	Möjligheter att skapa, måla, pyssla och tillverka saker	9 %
13.	Konserter	7 %
14.	Mangateckning	6 %
15.	Skrivarverkstad	5 %
16.	Läsecirklar	5 %
17.	Annat	4 %

Bland de svar som gavs under Annat fanns läshörna, musikstudioverksamhet, dataspel och myshörna.

### Ungdomarnas bedömning av biblioteken

När man ser hur ungdomar som besöker biblioteken bedömer hur verksamheten fungerar är frågor om inflytande och utbudet av aktiviteter de två tydligaste områdena som bör utvecklas.

Tabell 6. Bedömning av fritidsgårdsverksamheten, andel som brukar besöka bibliotek som svarat att påståendet stämmer ganska eller mycket bra.

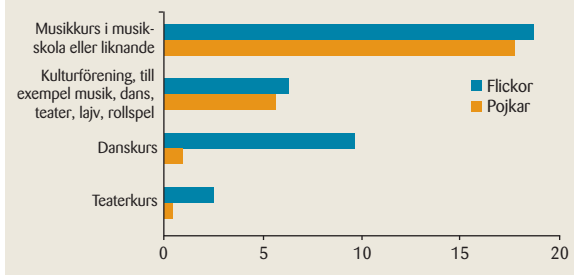
Det finns möjlighet att påverka inköp och aktiviteter på biblioteket	25 %
Biblioteket har öppet när jag vill vara där	56 %
Det finns bra böcker att läsa på biblioteket	60 %
Personalen hjälper gärna till	63 %
Det finns tillräckligt med intressanta aktiviteter på biblioteket	29 %

### Musikskola och kulturkurs

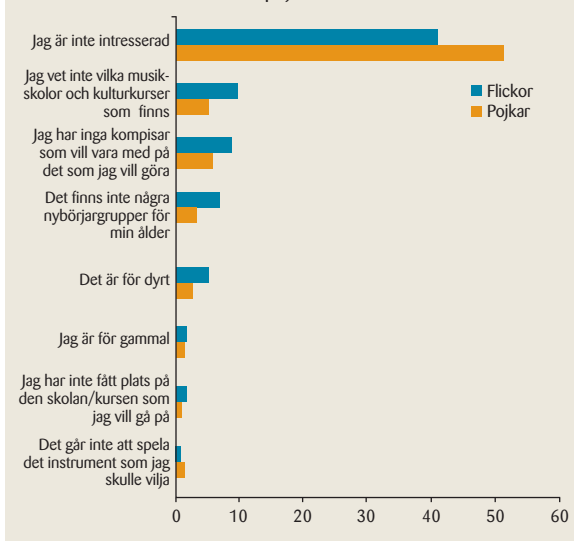
En knapp femtedel av ungdomarna svarar att de går i musikkurs i musikskola eller liknande. I undersökningen 2004 svarade 17 procent att de gick i musikskola minst en gång i månaden.

En del ungdomar är aktiva i en kulturförening. Var tionde flicka går på en danskurs. I den förra undersökningen svarade fem procent att de deltog i kulturkurs inom ramen för Skapande fritid.

Figur 11. Andel som är aktiva i kulturförening eller går i musikkurs i musikskola eller liknande. Andel flickor och pojkar. (%)



Figur 12. Skäl till att ungdomar inte går på musikskola eller kulturkurs. Andel flickor och pojkar. (%)



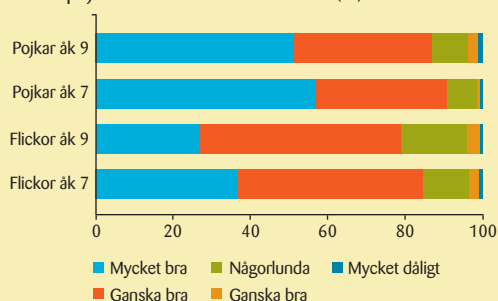
# Hälsa och trygghet

Hälsa påverkas av ett flertal faktorer. En bra skolmiljö och en stimulerande fritid samt fungerande relationer till andra människor är viktiga faktorer. Hälsan påverkas även av våra levnadsvanor såsom fysisk aktivitet och matvanor. En av de mest grundläggande förutsättningar

för både psykisk och fysisk hälsa är upplevelsen av trygghet. I den här delen av undersökningen svarar ungdomar på frågor som rör självupplevd hälsa, levnadsvanor och trygghet.

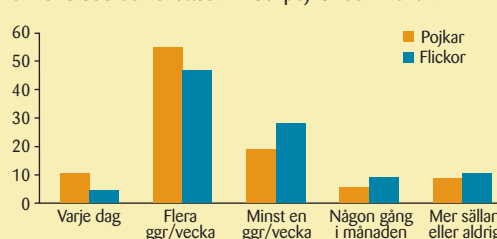
En klar majoritet av ungdomarna i Nacka mår bra. I genomsnitt skattar över 80 procent sin hälsa som mycket bra eller ganska bra. Skattningen av den upplevda hälsan påverkas av kön och ålder. Den upplevda hälsan minskar med stigande ålder, färre ungdomar i skolår 9 än i skolår 7 uppger att de mår mycket bra. Pojkarna skattar sin hälsa bättre än flickorna, drygt 20 procent fler pojkar än flickor skattar sin hälsa som mycket bra. Knappt en procent av ungdomarna uppger att de mår mycket dåligt.

Figur 13. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? Andel pojkar och flickor i olika skolår. (%)



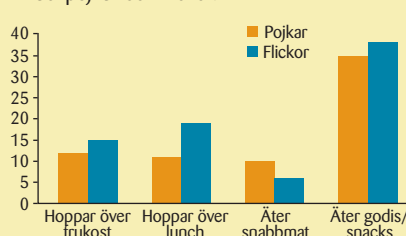
Omkring 60 procent av alla ungdomar i Nacka tränar varje dag eller flera gånger i veckan. Fysisk aktivitet har ett dokumenterat starkt samband med hälsa och undersökningen visar att av de ungdomar som skattar sin hälsa som mycket bra tränar 75 procent varje dag eller flera gånger i veckan. Pojkar tränar i större utsträckning än flickor men aktivitetsnivån påverkas inte nämnvärt av ålder. En av tio av de tillfrågade ungdomarna i Nacka tränar aldrig eller mer sällan än någon gång i månaden.

Figur 14. Hur ofta brukar du träna, efter skolan, så att du blir andfådd och svettas? Andel pojkar och flickor.



En grundförutsättning för god hälsa och god prestationsförmåga är att kroppen förses med tillräckligt med energi och nödvändiga näringsämnen genom en välbalanserad kost. Omkring 15 procent av ungdomarna i Nacka hoppar över frukost och lunch flera gånger i veckan. Fler flickor än pojkar hoppar över frukost och lunch, men fler pojkar än flickor äter snabbmat flera gånger i veckan. Undersökningen visar även att de som skattar sin hälsa högt i högre grad äter frukost och lunch. Av de som skattar sin hälsa som mycket bra hoppar enbart 9 procent över frukost och lunch flera gånger i veckan. En dryg tredjedel av de tillfrågade ungdomarna i Nacka äter godis eller snacks varje dag.

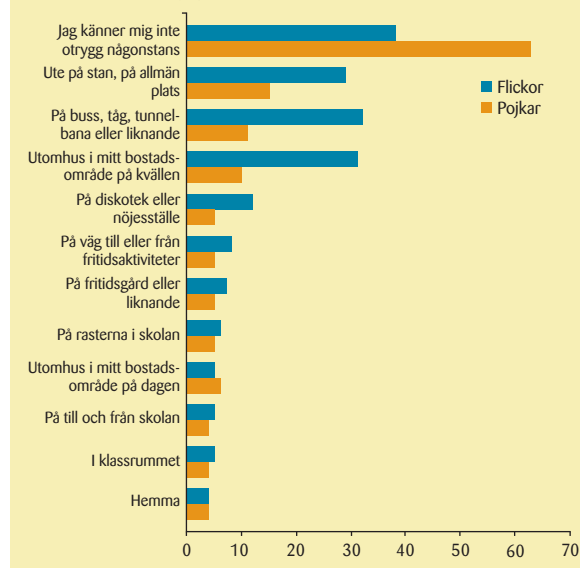
Figur 15. Matvanor som förekommer flera gånger i veckan. Andel pojkar och flickor.



## Trygghet

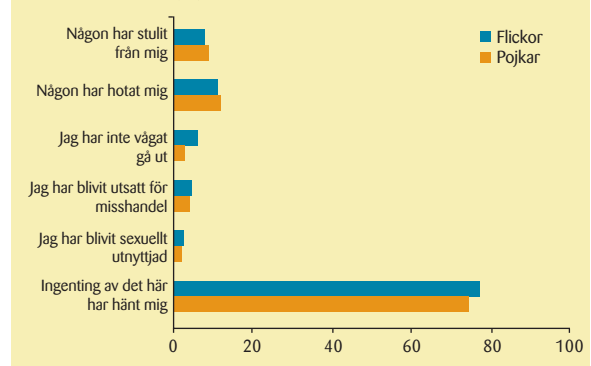
Trygghet har stor betydelse för såväl den fysiska som den psykiska hälsan. Drygt hälften av de tillfrågade ungdomarna i Nacka uppger att de känner sig trygga. Trots detta har relativt många blivit utsatta för obehagliga händelser. Fler flickor än pojkar känner sig otrygga och tryggheten minskar på allmänna platser under kvällstid. De ställen som upplevs som mest otrygga är i kollektivtrafiken, utomhus på offentliga platser och utomhus i bostadsområdet på kvällen. Dubbelt så många flickor än pojkar känner sig otrygga på allmänna platser och tre gånger så många flickor än pojkar känner sig otrygga i kollektivtrafiken och på nöjesställen.

Figur 16. Känner du dig otrygg på dessa ställen?  
Andel flickor och pojkar. (%)



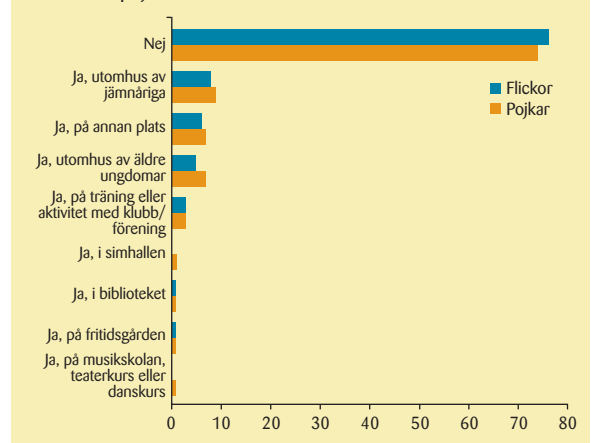
De allra flesta av Nackas ungdomar har aldrig blivit utsatta för hot, våld eller kränkande behandling på fritiden. 10 procent av de tillfrågade ungdomarna har blivit utsatta för hot och stöld under det senaste halvåret. Det finns ingen anmärkningsvärd skillnad mellan könen med undantaget att dubbelt så många flickor som pojkar har svarat att de någon gång det senaste halvåret inte vågat gå ut.

Figur 17. Har någonting av detta hänt dig det senaste halvåret?  
Andel flickor och pojkar. (%)



Det vanligaste stället ungdomar upplever sig kränkta på är utomhus av jämnåriga eller äldre ungdomar. Drygt 6 procent har svarat att de känt sig kränkta på annan plats, ungdomarna har på denna fråga haft möjlighet att lämna öppna svar. De flesta nämner skolan som den plats där de känt sig kränkta. Det är något vanligare att pojkar än flickor utsätts för kränkande behandling, men det finns inga anmärkningsvärda skillnader mellan könen.

Figur 18. Har du det senaste halvåret upplevt att du blivit orättvist behandlad på ett sätt så att du känt dig kränkt, på fritiden. Andel flickor och pojkar. (%)



# Inflytande

Önskan om ett större inflytande är allmänt utbredd bland ungdomarna, men det finns brister i kunskaperna om hur de praktiskt ska gå tillväga. 60 procent av ungdomarna i skolår sju och nio vill vara med och påverka Nacka kommun, men fyra av tio vet inte vart de ska vända sig

för att föra fram sina synpunkter. Även när man deltar i fritidaktiviteter eller besöker fritidsgårdar och bibliotek anser ungdomarna att de har små möjligheter att påverka. I de öppna svaren ger ungdomarna ett antal förslag på hur ett ungdomsinflytande kan se ut och förbättras.

## Är det viktigt att ungdomarna och beslutsfattarna träffas?

59 procent svarar att det är ganska eller mycket viktigt att ungdomar och politiker träffas. 16 procent svarar att det inte är särskilt viktigt eller inte alls viktigt att ungdomar och politiker träffas. Samtidigt är det bara 22 procent av ungdomarna som faktiskt vill träffa en politiker.

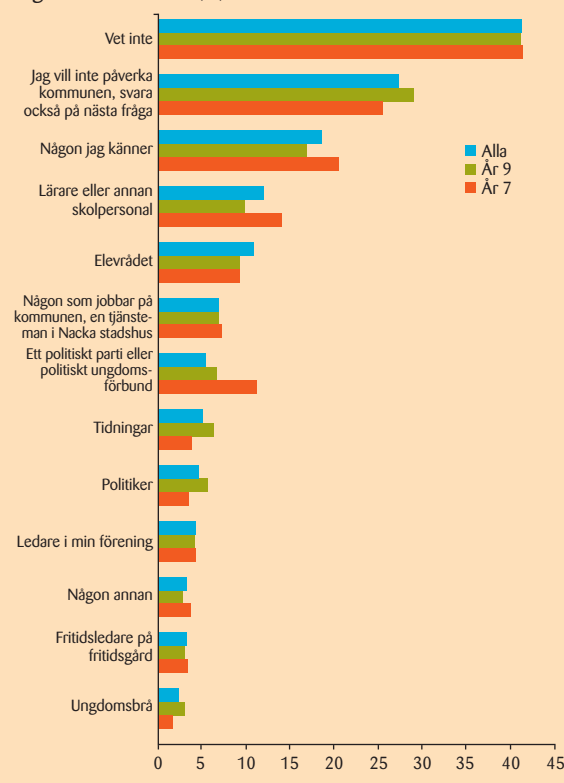
## Vilka möjligheter har ungdomarna att framföra sina åsikter och förslag till dem som bestämmer i kommunen?

Endast 15 procent av ungdomarna svarar att de har ganska stora eller mycket stora möjligheter att föra fram sina åsikter och förslag till dem som bestämmer i Nacka. 42 procent av ungdomarna svarar att de har ganska små eller mycket små möjligheter att föra fram åsikter och förslag. 43 procent vet inte om det finns några möjligheter att föra fram åsikter och förslag.

## Till vem vänder sig ungdomarna om de vill påverka något i kommunen?

41 procent vet inte vart de skulle vända sig om de har ett förslag eller vill framföra en åsikt till kommunen. Ungefär 20 procent säger att de skulle vända sig till någon de känner i de fall de skulle vilja vara med och påverka i kommunen.

Figur 19. Till vem eller vart vänder du dig om du vill påverka något i din kommun? (%)



### Vad vill ungdomarna påverka för områden?

Vi har frågat ungdomarna vad de vill ändra på eller vad de vill påverka. Vi har även frågat vad som skulle kunna göra Nacka till en bättre kommun för ungdomar. När de öppna svaren sammanfattas kan man se att det ämne som engagerat flest är skolmaten. Andra områden som också engagerar ungdomarna är fritid, kultur och idrott, trygghet, trafik, samhällsplanering, kollektivtrafik, ungas egen ekonomi och andra skolfrågor.

### Skolan

Inom skolans område handlar många av synpunkterna om, förutom om skolmaten, även om att skoldagarna är långa och läxorna för omfattande, vilket gör att man inte hinner delta i fritidsaktiviteter i den utsträckning som man vill. Andra frågor inom skolområdet där flera ungdomar lämnat synpunkter berör skolmiljön, betygssystemet, lärarna och mobbing.

### Fritiden

Inom området fritid, idrott, kultur och föreningsliv finns det flera som lämnat förslag på både aktiviteter och anläggningar som saknas. Flera efterlyser verksamheter och mötesplatser, exempelvis i form av ungdomscaféer. Verksamhet för äldre ungdomar, till exempel ungdomscafé och aktivitetshus, är också något som många efterfrågar. Många önskar sig en skateboardpark och många önskar sig både idrottsplatser, idrottshallar och andra fritidslokaler som man kan gå till utan att för den skull behöva vara med i en förening eller kursverksamhet. Där skulle man kunna umgås med kompisar och delta i spontana idrottsaktiviteter och andra aktiviteter.

### Trygghet

Många ungdomar har konkreta förslag på hur tryggheten kan ökas i närområdet. Flera efterlyser bättre belysning och fler nattvandrare. Många vill också att det ska bli ännu svårare för ungdomar att få tag på alkohol och tobak. Många ungdomar tycker även att kommunen ska utveckla ett mer aktivt miljöarbete och bättre busslinjer med tätare turer samt bättre och fler cykelbanor. Flera ungdomar vill också att kommunen ska satsa mera på sommarjobb för ungdomar.

### Inflytande

Många ungdomar upplever att de inte har inflytande i samhället och att de har dåliga möjligheter att påverka politiken i kommunen. I flera fall vet de inte hur de skulle gå tillväga för att påverka.

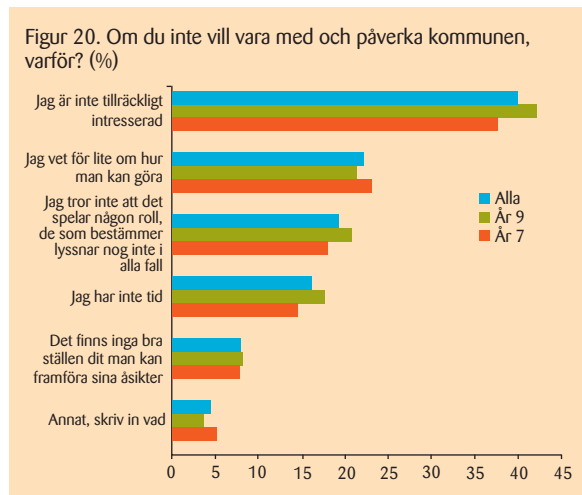
Många ungdomar har också lämnat förslag på hur ett ungdomsinflytande skulle kunna se ut. Förslag finns om ungdomsambassadörer som får representera sina kommundelar. Politiker och tjänstemän borde träffa ungdomar i högre utsträckning än idag, för att fråga ungdomarna vad de tycker innan man fattar beslut. Kommunen kan skicka ut blanketter där ungdomarna kan fylla i vad de tycker innan beslut ska tas. Andra förslag är att ungdomar ska kunna påverka, diskutera och lämna förslag till kommunen direkt på webben.

Samtliga öppna svar finns tillgängliga i en egen rapport.



### Varför vill ungdomarna inte vara med och påverka kommunen?

Orsaken till det svaga intresset för att vilja vara med och påverka är att ungdomarna inte är tillräckligt intresserade och att de vet för lite. En betydande grupp uttrycker också att de tror att det inte spelar någon roll att komma med förslag och synpunkter, då de som bestämmer nog inte lyssnar i alla fall.



### Ungas möjligheter till inflytande inom föreningslivet, på biblioteken och på fritidsgårdarna

När det gäller föreningslivet anser endast 31 procent att de kan vara med och bestämma om hur träningen och aktiviteterna är upplagda i den utsträckning som de själva vill. 20 procent säger att det är ledarna som bestämmer helt och hållet och 9 procent vill inte vara med och bestämma i den förening där de är aktiva.

När det gäller fritidsgårdarna anser endast 34 procent av besökarna att de kan vara med och bestämma. På biblioteken anser 25 procent av ungdomarna som besöker bibliotek på fritiden att de kan vara med och påverka bibliotekets verksamhet och utbud.



# Ungdomarnas förslag till kommunen

Det viktigaste för både flickor och pojkar när det gäller ungas fritid är en satsning på badplatser och på mötesplatser av olika slag. Flickorna prioriterar i högre grad än pojkar satsningar på dans, ridhus, lokaler för skapande estetisk verksamhet och

motionsspår. Pojkarna tycker i högre grad än flickorna att kommunen ska satsa på fotbollsplaner, skateboardparker, styrketräningslokaler, cykelbanor och idrottshallar.

Tabell 7. Vad tycker du att politikerna i Nacka ska satsa på när det gäller fritiden för ungdomar?

1.	Badplatser vid sjöar	42 %
2.	Fritidsgårdar, träffpunkter, ungdomscaféer och liknande mötesplatser för ungdomar	27 %
3.	Bidrag till föreningar, t.ex. idrottsklubbar, scouter och andra föreningar	26 %
4.	Fotbollsplaner	23 %
5.	Idrottshallar	22 %
6.	Ställen där man kan idrotta när man vill, utan en förening.	22 %
7.	Motionsspår där man kan jogga	20 %
8.	Simhallar	19 %
9.	Styrketräningslokaler	18 %
10.	Musikskolor, musikkurser	16 %
11.	Replokaler	15 %
12.	Skateboardparker	14 %
13.	Cykelbanor för bmx, dirtbike, cykelsport	13 %
14.	Kulturkurser (bild, foto, skrivarverkstad, skapande)	11 %
15.	Bibliotek	11 %
16.	Ridhus	10 %
17.	Annat, skriv i vad	9 %
18.	Lokaler där man kan skapa, laga, tillverka saker som öppen ateljé	9 %
19.	Danskurser	9 %
20.	Klättrväggar	9 %
21.	Friidrottsanläggningar	8 %
22.	Ställen där man kan dansa när man vill	8 %
23.	Ishallar	6 %
24.	Friluftsområden där man kan vandra i skogen	6 %
25.	Teaterkurser	5 %
26.	Lokaler för kampsport, budo och liknande	5 %

# Vad händer nu?

Syftet med projektet har inte enbart varit att samla in kunskap om ungdomarnas villkor och åsikter, utan

även att den kunskapen som samlats in ska komma till användning i olika sammanhang.

Nu finns det möjlighet att ta de ungas svar på allvar och använda resultatet i det fortsatta arbetet för att förbättra för Nackas ungdomar. För att det ska kunna ske är det viktigt att finna former för en ökad dialog mellan vuxna och ungdomar i olika sammanhang, angående vad som behöver genomföras.

Dialogen kan ske i många olika forum, i skolan, på fritidsgården, i föreningen, i musikskolan, på biblioteket, på webben, i fokusgrupper och ungdomspaneler.

Inom ramen för projektet kommer ett antal aktiviteter att genomföras under 2010;

- Projektgruppen kommer att analysera resultatet ytterligare för att ta fram förslag till slutsatser och områden som kan leda till ytterligare diskussioner inför kommande beslut.
- Politiker i Fritidsnämnd och Kulturnämnd kommer att bjudas in till seminarium där resultatet presenteras och diskuteras.
- Tjänstemän, politiker, föreningsliv, anordnare/utförare av verksamheter inom fritids- och kulturområdet

samt andra aktörer och intressenter på ungdomarnas arenor kommer att bjudas in till ett seminarium kring undersökningens resultat. Hur resultatet förstås och tolkas, vilka möjligheter som redan idag finns för förbättringar och vilka beslut och förutsättningar som måste till för att uppnå förbättringar kommer att diskuteras.

- Fokusgrupper med ungdomar kommer att genomföras. Dessa gruppintervjuer kommer bland annat att ta upp hur man kan nå ungdomar som inte tar del av det utbud av fritid och kultur som finns idag, hur det befintliga utbudet kan förbättras och vad som mer behövs för att flera ska bli nöjda med sin fritid. Fokusgrupperna kommer även kunna beröra frågor om vilka värden ungdomarna söker med sina olika fritidsaktiviteter.
- Ett antal delrapporter kommer även att redovisas till berörda politiker, tjänstemän och anordnare/utförare av verksamheter. I dessa rapporter kommer vissa frågeställningar och områden att redovisas mera ingående.

Detta projekt har genomförts av en arbetsgrupp med representanter från enheterna Park & Fritid, Kultur & Utbildning, Hållbar utveckling samt Björknäs fritidsgård.

Projektledare Thomas Sass

E-post [thomas.sass@nacka.se](mailto:thomas.sass@nacka.se)



