

”Synpunkt översiktsplan 2015-10143”

Bilaga 1 till Synpunkter från BARNverket

Att ta hänsyn till vid stads- och samhällsplanering:

1. Riskbedömningar saknas utifrån ett barn- och elevhälsoperspektiv (2016)

<http://www.barnverket.se/arkiverade-sidor/riskbedomningar-saknas-utifran-ett-barn-och-elevhalsoperspektiv/#more-7670>

”Det finns ett systemfel i skolväsendets systematiska kvalitetsarbete som riskerar våra barns utveckling, hälsa och lärande. Det saknas nämligen förebyggande riskbedömningar utifrån ett barn- och elevhälsoperspektiv. Forskningen är enig om att barn har kropp, sinnen och en känslig hjärna i utveckling som påverkas av allt från gener och stress till rörelse och nära relationer samt den fysiska miljön.”

2. Staden förtätas – och barnen blir de stora förlorarna.

<http://www.barnverket.se/arkiverade-sidor/staden-fortatas-och-barnen-blir-de-stora-forlorarna/>

Nu planerar många kommuner att förtäta bostadsområden. Men var är barn- och elevhälsoperspektivet? Stora ytor, gärna med naturmark. Det är vad barn och unga behöver för rörelseglädje och återhämtning. De behöver också bullerfria miljöer, bra luft och lagom mycket solljus. Allt detta skapar goda förutsättningar för barns och ungas hälsa och lärande.

3. Bullret i städerna ökar – och barnen blir de stora förlorarna (2016)

<http://www.barnverket.se/arkiverade-sidor/bullret-i-staderna-okar-och-barnen-blir-de-stora-forlorarna/>

Barns och elevers utveckling, hälsa och lärande riskeras med nuvarande lagar och regler för buller vid bostadsbyggande, förtätning och stadsutveckling. Politiker och beslutsfattare saknar ett barn- och elevhälsoperspektiv och tycks inte förstå att barn behöver en bra utemiljö för att må bra och utvecklas optimalt.

4. Grönstruktur och barnens hälsa och lärande (2016)

<http://www.barnverket.se/arkiverade-sidor/gronstruktur-och-barnens-halsa-och-larande/#more-7548>

”Forskningen visar att grönska i barns och tonåringars boende- och skolmiljö är viktig för deras hälsa och utveckling. Grönkan främjar lek och fysisk aktivitet och leder till bättre motorisk och kognitiv utveckling. Dessutom förebygger gröna miljöer aggressiva beteenden och dålig mental hälsa hos barn och ungdomar.”

5. Träna "hjärna" i skolan (2016)

<http://www.barnverket.se/arkiverade-sidor/trana-hjarna-i-skolan/>

Hjärnan är det mest fulländade organet i vår kropp. Den har en fantastisk förmåga att anpassa sig men kräver utmaningar och träning för ett livslångt och framgångsrikt lärande. Därför är det viktigt att skolorna ger möjlighet till daglig fysisk aktivitet och rörelseglädje.

Skolmiljöer bör inbjuda till rörelse och lek. Vi måste hjälpas åt att utveckla förskolor och skolor där vi optimerar förutsättningarna för en framgångsrik skolgång för nutidens och framtidens barn. Men framför allt krävs att de som kan göra skillnad; politiker och beslutsfattare också gör något.

6. Din livsstil styr hur din hjärna fungerar (2016)

<http://www.svd.se/svettas-rejalt-tre-ganger-i-veckan--bli-smartare/om/det-mentala-gymmet>

Ett suveränt skydd mot stress, depressioner och minnesproblem – det är fysisk aktivitet. – Det är dags att vi pratar mer om hur livsstilen påverkar hjärnan.

7. Hjärnstark, (2016)

<http://www.bokus.com/bok/9789173630788/hjarnstark-hur-motion-och-traning-starker-din-hjarna/>

Vill du bli mer stresstålig, må bättre, förbättra ditt minne och bli mer kreativ och intelligent? Se då till att röra på dig!

8. Bra motorik förbättrar inläringen, Uppsala universitet (2016)

<http://www.uu.se/press/nyheter/artikel/?id=7264&typ=artikel>

Spädbarn med bra motorik är bättre på att lösa uppgifter som kräver bra tankeförmåga. Det visar en ny studie gjord vid Uppsala universitets Barn- och BabyLab och som snart publiceras online i den vetenskapliga tidskriften Psychological Science. Det här kan vara ett argument för att satsa mer på idrott i grundskolan och aktiv lek inom förskolan.

9. "Bullret från flyget på Bromma stressar barnen" (2014)

<http://www.barnverket.se/skrivelser-och-uttalanden/bullret-fran-flyget-pa-bromma-stressar-barnen/>

"Flyget på Bromma ska expandera kraftigt. Under den växande bullermattan i Stockholm kommer 11 000 barn vistas i skolor och förskolor. Detta sker utan att beslutsfattarna tagit hänsyn till hur barnens hälsa påverkas av den ökade bullerbelastningen"

10. Barnen och Brommaflygets blogg:

<https://barnenochbrommaflyget.wordpress.com/>

Barnen och Brommaflyget verkar för att minimera negativ påverkan från Brommaflyget när det gäller barns utveckling, hälsa och lärande samt säkerhet.

Barn har kropp, sinnen och en hjärna i utveckling som påverkas av fysiska miljöfaktorer, till exempel buller. Barns hjärnor är känsligare än vuxnas för alla typer av yttre påverkan. Därför är det av största vikt att riskbedömningar och konsekvensanalyser ur ett barnhälsoperspektiv beaktas vid planeringen av förändringar som rör barn. Detta är också viktigt för att följa FN:s barnkonvention, miljöbalken samt arbetsmiljölagen.

11. Stora gröna skolgårdsytor bidrar till att öka skolbarns hälsostatus. (2014)

<http://www.barnverket.se/skrivelser-och-uttalanden/stora-grona-skolgardsytor-bidrar-till-att-oka-skolbarns-halsostatus/>

”Utemiljön i form av tillräckligt stora gröna skolgårdsytor med nivåskillnader är kopplat till flera hälsoaspekter hos barn. Att ha tillgång till vegetation bidrar till mer spontan fysisk aktivitet, god hälsa och vikt, hälsosam solexponering under vår och höst, längre nattsömn samt ökat hälsostatus och välbefinnande för barn, såväl i skola som i förskola.”

12. Motorik ur ett samhällsperspektiv: Finns det tid och rum för barn? (2005)

<http://centrumforidrottsforskning.se/wp-content/uploads/2014/04/Motorik-samhallsperspektiv.pdf>

”Enligt gängse forskning är barns motoriska förmåga betydelsefull både för självuppfattning och för att kunna delta i lek. Detta innebär att barns och ungdomars motoriska utveckling kan ha betydelse för deras psykologiska utveckling, hur deras sociala förmåga utvecklas samt på sikt hur de kan känna sig delaktiga i samhället.”

13. Ut med Språket – lekar som stödjer motorisk och språklig utveckling (2011)

<http://www.folkhalsan.fi/PageFiles/38532/Ut%20med%20spraket%20-%20webb-pdf.pdf>

”Med häng, spring och gung bearbetar och organiserar barnen alla nya intryck och kunskaper som ögon öron och andra sinnen tar in”

”Barn som är ute i naturlig miljö och har tillgång till natur på gården förefaller också vara friskare än barn som i huvudsak vistas inne.”

”Regelbunden fysisk aktivitet kopplas samman med lägre stressnivåer, positiva känslor, gott humör och känsla av tillfredsställelse hos barn och unga.”

”Tillräcklig fysisk aktivitet i ungdomsåren har konstaterats ha ett samband med psykiskt välbefinnande i vuxen ålder.”

”Barn och ungdomar med god motorik uppvisar ofta ett större självförtroende och tillit till den egna kroppens rörelseförmåga, något som har betydelse för den sociala statusen i umgänget med kamrater. Den egna upplevelsen av kroppen har stor betydelse för självkänslan.”

”Barn på dagis och skolor som är rika på natur har bättre motorik, bättre koncentrationsförmåga, har lättare att lyssna på och förstå instruktioner och är bättre på att arbeta tålmodigt med en uppgift. De visade också mindre ofta prov på impulsivitet och farligt beteende.”

2017 01 10

BARNverket