

## MINNESANTECKNINGAR

### Kommittén för hälsa och livskvalitet, möte 8

Dag 3 april 2018  
Tid Kl. 17.15 – 19.15  
Plats STH Kisumu ÖF0, Nacka Stadshus  
Närvarande  
Frånvarande

- 1 **Ordförande hälsar alla Välkomna!**
- 2 **Volontär i Nacka, besök av Nannette Büsgen**

#### Förväntningar från kommitténs ledamöter:

Ny kunskap samt hur kan kommittén kan samverka kring frågor om hälsa och livskvalitet med Volontär i Nacka,

#### Volontär i Nacka - bakgrund:

2008 engagemang hur Nacka kommun kan främja det ideella arbetet i kommunen. Brett uppdrag. Vill visa mångfalden i det ideella arbetet.

#### Volontär i Nacka - uppdraget:

1. Samverkan mellan kommunens utmaningar till civilsamhället och prioritera engagemang som möter våra utmaningar.
  - Uppdrag från KS och FE.
2. Lyssna in civilsamhällets syn på samhällsutmaningar, beskriva dess engagemang och idéer. Systematiskt föra in den kunskapen i kommunorganisationen.
  - Stort fokus på nyanlända och integrationen.
  - Utmaning kring vilka tjänstepersoner är ansvariga för vad.
  - Utmaning att arbeta med organisationen, tydliga gränser, personalomsättning mm.
3. Skapa förutsättningar för invånare att engagera sig i kommunalt finansierad verksamhet.
  - Många gånger lättare att få kontakt med privat aktör än en kommunal aktör.
4. Motivera och entusiasmera verksamheterna att ta emot volontärer
  - Matchningsfunktion ca 110 organisationer söker volontärer. Organisationer måste vara aktiva i att söka volontärer genom att lägga in uppdrag. Matchningsfunktionen nu nedlagd – nu finns all information på hemsidan Volontär i Nacka, samt twitter, instagram och facebook?

5. Möjliggöra för samspelet mellan organisationen och civilsamhället
  - Skapa kontaktytor, nätverka, skapa kontakter mellan olika behov, katalysator, exempelvis mecka cyklar i stadshuset. Hitta lösningar utanför boxen.
  - Exempel: Cykelfrämjandet, Kompis Sverige, Äldrekontakt, bjuder in äldre som upplever att de är ensamma på lite fika
- **Mål:** Främjar det ideella engagemanget - kul – nöjd – mår bra – hälsa – livskvalitet.
- **Fokus:** Samverka förmedla och synliggöra
- **Strategisk:** Olika områden, omvärldsbevakning, alla åldersgrupper och alla samhällssektorer
- **Operativt:** Bygga relationer, hemsida, marknadsföring
- **Nyckel:** Mycket kontakt med alla organisationer, möjligheter och att hitta synergieffekter. Frivilligt, gör det för egen del, oavlönat.
- **Forskning:** Engagemanget konstant över tid, även informella
- **Volontärbyrå:** Varför ville du engagera dig ideellt?

### Volontärer

- Viktigt att vara medveten om att det finns många anledningar till att engagera sig.
- Män ofta inom idrotten och kvinnor ofta inom socialt engagemang. Ofta kvinnor, mitt i karriären, väl ordnad ekonomi.
- Vikten av engagemangets betydelse för hälsan.
- Viktigt att få volontärerna att hamna under organiserad form, för att undvika ”mår så bra för mig själv när jag är behövd”.

### Tips, idéer

1. **Företagsvolontärer** – tex. arbetsförmån likt friskvård
2. **Medarbetare** inför pensionering – HR-specialist informerar och förbereder för ett liv efter jobbet, informerar om vad en kan göra för insats som volontär
3. **Personer** med sjukpenning: stärker personer att må bra av att bidra, underlätta regelverket Försäkringskassan
4. **Arbetssökande:** volontärarbete som merit,
5. **Marknadsföra** Volontär i Nacka i lokaltidningen – lyfta fram goda exempel, gör det enkelt att engagera sig. Ex nu varannan vecka lokalhjalte i Mitt i Nacka.

### Kommentarer utifrån presentationen:

- Inspirerande, mycket större än vad vi trodde innan.
- Fantastisk verksamhet, kan vi sprida att det finns?
- Kan vi komma med nya idéer på samverkan?

### Vad ska kommittén göra

- Sprida kunskapen och aktivt uppmuntra till att gilla Volontär i Nackas facebooksidea.



- Landa information och tänka kring nästa steg med fokus på att sprida informationen.

### 3 Återkoppling GEHL Arkitekter, Hans Lenkert

Offentliga rum. Arkitektföretag från Köpenhamn. Fokus att inspirera personal inom kommunen som arbetar med frågorna.

**Visionen** att bygga en stad där människor vill gå ut och vara i. Fjärma bilarna – planera biltrafiken utanför stadskärnan. Få ut människor på gator och torg och få dem att stanna där. Gränsytan mellan hus och gata ska vara någonting som uppmuntrar till en mjuk och attraktiv övergång, ex plantering, caféstolar, rabatter.

**Konkreta exempel:** Tre exempel på platser som bjuder in människor att vilja vistas utomhus i den offentliga miljön:

1. **Nacka boulevard** efter tvärbanans entré i Nacka, nobelberget till Sickla. En ska vilja gå, sitta och umgås här.
2. **Järla sjö till Saltsjön** – från Bellman till Bowie – under motorvägen – från vatten till vatten, spännande promenad. Finnas något att titta på när en går promenaden.
3. **Runt Forum** – attraktivt och kul att vilja vistas här omkring.

#### Idéer för kommittén:

- Finns det städer som har lyckats med att ha människor att umgås i offentliga miljöer även vintertid?
- Hur länkas den innovativa och inspirerande konsten i offentliga miljön med snöröjning och underhållskostnader.
- Olika nivåer för gångtrafikanter, cyklar och bilar. Hur underhålls det som planeras – vad kostar underhållet under flera år framöver.
- Vill gärna se mer fokus på tillgängligheten för äldre.
- Hur får vi in naturen i staden vs hur får vi ut människor på gator och torg, och vilja stanna där och vara där länge. En levande stad året runt.

### 4 Tre idéer från Jämställd och jämlik

Rapporten Jämställd och jämlik återfinns här: <http://www.stockholm.se/idrott/forskning>

- Bekräftelse att läsa rapporten. Föds in i socialt sammanhang som styr många av de val vi gör i livet.

**Idé 1:** Minska rädslor i det offentliga rummet genom att ex skapa ljus överallt – gatlyktor som har rätt ljus.

- Sid 96: Rädslor kopplad till psykisk ohälsa

**Källor:** Birgitta Andersson: hur gör flickor i stadsrummet när de är ute själva. En utvecklad strategi för att kunna vistas i det offentliga rummet. Risk som har med kroppen att göra, förväntas ta ansvar för sin egen säkerhet. Tänker på tiden, hur de klär



sig, undviker, går så de efterliknar män med ordentliga skor för att kunna springa fort. Undviker trånga obefolkade områden, att synas. Konsekvensen att flickor och kvinnors rörlighet blir begränsade.

**Diskussion** kring hur vi alla utvecklar strategier utifrån rädsla att röra sig i offentliga rum.

**Idé 2:** Mer aktiviteter i skolan utomhus, ex fritids i naturen – alla ska med!  
Diskussionspromenader. Mer samarbete mellan skolan och föreningslivet.

- Minska steget in i föreningslivet för de som inte naturligt tar steget in. Ggenom ex att skolor samarbetar mer. Ex bild med kulturföreningar, idrott med idrottsföreningar etc.

**Idé 3: Flickor och kvinnor.** Fokus Hur stimulerar kommunen andra föreningar än idrottsföreningar? Marknadsföra utåt föreningar som baseras mer på vad som intresserar kvinnor och flickor. Titta på vilka föreningar som lockar många unga flickor – lär av dem och sponsra dessa mer. Kvällsaktiviteter för äldre ungdomar. Hålla kostnaderna nere.

**Idé 5: Spontanidrotten.** Flickor och kvinnor väljer utegym, löpning, även agility. Vilken spontanidrott lockar kvinnor, hur gör vi dem säkra.

**Idé 6:** Stimulera **biblioteken** att göra mer som fångar unga flickor.

- Genusfråga män genom sporten och tjejer blir kvinnor genom det sociala samspelet.

## 5 Återkoppling från genomförda presentationer av kommittén

- Kommitténs uppdrag är att föra in och lyfta medvetenheten om vikten av att inkludera hälsa och livskvalitet i de sammanhang vi rör oss. Kommittén behöver sprida förhållningssättet snarare än att presentera kommittén och dess arbete. Kan exempelvis föra en diskussion kring vad är hälsa och livskvalitet för er, vad vill vi prioritera i Nacka mm.

## 6 Övriga aktuella frågor

YAM - Youth aware of mental health Helena H

## 7 Nästa möte - Volontär i Nacka

Fokus nästa möte: förslag besöka Knarrnäs, daglig verksamhet  
Vem gör vad till nästa möte? Spaning?

Vad tar vi till våra partigrupper?



Sprida och lyfta vikten av att ta hälsa och livskvalitet som en naturlig del i samhällsutvecklingen, på alla nivåer.

Sprida kunskap om Volontär i Nacka, uppmuntra till att gilla facebooksidan.