



# Idrott och fritid

Ewa Wennmark, Sten Larsson

Stadsbyggnadsförvaltningen

16 februari 2016

# Idrotts- och fritidspolitiskt program

## I Uppsala kommun

- ska alla Uppsalabor, utifrån sina personliga förutsättningar och önskemål, ha möjlighet till en meningsfull, utvecklande och hälsofrämjande fritid
- ska den fysiska miljön och stödsystemen utformas så att största möjliga tillgänglighet, jämlikhet, jämställdhet och likvärdighet uppnås där ingen typ av fritidsverksamhet diskrimineras
- ska särskilda ansträngningar göras
  - så att alla barn och ungdomar ges möjlighet att tidigt grundlägga goda levnadsvanor när det gäller fysisk aktivitet
  - för att fysisk aktivitet, rekreation och naturupplevelser ska bidra till **ökad livskvalitet och hälsa långt upp i åldrarna**
  - för att handikappidrott ska ges samma förutsättningar som annan idrott
  - för att nå de grupper där hälsan mest behöver förbättras

# Kultur och fritidsvaneundersökning 2015

- Totalt antal svar: 2098
- Varav 65 – 84 år: 394
  
- Ny fritidsvaneundersökning 2018



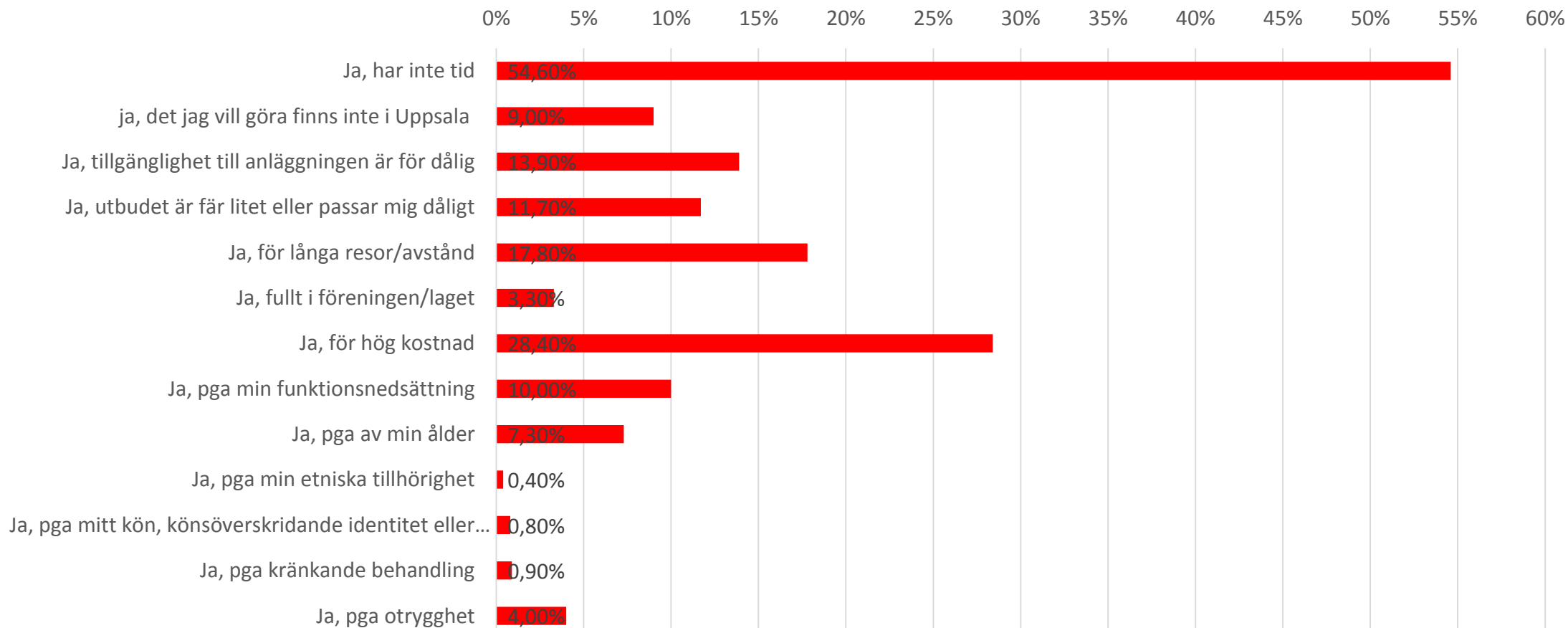
# Hur ser du på möjligheten att i Uppsala kunna motionera/idrotta och vara fysiskt aktiv?

	Totalt	65 - 84 år
Missnöjd	4%	4%
Neutral	40%	35%
Nöjd	56%	61%

# Hur nöjd är du med din egen fritid?

	Totalt	65 – 84 år
Missnöjd	5%	2%
Neutral	43%	29%
Nöjd	53%	70%

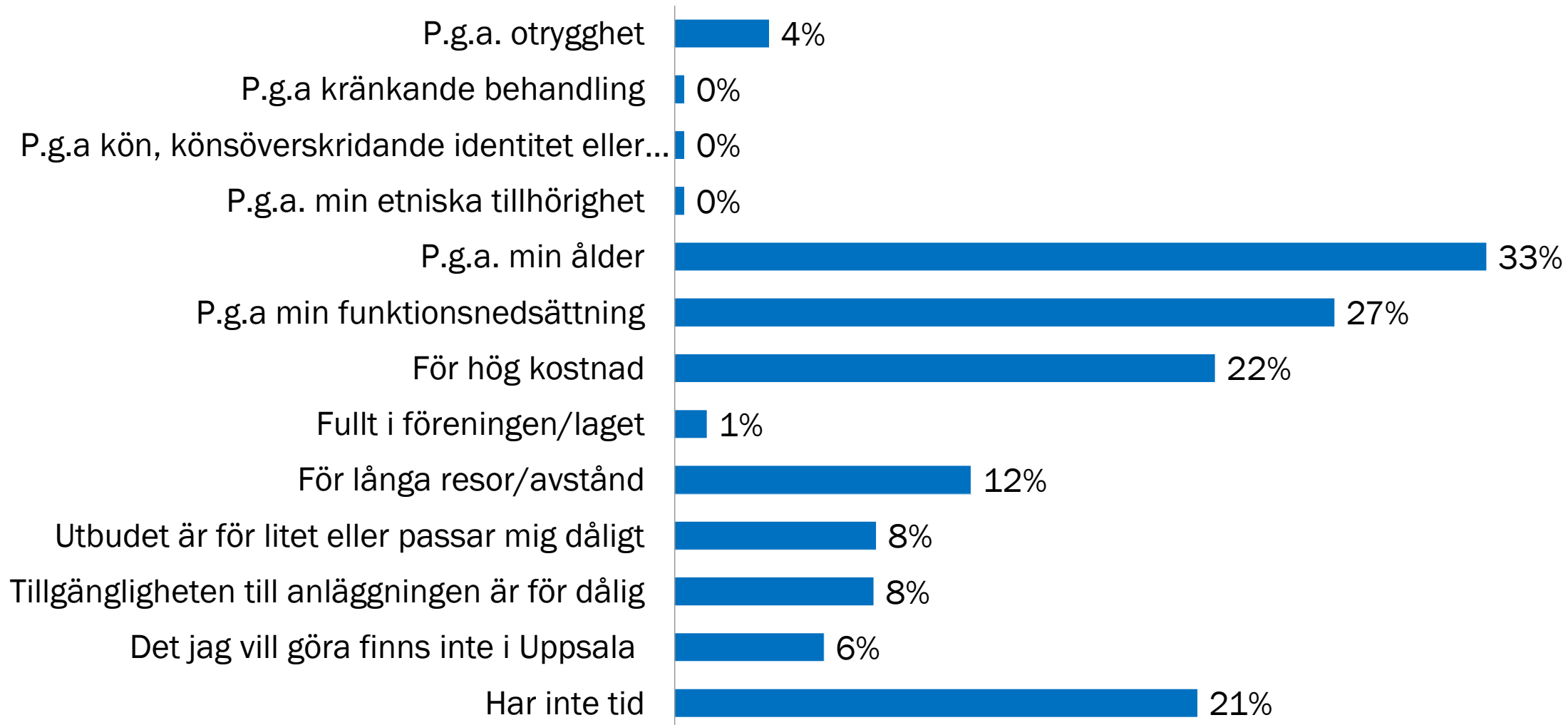
# Är det något som du känner dig förhindrad att utöva/besöka så mycket som du skulle vilja?



Bas 1306 = de som känner sig hindrad av något vilket är 63 % av alla. Vilken aktivitet som avses varierar kraftigt varför vi hänvisar till de öppna svaren som bifogas i klartext

# Är det något som du känner dig förhindrad att utöva/besöka så mycket som du skulle vilja?

179 svar = 45 % av totalt antal svar





# Verksamhetsplan 2018 Mål och budget

- Öka medvetenheten kring äldres behov.
- Säkerställa att äldres behov av fysisk aktivitet beaktas vid planering av aktiviteter och anläggningar.
- Utbudet av aktiviteter och anläggningar för äldre ska följa de demografiska trenderna.
- Öka nyttjandet av anläggningar för gruppen genom marknadsföring och tillgänglighet främst dagtid

# Så här arbetar vi

- Lokalförsörjningsplanering för kommunens samlade lokalbehov
- Samverkan för utveckling av allaktivitetsplatser
- Anpassning av anläggningar – vad är behoven?
- Tillgång till anläggningar – lokalbokning och regelverk
- Stöd till föreningar – En väg in. Föreningsbidrag , lokalsubvention
- Information till målgruppen

# Träningsapp i stadsskogen



## Promenad



- Start promenad stopp 1
- Vi startar med att värma upp kroppen. Det gör vi med en lätt fartlek.
- Promenera 20 steg i vanligt tempo och öka sedan farten på följande 20 steg. Upprepa sedan detta fram till nästa station.