



Johan Hallberg



Ställ om för framgång

– med hälsofrämjande processer som drivkraft för miljömål och hållbar utveckling



Denna kortversion av *Ställ om för framgång* orienterar läsaren i ämnet men rymmer även frågor att reflektera över. I presentationen av *Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling* följer dessutom en del arbetsfrågor med som gör att materialet är lämpligt att använda för t.ex. verksamhetsutveckling.

Om RUS

RUS står för Regional Utveckling och Samverkan i miljömålssystemet och svarar för gemensamma uppgifter och samordning i det regionala miljömålsarbetet, särskilt mellan länsstyrelserna och Skogsstyrelsen på regional nivå, men också andra berörda parter, framför allt nationella myndigheter och kommuner samt SKL.

Viktiga delar av arbetet är:

- miljömålsens integrering och användning i åtgärdsarbetet,
- regional årlig uppföljning, indikatoruppdateringar och fördjupad utvärdering,
- utveckling av miljömålsuppföljning och miljöinformationsförsörjning,
- revidering av regionala mål,
- information, kommunikation och gemensamma arrangemang.

RUS finansieras av anslag via Naturvårdsverket.

För mer information om RUS hänvisas till

www.rus.lst.se.

Titel: *Ställ om för framgång – med hälsofrämjande processer som drivkraft för miljömål och hållbar utveckling*

(består av del 1 En guide, del 2 En fördjupning och Kortversion)

Utgivare: RUS (Länsstyrelserna i samverkan) och Landstinget Dalarna, mars 2017

Författare: Johan Hallberg, Landstinget Dalarna

Layout: Mimmi Fhors

Omslag: Illustrationer av Sveriges miljömål (ill. Tobias Flygar), Folkhälsopolitikens målområden, FN:s globala hållbarhetsmål och Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling (ill. Ania Witwitzka).

Rapporten kan laddas ner från Länsstyrelsen Dalarnas webbplats: www.lansstyrelsen.se/dalarna/publikationer.

Eller från RUS webbplats: www.rus.lst.se

Den kan även beställas från Länsstyrelsen Dalarna, telefon 010 22 50 000.

Rapportnummer: 2017:04

Ingår i serien Rapporter från Länsstyrelsen i Dalarnas län, ISSN: 1654-7691.

Ställ om för framgång –

med hälsofrämjande processer som drivkraft för miljömål och hållbar utveckling

Materialet består av tre separata delar:

Del 1. En guide

Del 2. En fördjupning

Kortversion med reflektionsfrågor

Projektägare:

Magnus Eriksson, RUS

Projektledare och författare:

Johan Hallberg, Landstinget Dalarna

Deltagare i projektgruppen:

Ann-Margrethe Iseklint, Umeå kommun

Per Hänström, Umeå kommun

Maria Nilsson, Landstinget Västerbotten

Ursula Furtig, Ludvika kommun

Bo Staaf, Ludvika kommun

Margareta Bolmgren, Borlänge kommun

Per-Albin Dahlström, Borlänge kommun

Eva Mikaelsson, Länsstyrelsen i Västerbotten

Marie Vallin, Länsstyrelsen i Västerbotten

Våra samhällen befinner sig, som alltid, i förändring. Stora processer som globalisering, migration och urbanisering omformar hela vår värld. Samtidigt som väldigt många får det bättre pågår förändringar som varnar om allvarliga konsekvenser av den pågående utvecklingen. Problemen är globala, intimt sammankopplade och rör sådant som miljö och klimat, människors livsvillkor och det ekonomiska systemet.

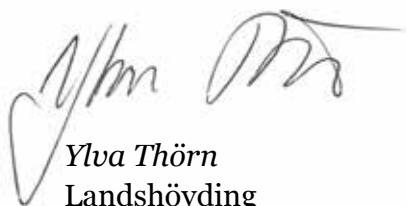
Det blir allt mer angeläget att skapa en bred förankring av innebörden i begreppet hållbar utveckling och att finna vägar genom vilka arbetet för ett hållbart samhälle kan fördjupas och omfatta hela samhället och alla sektorer för att påverka utvecklingen i en mer hållbar riktning.

I detta material lyfter författaren fram ett perspektiv som vi finner är värt att uppmärksamma. Att ta fasta på den kraft som finns i människors vilja att leva bra liv och låta den kraften få komma till sin rätt i det gemensamma bygget av vår gemensamma framtid borde vara en självklarhet. Ett framgångsrikt ledarskap äger förmåga att skapa förutsättningar för välfungerande samverkan och en självklar känsla av delaktighet. Med ett sådant ledarskap ökar förutsättningarna för den sociala sammanhållning som krävs, lokalt och globalt, för att utveckla den gemensamma förmågan att hantera de utmaningar vi står inför tillsammans, lokalt och globalt.

Guiden är ett resultat av projektet *Hälsofrämjande processer som drivkraft för miljömål och hållbar utveckling*. Initiativtagare är RUS, länsstyrelsernas samverkansorgan i det regionala miljömålsarbetet. RUS bidrar med detta projekt till att tydliggöra vikten av helhetssyn – systemsyn – i social och fysisk samhällsplanering för att möjliggöra en integrering av miljömål, folkhälsomål, ekonomiska mål och andra angelägna samhällsmål. Materialet har tagits fram i Dalarna i samarbete med projektdeltagare från Västerbotten och vissa nationella nätverk.

Det är inte vår roll att stå bakom alla förda resonemang och slutsatser i detta material men vi finner resultatet mycket intressant. Det ger verktyg till det praktiska arbetet och inspirerar till handling samtidigt som vi behöver respektera att det representerar ett kunskapsområde som är under utveckling.

Vi vill ändå uppmuntra läsaren av detta material att föra in eller vidare utveckla det presenterade perspektivet i sitt eget arbete och sin egen verksamhet för att på så sätt bli en del av kunskapsutvecklingen och kunskapsspridningen av förståelsen av hälsofrämjande processer och vad de kan betyda för en hållbar samhällsutveckling.



Ylva Thörn
Landshövding
Dalarnas Län



Gunnar Barke
Landstingsstyrelsens ordförande
Landstinget Dalarna

INNEHÅLL

Hur materialet ska läsas	4
Omställning för framgång	7
Hälsofrämjande processer – vad är det?	15
Svenska mål för framgång	19
Agenda 2030 ska förverkliga de mänskliga rättigheterna	26
Ett fåtal basala livsområden förklarar både människors hälsa och samhällets hållbarhet	31
Hälsofrämjande som strategi för hållbar utveckling	35
Åtta basala livsområden blir Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling	39
Det hälsofrämjande perspektivet i praktisk tillämpning	
Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling	45
Mer kroppsrörelse i vardagen	46
Grönare mat på tallriken	50
Plats för föräldraskapet	54
Plats för mänskliga möten	58
Balansera stressen	62
Närhet till naturen	66
Närhet till kulturen	70
Hälsofrämjande – universell princip för all verksamhetsutveckling	74
Landmärkesmodellen är ett hjälpmedel	89
Landmärkesmodellen möter de nya kraven på samhällsstyrning, ger handlingskompetens och kan skapa ökad acceptans för nödvändiga beslut.	100
Litteratur som visar vägen	103

Ett nytt förhållningsätt

Ställ om för framgång består av tre delar som på olika sätt lotsar läsarna till ett nytt förhållningsätt och ett nytt perspektiv i arbetet för en hållbar samhällsutveckling. Det tar sin utgångspunkt i mänskliga basala behov och vikten av att möta dessa för att kunna bygga ett hållbart samhälle – de hälsofrämjande processerna är centrala.

som omvandlar,

Materialets främsta syfte är att göra arbetet för ett hållbart samhälle mer tillgängligt för många fler (alla). Det sker genom att omvandla det komplexa och abstrakta begreppet *hållbar utveckling* till något vardagsnära, relevant och universellt. Detta erbjuds via det hälsofrämjande perspektivet.

som öppnar upp,

Ställ om för framgång beskriver det hälsofrämjande perspektivet som en ingång till frågan om hållbar utveckling och hur det möjliggör en integration av hållbarhetsbegreppets sociala, ekologiska och ekonomiska dimensioner. Det öppnar upp för en bred uppslutning kring viktiga samhällsfrågor.

som förenar flera angelägna mål,

Med hälsofrämjande processer som drivkraft för hållbar utveckling kan FN:s hållbarhetsmål i Agenda 2030, de nationella miljömålen, folkhälsopolitikens målområden och frågan om hållbar tillväxt förenas i ett perspektiv som är allmänt gångbart. Det möjliggör ett inkluderande förhållningsätt som gör att arbetet för en rad angelägna samhällsmål blir tillgängligt på ett helt nytt sätt.

som utvecklar

Hälsofrämjande processer som även främjar miljömål och hållbar utveckling förekommer redan idag i de flesta samhällsfunktioner och sociala sammanhang. Med ökad medvetenhet kring hälsofrämjande processers betydelse för ett hållbart samhälle är det rimligt att vänta sig ökat intresset för att identifiera, förstärka och utveckla dessa processer ytterligare. På detta sätt skapas en *god spiral* i arbetet för ett hållbart samhälle.

och underlättar arbetet för ett framgångsrikt samhälle.

Hälsofrämjande processer som drivkraft för hållbar utveckling underlättar för framtidens ledarskap, för samling kring gemensamma mål och för en självklar känsla av delaktighet i arbetet för ett framgångsrikt samhälle.

Men, det är bara en guide

Del 1 är enklare skriven och lyfter fram en del praktiska tillämpningar av perspektivet medan Del 2 är en fördjupande kunskapssammanställning. Materialet förklarar begrepp som hälsofrämjande, hälsofrämjande processer och hur dessa kopplar till hållbar utveckling och ett brett arbete för angelägna samhällsmål. Kortversionen både sammanfattar och kan fungera som ett arbetshäfte för reflektioner i enskildhet eller i grupp.

utan anspråk på att ge svar på alla frågor

Del 1 belyser hur en rad nationella myndigheter, flera sektorer och sektorsövergripande verksamheter på olika sätt redan idag stöder omställningen till ett hållbart samhälle. Detta är exempel där det hälsofrämjande perspektivet är påtagligt närvarande. Guiden har alltså inte för avsikt att i sak nämna och beskriva alla angelägna frågor och utmaningar samhället står inför.

fast ändå erbjuda en universell metodik

Guiden presenterar även ett hjälpmedel för detta arbete – *Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling*. Det är ett enkelt hjälpmedel som ökar möjligheten att kommunicera och arbeta med frågan om hållbar utveckling på sätt som är inkluderande och relevanta för såväl beslutfattare, professioner som befolkning – samtidigt.

Allra sist i Del 1 beskrivs några olika modeller för hur landmärkesmodellen kan användas som analysverktyg för att bland annat finna möjligheter till utveckling och samverkan på området.

En varning!

Risken finns att de till synes enkla landmärkesformuleringarna tolkas med ett ensidigt fokus på individuella hälsobeteenden. Det vore olyckligt.

Landmärkesmodellen får sin viktigaste betydelse i sammanhang där det finns behov av bred förståelse för betydelsen av strukturella faktorer och vikten av att skapa samhällsliga förutsättningar för god hälsa på lika villkor för hela befolkningen och därigenom verka för en hållbar samhällsutveckling. Samhällets sektorer – offentlig, privat och civil – bör genom samverkan eftersträva förutsättningar som underlättar och stöder göranden och ageranden som främjar både människors välbefinnande, hälsa och en hållbar samhällsutveckling – lokalt och globalt.

Med ett systematiskt hälsofrämjande arbete

Potentialen till ett framgångsrikt hållbarhetsarbete med hälsofrämjande processer som drivkraft för hållbar utveckling ligger i ett brett och systematiskt hälsofrämjande arbete i hela samhället och i alla sektorer. En viktig utgångspunkt i arbetet är förståelsen av den enskilda individens djupaste drivkraft för agerande, essensen av de mänskliga rättigheterna och hur dessa hänsynstaganden är grundvillkor för framgång i samhällsbygget.

blir verksamheten effektivare och en aktör för hållbar utveckling.

Ett viktigt steg handlar om att känna igen vad hälsofrämjande processer är och identifiera dem där de förekommer. Ett annat steg är att samhällsaktörer på alla nivåer och i alla sektorer utvecklar förmåga att stödja, stimulera och förstärka hälsofrämjande processer. Det leder till ökad effektivitet och kvalitet i de egna verksamheterna och utvecklar sig alltså till en fråga om framgång för den egna organisationen. Men genom att förstärka de hälsofrämjande processerna i den egna organisationen blir man som organisation även en aktör för hållbar utveckling och bidrar till de samhälleliga förutsättningar som skapar stödjande miljöer och hållbara lokalsamhällen.


Arbetet med att ta fram denna guide med tillhörande kunskapssammansättning har skett med stöd från länsstyrelsernas samverkans organ RUS, Regional utveckling och samverkan i miljömålssystemet, tillsammans med Landstinget Dalarna. I bakgrunden finns alltså ett intresse av att förstärka arbetet för de nationella miljömålen genom att bredda basen av aktörer som kan finna sig vara delaktiga i detta arbete. För att kunna uppnå det är guiden mycket tydlig med att de nationella miljömålen behöver placeras i ett större sammanhang och förenas med en rad andra angelägna samhällsmål. Ur en sådan förståelse av den komplexa helheten motiveras ett kompetent ledarskap att skapa goda förutsättningar för fungerande samverkan och en självklar känsla av delaktighet.

Omställning för framgång

Både lokala och globala miljöproblem är konsekvenser av människors agerande, av människors sätt att fungera, tänka och känna. Miljöfrågorna behöver därför, mycket mer än vad som sker idag, hanteras utifrån en förståelse av det specifikt mänskliga.

En av de starkaste drivkrafterna för mänskligt agerande är individens strävan efter välbefinnande och att undvika obehag, men det är en drivkraft som både skapar problem och möjligheter. Problem uppstår när människor i sin strävan efter välbefinnande tillgodoser sina egna behov utan hänsyn till, eller vilja att erkänna, andra människors grundläggande essentiella behov. Det speglas till exempel i ohållbara konsumtionsmönster, statusjakt, social exkludering, främlingsfientlighet m.m. De positiva möjligheterna uppstår när mänskliga basala behov tillgodoses på sätt som både främjar välbefinnande, hälsa, och en hållbar samhällsutveckling. När så sker kan strävan efter välbefinnande fungera som en av de viktigaste drivkrafterna för hållbar utveckling. Det är dessa möjligheter denna guide ska belysa.

Som konsekvenser av mänskligt agerande ska miljöproblem inte ses som isolerade förlopp. Miljömål behöver därför integreras med både sociala och ekonomiska mål. Generationsmålet i det svenska miljömålssystemet ställer krav på en samhällsomställning som syftar till att möta de basala behoven i hela befolkningen nu och långt in i framtiden. Det är ett krav som stöds av allt mer forskning på området och som betonar vikten av helhetssyn – systemsyn – i utformningen av samhällets arenor och verksamheter för att möjliggöra integrering av flera angelägna samhällsmål.



Människans strävan
efter välbefinnande
skapar problem,
men är också en av de
viktigaste drivkrafterna för
hållbar utveckling

Avgörande för möjligheterna att nå en hållbar samhällsutveckling är de offentliga, de privata och de civila samhällsaktörernas *gemensamma förmåga* att skapa de samhälleliga förutsättningar som krävs för att möta mänskliga basala behov. Det är i en sådan samverkansprocess som helhetssyn och integrerade målsättningar får en reell betydelse.

Denna guide belyser hur denna helhetssyn och integrering av flera angelägna samhällsmål görs möjlig genom att systematiskt stödja och stimulera de *hälsofrämjande processer* som stödjer en hållbar samhällsutveckling – ekonomiskt, socialt och ekologiskt.

I guiden presenteras *hälsofrämjande* som en universell och integrerande princip som bör ha en central plats i alla strategier i bygget av ett hållbart samhälle – av ett framgångsrikt samhälle.

Ett framgångsrikt samhälle – vad handlar det om?

Människan är en samhällsbyggare. Genom samhällsbygget uppnås lösningar som möter många olika behov som annars skulle vara svåra att tillgodose. Det är rimligt att som samhällsbyggare eftersträva framgång. Frågan är hur framgång ska definieras utan att man landar i subjektiva uppfattningar och olika särintressens syn på framgång? Att samhällen kan vara mer eller mindre framgångsrika i sin konstruktion och i vad de åstadkommer står i alla fall helt klart. Vägen till ett framgångsrikt samhälle kan också se väldigt olika ut i olika delar av världen. Det kan finnas flera sätt att lösa samma problem.

Utifrån själva syftet med samhällsbygget kan man säga att ett framgångsrikt samhälle förstärker förmågan hos hela dess befolkning att, genom både individuella och kollektiva ageranden, sträva mot mål som är viktiga i livet. Mot denna bakgrund är befolkningens hälsoutveckling en indikator på kvaliteten i dessa förmågor. Sjukdomsburda och förväntad livslängd är mått som avspeglar de samhälleliga förutsättningarna för hälsa och välbefinnande hos en befolkning. Det är också mått som dels låter sig mätas och följas förhållandevis enkelt och dels är relativt neutrala och okontroversiella att använda för att jämföra olika samhällens grad av framgång.

*..ett framgångsrikt samhälle
förstärker förmågan hos hela
dess befolkning att, genom
både individuella och kollektiva
ageranden, sträva mot mål
som är viktiga i livet.*

Angelägna samhällsmål såsom miljömål, folkhälsomål, ekonomiska mål och hållbarhetsmål är i samtliga fall målsättningar som syftar till att skapa framgångsrika samhällen hos oss själva utan att försvåra samma process på andra håll i världen. Det är målsättningar som bland annat står för att människan som samhällsbyggare inte gör avkall på ambitionen att hela befolkningen och framtida befolkningar, nära och långt borta, ska få sina grundläggande behov tillgodosedda och förstärka sina förmågor att sträva mot mål som är viktiga i livet.

Det hållbara samhället är det framgångsrika samhället

I guiden används den traditionella beskrivningen av hållbar utveckling i tre dimensioner – den ekologiska, den ekonomiska och den sociala. Dessa utgör en integrerad helhet. Ekologin sätter ramarna för mänskliga aktiviteter. Ekonomin handlar om god hushållning av de medel som finns att tillgå i samhällsbygget. Den sociala dimensionen, slutligen, motsvarar många av de mål som människor upplever som viktiga i livet.

Samhällets förmåga att stärka sin befolkning att sträva mot mål som är viktiga i livet speglas inte minst i hälsans fördelning i samhället. Är den jämlik eller ojämlig? Internationella organisationer som WHO, IMF, FN och EU konstaterar att skillnader i hälsa mellan grupper är skadliga för samhället och beror på ojämlika men åtgärdbara förhållanden i fördelningen av pengar, makt och andra resurser. Det handlar om resurser som möter upp mänskliga basala behov och som själva samhällsbygget är till för att tillgodose. Det är dels yttre resurser såsom friska ekosystem, en hälsosam livsmiljö, stödande miljöer, socialt kapital och ekonomiska resurser dels inre resurser som tillit, kompetens, framtidstro, känsla av delaktighet, meningsfullhet och gemenskap. En ojämlig fördelning av dessa och andra resurser ger en ojämligt fördelad hälsa. Det underminerar det sociala kontraktet – ”jag ställer upp för samhället och samhället ställer upp för mig” - och tär på den sociala hållbarheten. Ett framgångsrikt samhälle har förmåga att uppnå en jämlik fördelning av dessa resurser. Ett framgångsrikt samhälle är ett hållbart samhälle.

Ekologisk hållbarhet

Friska ekosystem & hälsosam livsmiljö

Planeten har gränser som bör respekteras för att den mänskliga tillvaron inte ska försvåras av en människofientlig livsmiljö. Naturen sätter ramar för vad som är ett säkert handlingsutrymme för mänskliga aktiviteter.

Ekonomisk hållbarhet

God hushållning av resurser Framtidstro & Sund företagsamhet

Det ekonomiska systemet hanterar de medel, resurser och kapital som brukas för att driva samhällen som respekterar naturens ramvillkor och möter mänskliga basala behov.



Hallberg, 2010

Social hållbarhet

Utvecklingsvänligt och jämlikt samhälle där de mänskliga behoven uppfylls

Det framgångsrika samhället, som de allra flesta önskar leva i, kännetecknas av att det förstärker förmågan hos dess befolkning att, genom både individuella och kollektiva ageranden, sträva mot mål som är viktiga i livet. Den sociala dimensionen av hållbar utveckling är en nyckelkomponent i bygget av det hållbara samhället och involverar alla människor och hela samhället.

Figur 1. Hållbar utveckling i tre oskiljaktiga dimensioner integrerade i varandra.

Hållbar utveckling – en komplex helhet

Hållbar utveckling är komplext. Det komplexa kännetecknas av att det kända och det okända är närvarande samtidigt. Det som är komplext är därmed omöjligt att förstå i sin helhet. Det är ändå viktigt att äga en rimlig förståelse för tillvarons komplexitet. En sådan rimlig förståelse utvecklas genom att man först och främst bejakar det komplexa. Det sker bland annat genom att acceptera samhällets hållbarhetsutmaningar och skaffa sig en vana och olika hjälpmedel för att försöka förstå och hantera den komplexa helheten.

För att kunna hantera komplexa helheter som till exempel en hållbar samhällsutveckling behöver man kunna kommunicera det komplexa. För att kommunicera komplexa helheter är den kunskapssyn – den reduktionistiska – som dominerat det moderna samhällsbygget inte längre tillräcklig. Att dela upp världen i småbitar och lösa varje problem var för sig har varit framgångsrikt, en tid. Nu krävs ett kompletterande förhållningssätt till kunskap i vår förståelse av människan och samhället. Det behövs en kunskapskultur som förmår hantera den komplexa helheten och som på ett naturligt sätt ger utrymme för ett större sammanhang för det offentliga samtalet där flera olika perspektiv på tillvaron får plats. Det hälsofrämjande perspektivet erbjuder detta större sammanhang. Med en sådan kunskapssyn – den holistiska – ges möjlighet för alla att känna igen vad som är viktigt, att lättare samspeja med andra från andra sektorer och kunskapskulturer, att utveckla en starkare känsla av sammanhang samt att tydligare se sin egen och andras betydelse för den större uppgiften att verka för hållbar utveckling, det vill säga, ett framgångsrikt samhälle.

I en holistisk kunskapskultur intresserar man sig för:

- **Syntes** - Istället för att dela upp världen i små bitar som gör att överblicken går förlorad sätts kunskap samman och leder till ny integrerad kunskap som berättar mer än varje del för sig.
- **Metaforer och bilder** – Här ryms information som vi kan ta till oss utan att behöva läsa omfattande texter eller i detalj studera det fenomen vi står inför. Vi förstår snabbt vad det handlar om och informationen är lätt att kommunicera.
- **Inlevelse** – Genom vår förmåga till inlevelse deltar vi i själva upptäckten eller undersökningen av det fenomen vi närmar oss.
- **Igenkännande** – I en holistisk kunskapskultur är kunskapen om det specifikt mänskliga i fokus. I bygget av ett hållbart samhälle är alla våra erfarenheter, våra svagheter och våra styrkor betydelsefulla och hjälper oss att hitta de verktyg vi behöver och för att öka känslan av delaktighet.
- **Kärnfrågan** – Vad handlar det om, egentligen? Det finns alltid en mängd detaljer som vi i våra olika roller kan ägna oss åt att undersöka och verka för, men i den holistiska kunskapskulturen förenas vi i förståelsen av själva kärnfrågan.
- **Känsla av sammanhang** - Ett resultat av en utvecklad holistisk kunskapskultur är således en ökad möjlighet till kommunikation, inlevelse, igenkännande, förståelse av och delaktighet i de gemensamma uppgifter en befolkning står inför.

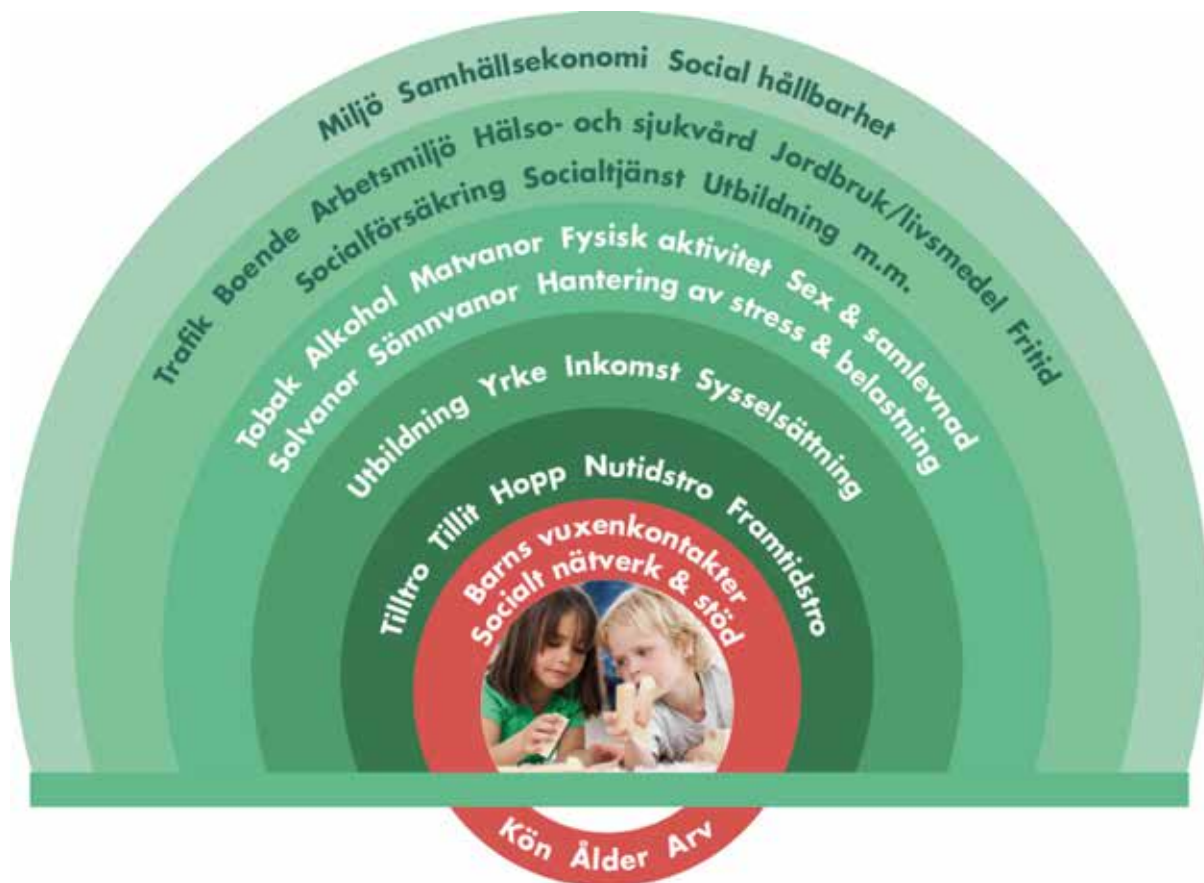
Hälsofrämjande processer – vad är det?

1986 i Ottawa höll Världshälsoorganisationen (WHO) den första internationella konferensen inom kunskapsområdet *hälsofrämjande*. Genom den s.k. Ottawadeklarationen antogs en definition av begreppet hälsofrämjande som ”den process som gör det möjligt för människor att öka kontrollen över, och förbättra sin hälsa...och därmed leva ett aktivt och produktivt liv för att uppnå välbefinnande och livskvalitet”.

1998 formulerade The Nordic Health Promotion Research Network en något utvecklad definition av begreppet som ”den process som möjliggör för individer, grupper, organisationer och samhällen att öka kontrollen över de faktorer som påverkar hälsan och därigenom förbättra den”.

Människors hälsa bestäms av många olika individuella, sociala, ekonomiska och miljömässiga faktorer, figur 2.1. Det är faktorer som kan fungera som resurser för individen eller som risker. Om dessa fungerar som resurser som stödjer människors utveckling av hälsa och välbefinnande ingår de i en hälsofrämjande process. Resurserna kan vara individuella färdigheter och tillgångar (inre) eller finnas i omgivningen (yttre).

Hälsofrämjande processer innebär en förstärkning eller mobilisering av dessa inre och yttre resurser hos samhälle, organisationer, grupper och individer vilket gör det möjligt för människor att öka kontrollen över sin hälsa och förbättra den.



Figur 2.1. Till hälsans sociala bestämningsfaktorer hör de faktorer som ses ovanför den gröna linjen. De är i samtliga fall påverkbara genom samhälleliga insatser. Deras kvalitet och betydelse för människors hälsa och välbefinnande är konsekvenser av den sociala konstruktion som det mänskliga samhället utgör. Det gäller såväl sociala, ekonomiska, miljömässiga, psykologiska och beteendemässiga faktorer. Fritt efter Dahlgren & Whitehead (1991).

Sju grundläggande principer som ska styra det hälsofrämjande arbetet (WHO 2001)

Empowerment – göra det möjligt för individer och samhällen att vinna makt över hälsans bestämningsfaktorer, såväl individuella, socioekonomiska som miljömässiga faktorer.

Delaktighet – involvera de som berörs i alla stegen av planering, implementering och utvärdering av det hälsofrämjande arbetet.

Helhetssyn på hälsa – förstå att hälsa rymmer såväl fysiska, psykiska, sociala och existentiella dimensioner.

Tvärsektoriellt arbete – verka för ett effektivt samarbete mellan intressenter från alla relevanta sektorer

Jämlikhet – förstå betydelsen av, och ledas av jämlikhet och social rättvisa

Vidmakthållande – eftersträva förändringar som individer och samhällen kan bibehålla när de inledande satsningarna är över

Multistrategiskt – kombinera en variation av ansatser såsom policyarbete, organisationsutveckling, samhällsplanering, lagstiftning, opinionsbildning, utbildning och kommunikation.

Hälsofrämjande processer förekommer i många olika sammanhang. Det är inte alltid medvetna processer utan ofta en naturlig del av den mänskliga tillvaron.

Kunskap om hälsofrämjande processer och deras betydelse för samhällsutvecklingen behöver ges större utrymme i underlag för beslutsfattande och samhällsplanering än idag.

Med hälsofrämjande arbete menas en övergripande ansats att arbeta för sociala förändringar med syfte att förbättra människors hälsa och välbefinnande. Hälsans sociala bestämningsfaktorer är därför ett centralt kunskapsområde i det hälsofrämjande arbetet, vilka de är och hur de kan påverkas.

Det är angeläget att leda bort från ett allt för stort fokus på individuellt hälsobeteende och ersätta det med en bred förståelse för vikten av att skapa samhällsliga förutsättningar för god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.

Det är angeläget att leda bort från ett allt för stort fokus på individuellt hälsobeteende och ersätta det med en bred förståelse för vikten av att skapa samhällsliga förutsättningar för god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.

Svenska mål för framgång

Sveriges riksdag har antagit 16 svenska miljö kvalitetsmål och 11 målområden för folkhälsa som understryker vikten av helhetssyn i samhällsplaneringen. Sveriges regering har även antagit målen för Europa 2020-strategin Smart hållbar tillväxt för alla. Dessa nationellt antagna mål bidrar till att bredda kunskapsbasen och förstärka systemförståelsen inom alla samhällssektorer och på alla nivåer. Kort sagt, de bidrar till att underlätta hanteringen av den komplexa helheten i svensk offentlig förvaltning, näringsliv och civilsamhälle. Eller snarare, det skulle kunna vara så.

Det svenska miljömålssystemet och målområdena för en svensk folkhälsopolitik kommer inte till sin rätt i ett samhälle som har svårt att bejaka det komplexa. Oförmågan till systemsyn återspeglas på flera sätt. Det är ännu vanligast att t.ex. svenska kommuner väljer ut ett fåtal miljömål eller folkhälsomål som känns rimliga att "orka med". Ett annat problem är att regelverk och lagstiftning sedan länge skapat normer för arbetssätt i samhällsplaneringen som hindrar nya kompetenser och kunskapsperspektiv att komma med. Att bejaka det komplexa tycks ännu för krävande för ett samhälle som präglas av en hårt driven sektorisering.

Ökad förståelse för hälsofrämjande processer som drivkraft för hållbar utveckling kan övervinna dessa svårigheter och underlätta det ledarskap, den samverkan och delaktighet som behövs för ett framgångsrikt samhällsbygge.

På de följande sidorna belyses målstrukturerna för svenska hållbarhetsmål och något om deras samband till hälsofrämjande processer.

16 nationella miljö kvalitetsmål relaterar till ekosystem-tjänster och bildar grunden för välfärd och välbefinnande

De nationella miljö kvalitetsmålen beskriver det tillstånd i den svenska miljön som miljöarbetet fram till 2020 ska leda till. Miljömålssystemets generationsmål, vägledande för miljöarbetet på alla nivåer i samhället, anger att:

- *det övergripande målet för miljöpolitiken är att till nästa generation lämna över ett samhälle där de stora miljöproblemen är lösta, utan att orsaka ökade miljö- och hälsoproblem utanför Sveriges gränser.*



16 miljö kvalitetsmål för Sverige

1. Begränsad klimatpåverkan
2. Frisk luft
3. Bara naturlig försurning
4. Giffri miljö
5. Skyddande ozonskikt
6. Säker strålmiljö
7. Ingen övergödning
8. Levande sjöar och vattendrag
9. Grundvatten av god kvalitet
10. Hav i balans samt levande kust och skärgård
11. Myllrande våtmarker
12. Levande skogar
13. Ett rikt odlingslandskap
14. Storslagen fjällmiljö
15. God bebyggd miljö
16. Ett rikt växt- och djurliv

Det svenska miljömålssystemet återspeglar den ekologiska dimensionen för hållbar utveckling – men kopplar även till sociala och ekonomiska dimensioner. Kunskapen om ekosystemens betydelse för samhällsutvecklingen växer snabbt. De är både grunden för vår välfärd och grunden för vår framtida livskvalitet. Ekosystemens tjänster är starkt kopplade till olika hälsofrämjande processer. Bra beslut kräver helhetssyn och god förmåga att hantera det komplexa. Det handlar i hög grad om att säkerställa friska och välfungerande ekosystem.



GRUNDLÄGGANDE
PROCESSER



PRODUKTER
FRÅN EKOSYSTEM



TJÄNSTER
FRÅN NATURLIGA
PROCESSER



KÄNSLOMÄSSIGA
VÄRDEN

Läs mer: www.naturvardsverket.se/ekosystemtjanster

Folkhälsans utveckling – elva målområden för ett hållbart samhälle

Befolkningens hälsoutveckling är avgörande för en hållbar samhällsutveckling. Det övergripande folkhälsomålet för ett långsiktigt, mål-inriktat och sektorsövergripande arbete för att påverka befolkningens hälsoutveckling är därför:

- att skapa samhällliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen.



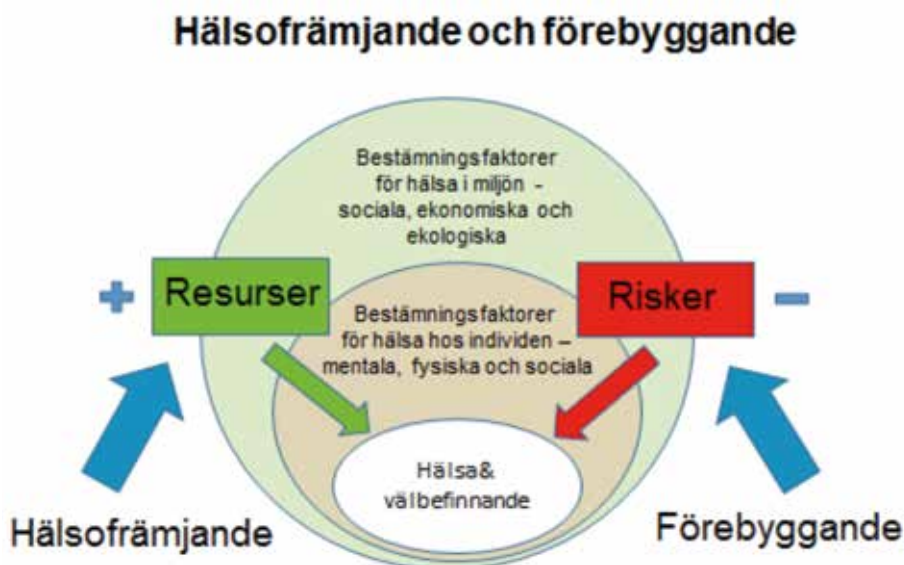
11 målområden för svensk folkhälsopolitik

1. Delaktighet och inflytande i samhället
2. Ekonomiska och sociala förutsättningar
3. Barns och ungas uppväxtvillkor
4. Hälsa i arbetslivet
5. Miljöer och produkter
6. Hälsofrämjande hälso- och sjukvård
7. Skydd mot smittspridning
8. Sexualitet och reproduktiv hälsa
9. Fysisk aktivitet
10. Matvanor och livsmedel
11. Tobak, alkohol, narkotika, dopning och spel.

Ett centralt kunskapsområde i det hälsofrämjande arbetet handlar om hälsans sociala bestämningsfaktorer, vilka de är och hur de kan påverkas och följas. De elva målområdena grupperar hälsans sociala bestämningsfaktorer, dvs. de påverkbara faktorer i människors livsvillkor och levnadsvanor som har störst betydelse för hälsan. Kön, arv och ålder räknas inte hit, de kan inte påverkas.

Mängden av alla påverkbara bestämningsfaktorer för hälsa (figur 2.1) tydliggör behovet av systemtänkande, nätverksbildning och tillvaratagande av synergieffekter i samhällsstyrningen. God och jämlik hälsa hos befolkningen uppnås bäst om alla sektorer i samhället och på alla nivåer samverkar för att påverka de faktorer som påverkar hälsan.

Arbetet inom folkhälsans målområden innebär både hälsofrämjande och förebyggande insatser. Med denna guide understryks betydelsen av det hälsofrämjande arbetet med att stärka och stödja utvecklingen av inre och yttre resurser som gör det möjligt för människor att öka kontrollen över, och förbättra sin hälsa (figur 3.1). Det är ett arbete som även medverkar till att nå andra angelägna samhällsmål och hållbarhetseffekter. Förebyggande arbete, å sin sida, handlar om att reducera de risker som hälsans bestämningsfaktorer, inre och yttre, kan utgöra.



Figur 3.1. Hälsans bestämningsfaktorer kan fungera som resurser eller risker för hälsa och välbefinnande. Hälsofrämjande arbete innebär att stärka eller mobilisera dessa resurser. Förebyggande arbete går ut på att reducera riskerna. Fritt efter Bauer et al, (3).

Läs mer: www.folkhalsomyndigheten.se/amnesomraden/livsvillkor-och-levnadsvanor/folkhalsans-utveckling-malomraden/

Hållbar tillväxt – tillväxt som om människor betyder något

Enligt Tillväxtverket är tillväxten hållbar när vi kan tillfredsställa våra behov idag - ekonomiskt, miljömässigt och socialt - samtidigt som vi ger förutsättningar för kommande generationer att tillgodose sina behov. En **inkluderande tillväxt** motverkar ojämlikhet och utanförskap och möter sociala utmaningar med nya lösningar och entreprenörskapet som verktyg. En **grön tillväxt** ser nya förutsättningar för näringslivet och möter samtidigt miljöutmaningar genom smarta lösningar som stärker både miljö och ekonomi. Om livskvalitet kan sägas vara det övergripande syftet för tillväxtarbetet sätter miljön gränser för resursuttag och utsläpp. Tillsammans skapar de ett avgränsat **handlingsutrymme**



Figur 3.2. Tillväxtverkets beskrivning av Hållbar tillväxt.

Nya relevanta mått på ekonomisk utveckling behöver tas fram. Reglab och Tillväxtverket har utvecklat BRP+ utifrån OECD:s Better Life Initiative för att kunna mäta regional utveckling på ett sammanhållet sätt (figur 3.2). BRP+ har två delar. Ena delen visar utfallet för livskvalitet här och nu baserat på ett antal temaområden som präglas av hälsofrämjande processer och hälsans sociala bestämningsfaktorer. Andra delen visar förutsättningar för hållbar livskvalitet över tid utifrån fyra olika framtidsteman (kapitalstockar).



Figur 3.2. Tillväxtverkets och Reglabs förslag till nytt utvecklingsmått, BRP+, omfattar totalt 16 mätområden, så kallade teman, varav 12 teman är kopplade till livskvalitet och fyra är så kallade "framtidsteman" som indikerar hållbarhet över tid.

Läs mer www.tillvaxtverket.se/statistik/regional-utveckling.html

Agenda 2030 ska förverkliga de mänskliga rättigheterna

Hösten 2015 antog FN:s generalförsamling resolutionen *Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development* med en 15-årig agenda för långsiktigt hållbar ekonomisk, social och miljömässig utveckling. FN:s globala hållbarhetsmål är ett starkt uttryck för viljan att bejaka det komplexa och finna former för att kommunicera svåröverskådliga frågor för att finna vägar till samverkan och ökad delaktighet i arbetet för en hållbar framtid.

Alla FN:s medlemsländer ska ta fram nationella handlingsplaner. Den svenska regeringens ambition är att Sverige ska vara ledande i genomförandet av FN:s Agenda 2030 för hållbar utveckling.



17 globala mål för hållbar utveckling

1. Ingen fattigdom
2. Ingen hunger
3. Hälsa och välbefinnande
4. God utbildning för alla
5. Jämställdhet
6. Rent vatten och sanitet
7. Hållbar energi för alla
8. Anständiga arbetsvillkor och ekonomisk tillväxt
9. Hållbar industri, innovationer och infrastruktur
10. Minskad ojämlikhet
11. Hållbara städer och samhällen
12. Hållbar konsumtion och produktion
13. Bekämpa klimatförändringen
14. Hav och marina resurser
15. Ekosystem och biologisk mångfald
16. Fredliga och inkluderande samhällen
17. Genomförande och globalt partnerskap

www.globalamalen.se

- *FN:s globala hållbarhetsmål syftar till att förverkliga alla människors mänskliga rättigheter och att uppnå jämställdhet och egenmakt för alla kvinnor och flickor. De är integrerade och odelbara och balanserar de tre dimensionerna av hållbar utveckling: den ekonomiska, sociala och miljömässiga.*

Läs mer: www.globalamalen.se

Att erkänna den andres behov

De nya globala hållbarhetsmålen tydliggör definitionen av hållbar utveckling som samhällets förmåga att tillgodose människors behov idag utan att försvåra kommande generationer att tillgodose sina. Både hälsofrämjande och hållbar utveckling handlar alltså om människors gemensamma förmåga att möta varandras behov idag och i framtiden. Jämlikhet framstår som ett angeläget samhällsmål både lokalt och globalt. De senaste decenniernas forskning om villkoren för hållbara samhällen bekräftar också innebörden av de mänskliga rättigheterna: *Grundvalen för frihet, rättvisa och fred i världen är att erkänna alla människors rättigheter till att få sina behov tillgodosedda.*

Ur FN:s allmänna förklaring av de mänskliga rättigheterna

"Eftersom **erkännandet** av det inneboende värdet hos alla som tillhör mänskosläktet och [erkännandet] av deras lika och obestridliga rättigheter är **grundvalen** för frihet, rättvisa och fred i världen,.....tillkännager generalförsamlingen denna allmänna förklaring om de mänskliga rättigheterna...

Artikel 1

Alla människor är födda fria och lika i värde och rättigheter...

...

Artikel 3

Var och en har rätt till liv, frihet och personlig säkerhet..."



*Om vi önskar bygga
framgångsrika samhällen bör
grunden för allt mänskligt
agerande globalt och lokalt,
på alla nivåer och i alla
sektorer vara att **erkänna den
andres behov***

Det enda som behöver begränsa människors strävan efter välbefinnande och att tillgodose de egna behoven är erkännandet och respekten för den andres rätt att tillgodose sina. Mot denna bakgrund blir frågan om vilka dessa behov är och hur de kan mötas på hållbar grund intressant. Svaren på frågan bildar grund för ett mänskligt perspektiv på hållbar utveckling och ökar de nationella och globala hållbarhetsmålen hanterbarhet i vardagen så att de därmed blir relevanta för alla på alla nivåer och i alla sektorer i samhället.

Den andres behov

På 1940-talet presenterade Abraham Maslow sin teori om mänskliga basala behov som en delförklaring till motivation till handling. Till skillnad från Maslow som rangordnade behoven menar senare tiders behovsteoretiker som Burton och Max-Neef att de i huvudsak känslomässiga behov som är helt avgörande för individens utveckling och driver mänskligt agerande är jämbördiga, balanserar varandra och ständigt aktuella. Behoven är så viktiga för individen att få uppfyllda att denne på ett intensivt och obevekligt sätt kan vara beredd att göra vad som helst för att så ska ske. Häri ökar chansen att förstå orsaken till konflikter men också vad de mänskliga rättigheterna och ett erkännande av den andres behov kan betyda i bygget av framgångsrika samhällen.

Ruta 4.1. Universella och grundläggande mänskliga behov såsom de presenteras av tre olika ledande behovsteoretiker:

Abraham Maslow (rangordnade behov)	John Burton (ingen rangordning)	Manfred Max-Neef (ingen rangordning)
Mat, vatten, bostad (1)	Rättvisa	Fysiska behov
Trygghet och säkerhet (2)	Trygghet och säkerhet	Trygghet och säkerhet
Tillhörighet och kärlek (3)	Tillhörighet och kärlek	Tillgivenhet
Självkänsla (4)	Självkänsla	Identitet och mening
Självförverkligande (5)	Självförverkligande	Engagemang
	Kulturell säkerhet	Avkoppling
	Frihet	Frihet
	Identitet	Förståelse
	Delaktighet	Kreativitet

För att förstå hur människors strävan efter att fylla dessa basala behov ska kunna vara en reell och kraftfull drivkraft för hållbar utveckling är det bra att kunna skilja på behov och önskningar. De mänskliga behoven är begränsade till sitt antal och de kan klassificeras, se ruta 4.1. Önskningar är oändliga till antal och till synes omätliga, i alla fall så länge de verkliga behoven inte blir tillgodosedda. Skillnaden mellan behov och önskningar ligger i vad konsekvenserna blir när de inte uppfylls. Ständigt utebliven tillfredsställelse av mänskliga basala behov leder till påfrestande tillstånd för människor och en gradvis ökande brist i funktionen biologiskt, psykologiskt eller socialt. Ibland leder det till en icke reparabel skada. Hos individen kan det betyda sjukdom eller för tidig död. På gruppnivå kan det innebära att samhällen upphör att fungera, risken för konflikter ökar och förtroendet mellan människor minskar. En utebliven tillfredsställelse av önskningar som inte utgår från reella behov leder på sin höjd till en varierande grad av frustration som effektivt kan dämpas med att de verkliga behoven tillgodoses.

Negativa konsekvenser av stress och belastning handlar inte sällan om att mänskliga basala behov inte tillgodoses och att de som drabbas inte har tillgång till sådana resurser, inre och yttre, som kan begränsa individens utsatthet för stress och belastning eller medföra en mer gynnsam hantering. Hos ett framgångsrikt samhälle finns förmågan att, på hållbar grund, uppnå en jämlik fördelning av dessa nödvändiga resurser vilket speglas i Agenda 2030. De hälsofrämjande processerna är centrala.

Ett fåtal basala livsområden förklarar både människors hälsa och samhällets hållbarhet

De främsta riskfaktorerna för sjukdom och för tidig död i vår del av världen har sitt ursprung inom ett fåtal basala livsområden (figur 5.1) som svarar för att tillgodose grundläggande fysiska och psykiska behov. Beroende på hur behoven tillgodoses uppstår olika konsekvenser.

De basala livsområden som kopplar till förekomst av riskfaktor för sjukdom och för tidig död handlar om vad man äter, transport- och rörelsevanor, hantering och begränsning av stress, ungas relation till vuxna och kamrater, mellanmännsliga relationer i övrigt inklusive stödet från det omgivande samhället samt konsumtionsmönster inklusive boendeförhållanden.

På ett liknande sätt kan man även belysa viktiga trender i samhällsutvecklingen som behöver vändas i en hållbar riktning. Basala livsområden som kopplar till ohållbara utvecklingstrender handlar om vad man äter, transport- och rörelsevanor, hantering och begränsning av stress, förhållandet till naturen och förhållandet till kulturen, både den egna och andras, konsumtionsmönster inklusive boendeförhållanden, relationer mellan generationer, mellanmännsliga relationer inklusive relationer på större avstånd som rör förhållandet till fattigare länders möjlighet till utveckling.

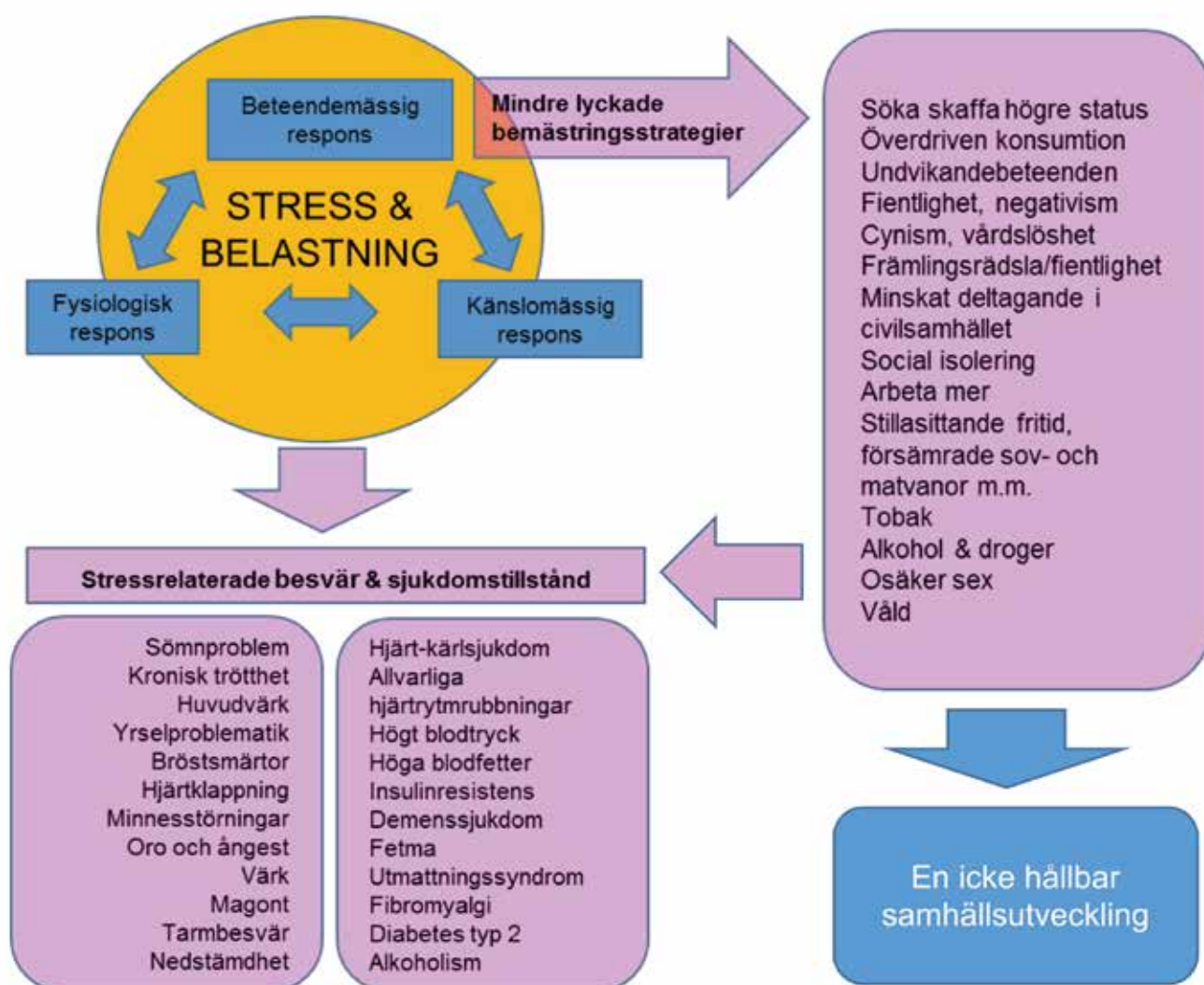


Figur 5.1. Riskfaktorer för sjukdom och tidig död förenas med de stora framtidsfrågorna i ett begränsat antal basala livsområden.

En avgörande faktor för hur hälsa och välbefinnande tar form är människors utsatthet för stress och belastning samt förmågor att hantera detsamma. Att få de basala behoven tillgodosedda är avgörande för individens utveckling. Det lilla barnets anknytning till sina vårdnadshavare och den fortsatta uppväxtens kvalitet med avseende på hur behov som trygghet, kompetens, närhet och självständighet tillfredsställs kan avgöra sådant som individens reaktionsmönster på stress och vilka strategier den kommer att använda för att bemästra stressupplevelsen.

Ogynnsam stressbelastning relaterar till nedsatt välbefinnande. Att inte må bra är en kraftfull riskfaktor för att förlora friska levnadsår och att dö i förtid. Att inte må bra belastar oss dubbelt. Dels ökar vår sårbarhet för olika riskfaktorer och dels ökar risken att det utvecklas beteenden som i sig gör oss sjuka och leder till för tidig död. Det är ett mönster som är särskilt tydligt hos grupper som lever i socioekonomisk utsatthet.

Ihållande stress och belastning är dock utbredd i alla grupper med den skillnaden att de med bättre socioekonomiskt utgångsläge vanligen har tillgång till mer resurser för att bemästra stressen. Det är inte ovanligt att det sker med hjälp av bemästringsstrategier som är destruktiva ur ett hållbarhetsperspektiv, t.ex. statusjakt och överdriven materiell konsumtion (figur 5.2).



Figur 5.2. Kronisk eller dåligt hanterad stress och belastning ligger bakom sjukdom, för tidig död och ageranden som är ogynnsamma för både hälsa, välbefinnande och hållbar utveckling.

Samband som dessa leder in på en förståelse för att kronisk stress och belastning samt dålig hantering av detta är av negativ betydelse både för människors hälsa och för samhällets hållbarhet. Det kan uttryckas som att orsakerna bakom det som skadar människors hälsa är i grunden desamma som ligger bakom miljöförstöring och sociala problem i samhället. Omvänt finns ett mer konstruktivt samband som talar om att faktorer som främjar människors hälsa i grunden i hög grad är desamma som främjar hållbar utveckling – socialt, ekonomiskt och ekologiskt.

..orsakerna bakom det som skadar människors hälsa är i grunden desamma som ligger bakom miljöförstöring och sociala problem i samhället. Omvänt finns ett mer konstruktivt samband som talar om att faktorer som främjar människors hälsa i grunden i hög grad är desamma som främjar hållbar utveckling

Hälsofrämjande som strategi för hållbar utveckling

Hälsofrämjande processer som också främjar hållbar utveckling kan relateras till åtminstone tre grupper. Det handlar om:

Mobilisering av yttre resurser – Det rör sig i hög grad om vad som kallas stödjande miljöer. Hur är samhället och närmiljön arrangerad och vad är dess kvaliteter. Bostad, familjeförhållanden, grannskap, skola, arbete, transportsystem, hälso- och sjukvård, samhällsservice, livsmedelsförsörjning, luft- och vattenkvalitet och annat.

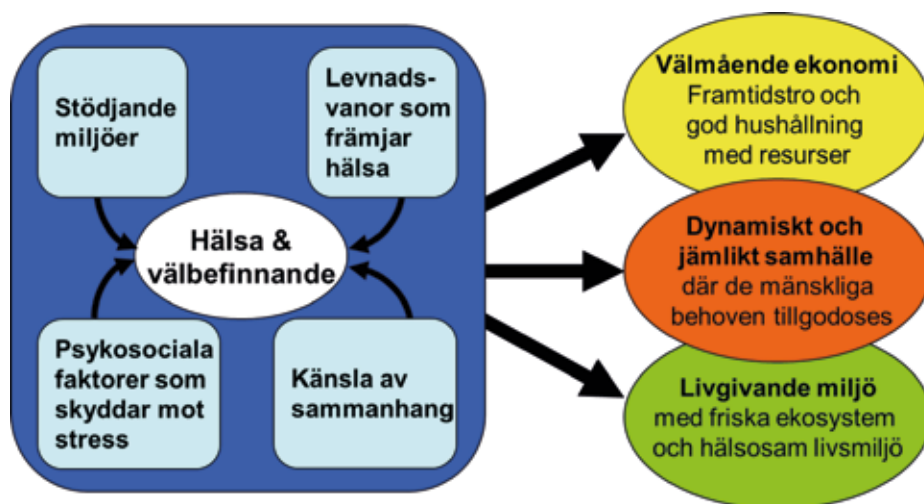
Mobilisering av inre resurser – Det rör sig i hög grad om psykosociala faktorer som skyddar mot stress. Det handlar om sätt att tänka, känna, reagera och bemästra stress och olika färdigheter som gagnar individens hantering av vardagens krav. Känslor av tillit, tillhörighet, känsla av kontroll, meningsfullhet, framtidstro och annat.

Etablerad livsföring – Det rör sig om hur de faktiska konkreta vardagsvanorna ser ut. Dessa är i högre grad ett resultat av hur de samhälleliga förutsättningarna för utveckling av inre och yttre resurser ser ut. Om dessa vardagsvanor främjar hälsa och välbefinnande finns chans att de även främjar utvecklingen av ett hållbart samhälle.

En inre resurs som är intressant att nämna lite extra är *känsla av sammanhang*. Den har en särställning då den så starkt illustrerar det tema som hälsofrämjande för hållbar utveckling vill beskriva:

Känsla av sammanhang – Det rör sig om en grundläggande upplevelse av att det som sker i och utanför individen är förutsägbart, begripligt och strukturerat (*begriplighet*), att de inre och yttre resurser som dessa skeenden kräver finns tillgängliga (*hanterbarhet*) och att de utmaningar livet för med sig är värda att engagera sig i (*meningsfullhet*). Känslan av sammanhang har i flera studier visat sig ha starka samband till hälsoläget hos såväl unga som gamla och antyder även individens framtida hälsoutveckling. Det är en faktor som har en skyddande effekt för individen i risksituationer t.ex. hög stressbelastning.

Genom att använda hälsofrämjande som strategi för angelägna samhällsmål som miljömål, folkhälsans målområden och hållbar ekonomisk utveckling kan samhällsfrågorna göras tillgängliga för alla. Varje enskild individ blir betydelsefull för utvecklingen. Vissa effekter kommer omgående och ger en direkt feedback t.ex. subjektivt välbefinnande, ökat socialt kapital och minskad miljöbelastning samtidigt som de långsiktigt önskvärda effekterna kommer inom räckhåll när ett stöd av hälsofrämjande processer blir en generell strategi för hela samhället, figur 6.1. Det ska dock understrykas att den individcentrerade utgångspunkten enbart gäller i förståelsen av människors inre drivkrafter som utgår från basala mänskliga behov och att dessa, utifrån de samhälleliga förutsättningarna kan, mötas på sätt som endera främjar eller motverkar hållbar utveckling.



Figur 6.1 När hälsa främjas genom flera olika strategier uppnås hållbarhetseffekter i omgivningen Hallberg 2010 (6).

Genom en systematisk användning av hälsofrämjande som strategi för hållbar utveckling kan detta perspektiv skalas upp i olika samhällsfunktioner. På så sätt uppnås en generell spridning och förstärkning av hälsofrämjande processer varvid betydande hållbarhetseffekter i samhället kan förväntas.

Redan idag utvecklas de hälsofrämjande dimensionerna inom flera olika områden och verksamheter, ofta med syftet att öka den egna effektiviteten och kvaliteten. Det finns också områden där hälsofrämjande som strategi är särskilt lämpligt och naturligt att börja med. Områden där det redan idag finns intresse för det hälsofrämjande perspektivet är:

- Hälsofrämjande hälso- och sjukvård
- Hälsofrämjande socialtjänst
- Hälsofrämjande skolutveckling
- Hälsofrämjande samhällsplanering
- Hälsofrämjande organisation
- Hälsofrämjande arbetsplats
- Hälsofrämjande ledarskap
- Hälsofrämjande integration/etablering
- Hälsofrämjande turism/besöksnäring
- Hälsofrämjande boendemiljö
- Hälsofrämjande transportsystem
- Hälsofrämjande skogslandskap
- Hälsofrämjande odlingslandskap
- Hälsofrämjande naturvård
- Hälsofrämjande kulturmiljövård

Att förstärka de hälsofrämjande processerna hos en verksamhet blir inte bara ett sätt att uppnå ökad effektivitet och kvalitet i själva verksamheten. Det innebär även att verksamheten som sådan blir en aktör för hållbar utveckling och bidrar till de samhälleliga förutsättningar som skapar stödjande miljöer och hållbara lokalsamhällen.

För att förverkliga dessa möjligheter krävs ett kompetent ledarskap som med hjälp av det hälsofrämjande perspektivet skapar en fungerande samverkan och en självklar känsla av delaktighet. Utifrån samhällets intresse är det därför angeläget att verka för:

- ***Samordnad styrning för folkhälsa och hållbar utveckling.***
Skapa intresse för nya kunskapsallianser och för in samverkanskompetens som ett centralt utvecklingsområde i alla verksamheter.
- ***Generell kunskapsspridning om hälsofrämjande och dess koppling till hållbar utveckling.*** Öppna upp ett intresse för ökad systemsyn och att bejaka det komplexa.
- ***Stimulans till offentliga (och andra) verksamheter att utveckla den hälsofrämjande dimensionen,*** i första hand som strategi för ökad effektivitet och kvalitet, men även för att vara aktörer för hållbar utveckling.
- ***Ytterligare forskning av de hälsofrämjande processernas dolda drivkrafter för hållbar utveckling.***
- ***En utveckling av metoder att kommunicera denna form av kunskap***

En modell som kan tjäna som en hjälp att kommunicera denna form av kunskap för att därigenom underlätta ledarskap, samverkan och delaktighet i arbetet för ett hållbart samhälle är *Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling*.

Åtta basala livsområden blir Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling

De basala livsområden som beskrevs i figur 5.1 täcker upp stora delar av de områden i livet där människors grundläggande behov tillgodoses. Behoven kan tillgodoses på bra sätt, på mindre bra sätt eller inte alls. Att få dessa basala behov tillfredsställda på sätt som främjar hälsa är positivt för individen. Sker det med ett erkännande av alla andras rätt att få sina behov tillgodosedda främjas även en hållbar samhällsutveckling.

De åtta basala livsområdena ska i denna avdelning omvandlas till sju basala hänsynstaganden genom vilka olika livsavgörande behov kan tillgodoses efter att de mest livsuppehållande behoven ombesörjts. Dessa sju basala hänsynstaganden kallas i detta sammanhang *landmärken* då deras funktion är av en orienterande karaktär, är lätta att känna igen och signalerar grundläggande processer som främjar såväl människors hälsa och välbefinnande som samhällets hållbarhet.

De sju landmärkena bildar en helhetsbild för tanke och handling och stödjer en ökad systemförståelse. De kommunicerar samband mellan hälsofrämjande och hållbar utveckling, gör det komplexa hanterbart och stödjer utvecklingen av en holistisk kunskapskultur. De sju landmärkena utgör igenkännbara teman som underlättar orienteringen i informationsflödet. Modellen kan användas för att göra strävandena för ett hållbart samhälle mer synliga för alla, på alla nivåer och i alla sektorer. Den sammanfattar stora delar av den forskning och kunskap som talar om var hälsa och välbefinnande har sitt ursprung och var det hållbara samhället börjar. Modellen heter *Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling*.

Med utgångspunkt från de åtta basala livsområdena kan *Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling* utkristaliseras enligt följande:

Transport- och rörelsevanor

Människans rörelsevanor är ett av de basala livsområden som kanske förändrats allra mest under det senaste århundradet. Den tekniska utvecklingen har möjliggjort att kroppens behov av rörelse har kunnat åsidosättas. Intresset för bekvämlighet har fört mänskligheten till en situation där både folkhälsa och samhällets hållbarhet stressas. Att tillgodose kroppens rörelsebehov är centralt och avgörande för hälsa och välbefinnande. *Mer kroppsrörelse i vardagen* är därför det första landmärket som ställs upp i denna modell.

Vad man äter

Man måste äta. Ätandet är inte bara vad man äter, utan också när, hur och varför. Därtill uppstår frågor kring hur maten produceras och transporteras. De flesta är eniga om att frukt och grönsaker bör ha en större plats i kosten än vad de har idag för att uppnå det skydd för hälsan som dessa livsmedel ger. Det behövs ett ökat intag av frukt, grönsaker och vegetabilier och minskat intag av kött för att minska de negativa miljöeffekter som de flesta av dagens metoder för animalisk livsmedelsproduktion leder till. Den fortsatta produktionen av animaliskt protein avsett för människoföda behöver samtidigt vara hållbar. Det andra landmärket är därför *Grönare mat på tallriken*.

Konsumtionsmönster i övrigt

Att vara konsument utöver vad som krävs för att hålla sig vid liv tillhör också gruppen basala livsområden med betydelse för både hälsa och hållbarhet. Materiell konsumtion i en eller annan form är ett viktigt behov men överdriven materiell konsumtion fyller inte något grundläggande behov. Starka materialistiska värderingar som leder till överdriven materiell konsumtion på bekostnad av mänskliga relationer relaterar snarare till brister i hur till exempel behov av trygghet och självständighet tillgodosätts under uppväxten. Det handlar om hur förhållandet till föräldrar och andra vuxna varit och hur mänskliga relationer främjas. Förhållandet till materiell konsumtion är alltså mer att betrakta som en konsekvens av hur andra mer grundläggande behov har blivit tillfredsställda. Konsumtionsmönster utifrån ett hållbarhetsperspektiv ges här därför ingen status som eget landmärke.

Förhållandet mellan generationer

Barns kontakt med vuxna är av största betydelse för den unga individens utveckling och hälsa. Människobarnets period av beroende av de vuxna i dess omgivning är den längsta bland alla varelser på planeten. Det är rimligt att utgå ifrån att de erfarenheter som det uppväxande barnet har i kontakten med de vuxna får viktiga konsekvenser senare i livet. Barnet behöver de vuxna, och de vuxna har uppgiften att bidra till att de uppväxande individerna ingår i en socialiseringsprocess som främjar en hållbar samhällsutveckling. Det fjärde landmärket skulle kunna heta Plats för vuxenheten men för att förtydliga att det handlar om en relation mellan generationer, där den närmaste och viktigaste relationen vanligen är den mellan föräldrar och barn blir det *Plats för föräldraskapet*.

Mänskliga relationer och möten människor emellan

Av gruppen basala livsområden är nog detta det område i livet som skänker både den största glädjen och de största bekymren. Det är i mötet med andra människor som man lär känna sig själv och världen. De flesta behov som behovsteoretikerna talar om kan bara tillfredsställas i relation till andra människor. Människan är en social varelse, beroende av andra både för sitt eget välbefinnande och för att tillsammans med andra bygga de samhällen som tjänar till att säkra överlevnaden på kort och lång sikt och sträva mot mål som är viktiga i livet. *Plats för mänskliga möten* är det femte landmärket.

Förmågan att bemästra stress och belastning

Att etablera hållbara strategier för att hantera stress och belastning tillhör de viktigare processerna i livet. En ogynnsam obalans mellan stress och återhämtning är en säker väg till ohälsa. Människans psykoneurologiska funktioner har mekanismer som skall vara ett stöd för stressreduktion men systemets funktion är inte enbart till fördel i det moderna samhället. De strategier som lärs in under uppväxten och som etableras för att bemästra stress och belastning påverkar individens hälsoutveckling och hur vanor och agerande i olika situationer formas. Stress och belastning är en del av livet och sannolikt nödvändigt för att kunna utveckla förmågor och inre resurser för att kunna må bra oavsett omständigheter, men är också i många fall ett reellt hinder för att kunna utvecklas hållbart både som individer och samhälle. *Balansera stressen* är det femte landmärket.

Förhållandet till naturen

Detta område har liksom övriga basala livsområden tydliga kopplingar till människans ursprung och evolutionära process. I detta fall är kopplingen kanske extra tydlig, eller borde vara. Människan är natur och naturmiljön är den miljö i vilken hon formats till den hon är. Människors förhållande till naturen är dessutom avgörande för hur naturmiljön hanteras. Människans beroende av naturen och de tjänster den erbjuder kan lätt förbises, särskilt om det brister i förståelse och kunskap om de processer som pågår i naturmiljön.

Närhet till naturen såväl i fysisk mening som i betydelsen hänsyn och respekt till dess tjänster är av största betydelse för både hälsa och hållbarhet och således det sjätte landmärket i modellen.

Förhållandet till kulturen,

Raden av basala livsområden avslutas med människans behov av att skapa och uttrycka sig själv. Utan sin kreativitet förlorar människan sin mänsklighet och källan till obegränsad glädje och tillfredsställelse. Skapandet som sker i konsten ligger nära skapandet och lösandet av problem av mer vardaglig karaktär som matlagning, inredning av bostaden eller utvecklingen av en affärsidé. Kreativiteten är också källan för drömmar, meningsskapande, symbolförståelse och en hjälp att tolka känslor och kommunicera. I kulturen, i betydelsen konsten, finns i princip utrymme för en obegränsad konsumtion utan negativa effekter på planeten. Närhet till kulturen är således det sjunde och sista landmärket i modellen *Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling*.

Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling

Mer kroppsrörelse i vardagen
Grönare mat på tallriken
Plats för föräldraskapet
Plats för mänskliga möten
Balansera stressen
Närhet till naturen
Närhet till kulturen

Ruta 7.1 Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling sammanfattar kunskapsläget om några grundläggande hänsynstaganden som tydliggör var hälsa och välbefinnande har sitt ursprung och var en hållbar samhällsutveckling har sin början.



Varning för ensidig tolkning

Landmärkesmodellen syftar till att underlätta ledarskap, samverkan och delaktighet i arbetet för hållbar utveckling inklusive integreringen av angelägna samhällsmål. Risken finns att landmärkesformuleringarna tolkas med ett ensidigt fokus på individuella hälsobeteenden. En sådan tolkning är mycket olycklig.

Landmärkesmodellen får sin viktigaste betydelse i sammanhang där det finns behov av bred förståelse för betydelsen av strukturella faktorer och vikten av att skapa samhällsliga förutsättningar för god hälsa på lika villkor för hela befolkningen. Samhällets sektorer - offentlig, privat och civil - bör genom samverkan eftersträva förutsättningar som underlättar och stöder göranden och ageranden som främjar både människors välbefinnande, hälsa och en hållbar samhällsutveckling – lokalt och globalt.

Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling

Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling (Landmärkesmodellen) innebär en ansats att göra frågan om hållbar utveckling tillgänglig och hanterbar för många fler (alla). Det underlättar samverkan och integrering av angelägna samhällsmål och ökar möjligheterna till delaktighet i alla led. De perspektiv som ligger till grund för denna ansats och gör den meningsfull att utveckla vidare är:

Det salutogena perspektivet – kunskapen om de processer som främjar hälsa och välbefinnande växer snabbt. Forskningresultaten känns ofta välbekanta och självklara. Det talar för ökad acceptans för politiska beslut som är nödvändiga för en hållbar samhällsutveckling.

Det evolutionära perspektivet – kunskapen om människans utveckling placerar många delar i det moderna samhällets utformning och de vanor som utvecklats i kritisk belysning. Att främja hållbara strategier till att bemästra och begränsa stress och belastning bör vara självklara mål för hela samhället.

Behovsteoretiskt perspektiv – grundläggande behov kan mötas på olika sätt – det kan ske på sätt som är gynnsamma för den enskilda individen och för samhället i övrigt eller på sätt som inte är det. Medvetenhet om dessa förhållanden bör påverka utformningen av samhällsfunktioner så de främjar både hälsa och hållbarhet.

Humanistiskt perspektiv på hållbar utveckling – landmärkesmodellen för fram basala hänsyn som främjar hälsa, välbefinnande och hållbar utveckling utifrån ett mänskligt perspektiv på de stora framtidsfrågorna. Landmärkesmodellen syftar till att sprida en förståelse för hur en hållbar framtid har sin början i det specifikt mänskliga.

Gemensamt ursprung för hälsa och hållbar utveckling – insikten om att en hållbar framtid för mänskligheten börjar i att erkänna att alla människor har samma grundläggande behov och att möjligheten till hållbar utveckling ligger i att dessa behov får tillgodoses hos alla bör påverka agendan för alla politiska, ekonomiska och sociala system världen över.

Det är med dessa olika perspektiv i bakhuvudet som de följande sidornas beskrivningar av de sju landmärkena ska läsas. Det är också viktigt att förstå att även om det rör sig om sju basala hänsynstaganden så ska de ses som en integrerad helhet. I viss mån kan man hävda att vart och ett av dem i olika avseenden även rymmer de övriga sex.

Mer kroppsrörelse i vardagen



De stora effekterna av mer kroppsrörelse i vardagen uppnås först när samhället planeras för ökad fysisk aktivitet med fokus på sociala, ekonomiska och fysiska faktorer. När aktiv transport blir det attraktiva och självklara valet av förflyttning främjas hälsa, miljö och ekonomi. Vi får tryggare trafikmiljöer och attraktivare städer. God bebyggd miljö, frisk luft, begränsad klimatpåverkan, bara naturlig försurning och minskad övergödning är exempel på positiva effekter i miljön. I samhällen där man går, cyklar allt mer och lockas ut till rörelse växer det sociala kapitalet. Det uppstår en ökad acceptans för de beslut som krävs för att avveckla beroendet av fossila bränslen.

Insatser för mer kroppsrörelse i vardagen kan vara

För att större grupper av befolkningen skall gå och cykla mer behöver trafikmiljöerna för dessa trafikanter förbättras på flera sätt. Det handlar inte i första hand om att utesluta biltrafiken utan om att vända på ordningen när man planerar och utformar de miljöer där människor förekommer.

Gör gång och cykel till norm i stadsplaneringen.

Förbättra den fysiska infrastrukturen.

Satsa på gångbanor, cykelvägar, säkra passager, cykelparkeringar, hastighetsanpassning, bättre drift och underhåll, vinterväghållning, planskiljning, omgivande miljö, god markbehandling, genomtänkt möblering, god belysning, god möjlighet till kombitrafik etc. .

Ha en långsiktig strategi med tydliga mål.

Inrikta insatserna på områden med stor potential som till exempel

Öka barns och ungdomars gående och cykling till skolan genom att bygga säkra skolvägar.

Framja gående på sträckor under 1–2 km, och cykelresor under 5 km t ex inköps- och serviceresor.

Öka cykelpendling till arbetet genom åtgärder tillsammans med arbetsgivare.

Underlätta möjligheterna att kombinera cykel och kollektivtrafik.

Skapa goda möjligheter att från bostaden nå viktiga målpunkter.

Snacka gående och cykel!

Påverka attityder och beteenden (information och utbildning).

Marknadsför gående, cykel och möjligheterna med gång- och cykelvägnätet.

- Planera för en inbjudande och översiktlig stad där det är lätt att hitta runt, centralt placerade mötesplatser och där det finns goda möjligheter för utomhusaktiviteter.
- Öka tillgängligheten till rekreativa områden, parker och vattnet.
- Säkra stadsmiljöer med trygghet vid rörelse i staden – både dagtid, kvällstid och nattetid.
- Funktionsdugligt hela året, alla veckans dagar och hela dygnet.
- Bygg ett välintegrerat nät för kollektivtrafik, som förbinder viktiga destinationer och säkrar enkel rörelse mellan målpunkterna, t.ex. affärer, institutioner etc.
- Bygg med respekt för alla trafikanter – förhindra barriäreffekter och sträva efter värdighet vid rörelse i staden och möjligheter att kunna gå från a till b utan hinder.
- Möjlighet att röra sig i staden för alla invånargrupper, barn, äldre och funktionshindrade.
- God tillgänglighet för varutransporter.

Potentiella effekter relaterade till
Mer kroppsrörelse i vardagen

- Förbättrad fysisk och psykisk hälsa hos befolkningen
- Minskad sjukskrivning
- Förbättrade skolresultat
- Förstärkt humankapital
- Minskade skillnader i hälsa
- Minskade barriäreffekter
- Tryggare livs- och trafikmiljöer
- Förbättrad hembygdskänsla
- Attraktiva tätortsmiljöer
- Större sociala nätverk
- Minskad social oro
- Mindre social isolering
- Ökat socialt kapital
- Mindre trängsel i trafiken
- Mindre buller
- Mindre luftföroreningar
- Färre allvarliga trafikolyckor
- Förbättrad hushållning med energi

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och för Mer kroppsrörelse i vardagen

Planeringen enligt plan- och bygglagen ska verka för jämlika och goda sociala levnadsförhållanden och en god livsmiljö som bland annat kräver minskad klimatpåverkan. Åtgärder som främjar fysisk aktivitet ligger därför i linje med planeringens grundläggande syfte och många andra förändringar som behöver göras i samhället. En central utmaning är att överge en planering som länge prioriterat biltrafik framför naturlig vardagsmotion som gång och cykling.

Ur Planera för rörelse, Boverket 2013



Planera för rörelse
Boverket 2013



Trafik för attraktiv stad
(Handbok) SKL 2015



Gångbar stad
(Handbok) SKL 2014



Om gång och cykling, hälsa
och en hållbar utveckling,
Trafikverket 2016



Nationell strategi – för ökad och säker cykling,
Näringsdepartementet 2016

Grönare mat på tallriken



Vår kost bör vara varierad och ha ett rikligt inslag av frukt och grönsaker, cirka 500 gram varje dag. Det skyddar mot hjärt- och kärlsjukdomar, vissa cancerformer, högt blodtryck, diabetes, höga blodfetter och övervikt. Med ökad andel vegetabilier i kosten och minskad köttkonsumtionen bidrar till en effektivare energi- och vattenanvändning samt minskade utsläpp av växthusgaser. Säsongsanpassad livsmedelskonsumtion, närproducerade livsmedel och hänsyn till produktionsförhållanden för människor, grödor, boskap och miljö bidrar bland annat till bättre livsmedel, rättvis handel, landsbygdsutveckling, begränsad klimatpåverkan och giftfri miljö.

Insatser för grönare mat på tallriken kan vara

- Verka för ökad andel frukt och grönsaker i kosten och minskad köttkonsumtion.
- Ta hänsyn till produktionsförhållanden
- Ta aktiva beslut i upphandlingsprocessen på högsta politiska/strategiska nivå i kommunen/organisationen
- Verka för minskat matsvinn i alla led i livsmedelskedjan
- Integrera livsmedelsproduktion i en samtidig förstärkning av ekosystemtjänsterna i och nära staden
- Främja stadsodling/stadsnära odling i alla former och miljöer
- Stöd möjligheten till andelsjordbruk

Grönare mat på tallriken - helhetssyn på måltiden

Med tre miljoner dagliga måltider i vård, skola och omsorg ges möjlighet att integrera flera angelägna samhälls- och verksamhetsmål. Betydande sociala, ekonomiska och ekologiska vinster finns att hämta hem.

Helhetssyn på måltiden rymmer förståelse för betydelsen av smak, trivsel, näringsinnehåll, säkerhet, sociala och miljömässiga hållbarhetsaspekter och inte minst måltidens möjlighet att skapa mervärden.

Helhetssyn på måltiden i förskola och skola är av betydelse för jämlik hälsa, social gemenskap, trivsel och elevernas förutsättningar för lärande.

Inom vård och omsorg kan måltiden bidra till högre livskvalitet, minskat vårdbehov och ett snabbare tillfrisknande.

Den offentliga livsmedelsupphandlingen kan bidra till nöjdare och friskare måltidsgäster, en god djuromsorg, och att man når lokala eller regionala miljö- och klimatmål.

Potentiella effekter relaterade till

Grönare mat på tallriken

- Positiv hälsoutveckling hos befolkningen
- Odling av vegetabilier medför effektivare resurshantering med mindre åtgång av energi och vatten för samma mängd protein som intensiv köttproduktion.
- Minskad köttkonsumtion ger minskad klimatpåverkan
- Lokalt producerade livsmedel minskar behov av transporter och bildar bas för en resurseffektiv cirkulär ekonomi
- Inkluderande och andra sociala effekter till följd av ökad stadsodling
- Ökad medvetenhet om ekosystemtjänster
- Förstärkta ekosystemtjänster
- Stimulans för svensk landsbygdsutveckling
- Vegetabilisk livsmedelsproduktion ökar även möjlighet till rättvis handel och landsbygdsutveckling i tredje världen
- Minskat matsvinn – en 20 procentig minskning av matavfallet i Sverige innebär en samhällsekonomiska nytta på 3,2 – 5,7 miljarder kronor per år

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och Grönare mat på tallriken

Miljösmarta matval för hälsa och välbefinnande

Livsmedelsverket ger fylliga råd
www.livsmedelsverket.se



Hållbar köttkonsumtion.
Vad är det? Hur når vi dit? Det är frågor som Jordbruksverket diskuterar i sin Rapport 2013:1 och som ingår Jordbruksverkets serie *Hållbar konsumtion av jordbruksvaror*.

Vägledning om matavfall

Naturvårdsverket, Jordbruksverket och Livsmedelsverket sammanställer informationsmaterial om åtgärder för att minska matsvinnet i olika led i livsmedelskedjan på

www.naturvardsverket.se/Stod-i-miljoarbetet/Vagledninga/r/Avfall/Mata-vfall-minska-svinnet/

Upphandlingsmyndigheten

ger råd och stöd till svenska kommuner att genom upphandling leva upp till sina mål på områden som miljö, kvalitet, inköp, lokalt näringsliv och nöjda brukare.

www.upphandlingsmyndigheten.se

Plats för föräldraskapet



Barn behöver föräldrar och andra vuxna som med värme och omsorg skapar trygghet och ställer rimliga krav. Det främjar hälsa och välbefinnande. Där skola och föräldragrupp samarbetar förbättras skolklimatet i sin helhet. En trygg uppväxt ökar chansen för att man bryr sig om andra och gör hållbara val som vuxen. Att bli bekräftad på ett positivt sätt som barn minskar risken för att man senare i livet söker bekräftelse på, för miljö och människor, mindre gynnsamma sätt som till exempel överdriven materiell konsumtion. Hållbara konsumtionsmönster berör samtliga miljömål och är en central komponent i generationsmålet som är vägledande för miljöarbetet på alla nivåer i samhället.

Insatser för plats för föräldraskapet kan vara

- Utveckla familjecentrerade arbetssätt – ställer krav på förmåga till samverkan mellan bland annat hälsovård, socialtjänst, förskola och skola och tar utgångspunkt i hela familjen och deras levnadsvillkor med ett hälsofrämjande förhållningssätt där människors styrkor lyfts fram och tas tillvara. Barnets/den unges bästa sätts främst och vårdnadshavarna ses som barnets/den unges viktigaste resurser.
- Med barnkonsekvensanalyser kan lokala och regionala beslutsfattare systematiskt säkerställa att barns rättigheter finns med i deras beslut.
- Erbjud och samordna föräldrastöd och se särskilt till att stödet når alla föräldragrupper. En god relation mellan barn och föräldrar minskar risken för en rad olika hälsoproblem och riskbeteenden hos barnen.
- Säkra föräldrars arbete och försörjning för att motverka ekonomiskt utsatta barnhushåll
- Tillhandahåll likvärdig barnomsorg och förskola av hög kvalitet till alla
- Skapa goda förutsättningar för aktiviteter inom kultur- och fritidsområdet som är tillgängliga oavsett familjens ekonomiska förutsättningar. Öka möjligheter för idéburna organisationer att erbjuda aktiv fritid för alla barn.
- Verka för en positiv och trygg relation mellan föräldrar och skola. Uppmuntra föräldrar att läsa högt för sina barn
- Verka för att resurskrävande konsumtionsvanor bromsas och incitament för t.ex. sociala aktiviteter ökar.
- Skapa incitament för att bryta mot genusstrukturer. Öka acceptansen hos arbetsgivare till att fäder är föräldralediga. Öka möjligheten för fäder i låginkomsthushåll att arbeta deltid.

Potentiella effekter relaterade till

Plats för föräldraskapet

- Goda vanor och livsstil grundläggs till stor del i barndomen.
- Barn med trygg uppväxt har lättare att engagera sig i andra och göra goda val senare i livet.
- De får bättre självkänsla och bättre förmåga till att utöva inre kontroll och hantera stress på sätt som inte bryter ned.
- Minskar risken för att utveckla psykisk och fysisk ohälsa
- Motverkar kriminalitet, vandalisering, drogmissbruk och andra sociala problem.
- Minskar risken för skolmisslyckande
- Motverkar överdriven materiell konsumtion
- Främjar ekonomisk utveckling

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och Plats för föräldraskapet

FN:s barnkonvention – snart lag i Sverige.

Barnombudsmannen driver på genomförandet av barnkonventionen i statliga myndigheter, kommuner och landsting. **Barnkonsekvensanalys** är ett verktyg för att omsätta barnkonventionen i handling och göra barnets bästa tydligt. Med hjälp av barnkonsekvensanalyser kan lokala och regionala beslutsfattare redan idag arbeta systematiskt och vara försäkrade om att barnperspektivet finns med i deras beslut.



SKL arbetar aktivt för att barnkonsekvensanalyser ska vara en del av det ordinarie arbetet i kommuner, landsting och regioner. Verktyg och goda exempel finns på SKL:s hemsida.

Barnkonsekvensanalys för hållbar fysisk planering har utvecklats av Göteborgs stad. Fem huvudbegrepp av betydelse för barn i den fysiska miljön är: **sammanhållen stad, samspel, lek och lärande, vardagsliv, identitet samt hälsa och säkerhet.**

Myndigheten för familjerätt och föräldraskapsstöd

bedriver ett kunskapsbaserat arbete i frågor som rör familjerätt, familjerådgivning och föräldrastöd. Läs mer på www.mfof.se

Plats för mänskliga möten



Väl fungerande sociala relationer är avgörande för såväl människors hälsa som för samhällets ekonomiska utveckling. Med mänskliga möten skapas förtroende, tillit och ömsesidighet. När vi tror på att vår omgivning fungerar stödjande vågar vi utveckla idéer och verksamheter, skapa företag och låta dem växa. Mänskliga möten är grunden för demokratin och för ett samhälle som håller i längden. Den som vårdar sina relationer har mindre behov av energi- och resurskrävande materiell konsumtion.

Plats för mänskliga möten i alla avseenden är en avgörande faktor för utvecklingen av hållbara konsumtionsmönster och berör på så sätt samtliga miljömål.

Insatser för plats för mänskliga möten kan vara

Ledarskap, samverkan och delaktighet för hållbara samhällen

- För upp samverkanskompetens till ett centralt utvecklingsområde för hela organisationen
 - Utveckla formerna för medborgardialoger inom kommun, landsting och region och verka för att medborgardialoger integreras i styrningen.
 - Anta riktlinjer och principer om hur och när medborgardialoger och samråd ska genomföras.
 - Utvidga remisslistor och inbjudningar till samråd m.m. så att nya delar av det civila samhället blir representerade.
 - Intensifiera det pedagogiska arbetet med att beskriva fördelarna med jämlika, jämställda och inkluderande samhällen
-
- Skapa lika möjligheter och tillgång till tätortens olika miljöer för alla kulturer, generationer, samhällsgrupper, personer med funktionshinder, familjer med barnvagnar etc.
 - Stimulera till en blandning av aktiviteter i och nära tätorten och olika funktioner som pågår sida vid sida. Gemenskap och identitet stötts genom gemensamma aktiviteter och en god kvalitet på tätortens miljöer.
 - Uppmärksamma och stöd utveckling av positiva miljöer i kommunens samtliga lokalsamhällen som gör dem attraktiva för hela kommunens invånare
 - Verka för balans mellan offentliga och kommersiella inslag i tätorten
 - Verka för områden med variation av bostadstyper och upplåtande former.
 - Bygg bort barriärer och strukturer som separerar människor.
 - Skapa möjlighet till lokal förvaltning av boendeyråden inklusive odling

Potentiella effekter relaterade till

Plats för mänskliga möten

- Motverkar överdriven materiell konsumtion
- Ökat välbefinnande i alla åldrar
- God hälsoutveckling hos hela befolkningen
- Motverkar ensamhetsproblematik, kriminalitet, skadegörelse, sociala problem, segregering
- Förstärkt demokrati
- Ökad jämställdhet
- Ökat socialt kapital och ökad egenmakt hos lokalsamhället (resursmobiliseringseffekter)
- Engagerade invånare som tar ansvar och känner att de äger lokalsamhället tillsammans, sköter och använder det.
- Effektivare användning av humankapitalet
- Ökad kreativitet och innovationsförmåga
- Framgångsrikare verksamhet i alla sektorer
- Främjar ekonomisk utveckling

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och Plats för mänskliga möten

SKL stöder medlemmarna i att utveckla dialogen med medborgarna. Medborgares möjlighet till inflytande och delaktighet i det lokala samhällets utveckling har blivit en allt viktigare fråga för kommuner, landsting och regioner, dels för att skapa tillit till det demokratiska systemet och för att utveckla ett hållbart samhälle.

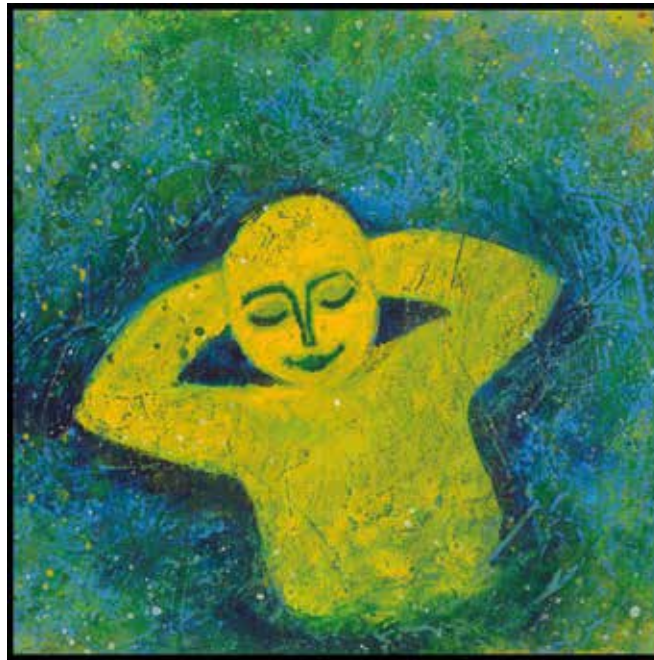
www.skl.se/demokratiledningstyrning/medborgardialogdelaktighet



Tillsammans för ett bättre liv i staden

Boverket, Naturvårdsverket, Statens energimyndighet, Tillväxtverket och Trafikverket har i ett regeringsuppdrag upprättat en *Plattform för hållbar stadsutveckling*. Den verkar för tvärsektoriell samverkan, samordning, kunskapsutveckling, kunskapspridning och erfarenhetsutbyte inom hållbar stadsutveckling. Arbetet möter städernas, tätorternas och stadsregionernas olika förutsättningar och behov. Tillsammans med Arkitektur- och Designcentrum (ArkDes) drivs en digital mötesplats för hållbara städer, www.hallbarstad.se

Balansera stressen



Stress är naturligt och behöver inte vara farligt, men ihållande stress med utebliven återhämtning leder till sjukdom och för tidig död. Förändringsstress, informationsstress och stress till följd av en förlorad känsla av sammanhang är nya former av stress. Den stressrelaterade ohälsan är en påtaglig belastning för både människor och samhälle. Överdriven materiell konsumtion, främlingsrädsla och minskat deltagande i civilsamhället är inte ovanliga konsekvenser av kronisk stress. Att forma samhället till att möta människors grundläggande behov och balansera stress och belastning på hållbart vis är centrala uppgifter i miljöarbetet och relaterar till samtliga miljömål.

Insatser för Balansera stressen

Det femte landmärket Balansera stressen har en särställning bland de sju landmärkena då det i grund och botten är detta som alla hälsofrämjande processer handlar om, att balansera stressen. Att balansera stressen är en central dimension i samtliga sju landmärken.

Fyra centrala områden där insatser kan ske:

Sömn och vila – sömn är i princip raka motsatsen till stress och belastning. Det som bryts ned under vakentidens psykiska och fysiska påfrestningar byggs upp under sömnen. Direkta insatser för sömn och vila är aktuella i arbetsmiljöarbetet, äldreomsorgen, barnhälsovården, skola och förskola m.m. Indirekt är olika former av samhällsservice, hälsofrämjande miljöer och andra yttre resurser en avlastning som ger chans till vila och återhämtning.

Lek – handlar både om avkoppling och distraktion från vardagens krav och möjlighet att utveckla nya färdigheter som skänker självförtroende och självkänsla. Förutom vikten av att barn, unga och vuxna har utrymme till meningsfulla fritidsaktiviteter kan även arbetslivets innehåll utvecklas till att ge de kvalitativa upplevelser leken innebär.

Kärlek – sociala band och anknytningsprocesser har både direkta och indirekta effekter som balanserar stress och belastning. Insatser som verkar för socialt stöd och närhet d.v.s. den form av samhörighet som håller samman ett samhälle, är aktuella inom t.ex. arbetsliv, föreningsliv, barn- och äldreomsorg, planering av fysisk miljö inklusive boende och transportsystem.

Färdighetsutveckling – tillgång till inre resurser inklusive känsla av kompetens ökar förmågan att hantera livets krav. Hit hör upplevelsen av tillvarons begriplighet, meningsfullhet och hanterbarhet. Förutom sömn, vila, lek och kärlek är själva utsattheten för stress och belastning, utmaningar och svårigheter, risker och faror en förutsättning för en positiv färdighetsutveckling. Insatser som främjar färdighetsutveckling är aktuellt hela livet men särskilt under barn- och ungdomsåren i familjen, i grannskapet, i föreningen och i skolan och handlar om att bejaka risker, utmaningar, motgångar och motstånd på en "lagom" nivå.

Potentiella effekter relaterade till

Balansera stressen

Många av de effekter som ses för de övriga landmärkena är även att vänta här. Till rent stressrelaterade effekter kan räknas:

- Motverkad överdriven materiell konsumtion.
- Ökat socialt kapital
- Ökad social hållbarhet
- Minskade sociala risker
- Minskat våld och aggressivitet
- Minskad användning av alkohol- och droger
- Prioriteringar ger ett större mervärde
- Minskade ohälsotal och kostnader för ohälsa
- Minskade produktionsbortfall och andra gynnsamma effekter för arbetsplatsen såsom:
 - Färre tillbud och felhandlingar
 - Mindre av samarbetssvårigheter och konflikter
 - Färre arbetsskador
 - Minskad personalomsättning och kompetensförlust

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och Balansera stressen



Mötesplats social hållbarhet är ett forum för att utveckla välfärden på ett socialt hållbart sätt. Genom kunskaps- och erfarenhetsutbyte bidrar mötesplatsen till minskade hälsoskillnader och att tillgodose människors grundläggande behov och rättigheter. Forumet drivs av Folkhälsomyndigheten och SKL.

www.motesplatsocialhallbarhet.se



Arbetsmiljöverkets föreskrifter om organisatorisk och social arbetsmiljö gäller från 31 mars 2016 och reglerar kunskapskrav, mål, arbetstid, arbetsbelastning och kränkande särbehandling.



I en separat vägledning ger Arbetsmiljöverket stöd till dem som ska följa och använda föreskrifterna om organisatorisk och social arbetsmiljö i sina verksamheter.

www.av.se

Närhet till naturen



Människan är en del av naturen. I naturen har människan utvecklats under miljontals år till vad hon är idag. Naturens ljud, färger, dofter och upplevelser av värme, kyla, regn och vind är djupt förenade med våra sinnen. Att röra sig i naturen aktiverar hjärnan på ett hälsofrämjande sätt. Naturvistelser reducerar stress och i kontakten med växter och djur skapas välbefinnande. Tillgång till natur där människor bor och arbetar ökar den biologiska mångfalden och främjar näringar som inte förbrukar naturresurser. Ekosystemens tjänster främjar människors hälsa, samhällets sociala stresstålighet och möjligheter till hållbar ekonomisk utveckling.

Insatser för Närhet till naturen kan vara

Verka för ökad medvetenhet om **biologisk mångfald, ekosystemtjänster** och deras betydelse för välfärden och en hållbar samhällsutveckling

Integrera ekosystemtjänster i flera politikområden och samhällssektorer.

Involvera lokalbefolkningen i förvaltningen av naturkapitalet på ett konkret och hållbart sätt

Verka för integrerade kretsloppsanpassade systemlösningar i vilka tätortens tekniska försörjningssystem kopplas samman med ekosystemtjänster i tätortsmiljön.

Ta fram lokala och regionala handlingsplaner för **grön infrastruktur** d.v.s. ett ekologiskt funktionellt nätverk av livsmiljöer och strukturer, naturområden samt anlagda element som utformas, brukas och förvaltas på ett sätt så att biologisk mångfald bevaras och för samhället viktiga ekosystemtjänster främjas i hela landskapet.

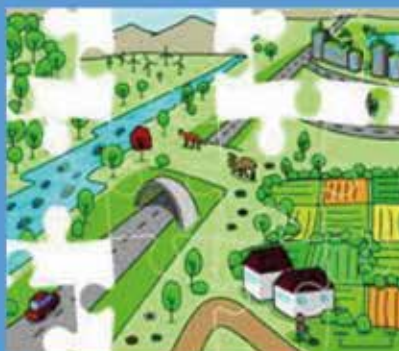
- Satsa på närnaturens kvalitet och tillgänglighet särskilt i de socioekonomiskt svagaste bostadsområdena
- Utveckla användningen av utomhuspedagogik i skolan
- Stimulera besöksnäring, friluftsliv och föreningsverksamhet som förenar sin verksamhet med ett hållbart nyttjande av naturmiljöer
- Öka förekomsten av gröna stråk i staden med goda möjlighet till gående och cyklande för att öka attraktionskraften hos dessa transportalternativ

Potentiella effekter relaterade till

Närhet till naturen

- Ökad trädthet i staden ger minskad förekomst av depression, ångest och stress hos befolkningen
- Stimulerar till fysisk aktivitet
- Främjar biologisk mångfald
- Positiva naturupplevelser som barn - främjar ett engagemang för hållbar utveckling som vuxen
- Mindre våld och kriminalitet
- Främjar sociala sammanhållning
- Stärker hembygdskänslan och sociala strukturer.
- Främjar näringar som inte förbrukar naturresurser.
- Natur i och nära tätorten främjar företagande och ekonomisk utveckling
- Främjar en effektiv kretsloppsekonomi
- Begränsning av och anpassning till klimatförändringarna

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och Närhet till naturen



På uppdrag av regeringen arbetar **Naturvårdsverket** för att betydelsen av biologisk mångfald och värdet av ekosystemtjänster ska vara allmänt kända och integreras i ekonomiska ställningstaganden, politiska avväganden och andra beslut i samhället där så är relevant och skäligt. Värdering av ekosystemtjänster är en förutsättning för hållbara beslut. Naturvårdsverket har tagit fram en vägledning för arbetet.

Regeringen har även utsett **Naturvårdsverket** att koordinera arbetet med grön infrastruktur i samarbete med **Jordbruksverket**, **Boverket**, **Trafikverket**, **Havs- och vattenmyndigheten**, **Riksantikvarieämbetet**, **Skogsstyrelsen**, **länsstyrelserna**, och andra berörda myndigheter och aktörer.

Att arbeta med utgångspunkt i grön infrastruktur tillför ett mervärde både genom att insatser kan samordnas och effektiviseras, och genom att tidigare förbisedda sammanhang i landskapet uppmärksammas.

www.naturvardsverket.se/ekosystemtjanster

Närhet till kulturen



Sjunga, dansa, skriva, läsa, gå på bio och teater, måla och titta på konst är exempel på kulturaktiviteter som skapar välbefinnande. Kulturarv från tidigare generationer ger sammanhang och trygghet. Kulturen främjar den känslomässiga utvecklingen, stimulerar till kreativitet och ökar förmågan att skapa mening i tillvaron. Det motverkar stress, förbättrar den egenupplevda hälsan och ger ett längre liv. Den sociala samhörigheten främjas, främlingsrädsla minskar och företagsamhet stimuleras. Kulturkonsumtion är en viktig komponent i hållbara konsumtionsmönster. Människors kreativitet är en avgörande faktor för framgång i arbetet för de nationella miljömålen.

Insatser för Närhet till kulturen kan vara

Ta fasta på lokal kunskap i utvecklingen av ett kultur- och föreningsliv som stärker faktisk delaktighet och känslan av delaktighet, genom att inleda samarbete mellan företrädare från kultur- och föreningsliv, samhällsplanering och forskare.

Ta vara på den civila sektorn som ett uttryck för den lokala kulturen och som en resurs i livsmiljöer såsom skola/utbildning, fritid/kultur/föreningsliv, boende/ närområde, arbete/försörjning och omsorg.

I arbetet med kulturprojekt som vill nå grupper som är missgynnade i samhället eller lever i någon form av utanförskap bör arbetet ske utifrån dessa gruppers särskilda behov av bekräftelse och deras kulturella sammanhang.

Stärk biblioteken som viktiga mötesplatser, som ger människor tillgång till kultur, det skrivna ordet och digital kompetens. Stöd den språkliga stimuleringen hos barn under de första levnadsåren i förskola, föreningsliv och i hem. Stimulera föräldrar att läsa högt för sina barn.

Skapa förutsättningar för aktiviteter inom kultur- och fritidsområdet som är tillgängliga oavsett familjens ekonomiska förutsättningar. Skapa möjligheter till fritidsaktiviteter även för de som inte idrottar.

Skapa mötesplatser där människor kan göra sin röst hörd och invånare mötas över gränser som ålder, kön, etnicitet och socioekonomi.

Potentiella effekter relaterade till

Närhet till kulturen

- Knyter an till traktens historia
- Ökad social samhörighet och inkludering
- Minskad främlingsrädsla
- Alternativ till resurs- och energikrävande konsumtion.
- Motverkar överdriven materiell konsumtion.
- Chans till hållbarare innehåll av den ekonomiska tillväxten
- Förbättring av självbild, identitet och välbefinnande på både individuell och lokal nivå
- Bättre studieresultat hos skolelever
- Stärkt partnerskap mellan offentlig, privat och frivillig sektor.
- Stimulerar till innovationer, förnyelse och kreativitet som bl.a. leder till framgångsrikt näringsliv, ökad attraktionskraft, samarbete och gynnsam ekonomisk utveckling

Svenska myndigheter i omställningen till ett hållbart samhälle och Närhet till kulturen

Skolverket

Förskolans och skolans uppdrag att arbeta med estetik, kultur och skapande handlar både om att se till att alla elever får kännedom om samhällets kulturutbud och om att använda estetiska uttryckssätt och skapande arbetsätt som en del av undervisningen.



Läroplanen anger dessutom att *Det svenska samhällets internationalisering och den växande rörligheten över nationsgränserna ställer höga krav på människors förmåga att leva med och inse de värden som ligger i en kulturell mångfald.*

Förskolan och skolan är en social och kulturell mötesplats som både har en möjlighet och ett ansvar för att stärka denna förmåga hos alla som arbetar där.



Riksantikvarieämbetet har på uppdrag av regeringen presenterat en vision för kulturmiljöarbetet fram till 2030, visionen lyder:

Alla, oavsett bakgrund, upplever att de kan göra anspråk på det kulturarv som format Sverige.

Visionen innebär att framtidens kulturmiljöarbete är avgörande för ett inkluderande samhälle genom att erbjuda alla

- samtal som utmanar föreställningar om samhällets utveckling
- förutsättningar att förstå samtiden
- möjlighet att utveckla samhälls-engagemang, tillit och gemenskap.

Hälsofrämjande – universell princip för all verksamhetsutveckling

En systematisk användning av hälsofrämjande som strategi för hållbar utveckling innebär att insatser kan skalas upp i olika samhällsfunktioner. Det uppstår en generell spridning och förstärkning av hälsofrämjande processer varvid betydande hållbarhetseffekter kan uppnås i samhället.

Redan idag förstärks de hälsofrämjande dimensionerna hos flera olika verksamhetsområden, ofta med syftet att öka den egna verksamhetens effektivitet och kvalitet.

För vissa områden är också hälsofrämjande som strategi särskilt lämpligt och naturligt att börja med. Så har perspektivet hanterats till exempel hos Länsstyrelsen i Dalarna där man vid revidering av åtgärdsprogrammet för Dalarnas miljömål uppmuntrat vissa sektorer att reflektera över hur deras verksamheter kopplar till hälsofrämjande processer. Miljömålsåtgärder med en sådan koppling bedömdes finnas inom de flesta sektorer, men framför allt i inom sektorerna besöksnäring, bygg och fastighet, energi, skog och transporter. Dessutom sågs flera sektorsövergripande åtgärder med koppling till hälsofrämjande processer, t.ex. inom natur- och kulturmiljövård, planering och byggande samt regional tillväxt och näringslivsutveckling.

I denna avdelning belyses tolv olika sektorer och sektorsövergripande verksamheter utifrån ett hälsofrämjande perspektiv. De aspekter som tas upp är förstås bara en bråkdel av de möjligheter som finns.

Hälsofrämjande samhällsplanering

Svenska kommuner ska ha en aktuell översiktsplan. Den ska vara strategisk, spegla utvecklingsfrågor och redovisa mark- och vattenanvändning, bebyggelseutveckling och hur kommunen tänker ta hänsyn till relevanta nationella och regionala miljömål, folkhälsomål och andra hållbarhetsmål. Att föra in de hälsofrämjande aspekterna i planen är en strategisk metodik för att uppnå flera av dessa mål.

Metoder för medborgares och intresseorganisationers delaktighet i fysisk planering behöver vidareutvecklas och tillämpas. Det bidrar till att mer kunskap och erfarenheter tillförs planeringen samt till förankring och förståelse hos berörda.

Förtätning av städer behöver utmyнна i lösningar som främjar hälsa, välbefinnande och en god miljö, minskar transportbehoven och förstärker det sociala kapitalet. Kommersiella miljöer behöver balanseras av en offentlig miljö med mötesplatser och goda förutsättningar för sociala aktiviteter inom promenad- och cykelavstånd.

Hänsyn till natur-, kulturmiljö- och friluftslivsvärden måste beaktas i den fysiska planeringen och genomsyra all markanvändning. Det är värden som behöver tillvaratas och utvecklas på ett sätt som ger goda boende- och livsmiljöer, lockar till inflyttning och attraherar besökare.

Hälsofrämjande transportsystem

Det övergripande transportpolitiska målet är att säkerställa en samhälls-ekonomiskt effektiv och långsiktigt hållbar transportförsörjning för medborgarna och näringslivet i hela landet. Därutöver har riksdagen beslutat om ett funktionsmål – tillgänglighet och ett hänsynsmål – säkerhet, miljö och hälsa. Ett hälsofrämjande transportsystem integrerar hänsynsmålet med funktionsmålet i ett helhetsperspektiv och tar hänsyn till plats- och situationsspecifika förhållanden och människors livskvalité. I praktiken handlar det om ett transportsystem som tillgodoser människors basala behov och välbefinnande och samtidigt verkar för angelägna hållbarhetsmål.

Transportsystemet belyst utifrån Landmärkesmodellen

Mer kroppsrörelse i vardagen

- Etablera ett funktionellt, sammanhängande och finmaskigt gång- och cykelvägnät som är anpassat till hela resekedjan.

Grönare mat på tallriken

- Transportinfrasystemets grönytor och sidoområden ger i tätorter värdefullt utrymme för lokal livsmedelsproduktion.

Plats för mänskliga möten

- Transportsnålt samhällsbyggande och höjd status på kollektiva transportlösningar för affärsresor, långväga pendling och resor till, från och inom viktiga destinationer för besöksnäringen.

Plats för föräldraskapet

- Säkra skolvägar för barn som gör gång och cykling till självklara val.

Balansera stressen

- Öka trafiksäkerhet och trygghet och minska buller, vibrationer, luftföroreningar, barriäreffekter för aktiv transport, aggressiv trafik, bristfällig belysning och andra orosmoment som kopplar till transportsystemet i bostadsområden.

Närhet till naturen

- Anpassa infrastrukturen till omgivande landskap och låt det bidra till biodiversitet och främja värdefulla ekosystemtjänster, särskilt i städer.

Närhet till kulturen

- Hållbara och attraktiva transportlösningar för ökad tillgänglighet till större kultur- och idrottsevenemang för alla socioekonomiska grupper.

Hälsofrämjande boendemiljö

Boendet har betydelse för människors hälsa och välbefinnande. Att ha en bostad är att ha en egen plats dit man kan dra sig tillbaka för att hämta kraft och få vara privat. Den som inte har drägliga boendeförhållanden har svårt att klara övriga delar av livet, till exempel utbildning och arbete, som i sin tur har stor betydelse för hälsan.

Trångboddheten ökar i Sverige och är störst bland utrikes födda och inrikes födda med två utrikes födda föräldrar. Enligt Boverkets senaste byggbehovsprognos behöver Sverige 710 000 nya bostäder på tio års sikt. Den stora utmaningen ligger i att byggandet av bostäder sker hållbart såväl socialt, ekologiskt och ekonomiskt.

Boendemiljön omfattar även närmiljön utanför bostaden. Närmiljöer som stimulerar till aktivitet och social gemenskap, som upplevs attraktiva, funktionella, jämställda och trygga främjar hälsa och välbefinnande hos de boende. Trygghet är en subjektiv känsla som inte behöver ha sin grund i faktisk brottslighet eller i risken att bli utsatt för våld. Det är den upplevda känslan som styr om en person till exempel går ut på kvällen eller väljer att stanna hemma. Samma känsla kopplar även till självskattad fysisk och psykisk hälsa.

Gemensamma kännetecknen för platser som upplevs som trygga är att det är platser som:

- går att överblicka
- ger kontakt med omgivningen
- är befolkade
- går att orientera sig i
- blandar vägar och bebyggelse
- är välskötta.

Boendets och närmiljöns betydelse för människors hälsa och välbefinnande behandlas ingående på www.boverket.se

Hälsofrämjande besöksnäring

Besöksnäringen står i ett viktigt vägskäl. Det är uppenbart att ohållbar turism som bryter ned de värden som människor söker för att uppleva inte har någon framtid. I takt med att besöksnäringens ekonomiska betydelse i världen växer måste den samtidigt utvecklas till att vara hållbar – socialt, ekologiskt och ekonomiskt. En hälsofrämjande besöksnäring erbjuder upplevelser som främjar både besökarens och de besökta hälsa och välbefinnande. Med *de sju landmärkena* som hjälpmedel i planeringen kan en hållbar turism och besöksnäring utvecklas som till exempel baseras på:

- uppmuntran till fysisk aktivitet inklusive en tillgänglighet baserad på kollektivtrafik i kombination med aktiv transport
- lokalproducerade livsmedel där ett vegetariskt inslag överväger men med utrymme för hållbart producerade kött, fisk och andra animaliska proteinkällor.
- goda möjligheter för gemensamma upplevelser för barn och föräldrar
- möten med människor och respekt för lokalbefolkningens behov inklusive värdiga arbetsförhållanden
- rika tillfällen att balansera stressen inklusive möjligheter till utmaningar som kan övervinnas och skapa känsla av kompetens, eller erfarenheter som stärker känslan av sammanhang, t.ex. ökad förståelse för innebörden av mänskliga rättigheter eller ekosystemtjänster
- närhet till naturen och ett värnande av den svenska allemansrätten
- upplevelser av kultur som både utgår från och förenas i platsen där den upplevs. Kulturevenemang som arrangeras på hållbar grund – socialt, ekologiskt och ekonomiskt.

Hälsofrämjande naturvård

Även naturvården är i en brytningstid. Det traditionellt sett något isolerade gröna perspektivet integreras allt mer i den systemsyn som är nödvändig för att förstå hur människa, natur och samhälle är förenade i en helhet. Begrepp som grön infrastruktur, ekosystemtjänster och landskapsansats för in kunskap om naturens betydelse för samhällsutvecklingen och människans välbefinnande.

Närhet till naturen är inte enbart en fråga om rumslig närhet utan även en mental och känslomässig närhet, en medvetenhet om de tjänster som naturen utför och värdet av dessa. Naturvården har alltså potential att få en betydelsefull samhällsfunktion som kopplar till hälsofrämjande processer för både individ och lokalsamhälle som helhet.

Hälsofrämjande naturvård bedrivs hos samhällen som kännetecknas av ett kompetent ledarskap och en gemensam vision utifrån erkännandet av de gemensamma intressen som välfungerande ekosystemtjänster erbjuder. Det finns ett utvecklat kunskapsnätverk och en mångfald av institutioner och policys som samverkar och främjar aktiviteter och åtgärder som uppnår långsiktigt hållbara lösningar. Lokalbefolkningen är involverad i förvaltningen av naturkapitalet på ett konkret och hållbart sätt. Man äger hög motivation till agerande präglad av handlings- och samverkanskompetens. Befolkningen äger vad som kallas community-empowerment (gemensam vardagsmakt).

Hälsofrämjande kulturmiljöarbete

Kulturmiljöarbetet har länge behandlat kulturarvet som en del av miljöarbetet, som en resurs för ekonomisk tillväxt och som en bildningsfråga. Nu växer förståelsen för kulturmiljöns bidrag till hållbar utveckling i alla dimensioner. Bland andra betonar Riksantikvarieämbetet, i sin vision för kulturmiljöarbetet i Sverige fram till 2030, kulturarvets betydelse för att nå ett inkluderande och hållbart samhälle.

Det hälsofrämjande perspektivet är användbart utifrån förståelsen av att människors behov är desamma oavsett vilken tid eller plats man lever i. Mänskliga kulturer förändras men människans behov består. Kulturarvet är spår av hur människor i andra tider ordnat samhället och säkrat sin långsiktiga försörjning. I förståelsen av det förflutna utvecklas förmågan till empati och inlevelse i andra sätt att leva. Kulturmiljön blir därmed en källa till kunskap, bildning och upplevelser som kan användas för att stimulera till hälsofrämjande processer såsom att skapa en känsla av tillhörighet, delaktighet och förståelse för hur vi lever våra liv idag

Identitet och kultur utgår från individen men formas kollektivt genom de utmaningar som en befolkning står inför. Idag handlar dessa om miljöproblem, ojämna resursfördelning och avstånd mellan människor.

Historia och platser har betydelse för tillhörigheten. Det är viktigt att framtidens kulturmiljöarbete inte fokuserar på olikheter mellan människor och på gränser mellan grupper. En upptagenhet av att definiera gränserna för vi:et gör att man lätt kan glömma att se och engagera sig för den andre. För att se det som förenar oss som människor behöver vi utforska det som upplevs som annorlunda, då och nu.

Hälsofrämjande odlingslandskap

Som en möjlighet att bevara och förvalta jordbruksområden som utsätts för stor press på grund av påverkan av stadsområden och intensiv urbanisering introducerar Jordbruksverket begreppet *Jordbrukspark*. Motiven för att inrätta Jordbruksparker speglar de hänsyn som tas vid skapandet av ett hälsofrämjande odlingslandskap.

Motiv för att inrätta Jordbruksparker:

- **Skydda stadsnära jordbruksmark** på samma sätt som vi i dag skyddar naturvårdsområden. Ett sätt att undvika exploatering av bördig jordbruksmark, som är en mycket värdefull resurs för den lokala livsmedelsförsörjningen i framtiden.
- **Behov av närproducerade ekologiska livsmedel** från kostenheten – skolor och vård. Många kommuner har en hög målsättning att upphandla ekologiskt och även närodlat.
- Jordbruksparker är ett sätt att tillfredsställa efterfrågan på ekologiska och närodlade produkter.
- **Potential för lokal arbetsmarknad** inom odling för att skapa gröna jobb med både tillfällen för entreprenörer och mindre kvalificerade arbeten där olika åldersgrupper och kulturer kan skapa en bas för arbetsförsörjning
- **En generell ökning av kommunens attraktion** genom en satsning på den nära landsbygden. En kombination av produktivt jordbruk/trädgårdsodling, naturvård och rekreationsmöjligheter för allmänheten i form av cykel- och joggingleder, kolonilotter, utflyktsplatser med mera, skulle bädda in staden i ett inbjudande grönt ytterhölje. Detta skulle dessutom kunna sammanbindas med grönytorna inom staden och tänkbara områden för stadsodling till husbehov, så att hela staden genomsyras av gröna nerver, och där marknadsplatser för de lokala produkterna ges möjlighet att uppstå på ett flertal ställen.

(Ur Kommunens arbete med jordbruksmarkens värden – ett stödverktyg, Jordbruksverket, 2015)

Hälsofrämjande skogslandskap

Definitionen av ett hållbart skogsbruk är *förvaltning och nyttjande av skog och skogsmark på ett sådant sätt, och i en sådan takt att dess biologiska mångfald, produktivitet, förnygringskapacitet, vitalitet och förmåga att både nu och i framtiden fylla viktiga ekologiska, ekonomiska och sociala funktioner på lokal, nationell och global nivå bevaras, utan att andra ekosystem skadas.*

I ett hälsofrämjande skogslandskap är målbilden densamma. Utgångspunkten är människors behov och de hälsofrämjande processer som kan stimuleras genom medvetna val av hur skogsmarken nyttjas. Skogsmarken placeras i ett landskapsperspektiv. Frågor som ställs är: Vilka är skogens värden? Vilken är deras inbördes relation och relation till andra värden i det omgivande landskapet? Hur påverkar dessa relationer valet av nyttjande och valet av brukningsmetoder? Det handlar om värden som råvarukälla till en rad olika produkter, biologisk mångfald, kulturmiljöer, närhet till människor, möjligheter till landsbygdsutveckling, rennäring, attraktionskraft för inflyttning, attraktionskraft för besöksnäring och andra näringar som brukar skogen och det angränsande landskapet

Ett hälsofrämjande skogslandskap rymmer ett hållbart skogsbruk i en helhetssyn på landskapet där ekologiska, sociala och ekonomiska mål och värden förenas och skapar ökad delaktighet, känsla av sammanhang och självtillit i lokalsamhället. Det är förenat med samverkan, lärande och inkluderande processer. Därtill innebär det hälsofrämjande skogslandskapet ökade förutsättningar för stressreduktion, fysisk aktivitet och utveckling av sociala nätverk samt hållbara och hälsofrämjande konsumtionsmönster.

Hälsofrämjande handel

Svensk handel talar idag om Det ansvarsfulla företaget som:

- arbetar aktivt för att vara en god arbetsgivare
- agerar etiskt på marknaden och i sina affärsrelationer
- verkar för en minskad negativ klimatpåverkan och en god miljö
- visar engagemang för sociala villkor vid inköp
- kommunicerar sitt arbete genom att vara transparent och lyhörd inför sina intressenter

Offentliga samhällsaktörer kan stimulera till en hälsofrämjande handel på olika sätt. Sorterat under Landmärkesmodellen ges några exempel:

- **Mer kroppsrörelse i vardagen**

Värna serviceutbudet på promenad- och cykelavstånd från hemmet. Närhet till handel och service är ett relevant sätt på vilket man i kommunens översikts- och detaljplanering beaktar minskade utsläpp av växthusgaser.

- **Grönare mat på tallriken**

Stimulera till försäljning av hållbart producerade livsmedel, samarbeten med lokala livsmedelsproducenter och insatser mot matsvinn.

- **Plats för mänskliga möten**

Stimulera företag att ta fram och kommunicera företagets etiska krav vid inköp. Komplettera de kommersiella miljöerna med mötesplatser i den offentliga miljön.

- **Plats för föräldraskapet**

Skapandet av en cirkulär ekonomi är av värde för hela samhället men har länge varit en viktig del i många barnfamiljers ekonomi, kan utvecklas mer.

- **Balansera stressen**

Verka för attraktiva handels- och servicelösningar på landsbygden. Stöd utveckling av IT-lösningar och e-handel.

- **Närhet till naturen**

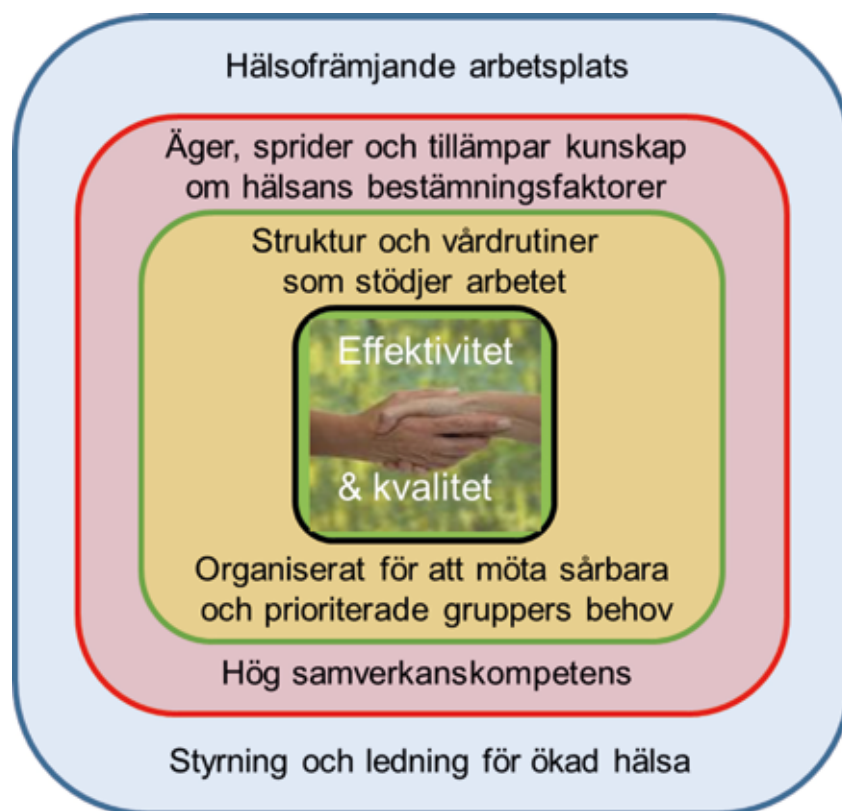
Stimulera miljöanpassade varor och tjänster, märkningar och återvinning. Uppmärksamma ekosystemtjänster med betydelse för livsmedelsproduktionen.

- **Närhet till kulturen**

Stimulera till kulturmöten i de kommersiella miljöerna. Butiker är kulturmiljöer där varors ursprung och användning kan öka intresse och förståelse mellan människor med olika bakgrund men med en gemensam framtid.

Hälsofrämjande hälso- och sjukvård

Hälsofrämjande hälso- och sjukvård innebär personcentrerad vård baserad på ett hälsofrämjande förhållningssätt i en hälsofrämjande organisation, figur 9.1. Den stärker patientens egen kontroll, egna resurser och tilltro till den egna förmågan att hantera sin livssituation. Den är en resurs för lokalsamhället. I centrum står det hälsofrämjande mötet där både behandlarens och patientens resurser mobiliseras. Landmärkesmodellens sju grundläggande hänsyn är självklara element.



Figur 9.1. En mer hälsofrämjande hälso- och sjukvård leder inte bara till bättre resultat och högre kostnadseffektivitet i vården, det gör hälso- och sjukvården till en aktör för hållbar utveckling – socialt, ekonomiskt och ekologiskt – och en attraktiv bransch.

Hälsofrämjande skolutveckling

Den viktigaste skyddsfaktorn för barn och ungdomar är att klara skolan. Därför är motivation, ett gott skolklimat, tillitsfulla relationer mellan elever och mellan lärare och elever en del av hälsofrämjande skolutveckling. Nyckeln är att sätta det hälsofrämjande arbetet i relation till skolans resultat.

Skolverket, 2016

Landmärkesmodellen och hälsofrämjande skolutveckling

Mer kroppsrörelse i vardagen

- Möt upp rörelseglädje och rörelsebehov för att stimulera utveckling och lärande. Säkra skolvägar för aktiv transport.

Grönare mat på tallriken

- Skolmåltiden - en trevlig upplevelse i en trygg miljö, en resurs i det pedagogiska arbetet och ett bidrag till en hållbar konsumtion.

Plats för mänskliga möten

- De vuxna tar genast itu med kränkningar, eleverna känner sig sedda och får bra feedback på sitt arbete.

Plats för föräldraskapet

- Förtroendefulla relationer mellan lärare och elevernas vårdnadshavare bidrar till en ökad måluppfyllelse för eleverna.

Balansera stressen

- Det genomgående syftet med hälsofrämjande skolutveckling.

Närhet till naturen

- Att lära ute ger bättre lärandeklimat och mindre stress. Det främjar social kompetens, samarbetsförmåga och elevkommunikation samt ökar elevers erfarenheter.

Närhet till kulturen

- Kreativitet är kopplat till lärande och utveckling av samarbetsförmåga, självständighet och ansvarstagande

Hälsofrämjande integration/etablering

Situationen i hemlandet som man lämnade, migrationen i sig och hur mottagandet i det nya samhället fungerar förklarar varför migranter ofta har allmänt sämre hälsa än infödda. Brist på kontroll över det egna livet och osäkerhet om framtiden ökar risken för psykisk ohälsa.

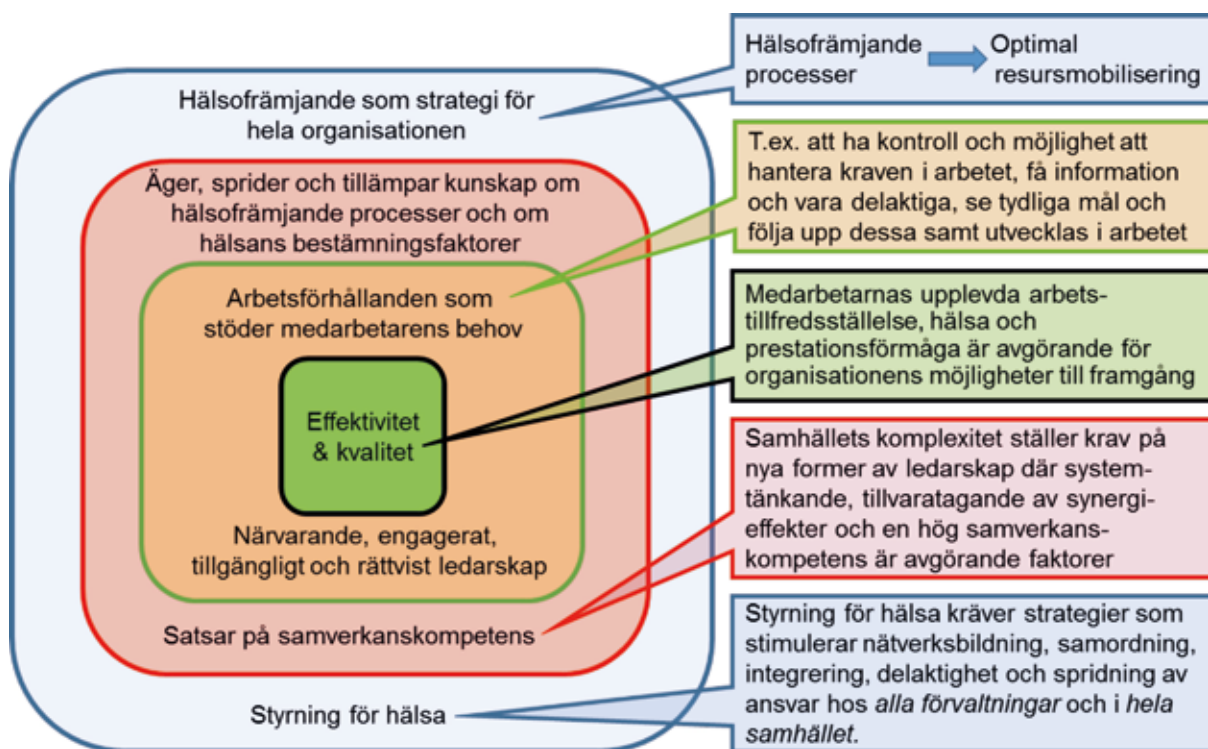
Med hälsofrämjande etablering, och den resursmobilisering hos och kring den enskilde migranten det innebär, förkortas tiden för etablering i samhälls- och arbetsliv. En hälsofrämjande etablering stärker individens självförtroende, förtroendet till andra människor och till samhällets institutioner. Näringsliv och idébureau sektor bidrar starkt till denna inkluderingsprocess.

Det rör sig om ett inkluderande mottagande med genomtänkta och kvalitativa insatser där man erkänner individens erfarenheter och perspektiv. Genom att fullt ut integrera ett hälsofrämjande perspektiv i utformningen av de individuella etableringsplanerna kan de nyanländas förutsättningar ses som en utvecklingsbar resurs för både förbättrad hälsa och ökade möjligheter till försörjning.

En hälsofrämjande etablering förutsätter inte bara ett utbud av insatser och en nära samverkan mellan myndigheter och organisationer. Det handlar också om kompetens, medvetenhet i bemötandet och processer som behöver utvecklas hos de personer och aktörer som deltar i etableringsarbetet. Det är en utveckling som inte enbart gynnar den enskilde migranten och dennes hälsa utan även befolkningens hälsoutveckling och samhällets hållbarhet i stort.

Hälsofrämjande organisation

Den hälsofrämjande organisationen, figur 9.2, kännetecknas av ett kompetent ledarskap som förmår samla verksamheten kring en gemensam vision och skapa förutsättningar för intern och extern samverkan. Den lyckas med sitt uppdrag och uppnår sina mål med hög effektivitet och kvalitet. En hälsofrämjande organisation främjar sina medarbetare/ medlemmars välbefinnande, är en resurs för hela samhället och fungerar som en aktör för hållbar utveckling.



Den hälsofrämjande organisationen. Fritt efter Governance for health in the 21st century, WHO 2011 och Den goda arbetsmiljön och dess indikatorer, Arbetsmiljöverket 2012.

Hälsofrämjande i allt?

Med en djupare förståelse av vad hälsofrämjande processer rör sig om öppnas möjligheten att identifiera, stödja och stimulera dessa processer i nästan alla sektorer och verksamheter. Hälsofrämjande arbetsplats är ett starkt utvecklingsområde idag och kan förstås appliceras i en mängd sammanhang. Men fler sektorer och verksamheter rymmer i sig själva potential att ha en tydligare hälsofrämjande profil, såsom i dessa exempel:

- arbetsplats
- ledarskap
- upphandling
- äldreomsorg
- socialtjänst
- omsorgsverksamhet
- boendemiljö
- energiförsörjning
- biståndsarbete
- kriminalvård
- försvarsmakt
- arbetsförmedling
- försäkringskassa
- polisverksamhet
- med flera...

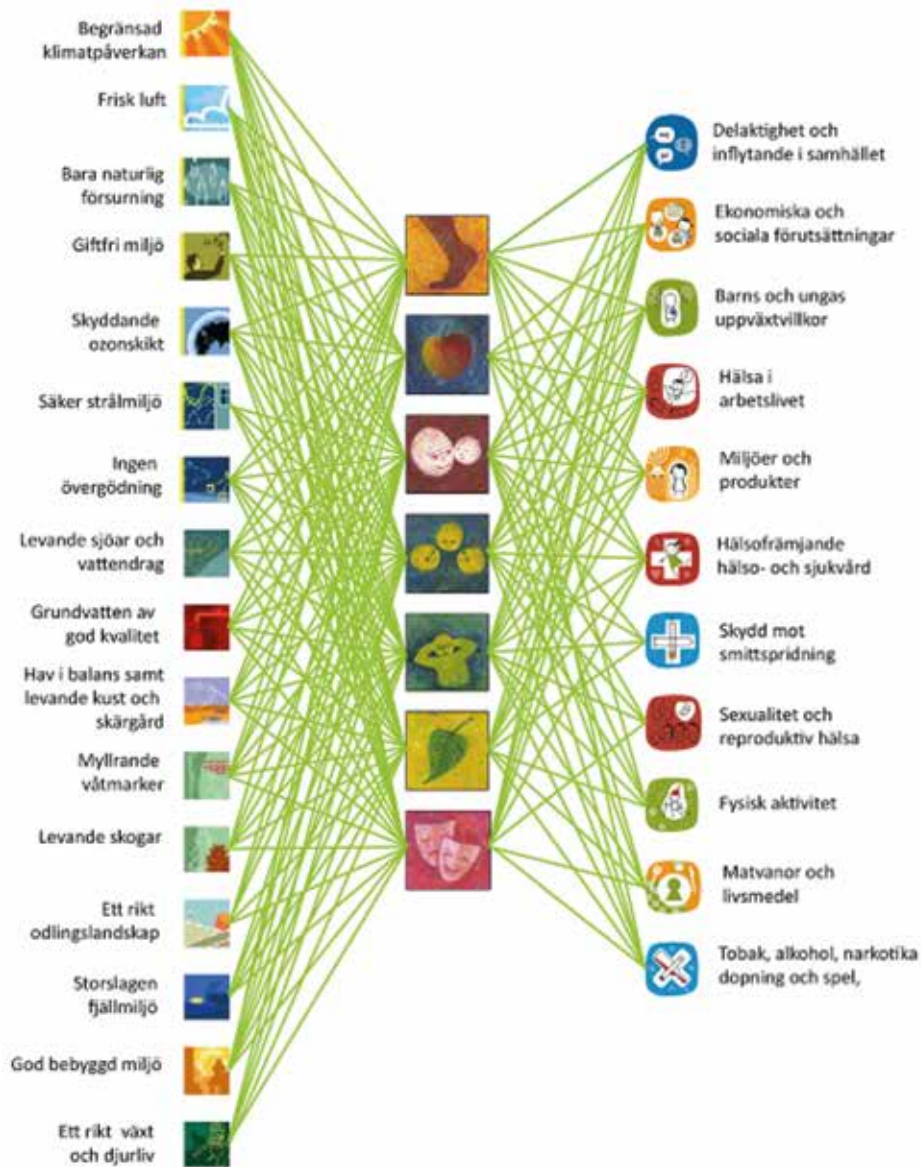
Landmärkesmodellen är ett hjälpmedel

Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling ska ses som ett hjälpmedel för verksamheter som önskar förstärka sitt arbete för hållbar utveckling. I denna avdelning presenteras några enkla sätt att arbeta med Landmärkesmodellen. De sju hänsynstaganden som landmärkena representerar har mer eller mindre starka kopplingar till samtliga nationella miljömål och målområden för folkhälsa, figur 11.1. Landmärkena är i sin självklara enkelhet lätta att känna igen där de förekommer eller skulle kunna utvecklas i den egna verksamheten. På så sätt blir de den länk som underlättar förståelse och analys kring verksamhetens eventuella bidrag till en hållbar samhällsutveckling.



Sin fullständiga funktion som hjälpmedel för ledarskap, samverkan och delaktighet i arbetet för ett hållbart samhälle får de sju landmärkena när de ställs upp tillsammans med själva essensen av FN:s förklaring av de mänskliga rättigheterna – ett erkännande av varje människas rätt att få sina basala behov tillgodosedda – det är så vi bygger en hållbar värld.





Figur 11.1. De sju landmärkena har mer eller mindre starka kopplingar till samtliga nationella miljömål och målområden för folkhälsa.

Landmärkena som hjälpmedel i praktiken

Förutom att vara en hjälp i att erövra ökad förståelse för olika verksamheters betydelse för en hållbar samhällsutveckling är de sju landmärkena även ett hjälpmedel i ett systematiskt förbättringsarbete med syfte att uppnå ökad samverkan och delaktighet i arbetet för ett hållbart samhälle.


Med landmärkesmodellen som ett gränssättande objekt (se kapitel 2 i Del 2) kan olika verksamhetsföreträdare mötas kring en gemensam uppgift och analysera hur de bäst bidrar till en helhetslösning genom en effektiv samverkan. En situation där det är aktuellt är hos kommuner där de olika förvaltningarna behöver samverka för att kunna uppnå övergripande kommunala målsättningar.

Med landmärkesmodellen underlättas hanteringen av komplexa helheter. Det är till hjälp i medborgardialoger där man eftersträvar ett utbyte av information för att skapa en gemensam bild av lokalsamhällets möjligheter till en hållbar utveckling. Genom att föra en dialog om hur landmärkesmodellens hänsynstaganden är aktuella i lokalsamhället och kan utvecklas förstärks både formell delaktighet och den självklara känslan av delaktighet.

Andra situationer där landmärkesmodellen är användbar är i verksamhetsplanering och i en integrerad styrning av hälsa och hållbar utveckling. Landmärkesmodellen kan också användas för att analysera beståndsdelar i olika angelägna samhällsmål för att därigenom finna möjliga samverkanspartners inom den egna organisationen och sektorn eller inom andra sektorer i samhället.

För analys av befintlig verksamhet




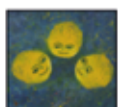



T.ex. på en arbetsplats, en kommunal förvaltning eller ett företag. På vilka sätt är den egna verksamheten redan idag involverad i respektive landmärke? Hur relaterar verksamheten idag till respektive landmärke? På vilka sätt tar verksamheten idag de hänsyn som ryms i respektive landmärke?

ANVÄNDNINGSMRÅDE 2.

För inventering av utvecklingsområden








På vilka sätt kan den egna verksamheten utvecklas för att ytterligare verka för de hänsyn som ryms i respektive landmärke? Är det något nytt som kan utvecklas? Vad kan göras mer? Vad kan göras bättre?

Som ett kommunikationsverktyg, för att:

3a. Underlätta ledarskap

- Sätter fokus på viktiga kärnfrågor som ökar insikten om hur den egna verksamheten kan vara en del av lösningen för samhällets hållbarhetsutmaningar
- Öppnar ledarskapets intresse för samverkan och att stimulera till ökad delaktighet
- På vilka sätt är du genom ditt ansvarsområde redan idag involverad i det aktuella landmärket? Vilka utvecklingsområden och samverkansprocesser, kopplade till det aktuella landmärket, ser du framöver?

3b. Underlätta samverkan

- Hjälper de ingående parterna i en samverkansprocess att trots skilda uppdrag och intressen ändå bilda en sammanhängande gemensam uppfattning och kunskap.
- Bidrar därmed till att skapa en vi-känsla som gör att viljan till samverkan ökar.
- Analys och inventering aktuellt engagemang inom respektive landmärke ger underlag till att finna gemensamma beröringsytor där ett samverkansutrymme finns.
- Samverkansprocesser i lokala och regionala utvecklingsstrategier, folkhälsostrategier eller hållbarhetsstrategier identifieras och görs synliga.



Förvaltning 1							
Förvaltning 2							
Förvaltning 3							
Förvaltning 4							

- Landmärkesmodellen stöder den kreativa processen och bidrar till nya kunskapsallianser.
- Vilka utvecklingsområden och möjligheter till intern och extern samverkan ses, kopplat till det aktuella landmärket?

3c. Underlätta delaktighet

- Landmärkesmodellen bidrar till ökad känsla av sammanhang inför frågan om hållbar utveckling.
- Områdets abstrakta och komplexa karaktär blir mer hanterbar
- Hållbar utveckling blir relevant ur vardagens, verksamhetens och beslutsfattarens perspektiv, samtidigt.
- Hjälper till att föra in värdefull lokal kunskap och erfarenhet i de processer som formar samhället.
- Ökar chansen för individen att få en upplevelse av att behärska och engageras av en aktivitet
- Bidrar till ett erkännande av individens kompetenser som får komma till bruk för att uppnå mål som återfinns i organisationen/ lokalsamhället som helhet.



4 a. Stöd i verksamhetsplanering och

4 b. Stöd och utgångspunkt för att utveckla en integrerad styrning för hälsa och hållbar utveckling.

- Stöd till verksamheter i målarbete och i framtagande av aktiviteter
- För att få koll på om de mål man beslutar och de aktiviteter man planerar har betydelse för hälsa och hållbar utveckling
- Landmärkena kan användas som en enkel checklista i verksamhetsplaneringen för att ge perspektiv på mål, aktiviteter, resultat, mer än att vara egna mål.

Värdefulla frågor att ställa sig i analysen av verksamheternas mål och de aktiviteter som planeras för att uppnå fastställda mål

1. Bidrar målet/aktiviteten till att förbättra/stärka befolkningens hälsoutveckling?
2. Har målet/aktiviteten koppling till hälsa och hållbar utveckling, med utgångspunkt från *Sju landmärken*?
3. Stärker målet/aktiviteten delaktighet och inflytande?
4. Stärker målet/aktiviteten empowermentprocesser hos individer och lokalsamhälle?
5. Bidrar målet/aktiviteten till att öka jämlikhet i hälsa?

ANVÄNDNINGSSOMRÅDE 5.

Analysera miljömål och deras relation till relevanta ”landmärken” och identifiera möjliga samverkanspartners.



1. Begränsad klimatpåverkan
2. Frisk luft
3. Bara naturlig försurning
4. Giftfri miljö
5. Skyddande ozonskikt
6. Säker strålmiljö
7. Ingen övergödning
8. Levande sjöar och vattendrag
9. Grundvatten av god kvalitet

10. Hav i balans samt levande kust och skärgård
11. Myllrande våtmarker
12. Levande skogar
13. Ett rikt odlingslandskap
14. Storslagen fjällmiljö
15. God bebyggs miljö
16. Ett rikt växt- och djurliv

Land- märke	Miljömål nr	Aktivitet för ett eller flera miljömål, och som relaterar till aktuellt landmärke	Möjliga samverkanspartners

Landmärkesmodellen möter de nya kraven på samhällsstyrning, ger handlingskompetens och kan skapa ökad acceptans för nödvändiga beslut.

Att verka för ett hållbart samhälle ställer helt nya krav på samhällsstyrningen i en historisk jämförelse. Kraven på ledarskapets kompetens och förmåga att skapa bästa möjliga förutsättningar för samverkan och delaktighet är höga. Miljömål, målområden för folkhälsa och globala hållbarhetsmål breddar kunskapsbasen och förstärker systemförståelsen inom alla samhällssektorer och på alla nivåer. De kan fungera som en gemensam grund för prioriteringar och samverkansinsatser.

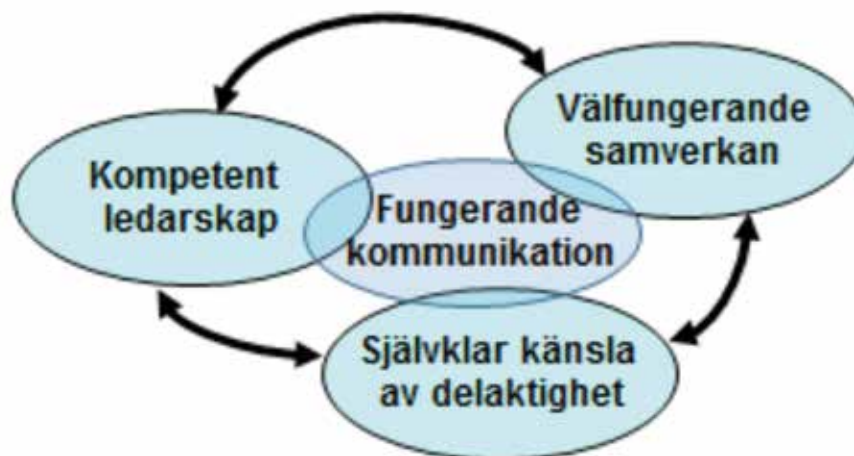


Fig 12.1. Att verka för ett hållbart samhälle ställer nya krav på samhällsstyrningen där ett kompetent ledarskap skapar förutsättningar för välfungerande samverkan och en självklar känsla av delaktighet genom att framgångsrikt kommunicera frågan om hållbar utveckling. Med denna guide introduceras Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling som ett hjälpmedel i dessa processer.

Hög samverkanskompetens hos framgångsrika samhällen

Samverkanskompetensen är kanhända den främsta förmågan hos ett samhälle som siktar på framgång. Inom samverkansforskningen studeras hur framgångsrik samverkan uppstår. Bland annat talar man om vikten att uppnå en ömsesidig tillit mellan parterna så att de vågar uttrycka frågor utan risk för att hamna i en maktpositionering. När ett sådant samarbete uppstår råder en situation där identitet, roller, relationer och kommunikation stödjer ett gemensamt meningsskapande mot en framtid som till stora delar är okänd. Samarbetet upplevs ge energi och riktning och skapar mening inför framtiden. Ingen av de som samarbetar ifrågasätter arenan vara gemensam.

En välfungerade samverkan av detta slag kan uppnås med hjälp av olika hjälpmedel. Det hälsofrämjande perspektivets kopplingar till hållbar utveckling och den nödvändiga samhällsomställningen erbjuder ett sådant stöd. Som ett konkret hjälpmedel som kan bidra till att denna samverkansmekanism etableras introducerar denna guide Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling.

Ökad handlingskompetens och ökad acceptans för nödvändiga beslut

Landmärkesmodellen har flera funktioner. Med hjälp av landmärkesmodellen placeras insatserna för hållbar utveckling in i ett humanistiskt perspektiv. Landmärkesmodellen pekar på hur ett fåtal basala livs-områden relaterar till och i hög grad förklarar flera av de förlopp som samhällsutvecklingen har tagit och kommer att ta i framtiden. Samhällsutvecklingen kan, utifrån ett sådant humanistiskt perspektiv, ses som en konsekvens av människors agerande och av människors sätt att fungera, tänka och känna.

Sju landmärken för hälsa och hållbar utveckling baseras på en helhetssyn på människa och samhälle. Genom en syntes av olika kunskapsområden som söker besvara kärnfrågan om vad som egentligen främjar människors hälsa och en hållbar samhällsutveckling blir landmärkesmodellen ett hjälpmedel till att hantera den komplexa helheten.

Att förstärka känslan av sammanhang inför begreppet hållbar utveckling är i sig ett viktigt och underliggande syfte med denna guide och Landmärkesmodellen är gjord för att bidra till det. Den känsla av vanmakt som gärna infinner sig när framtidens stora utmaningar utmålas kan bytas ut till en känsla av meningsfullhet. En ökad känsla av sammanhang är förknippad med möjligheten att uppnå en självklar känsla av delaktighet. Med hälsofrämjande som strategi för hållbar utveckling görs frågan om hållbar utveckling mer tillgänglig, begriplig, hanterbar och meningsfull att engagera sig i för många fler (alla). Det är ett sätt att underlätta ledarskap, samverkan och delaktighet i arbetet för ett hållbart samhälle. Det är ett sätt att kommunicera hållbar utveckling som underlättar för ett kompetent ledarskap, en välfungerande samverkan och en självklar känsla av delaktighet att bidra till:

- ökad acceptans för nödvändiga beslut som behöver tas för att nå en hållbar utveckling – politiska beslut kring lagstiftning, ekonomiska prioriteringar och förändrade konsumtionsmönster
- ökad handlingskompetens i hela samhället på alla nivåer och som motverkar känslor av vanmakt och ger framtidstro

LITTERATUR SOM VISAR VÄGEN

- Arbetsmiljöverket. Den goda arbetsmiljön och dess indikatorer. Rapport 2012:7
- CSDH. Closing the gap in a generation: Health equity through action on the social determinants of health. Final report of the Commission on Social Determinants of Health. Geneva: World Health Organization. WHO, 2008.
- Göteborgs stad, Rapport 2014: Skillnader i livsvillkor och hälsa i Göteborg. Göteborgs stad, 2014.
- SOU 2005:51. Bilen, biffen, bostaden. Hållbara laster – smartare konsumtion. Slutbetänkande av Utredningen om en handlingsplan för hållbar konsumtion – för hushållen. Stockholm 2005
- Era Dabla-Norris, E et al. Causes and Consequences of Income Inequality: A Global Perspective, IMF 2015.
- Statens folkhälsoinstitut. Folkhälsopolitisk rapport 2010: Framtidens folkhälsa – allas ansvar. Östersund: Statens folkhälsoinstitut, 2010
- Suhrcke, M., et al. The contribution of health to the economy in the European Union. Luxembourg: European Commission, Health and Consumer Protection Directorate-Generaal, 2005.
- WHO. The Ottawa Charter for Health Promotion, First International Conference on Health Promotion, Ottawa. WHO, 21 November 1986
- WHO. Governance for health in the 21st century, WHO, 2012.
- UCL Institute of Health Equity. Fair Society Healthy Lives: The Marmot Review. London: UCL Institute of Health Equity, 2010.
- Hall, Peter A. Lamont, Michele. Successful Societies. How Institutions and Culture Affect Health. Cambridge University Press, 2009.
- Stiglitz, Joseph E, chair. Report by the Commission on the Measurement of Economic Performance and Social Progress. Institut national de la statistique et des études économiques (INSEE), 2009. www.stiglitz-sen-fitoussi.fr
- The Global Commission on the Economy and Climate. Better Growth, Better Climate. New Climate Economy c/o World Resources Institute, USA, 2014. www.newclimateeconomy.report
- UNDP. Globala målen för hållbar utveckling. UNDP i Sverige, 2015. www.globalamalen.se/
- Rockström, J et al. Planetary Boundaries: Exploring the Safe Operating Space for Humanity. Ecology and Society, 2009, 14(2): 32.
- Institute for Health Metrics and Evaluation. The Global Burden of Disease: Generating Evidence, Guiding Policy – European Union and European Free Trade Association Regional Edition. Seattle, WA: IHME, 2013.
- Danermark, B. Samverkan – Himmel Eller Helvete? En bok om den svåra konsten att samverka. Gleerups förlag, 2000.
- Kasser T. Materialism and its alternatives. In M. Csikszentmihalyi & I.S. Csikszentmihalyi (Eds.) A life worth living. Contributions to positive psychology. Oxford 2006 University Press, 2006.
- NNR 2012, Food, food patterns and health outcomes Guidelines for a healthy diet, in Nordic Nutrition Recommendations 2012. 2014, Nordic Council of Ministers: Copenhagen. p. 103–136.

Ställ om för framgång utgår från att miljöfrågorna, betydligt mer än idag, behöver hanteras utifrån en förståelse av det specifikt mänskliga och kopplar det till samhällets förmåga att kunna möta mänskliga basala behov på hållbar grund. Ställ om för framgång placerar därför de nationella miljömålen i ett större sammanhang där de förenas med en rad andra angelägna samhällsmål.

Materialet består av tre delar som på olika sätt lotsar läsarna till ett nytt förhållningssätt och ett nytt perspektiv i arbetet för en hållbar samhällsutveckling.

FN:s Agenda 2030 med de 17 hållbarhetsmålen gör tydligt att våra samhällen i alla delar av världen behöver transformeras – ställas om – för att vara hållbara. Ställ om för framgång presenterar värdefulla perspektiv på hur en sådan omställning kan underlättas genom ett större fokus på övergripande processer på samhälls nivå som främjar hälsa och välbefinnande. Materialet ger en god grund för ett sådant utvecklingsarbete hos de flesta verksamheter inom alla sektorer.

John Holmberg, Professor vid Chalmers Tekniska Högskola och innehavare av Sveriges första UNESCO-professur inom hållbar utveckling.

Arbetet för jämlik hälsa, jämställdhet, mänskliga rättigheter och hållbar utveckling är i samtliga fall beroende av aktiv medverkan i breda tvärsektoriella ansatser. De olika perspektiven behöver samverka och komplettera varandra, inte konkurrera eller blockera varandra. Ställ om för framgång lyfter detta behov av samordning och tar hälsofrämjande processer som en utgångspunkt. Centrala aspekter av människors liv som uppväxt, utbildning, arbete, försörjning och hälsa är länkade i dynamiska samspel över livet. Därmed bör även samhällets olika verksamheter vara sammanlänkade i en gemensam förståelse för mänskliga basala behov och i gemensamma mål.

Olle Lundberg, professor och ordförande för Kommissionen för jämlik hälsa

Alla samhällsarenor påverkar hälsan; boende, närmiljö, fritid, kultur- och föreningsliv, skola, utbildning, arbete, hälso- och sjukvård, omsorg, socialt arbete. Hälsofrämjande processer, som ger människor möjlighet att påverka sin tillvaro, och leva i sociala sammanhang där de kan känna tilltro till sin egen förmåga, tillit till andra, hopp och framtidstro, är därför viktiga i alla dessa arenor och behöver utvecklas integrerat i verksamhetens strukturer och processer.

Ställ om för framgång belyser vikten av att systematiskt identifiera, förstå, stärka och utveckla hälsofrämjande processer i alla sektorer och samhällsarenor. Förutom att det bidrar till en god och jämlik hälsa uppnås synergier på samhälls nivå i form av sociala, ekonomiska och ekologiska hållbarhetseffekter. Ett hisnande perspektiv.

Margareta Kristenson, Professor och överläkare i socialmedicin och folkhälsovetenskap vid Linköpings universitet och Region Östergötland

Det är med glädje vi på CSS tar del av materialet i Ställ om för framgång. Vid CSS studeras vad som ökar människors förmåga att samverka och hur mänskliga relationer påverkar samhällets hållbarhet. Processer av centralt intresse är empati, medkänsla, tillit och altruism. Hur kan vi utveckla visdom och hur kan träning i medkänsla både med sig själv och andra påverka hälsa, välbefinnande, social hållbarhet och transformera hela samhället? Ställ om för framgång integrerar denna kunskap och ger en referensram när olika aktörer ska mötas och samverka. Det bjuder in alla människor, på alla samhällsnivåer, till att vara samskapande i arbetet för en hållbar framtid.

**Stefan Einhorn, Professor vid Karolinska Institutet & styrelseordförande för Center for Social Sustainability
Walter Osika, Docent vid Karolinska Institutet & föreståndare för Center for Social Sustainability**