

UNG LIVSSTIL

I NACKA 2016 – 2017

94%

har det bra på fritiden

59%

är med i en förening

>85%

tycker det viktigaste med musik-
och kulturkurser är att ha kul

NACKA
KOMMUN



UNG LIVSSTIL I NACKA 2016 – 2017

Ung livsstil i Nacka är en studie av hur ungdomar på högstadiet upplever sin hälsa och fritid. Denna skrift är en populärversion av Nackastudien som sammanfattar resultatet.

Forsknings- och utvärderingsprojektet Ung livsstil

2018-04-11

Ulf Blomdahl, Stig Elofsson, Linda Lengheden
Projektledare i Nacka kommun Thomas Sass

Mer information

facebook.com/unglivsstil

nacka.se/unglivsstil

I Nacka ska alla verksamheter hålla hög kvalitet och bidra till god hälsa. I kommunen ska det finnas spännande miljöer och levande mötesplatser, som är trygga och tillgängliga. Genom öppenhet, inflytande, dialog och möjligheter att göra egna val ska Nackaborna ges möjlighet att medverka till att få maximalt värde för skattepengarna.

Nacka kommun har under vintern 2016/2017 genomfört studien Ung livsstil där 1038 högstadieungdomar har svarat på frågor om hur deras vardag ser ut, hur de mår och annat som berör deras fritid. Vi ville också få veta om vad ungdomar tycker att kommunen ska satsa på inom kultur- och fritidsområdet. Att följa upp ungdomars hälsa, fritidsvanor och åsikter är ett sätt för oss att se hur framgångsrika och uppskattade olika satsningar är och hur vi ska arbeta framåt.

Ung livsstil är en forskningsstudie som genomförs sedan 30 år i flera kommuner. Studien görs i samarbete med Stockholms universitet och forskaren Ulf Blomdahl, och är en av Europas största studier av ungdomars livsstil.

I Nacka genomfördes Ung livsstil första gången 1998. I den här folder har vi sammanfattat resultatet av undersökningen som gjorts 2016/2017 och på en del områden jämför vi med resultatet från studien 1998.

Du kan också läsa mer på webben, www.nacka.se/ung-livsstil Med utgång från Ung livsstil kommer vi nu att kunna arbeta vidare för att göra Nacka kommun till en ännu bättre plats för ungdomar och deras fritid.

Nacka April 2018

Anders Mebius

Kultur- och fritidsdirektör

Nacka kommun

Thomas Sass

Utvecklingsledare fritid

Nacka kommun

Antal svarande i Ung livsstils studier från Nacka 1998 och 2016

	Urval antal	Antal besvarade enkäter	Svarsfrekvens, %
Högstadiet 2016	1 334	1 038	79
Högstadiet 1998	553	430	78



INNEHÅLL

1. HUR HAR UNGDOMAR DET PÅ SIN FRITID?.....	5
1.1 Vad ger livet mest mening?.....	6
2. VAD GÖR UNGDOMARNA PÅ FRITIDEN?.....	7
2.1 Föreningar.....	10
2.3 Fritidsgårdar.....	12
2.4 Bibliotek och läsvanor.....	15
2.5 Kulturskola.....	18
3. VAD TYCKER UNGA ATT NACKA KOMMUN SKA SATSA PÅ INOM FRITID OCH KULTUR?.....	20
3.1 Idrott och fritid.....	22
3.2 Kultur.....	23
4. HÄLSA OCH LIVSKVALITET.....	24
4.1 Fysiskt aktiv.....	26

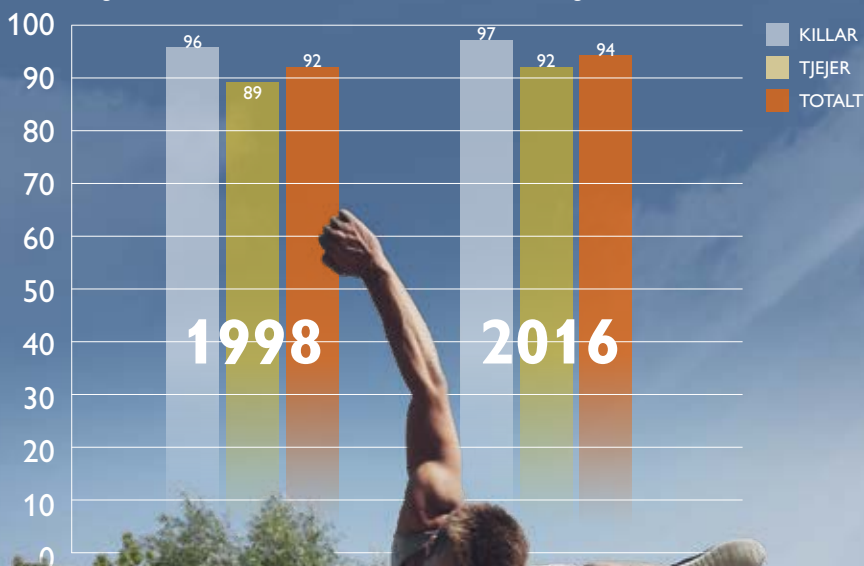
1 HUR HAR UNGDOMARNA DET PÅ SIN FRITID?

Vi ser att majoriteten av unga i Nacka tycker att deras fritids-situation är bra eller ganska bra.

Unga i högstadiet skattar fritidssituationen något bättre 2016 än 1998.

HUR HAR DU DET PÅ DIN FRITID?

Högstadiet Nacka 1998+2016. Andel % som svarat bra + ganska bra.



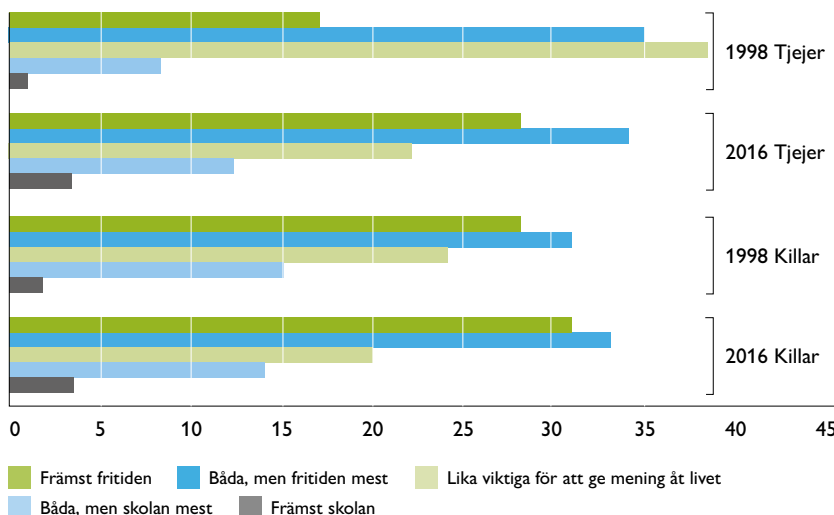


1.1 VAD GER LIVET MEST MENING?

Unga i Nacka har svarat på frågan om vad som ger livet mest mening, de svarsalternativ som de kunde välja mellan var följande: "Det är främst skolan som ger mening åt livet", "både skolan och fritiden ger mening åt livet, men skolan betyder mest", "skolan och fritiden betyder lika mycket för att ge mening åt livet", "både skolan och fritiden ger mening åt livet, men fritiden betyder mest", "det är främst fritiden som ger mening åt livet".

VAD GER DITT LIV MEST MENING?

Högstadiet Nacka 1998+2016. Andel %.



Vi ser att de flesta unga på högstadiet i Nacka tycker att livets mening står att finna på fritiden, både 1998 och 2016. Betydelsen för fritiden ("både skolan och fritiden ger mening åt livet, men fritiden betyder mest" och "det är främst fritiden som ger mening åt livet") har ökat med 10 procentenheter bland tjejer och 5 procentenheter bland killar.



2 VAD GÖR UNGDOMARNA PÅ FRITIDEN?

På fritiden ska alla ha möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar. Eftersom ungdomar är olika, har olika behov, olika fritidsstilar och olika förutsättningar behövs det ett brett fritidsutbud med olika arenor och möjligheter. Alla unga ska kunna hitta något att vara med på, där de känner sig välkomna och trygga.

VILKA ÄR UNGAS VIKTIGASTE FRITIDSINTRESSEN?

Killar högstadiet	%	Tjejer högstadiet	%
Idrottsförening	52	Träffa kompisar	53
Träffa kompisar	49	Idrottsförening	51
Tv-spel/datorspel	19	Tv-spel/datorspel	17
Idrott/motion (inte med en förening)	13	Idrott/motion (inte med en förening)	14
Familjen	9	Musikinstrument/sjunga	11
Musikinstrument/sjunga	9	Familjen	9
Dansa	7	Dansa	8
Serier/TV/Film	6	Serier/TV/Film	8
Gym/styrketräning	5	Läsa	6
Lyssna på musik	5	Läsa läxor/plugga	5

På fritiden deltar ungdomar dels i aktiviteter med krav på regelbundet deltagande och någon form av prestation, dels i mer öppna aktiviteter utan krav på medlemskap eller prestation. Ungdomar ägnar också en stor andel fritid åt egenorganiserade aktiviteter, som kan ske på olika anläggningar som kommunen erbjuder. Även att bara vara med kompisar och "göra inget särskilt" är en viktig fritidsaktivitet för ungdomarna.

Exempel på aktiviteter med krav på regelbundet deltagande är musik- och kulturskola eller idrottsföreningarnas verksamhet. Öppna aktiviteter och program där man kan prova på olika aktiviteter erbjuds bland annat på fritidsgårdar, bibliotek, kulturhus och i simhallarna. Även föreningar erbjuder öppna aktiviteter som man kan vara med på utan att behöva anmäla sig i förväg. Till egenorganiserade



Tjejer deltar oftare i kultur- och musikskolor än killar.

aktiviteter hör aktiviteter som kan ske när man själv vill utan föranmälan, till exempel på gym, näridrottsplatser, motionsspår, fritidsgårdar, simhallar, bibliotek eller kulturhus. För många unga är mötet med vuxna viktigt i de olika aktiviteter

BESÖKT OCH VILL BESÖKA OLIKA FRITIDSAKTIVITETER

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %.

	Varit med/besökt varje vecka	Vill vara med/besöka varje vecka	+/- procentenheter
Med i idrottsförening			
Killar	55	67	+12
Tjejer	52	59	+7
Med i annan förening			
Killar	10	36	+26
Tjejer	10	30	+20
Besöka bibliotek			
Killar	12	23	+11
Tjejer	17	38	+21
Besöka simhall			
Killar	12	54	+42
Tjejer	17	44	+27
Besöka fritidsgård			
Killar	12	30	+18
Tjejer	7	33	+26
Med i musik/kulturskola			
Killar	14	24	+10
Tjejer	18	26	+8

I tabellen till vänster ser vi hur stor andel av unga på högstadiet som besökt olika fritidsarenor på fritiden samt hur stor andel som uppger att de vill besöka dessa varje vecka.

man ägnar sig åt eller på de platser man besöker på fritiden.

Bland unga i Nacka, liksom i andra kommuner, är det idrottsföreningarna som lockar flest ungdomar. En skillnad i Nacka, jämför med andra kommuner, är att idrotten når ungefär lika många tjejer som killar på högstadiet. I många andra kommuner är det fler killar än tjejer som är med i idrottsföreningar.

Därefter är unga med i någon kultur- eller musikskola. Tjejer deltar oftare i kultur- och musikskolor än killar. Tjejer-
na besöker också bibliotek och simhallar oftare än killar.

Killar besöker fritidsgårdar oftare än tjejer. Så ser det även ut i andra kommuner som Ung livsstil undersöker.

Ungefär 30 % av ungdomarna deltar inte i någon av dessa aktiviteter som kommunen erbjuder ungdomar på fritiden.

För alla verksamheter gäller att det är fler unga som vill delta än som gör det idag.

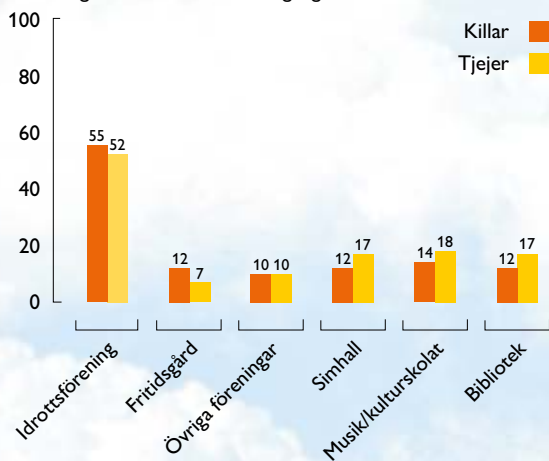
Simhallarna och fritidsgårdarna har störst potential att nå fler tjejer på högstadiet i Nacka. Bland killarna är det också simhallarna samt det övriga föreningslivet utanför idrotten som har störst potential att locka nya deltagare.

Av kommunens ekonomiska satsningar på kultur- och fritidssektorn utgör vidstående anläggningar och verksamheter de stora satsningarna mot barn och unga. Ung livsstil har undersökt i vilken utsträckning unga i Nacka har besökt dessa.

I tabellen uppe till höger ser vi hur stor andel av unga på högstadiet som har besökt bibliotek, fritidsgård och simhall samt deltagit i föreningsliv och musik- och kulturskolan.

BESÖKT PÅ FRITIDEN

Högstadiet Nacka 2016. 1 gång/vecka. Andel %.





2.1 FÖRENINGAR

Föreningslivet är en viktig arena för både lärande och rekreation. Svenskt föreningsliv omfattar såväl idrottsföreningar som kulturföreningar, praktiska föreningar, hobbyföreningar, scoutrörelsen, kyrkor, församlingar och religiösa samfund, idéburna organisationer samt politiska förbund. Att vara medlem och aktiv i en förening är för många en viktig fritidsaktivitet.

I Nacka har vi ett starkt föreningsliv. Det finns 85 föreningar i Nacka som får fritidsnämndens föreningsbidrag. En majoritet av föreningarna är

idrottsföreningar, precis som i andra kommuner i landet.

Nacka kommuns stöd till ideella föreningar som bedriver fritidsverksamhet för barn och ungdomar på fritiden består främst av:

- Olika ekonomiska föreningsbidrag.
- Ett utbud av kommunalt finansierade lokaler och anläggningar som föreningarna kan hyra till en subventionerad föreningstaxa.

På nästa sida ser du de olika föreningstyperna.





Att vara med i en idrottsförening är ungefär lika vanligt bland tjejer som hos killar i Nacka, däremot ser vi att killar är överrepresenterade i lagidrotter.

Medlemskap i olika föreningar ligger kvar på samma nivå som 1998 bland unga på högstadiet i Nacka.

Medlemskap i idrottsförening bland unga på högstadiet når lika många idag som 1998. Nacka skiljer sig jämfört med andra kommuner. Ung livsstil undersökt där resultaten visar att en generell minskning av aktiva i idrottsförening sker över tid.



Fotboll är största ungdomsidrott bland unga i Nacka på högstadiet. Bland killar är också innebandy och tennis idrotter som når fler än andra. Bland tjejer är flest med i fotbollsförening, därefter kommer gymnastik och ridsport.

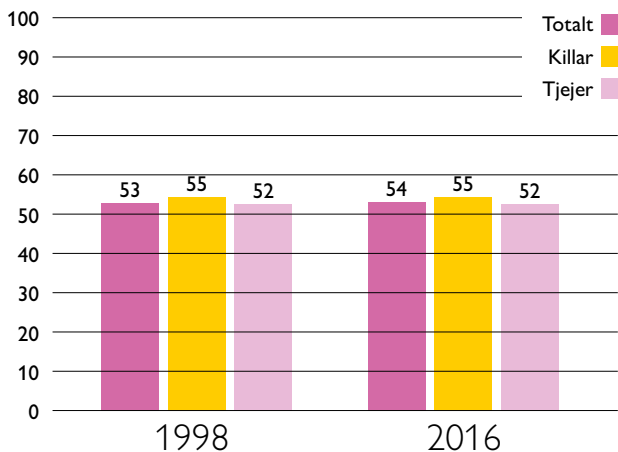
MEDLEMSKAP I FÖRENING

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %.

Högstadiet	Totalt	Killar	Tjejer
Förening totalt	59	60	58
Idrottsförening totalt	54	55	52
Lagidrott	29	39	19
Individuell idrott	28	33	28
Annan förening	10	10	10

MEDLEM I IDROTTSFÖRENING

Över tid, uppdelat på kön. Högstadiet Nacka. Andel %.



VILKA FÖRENINGAR ÄR FLEST UNGA MED I 2016?

Medlem i idrottsförening. Högstadiet Nacka 1998 och 2016. Andel %.

Killar		Tjejer	
Fotboll	24	Fotboll	10
Innebandy	10	Gymnastik	10
Tennis	7	Ridsport	9
Hockey	5	Handboll	6
Scouter	4	Friidrott	6
Kyrka/moské	4	Kyrka/moské	3
Handboll	3	Tennis	3
Golf	2	Simning	3



2.3 FRITIDSGÅRDAR

I Nacka finns det sju fritidsgårdar för tonåringar. Fritidsgårdarna ska vara både vardagsrum och aktivitetscentrum med en öppen verksamhet utan krav på anmälan eller regelbunden närvaro. Fritidsgårdarna ska också ordna större arrangemang som ungdomar efterfrågar.

Fritidsgårdarna är mötesplatser som ska kännetecknas av tillgänglighet, mångfald och inkludering där alla ska kunna känna sig välkomna. Verksamheten är öppen för alla och trösklarna är låga. Alla som kommer till fritidsgården ska mötas med en positiv förväntan.

24 % av högstadieungdomarna har varit på fritidsgård under den senaste månaden. 12 % av pojkarna och 7 % av

flickor är på fritidsgård varje vecka. Ytterligare 23 % av ungdomarna vill besöka fritidsgårdar men gör det inte idag.

Både flickor och pojkar vill att fritidsgården ska ha ett fik och ett vardagsrum där man kan umgås med varandra. Flickorna efterfrågar aktiviteter som bild och form, dans, göra film, matlagning, bakning och skapa musik. Pojkarna efterfrågar aktiviteter som idrott, tävlingar av olika slag, E-sport och filmvisning. Att kunna få hjälp med läxor på fritidsgården uppskattas av både flickor och pojkar.

Studien visar också att det är fler som vill besöka en fritidsgård varje vecka jämfört med hur många som faktiskt gör det.

Vi ser också att en fritidsgård behöver



Flickorna efterfrågar aktiviteter som bild och form, dans, göra film, matlagning, **bakning** och skapa musik.

BESÖKT FRITIDSGÅRD DE SENASTE FYRA VECKORNA

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %.

	Killar	Tjejer
Minst 1 gång under de senaste 4 veckorna	26	21
Minst 1 gång i veckan	12	7
Minst 2 gånger i veckan eller mer	6	2

Besöka fritidsgård	Varit med/besökt varje vecka	Vill vara med/besöka varje vecka	+/- procentenheter
Killar	12	30	+18
Tjejer	7	33	+26

ha attraktiva lokaler där det finns en möjlighet att ägna sig åt en bredd av aktiviteter när man själv har lust. Lokalerna måste ligga centralt i stråk där ungdomar passerar naturligt. Det ska vara enkelt att besöka fritidsgårdarna. Ungdomarna vill att det ska vara öppet på eftermiddagar, kvällar och helger. Även schyssta vuxna fritidsledare och ett café efterfrågas av ungdomarna. Det är också viktigt att fritidsgårdarna har egna lokaler där det bara är ungdomar, och inte yngre barn eller vuxna samtidigt. På fritidsgårdarna måste det finnas plats så att flera olika grupper upplever att de kan vara där samtidigt.

Fritidsgårdarna är öppna på eftermiddagar och kvällar. Även på helgerna förekommer verksamhet. När den ordinarie verksamheten inte pågår kan lokalerna användas för verksamhet för pensionärer, föreningsaktiviteter eller som samlingslokaler för olika grupper. Fritidsgårdarna kompletteras med några mindre mötesplatser, öppen



tjejeverksamhet och öppen idrott i några av kommunens idrottsbhallar.

Vi vet också att unga i Nacka, liksom i alla andra kommuner Ung livsstil samarbetar med, tycker att fredagar och lördagar är de två kvällar som fritidsgården helst ska vara öppen.

VAD TYCKER DU ÄR VIKTIGT PÅ FRITIDSGÅRDARNA PÅ FREDAGAR OCH LÖRDAGAR? Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. "Mycket viktigt".

Killar		Tjejer	
LAN/gaming-event	39	Filmkvällar	48
Filmkvällar	37	Middagar/äta mat tillsammans	41
Öppet i en idrottshall med olika aktiviteter	36	Olika prova-på-aktiviteter	33
Olika idrottsturneringar	31	Fester/dansevent/klubb/disco	32
Olika prova-på-aktiviteter	29	Festivaler/event/program/temakvällar	30
Middagar/äta mat tillsammans	28	Öppet i en idrottshall med olika aktiviteter	27
Fester/dansevent/klubb/disco	20	Läger där man sover över någonstans	22
Skidresor	19	Skidresor	19
Festivaler/event/program/temakvällar	17	Olika idrottsturneringar	17
Utflykter	14	Utflykter	16

Vi ser att killar tycker E-sport, gaming-event och LAN, filmkvällar och öppen idrottshall är det viktigaste på en fritidsgård under fredagar och lördagar. Tjejer tycker att filmkvällar, gemensamma middagar och prova-på-aktiviteter är det viktigaste.



2.4 BIBLIOTEK OCH LÄSVANOR

I Nacka finns sex bibliotek. Biblioteket har en viktig funktion som fri, neutral mötesplats där medborgarna kostnadsfritt kan låna media och ta del av ett brett informations- och kulturutbud på egna villkor. Biblioteket utgör också en särskild

viktig resurs när det gäller att stimulera barn till läslust och bidra till barns språk-, skriv- och läsutveckling.

Vi har sett att fler vill besöka bibliotek varje vecka jämfört med hur många som gör det.

BESÖKT BIBLIOTEK DE SENASTE FYRA VECKORNA

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %.

	Killar	Tjejer
Minst 1 gång under de senaste 4 veckorna	34	42
Minst 3 gånger under de senaste 4 veckorna	12	17
Minst 8 gånger under de senaste 4 veckorna	4	7

Tjejer på högstadiet i Nacka besöker bibliotek oftare än killar. Detta oavsett vilket tidsintervall vi efterfrågar.

LÄST BÖCKER FÖRRA VECKAN

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. (räkna även e-böcker och ljudböcker (dock inte de gånger du läst läxor eller i skolböcker).

	Killar	Tjejer
Ingen gång	45	35
1 gång	21	21
2-3 gånger	20	24
4-5 gånger	8	9
6 gånger eller fler	6	11

Tjejer läser även mer böcker än killar i Nacka. Så är det även i de andra kommuner som Ung livsstil undersöker:



Biblioteken är också en viktig mötesplats för många unga med invandrarbakgrund.

Tabellen nedan visar stora likheter mellan vad killar och tjejer anser är bra med ett bibliotek. Skillnaden ligger i att tjejer tycker det "starkare" än killar. Det unga tycker är bra med bibliotek är att låna böcker, att det är en plats för studier och läxläsning, att det finns en möjlighet att sitta och läsa samt att biblioteken är en plats där man kan vara i en trivsamt miljö.

Biblioteket har också en viktig demokratisk roll, en fysisk plats öppen för alla

att söka information. Men minst lika viktigt är bibliotekets utbud vad gäller tillgång till flera källor samt personalens kompetens att förmedla en källkritisk hållning.

Biblioteket utgör också en särskilt viktig resurs när det gäller att stimulera barn till läslust och bidra till barns språk-, skriv- och läsutveckling.

Biblioteken är också en viktig mötesplats för många unga med invandrarbakgrund.

BESÖKA BIBLIOTEK

	Varit med/ besökt varje vecka	Vill vara med/ besöka varje vecka	+/- procentenheter
Killar	12	23	11
Tjejer	17	38	21

Vi har visat att fler vill besöka bibliotek varje vecka jämfört med hur många som deltar.

BIBLIOTEK ÄR BRA FÖR DÄR KAN JAG...

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. "Stämmer precis".

Killar		Tjejer	
Låna böcker	59	Låna böcker	68
Sitta och läsa	40	Studera och göra läxor	46
Studera och göra läxor	36	Sitta och läsa	45
Vara i trivsamt miljö	36	Vara i trivsamt miljö	40
Låna ljudböcker	34	Låna ljudböcker	36
Låna filmer och musik	31	Använda internet	34
Lära mig nya saker i faktaböcker	30	Låna filmer och musik	32
Använda internet	30	Få tips och råd av en bibliotekarie	30
Få nya idéer	26	Lyssna på musik	25
Läsa serier	26	Använda databaser	24

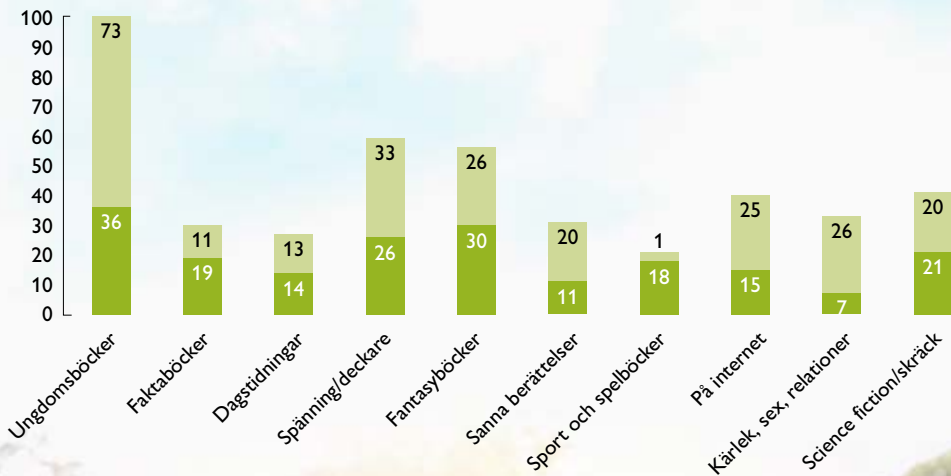
Vad tycker då unga är viktigt när de besöker ett bibliotek? Svarsalternativen för ungdomarna har varit: Mycket viktigt, ganska viktigt, inte särskilt viktigt, inte alls viktigt. Till höger visas de 10 första alternativen för killar respektive tjejer.

Studien visar att tjejer på högstadiet i Nacka främst läser ungdomsböcker, spänning/deckare, fantasy och på internet. Killar på högstadiet i Nacka läser främst ungdomsböcker, fantasy, spänning/deckare och faktaböcker.

OM DU LÄSER, VAD LÄSER DU PÅ DIN FRITID?

(Räkna även om du lyssnar på ljudböcker.) Andelar %. Högstadiet Nacka 2016.

Killar ■
Tjejer ■





2.5 MUSIK- OCH KULTURSKOLA

I Nacka fanns det när studien genomfördes 15 anordnare av musik- och kulturskola. Dessa erbjuder musik- och kulturskolverksamhet för barn och ungdomar upp till 19 år. Det finns bland annat kurser i cirkus, dans, musik, teater, media, bild och form.

Vi har visat att fler vill vara med i

kulturell undervisning på fritiden varje vecka jämfört med hur många som deltar.

Vad tycker då unga är mycket viktigt när de går i en musikskola eller på en kulturkurs? Svaralternativen för ungdomarna har varit: Mycket viktigt, ganska viktigt, inte särskilt viktigt, inte alls viktigt.



Med i musik/ kulturskola	Varit med/ besökt varje vecka	Vill vara med/ besöka varje vecka	+/- procent- enheter
Killar	14	24	+10
Tjejer	18	26	+ 8

Vi har visat att fler vill vara med i kulturell undervisning på fritiden varje vecka jämfört med hur många som deltar.

HUR VIKTIGT TYCKER DU DETTA ÄR NÄR DU GÅR I MUSIKSKOLAN ELLER ÄR MED PÅ EN KULTURKURS?

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. "Mycket viktigt".

Killar		Tjejer	
Att ha kul	86	Att ha kul	89
Att lära mig mer	84	Att lärarna är bra	86
Att lärarna är bra	76	Att må bra	85
Att bli bättre på mitt instrument/bättre röst	76	Att lära mig mer	82
Att må bra	75	Att uppleva bra stämning	82
Att uppleva bra stämning	62	Att bli bättre på mitt instrument/bättre röst	73
Att uppleva gemenskap	55	Att spela/sjunga den musik jag gillar	71
Att spela/sjunga den musik jag gillar	52	Att träffa min lärare/ledare	54
Att träffa min lärare/ledare	51	Att skapa något	50
Att skapa något	37	Att uppleva gemenskap	49

I tabellen ovan visas de 10 första alternativen för killar respektive tjejer.

3 VAD TYCKER UNGA ATT NACKA KOMMUN SKA SATSA PÅ INOM FRITID OCH KULTUR?

Barnkonventionen slår fast att varje barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör honom eller henne. Ung livsstil ger oss värdefull kunskap om vad ungdomar i Nacka vill att kommunen ska satsa på. Pojkar och flickor har delvis olika önskemål.



I studien har ungdomar svarat på vilka områden inom kultur och fritid de vill att kommunen ska satsa på. De har rangordnat alternativen från 1 till 5, där 1 är det de vill satsa på i första hand. I tabeller nedan ser vi första rangordningen. Alternativen var formulerade på följande vis:

- Kultur (bibliotek, musikskolor, kulturkurser, kulturhus, museum och utställningar, konst).
- Idrott (t.ex. idrottsanläggningar och stöd till idrottsföreningar).
- Natur (friluftsliv, badplatser, motionsspår, skidspår, vandringsleder, naturreservat, parker, friluftsgårdar).
- Fritidsgårdar (träffpunkter och liknande mötesplatser för ungdomar).
- Föreningsverksamhet som inte är idrott

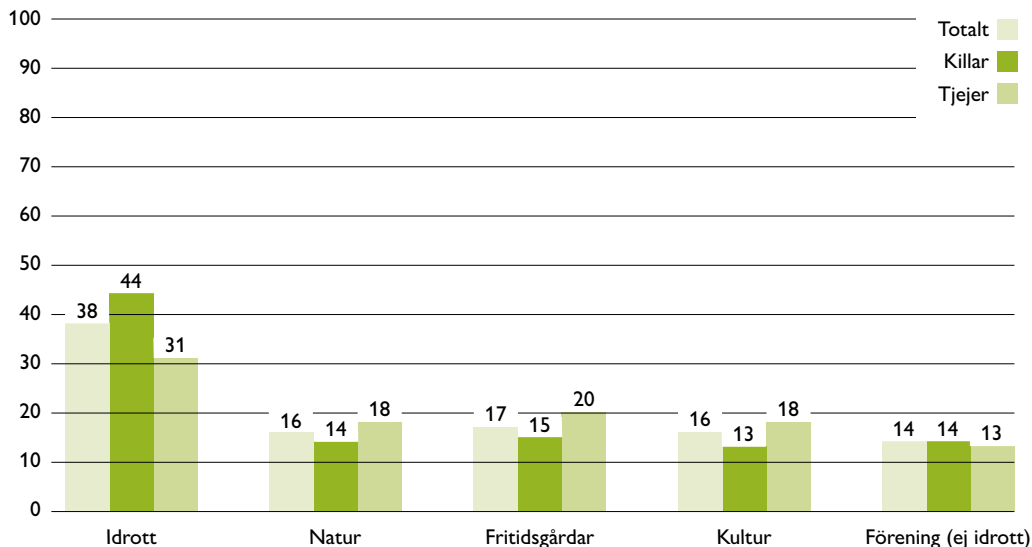
(scouter, friluftsliv, spelföreningar, djurföreningar, fältbiologer, schackklubb, hobbyföreningar, fredsförening, fotoklubb, filmklubb, ungdomsråd, elevkår, religiösa föreningar, nykterhetsförening, Unga örnar, Vi unga, politiska föreningar, invandrarföreningar, naturföreningar, sociala föreningar).

Unga på högstadiet i Nacka vill i första hand att kommunen ska satsa på idrott, killar vill satsa på idrott mer än tjejer. Tjejer på högstadiet i Nacka tycker att satsningar på fritidsgårdar, natur och kultur är näst viktigast. Killar tycker att fritidsgårdar är det näst viktigaste att satsa på. Vi ser att unga på högstadiet har ungefär lika starkt stöd för övriga föreningar och natur oavsett kön.



VAD TYCKER DU ATT NACKA I FÖRSTA HAND SKA SATSA PÅ INOM KULTUR OCH FRITID?

Rangordning 1. Andel %. Högstadiet Nacka 2016.





3.1 IDROTT OCH FRITID

VILKA IDROTTS- OCH FRITIDSANLÄGGNINGAR TYCKER DU NACKA KOMMUN SKA SATSA PÅ DE NÄRMASTE FEM ÅREN?

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. Eleverna har kunnat kryssa högst 4 alternativ.

Killar		Tjejer	
Fotbollsplaner	26	Simhall med äventyrsbad	33
Gym (inomhus)	26	Gym (inomhus)	27
Simhall med äventyrsbad	26	Simhallar med relax	22
Sporthallar för bollsporter (basket, handboll, innebandy)	25	Trampolinpark	18
E-sport-hall/LAN/Gaming-lokal	24	Ridanläggning/stall	18
Parkour	16	Sporthall för gymnastik	17
Trampolinpark inomhus	12	Fotbollsplaner	14
Rackethallar (badminton, pingis, squash, paddel, tennis)	12	Lokaler för gruppträning (aerobics, dans, spinning, gympa)	13

3.2 KULTUR

VILKA KULTURVERKSAMHETER VILL UNGDOMAR

ATT NACKA KOMMUN SKA SATSA PÅ DE NÄRMASTE FEM ÅREN?

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. Eleverna har kunnat kryssa högst 4 alternativ.

Killar	%	Tjejer	%
Filmvisning, bio	48	Filmvisning, bio	39
Festivaler för musik, film, teater och dans	19	Festivaler för musik, film, teater och dans	33
Bibliotek (på fritiden + ungdomsbibliotek på fritiden)	19	Konserter, rock, pop	29
Museer	17	Kurser på fritiden (bild och form, dans, drama/teater, cirkus mm)	24
Konserter, rock, pop	16	Bibliotek (på fritiden + ungdomsbibliotek på fritiden)	23
"Annat"	16	Danslokaler (replikaler för dans)	21
Öppna fritidsaktiviteter där föranmälan ej krävs (bild, dans, drama, musik)	12	Öppna fritidsaktiviteter där föranmälan ej krävs (bild, dans, drama, musik)	19
Stöd så att unga själv ska kunna förverkliga idéer inom kulturområdet	12	Stöd så att unga själv ska kunna förverkliga idéer inom kulturområdet	18

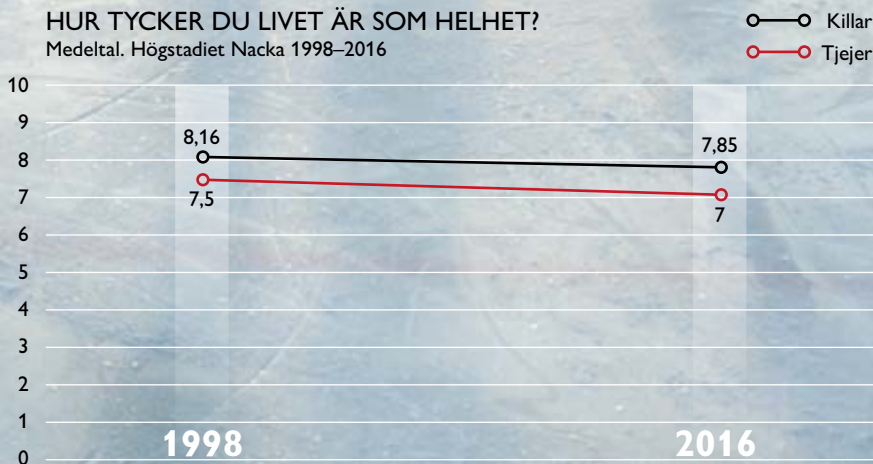


4 HÄLSA OCH LIVSKVALITET

Regelbunden träning och motion är viktigt för hälsan. Träning har också ett direkt samband med ungdomarnas självskattade hälsa och upplevda livskvalitet och kan vara ett sätt att hantera och motverka stress.

HUR TYCKER DU LIVET ÄR SOM HELHET?

Medeltal. Högstadiet Nacka 1998–2016



HUR TYCKER DU LIVET ÄR SOM HELHET?

Ung livsstil högstadiet 2013–2016. 1 är mycket dåligt och 10 mycket bra. Medeltal.

	Killar	Tjejer
Jönköping 2015	8,56	8,16
Täby 2013	8,18	7,62
Lidingö 2015	8,42	7,46
Värmdö 2014	8,21	7,38
Huddinge 2015	8,44	7,32
Malmö 2015	8,22	7,12
Vallentuna 2015	7,68	7,04
Nacka 2016	7,85	7,0
Haninge 2016	7,75	6,54

Unga på högstadiet i Nacka tycker att livet som helhet är bra. Tjejer i Nacka skattar sin helhetssituation något sämre jämfört med killar, liksom i andra kommuner. Ung livsstil undersöker. Vi ser också att unga bedömer helhetssituationen för livet sämre idag jämfört med tidigare.

HUR TYCKER DU ATT DIN HÄLSA ÄR?

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %.

	Killar	Tjejer
Bra	56	42
Ganska bra	33	39
Varken bra eller dålig	10	15
Ganska dålig	2	4
Dålig	0	1

Vi ser att killar skattar sin hälsa som "bra" i större utsträckning jämfört med tjejer. Samma tendenser visar resultat i andra kommuner som Ung livsstil undersöker. Få unga på högstadiet i Nacka uppger att deras hälsa är "ganska dålig" eller "dålig".

HAR DU UNDER DE SENASTE 12 MÅNADERNA HAFT FÖLJANDE BESVÄR?

Högstadiet Nacka 2016. Andelar %. "I stort sett varje dag + ungefär 1 gång/vecka".

	Killar	Tjejer
Irritation eller dåligt humör	51	83
Stress	59	81
Varit jättetrött	65	75
Känt dig deppig/ledsen	28	59
Känt ångest	25	59
Svårt att somna eller sova	42	57
Känt oro	23	51
Huvudvärk	29	48
Ont i axlar, nacke eller rygg	32	42
Magont (inte mensvärk)	18	30
Pip eller tjut i öronen	21	21
Idrottsskada	14	17

Unga tjejer anger i högre grad upplevda besvär än killar. De besvär som flest tjejer anger att de haft under det senaste året är: irritation/dåligt humör, stress och trötthet. Bland killar är det samma besvär, fast i lägre grad. Det är minst skillnad mellan killar och tjejer när det gäller besvär med pip i öronen eller idrottsskada.



4.1 FYSISKT AKTIV

Beprovad forskning, både internationellt och nationellt, har visat att fysisk aktivitet bidrar till bättre hälsa i befolkningen. Vissa fritidsaktiviteter bidrar till idrott och motion. I Nacka har vi

undersökt deltagande i idrottsförening, deltagande i gruppträning såsom aerobics eller dans, träning på gym/styrketräning och spontant idrottande på egen hand.

OLIKA MÅTT FÖR FYSISK AKTIVITET.

Nacka högstadiet 2016. Andel %.

Killar högstadiet		Tjejer högstadiet	
Med i idrottsförening	Fysiskt aktiv	Med i idrottsförening	Fysiskt aktiv
55	68	52	65

Fysiskt aktiv avser med i organiserad verksamhet (idrottsförening, dans eller gruppträning), gått på gym eller idrottat spontant på egen hand.

OLIKA MÅTT FÖR FYSISK AKTIVITET

Nacka högstadiet 2016. Andel %.

	Killar	Tjejer	Totalt
Med i idrottsförening	55	52	54
Med i organiserad verksamhet (idrottsförening eller dans eller gruppträning)	+1	+6	+4
Med i organiserad verksamhet (idrottsförening eller dans eller gruppträning) eller gått på gym	+9	+4	+6
Med i organiserad verksamhet (idrottsförening eller dans eller gruppträning) eller gått på gym eller idrottat spontant (bästa och mest stabila måttet)	+3	+2	+3
Fysiskt aktiv	68	65	67

Bland tjejer ser vi att tillskottet av fysisk aktivitet gällande dans och gruppträning är 6 procent, för killar 1 procent. När vi kompletterar med gym/styrketräning ser vi att bland killar ökar den fysiska aktiviteten med ytterligare 9 procentenheter och bland tjejer 4. Totalt blir tillskottet av rörelse och annan motion än idrottsförening 13 procentenheter bland både killar och tjejer.

Foto

Ryno Quantz, Håkan Lindgren,
Gettyimages, Colourbox, iStock

Tryck

DanagårdLiTHO, 2018

Nacka kommun har tillsammans med forskningsprojektet Ung livsstil undersökt vad unga gör på fritiden, vad de vill göra och hur de mår.

I denna folder kan du läsa en sammanfattning av resultatet av undersökningen som genomfördes 2016/2017 på högstadiet i Nacka.

Ungdomar är nöjda!

94 % av Nackaungdomarna tycker att de har det bra eller ganska bra på sin fritid. Samtidigt finns det grupper som aldrig deltar i det fritidsutbud som finns. Studien visar också att det finns en grupp unga som uppger att de upplever sämre hälsa.

Detta vill ungdomarna att Nacka kommun ska satsa på!

Flickor i högstadiet önskar att kommunen ska satsa på simhall med äventyrsbad och relaxdel, inomhusgym för ungdomar, trampolinpark, ridanläggningar och sporthall för gymnastik. Flickorna vill också att det satsas på film, festivaler, konserter och kulturskola.

Pojkar i högstadiet önskar att kommunen ska satsa på simhallar med äventyrsbad, inomhusgym för ungdomar, sporthallar för bollsporter och lokaler där man kan ägna sig åt E-sport och LAN-event. Pojkarna vill också att det satsas på film, festivaler och bibliotek.

Ungdomar är med i föreningar!

Det är ungefär lika stor andel av högstadieungdomarna i Nacka som är medlemmar i en idrottsförening 2017 (54 %) som det var 1998 (53 %). Det är första gången under de år studien Ung livsstil genomförts i olika kommuner som andelen medlemmar inom idrotten inte minskat över tid. Samma gäller för kulturföreningar. När det gäller religiösa föreningar och scouter har andelen medlemmar till och med ökat över tid. Däremot har övriga föreningskategorier som hade medlemmar 1998 i princip försvunnit helt bland högstadieungdomar i Nacka.

Studien Ung livsstil visar även att det är ungefär lika stor andel pojkar (55 %) som i flickor (52 %) på högstadiet som är medlemmar i idrottsföreningar i Nacka.