



# Lek- och aktivitetsplan

Vägledning för utveckling av Järfällas  
lekmiljöer i bebyggelse och natur

## Projektorganisation

### **Beställare:**

Mikael Rångeby, *förvaltningsdirektör, bygg- och miljöförvaltningen*

### **Styrgrupp:**

Hans Enelius, *avdelningschef, avd. park och gata, bygg- och miljöförvaltningen*

Nina Karlsson, *avdelningschef, avd. kvalitet och strategi, bygg- och miljöförvaltningen*

### **Projektgrupp:**

Kerstin Sköld, *projektledare, stadsträdgårdsmästare, avd. kvalitet och strategi, bygg- och miljöförvaltningen*

Sara Widlund, *landskapsarkitekt, avd. kvalitet och strategi, bygg- och miljöförvaltningen*

### **Referensgrupp:**

Agneta Dahlgren, *miljö- och kvalitetsamordnare, avd. kvalitet och strategi, bygg- och miljöförvaltningen*

Björn Sundberg, *kapacitetsansvaring, avd. utveckling och stöd, barn- och ungdomsförvaltningen*

Bo Majling, *programchef, nämndkansli, kultur-, demokrati- och fritidsförvaltningen*

Carin Hallstedt Idstam, *barnombud, avd.*

*utveckling och stöd, barn- och ungdomsförvaltningen*

Erik Håff, *skogsförvaltare, avd. park och gata, bygg- och miljöförvaltningen*

Esra Kocer, *förvaltare, avd. fastighet, bygg- och miljöförvaltningen*

Dan Hellström, *parkingenjör, avd. park och gata, bygg- och miljöförvaltningen*

David Nordin, *trafikplanerare, avd. kvalitet och strategi, bygg- och miljöförvaltningen*

Janina Nyroos, *chef förvaltarenheten, avd. fastighet, bygg- och miljöförvaltningen*

Jenny Färm, *tillsynschef, avd. miljö och hälsoskydd*

Jenny Ångman, *miljöstrateg, planavd., kommunstyrelseförvaltningen*

Jessika Karreskog, *demokratiutvecklare, kansli, kultur-, demokrati- och fritidsförvaltningen*

Lars Skutin, *parkingenjör, avd. park och gata, bygg- och miljöförvaltningen*

Lisbeth Eriksson, *landskapsarkitekt, avd. park och gata, bygg- och miljöförvaltningen*

Malin Danielsson, *planchef, planavd., kommunstyrelseförvaltningen*

# Förord

Barn och ungas rörelsefrihet är viktigt. Tillgång till kvalitativa utemiljöer stärker barn och ungas fysiska och psykiska hälsa. Det här är en framtidsbild för barn och ungas utemiljöer. Syftet är att åstadkomma lek- och aktivitetsplatser av hög kvalitet jämnt fördelade över kommunen.

Lek- och aktivitetsplanen är avsedd att användas som ett av underlagen vid framtagande av nya detaljplaner. Den ger också vägledning vid förvaltning, projektering och anläggning av lek- och aktivitetsplatser. Planen ska aktualitetsprövas vid varje ny mandatperiod.

Planen har utarbetats genom samarbete över politik- och förvaltningsgränser, information från kommunens dialogforum för skolelever, enkätsvar från pedagoger och studier av forskningsresultat. Andra kommuners lekprogram och policys har använts som inspiration.

Amanda Palmstierna

*ordförande i Tekniska nämnden*

# Innehåll

Förord	3
Innehåll	4
Sammanfattning	5
<b>INLEDNING</b>	<b>6</b>
Centrala begrepp	7
<b>UTMANINGAR OCH MÅL</b>	<b>8</b>
Utmaningar	8
Mål	9
<b>NULÄGE OCH ANALYS</b>	<b>10</b>
Nulägesbeskrivning	10
Analys	13
Analyskartor	14
<b>FRAMTIDSBILD</b>	<b>16</b>
<b>VÄGLEDNING</b>	<b>18</b>
Vägledning för planering	18
Vägledning för projektering och anläggning	20
Vägledning för förvaltning	22
<b>OLIKA TYPER AV LEK- OCH AKTIVITETSMILJÖER</b>	<b>23</b>
Närlekplatser	23
Lek- och aktivitetsplatser	24
Utflyktslekplatser	26
Lekmiljöer inom barnomsorgen	27
<b>KOMPENSATIONSÅTGÄRDER</b>	<b>28</b>
Vid planering	28
Vid projektering och anläggning	29
Vid förvaltning	29
<b>REGELVERK OCH ANSVAR</b>	<b>30</b>
FN:s konvention om barnets rättigheter	30
Lagar och regelverk	30
<b>BAKGRUND</b>	<b>32</b>
Lekplatser i Järfälla - historik	32
Forskning och studier	33
Arbetsmetoder	36
Referenser	37



# Sammanfattning

I Järfälla finns 52 lekplatser i parker och natur, varav tio redan idag fungerar som lek- och aktivitetsplatser för åldrarna 0-18 år. Övriga lekplatser vänder sig i första hand till lägre åldersgrupper. Utöver detta finns lekplatser inom samfälld mark och kvartersmark, tre utflyktslekplatser, fyra parker med parkleksamhet, en 4H-gård samt ett flertal lek- och aktivitetsmiljöer inom skolans verksamhet.

Analysen av nuläget visar att det råder stor brist på mötesplatser för äldre barn och unga. Detta bekräftas i dialogarbeten med skolelever.

Kommunens parker är ofta dåligt upplysta, speciellt lekplatserna, vilket minskar tillgängligheten av dessa under vinterhalvåret. Den bostadsnära skogen utgör en stor resurs för barn att leka i men har inte i tillräcklig grad tagits tillvara på i utformningen av lekplatserna. Inom skolan och förskolans verksamhet finns idag ett stort antal attraktiva lek- och aktivitetsmiljöer som är tillgängliga för allmänheten. Dessa samspelar inte alltid med det lekutbud som finns i närliggande park.

Lek- och aktivitetsplanens framtidsbild visar 36 stora och belysta lek- och aktivitetsplatser varav minst en i varje kommundel har ett inkluderande rekreativt utbud för alla åldrar.

Alla tio befintliga lek- och aktivitetsplatser bevaras, elva utvecklas från befintliga lekmiljöer med god placering, fyra nyanläggs i befintliga bristområden och resterande elva beräknas tillkomma i kommunens olika utvecklingsområden.

Platser för närlek är viktiga för mindre barn. I framtida bostadsbyggnation planläggs dessa på kvartersmark och på samfälld mark, vilket är den placering som dominerar i kommunen. I befintliga bostadsområden där yta för närlek saknas inom kvartersmark eller på samfälld mark är ambitionen att kommunen fortsatt står för närlekplatser för att uppnå likvärdig standard.

Förslaget visar på nedläggning av närlekplatser i områden där möjlighet till närlek redan finns tillgodosett. Kommunen ska istället satsa på fler lek- och aktivitetsplatser som kan användas av ett större antal medborgare och länka samman olika bostadsområden.

Lek- och aktivitetsplanen ska aktualitetsprövas vid varje ny mandatperiod.

# Inledning

Järfälla är en mälarnära kommun med stora friområden, bostadsnära natur och god tillgång till parker med olika karaktärer. Under kommunens stora utbyggnad under 1960- och 1970-talet genomfördes en modernistisk stadsplanering där natur, ljus och luft var ledord. I denna anda byggdes friliggande förskolor med stora gårdar och många skolor placerades i direkt anslutning till parker och natur. Barn lekte i sin närmiljö och en stor mängd lekplatser planerades och förlades i gröna stråk mellan bebyggelsen.

Global klimatanpassning, kollektiva resor och resurshushållning är nya ledord i samhällsplaneringen. Därmed förtätas städer och friytor minskas.

Idag efterfrågas mer komplexa och variationsrika lekmiljöer som vänder sig till både yngre och äldre barn, unga och vuxna. Utvecklingen av modernare lek- och aktivitetsplatser i rätt lägen har resulterat i en stor ökning av antalet besökare samt gett möjlighet för boende från olika områden och bakgrund länkas samman.

År 2015 bodde drygt 72 000 invånare i Järfälla och enligt prognoser kommer kommunen växa med över 28 000 invånare fram till år 2024. Antalet barn mellan 0-18 år beräknas därmed öka med över 40 procent. År 2030 beräknas invånarantalet att vara över 118 000.

Järfällas förväntade tillväxt och utbyggnad medför behov av att se över utbudet av utemiljöer för barn och unga inom kommunen samt av att förtydliga vilken kvalitet som ska eftersträvas i planering, utformning och förvaltning av dessa.

Våren 2015 beslutade kommunfullmäktige att ta fram en plan för Järfällas lek- och aktivitetsmiljöer. Under hösten 2015 påbörjade bygg- och miljöförvaltningen detta arbete.

Lek- och aktivitetsplanen ger en framtidsbild och är ett planeringsunderlag för utveckling av barn och ungas lek- och aktivitetsmiljöer i bebyggelse och natur. I planen beskrivs också lekmiljöer inom skolans verksamhet då barn tillbringar stora delar av dagen på skol- och förskolegårdar. Om dessa besöks utanför skoltid av vuxna i sällskap med barn kan känslan av trygghet öka i området. Ytorna bidrar också till ännu fler lektytor.

Idrottsplatser med föreningsverksamhet ses som resurser utanför bokad tid men ingår inte i markanvändningsanalysen.



Bild 1. Fantasi- och rörelselek i Nibbleparken

## Centrala begrepp

**Lek- och aktivitetsplan:** Ett styrande dokument som redovisar kommunens strategi för utveckling av barn och ungas utemiljöer i bebyggelse och natur samt ger vägledning vid planering, förvaltning, projektering och anläggning. Planen aktualitetsprövas vid varje ny mandatperiod.

**Lekmiljö:** Används istället för ordet lekplats då det innefattar hela utemiljön tillgänglig för lek, så som omgivande park och skogspartier, och inte bara den byggda lekplatsen.

**Lek- och aktivitetsmiljö:** Används likt ”lekmiljö” men syftar till utemiljöer med ett innehåll som även riktar sig till äldre barn och unga, så som lek- och aktivitetsplatser, utflyktslekplatser och skolgårdar (läs mer om olika typer av lek- och aktivitetsmiljöer på s. 23-27 samt se tabell nedan).

**Rörelsefrihet:** Syftar till barns förutsättningar att röra sig på egen hand i utemiljön. Faktorer i den byggda miljön som påverkar barns rörelsefrihet negativt är trafik, långa avstånd samt otrygga fysiska förhållanden för gång och cykling.

**Multifunktionell yta:** Friytor utformade för att kunna översvämmas och utjämna flöden vid kraftig nederbörd. Under torrväder kan ytorna användas för andra ändamål, till exempel som lek- och aktivitetsytor.

**Fickpark:** Små parker och väl genomtänkta mötesplatser i stadsmiljön.

### OLIKA TYPER AV LEK- OCH AKTIVITETSMILJÖER (läs mer på s. 23-27)

Typ	Närlekplats:	Lek- och aktivitetsplats:	Utflyktslekplats:	Lek- och aktivitetsmiljö inom barnomsorgen:
Beskrivning	Lekyta för de närmast boende som vänder sig till barn upp till 9 år.	Innehållsrik mötesplats för ett större område för åldrarna 0-18 år.	Besöksmål där stora delar av en dag kan tillbringas.	Avser alla skol- och förskolegårdar.
Placering	På samfällid mark eller kvartersmark* inom 300 m från bostaden.	På allmän mark inom 500 m från bostaden.	I stora friluftsområden, främst i kollektivtrafiknära lägen.	I första hand där luftkvaliteten är god samt avskilt från bullerskapande element, så som trafik.

\*Med vissa undantag, se s. 16 och 23.

# Utmaningar och mål

Att utforma attraktiva och utvecklande lek- och aktivitetsmiljöer för barn och unga innefattar flera utmaningar som ställer krav på planeringen och gestaltningen av närmiljön. Framtagna åtta utmaningar har identifierats genom att studera forskning, rapporter och kommunala underlag, med fokus på barn och ungas behov av utemiljöer. Dessa har sedan lett fram till åtta mål. En fördjupad bakgrund med forskning och studier återfinns på s. 33.

## Utmaningar

### ► Barns och ungas delaktighet

Att planera utemiljöer för barn och unga är en fråga om demokrati och delaktighet. Barn utvecklas genom att få påverka och ta ansvar för det som berör dem själva. De är dessutom experter på sin egen miljö och har kunskap som vuxna saknar. Utmaningen är att i en komplicerad planeringsprocess prioritera barns och ungas delaktighet och ta tillvara på deras åsikter.

### ► Rörelsefrihet och trafiksäkerhet

En förutsättning för att barn ska kunna ta del av sin närmiljö är rörelsefrihet. Om trafik leds in i barnens lekrevir påverkas deras rörelsefrihet negativt och lekmöjligheterna begränsas. Utmaningen är att värna om barns rörelsefrihet och åstadkomma sammanhängande trafiksäkra rörelsestråk och utemiljöer i tät bebyggelse.

### ► Attraktiva och inkluderande mötesplatser

Lek- och aktivitetsmiljöer är viktiga knutpunkter för att utveckla sociala möten och länka samman områden och människor med varandra. Utmaningen är att åstadkomma en jämn geografisk spridning av strategiskt placerade lek- och aktivitetsmiljöer samt utforma platser som är inkluderande och tillgängliga för alla grupper och åldrar.

### ► Hälsosamma lekmiljöer

Barn är mer känsliga än vuxna för UV-strålning,

ljud, förorenad luft och kemikalier och behöver skydd från detta i sin livsmiljö. De behöver också röra på sig för att utvecklas fysiskt och inte drabbas av kroniska sjukdomar och koncentrationssvårigheter. Utmaningen är att vid snabb och stor expansion avsätta tillräckligt stora friytor för barns- och ungas behov och med kvaliteter som främjar barns hälsa och välmående.

### ► Jämställd lek

Studier visar att lekplatser och aktivitetsytor används i större utsträckning av pojkar än flickor. Utmaningen är att utforma och välja platser som ger jämställda lekmöjligheter.

### ► Lek i naturmiljöer

Barns lek blir mer varierad och inkluderande om den sker i kontakt med natur och växtlighet. Dessutom utvecklas barns motorik, koncentration förmåga och kreativitet. Utmaningen är att bevara och utveckla bostadsnära skog där barn vistas samt anlägga nya naturmiljöer i tät bebyggelse.

### ► Säker lek

Det sker fler olyckor i konstruerade lekmiljöer än i naturen vilket har medfört utveckling av svensk säkerhetsstandard. Utmaningen är att bygga en komplex och utvecklande lekmiljö som samtidigt är riskfri från allvarliga olyckor.

### ► Multifunktionella ytor

Planeringen av den fysiska miljön är ett viktigt verktyg för att minska klimatförändringarna samt för att anpassa samhället till ett förändrat klimat.

Utmaningen är att arbeta med grönstruktur och friytor som är klimatanpassade och samtidigt ger plats för möten, lek och rekreation.

## Mål

Prioritera barns och ungas delaktighet

Främja barns rörelsefrihet och ge trafiksäkerhet

Utveckla attraktiva och inkluderande mötesplatser

Skapa hälsosamma lekmiljöer

Ge förutsättningar till jämställd lek

Gynna lek i naturmiljöer

Bygga säker och utmanande lek

Arbeta med multifunktionella ytor



Bild 2. Den omtyckta hinderbanan i Nibbleparken kom till i samarbete med barn i Järfälla



# Nuläge och analys

**Detta avsnitt innefattar en beskrivning och en analys av de miljöer för lek- och aktivitet som finns i Järfälla idag. Analysen har formats med utgångspunkt i presenterade utmaningar och mål, genomförd inventering samt utifrån kommunala underlag.**

## Nulägesbeskrivning

I Järfälla finns idag sammanlagt 52 lekplatser i parker och skogspartier, varav tio är upplysta och redan fungerar som lek- och aktivitetsplatser för åldrarna 0-18 år. Resterande 42 vänder sig främst till lägre åldersgrupper. Avdelningen park och gata på bygg- och miljöförvaltningen ansvarar för samtliga av de 52 lekmiljöerna men tre underhålls enligt gamla avtal av samfällighetsföreningar.

Utöver detta finns tre utflyktslekplatser med bad vid Mälaren som avdelningen idrott och fritid på kultur-, demokrati- och fritidsförvaltningen ansvarar för, samt en 4H-gård i Kallhäll. Dessutom finns lek- och aktivitetsmiljöer inom skolans verksamhet som avdelningen fastighet på bygg- och miljöförvaltningen ansvarar för.

I fyra parker finns parkleksverksamhet, varav två har öppet året runt. Parklekarna drivs av utomstående organisationer.

Det finns sammanlagt omkring 80 bollplaner i kommunen varav park och gata ansvarar för 48.

### Lek- och aktivitetsplatser och närlekplatser

Järfällas olika stadsdelar visar upp olika förutsättningar för lek i den byggda miljön. De äldre villaområdena, Stäket, Barkarby och Skälby har ett betydligt mindre utbud av lekmiljöer än Jakobsberg, Kallhälls och Viksjö som byggdes ut under 1960- och 1970-talet.

Många områden har samfällad mark och kvartersmark med goda möjligheter till närlek men det finns också områden som saknar sådana förutsättningar. Plats för närlek är i dessa fall ofta förlagd på allmän mark.

I Barkarbystaden anläggs närleken på kvartersmark och på allmän mark byggs lek- och aktivitetsplatser.

Majoriteten av de större kommunala lekplatserna är placerade i parkstråken mellan bostadsområdena. De flesta har en total friyta på över 3000 m<sup>2</sup>. Det finns platser som endast nås via branta backar och har lutningar som gör det svårt för barn och vuxna med funktionsvariation att ta sig dit eller att vistas där.

Platserna ligger ofta avskilda från trafik och kan nås via gång- och cykelvägar. Mellan och genom flera av Järfällas bostadsområden finns järnvägsspår, trafikleder och genomfartsgator med trafikmängder över 2000 fordon/dygn som beroende på hastighetsbegränsning och utformning utgör trafikbarriärer för yngre barn.

Många lekplatser anlades under 1960- och 1970-talet och gavs då en utformning anpassad efter den tidens resurser och skötselteknik. Sedan dess har många lekplatser renoverats och utrustningen bytts ut men utformningen bevarats. Dessa lekplatser är ofta enkla och rationellt formgivna med möblerade ytor som saknar rumslig växtlighet och skuggande träd. Dagens skötselteknik möjliggör för mer komplexa lösningar. Detta syns i de senare anlagda lek- och aktivitetsplatser där lekytor, vegetation och öppna ytor är integrerade och det finns en mångfald av olika material.

Aktivitetsytor som är avsedda för äldre barn erbjuds i form av grusplaner, stora gräsytor och isbanor. På senare år har det tillkommit ett fåtal basketplaner och lite skateutrustning.





Bild 3. Nibbleparken med tema sport och saga



Bild 4. Lek för alla i Kallhällsparken



Bild 5. Naturlek i Vålbergsparken



Bild 6. Närlekplats i Viksjö

### Lekmiljöer inom barnomsorgen

I Järfälla var 85 procent av barnen i åldrarna 1-5 år inskrivna på förskola år 2015. Detta innebär att många barn tillbringar stora delar av sin vakna tid inom förskolans verksamhet. Under vinterhalvåret är det på förskoletid, förutom på helger, som barnen kan vara ute när det är ljusst.

Många av kommunens förskolor och skolor finns belägna i anslutning till park eller natur. Flera av

skol- och förskolegårdarna har ett brett utbud av lek och aktiviteter och utgör platser där allmänheten vistas efter skoltid och om helgerna.

Förskolegårdarna i Järfälla är mestadels lummiga med kuperad terräng, uppvuxna träd och buskar. En del centralt belägna förskolor har mindre gårdar och därmed mindre grönska. Detta märks även vid nybyggnation.

## BEFOLKNINGSPROGNOS 2015-2024

Område	Antal barn 0-9, 2015, (2024)	Antal barn 10-18, 2015, (2024)	Totalt antal barn 2015 (2024)
Stäket	294 (297)	277 (323)	571 (620)
Kallhäll	1472 (1801)	1065 (1447)	2537 (3248)
Västra Jakobsberg	765 (1060)	724 (1065)	1489 (2125)
Norra Jakobsberg	1392 (1721)	1160 (1494)	2552 (3215)
Södra Jakobsberg	1378 (1680)	792 (1040)	2170 (2720)
Viksjö	2060 (2157)	2083 (2389)	4143 (4546)
Skälby	1253 (1321)	1082 (1327)	2335 (2648)
Barkarby	1050 (4392)	605 (2315)	1655 (6707)

Befolkningsprognos 2014-2024 Järfälla Kommun.

Källa: Statisticon 2014

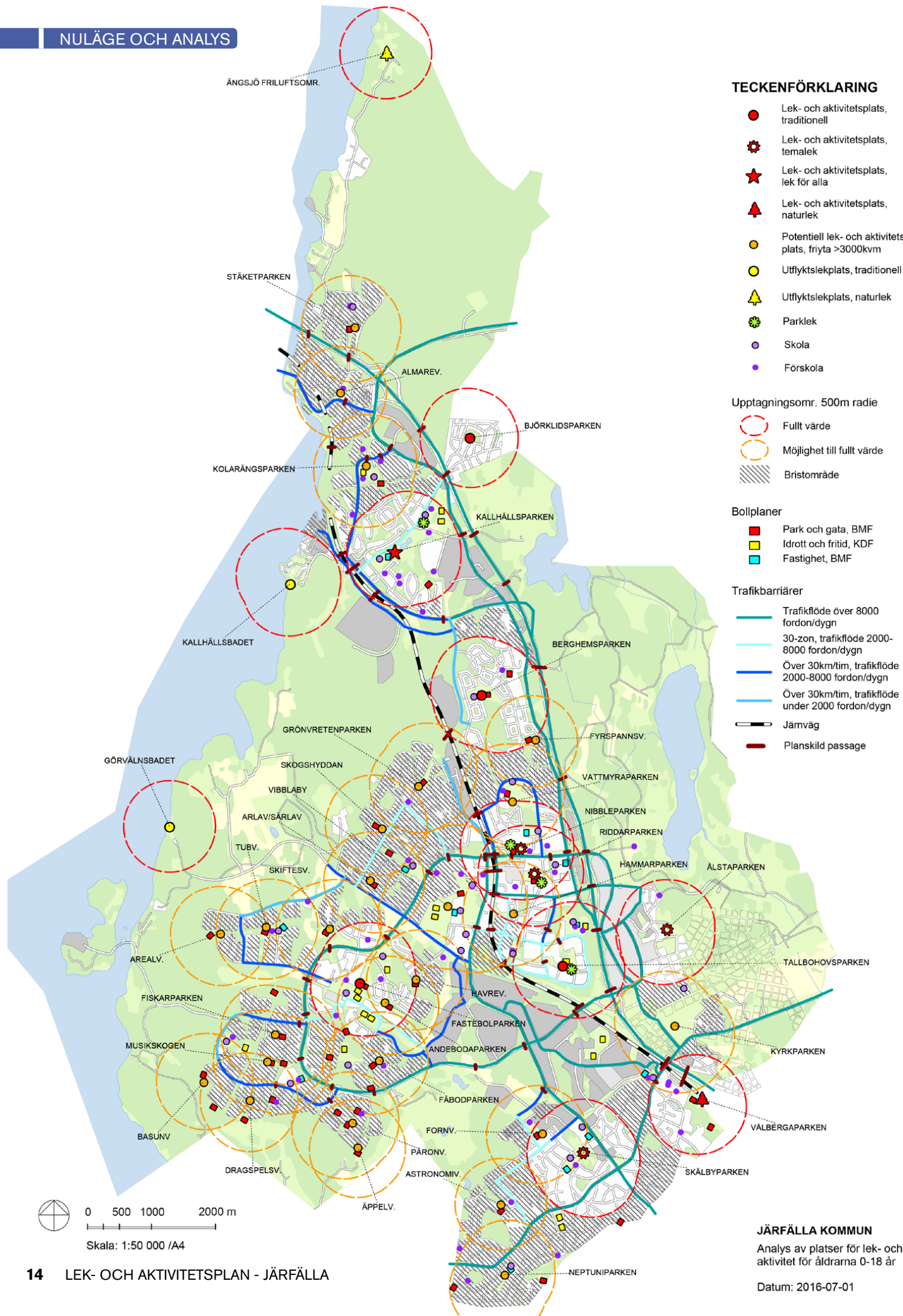


Bild 7. Antalet barn i Järfälla mellan 0-18 år beräknas öka med över 40 procent fram till 2024



## Analys

- Utbudet och fördelningen av lek- och aktivitetsmiljöer för olika åldrar är idag mycket ojämn. Det råder stor brist på platser som är attraktiva för äldre barn och unga samtidigt som det i många områden finns ett överflöd av lekmiljöer för yngre barn.
- Flera av de befintliga lekmiljöerna för yngre barn har tillräcklig yta för att utvecklas till lek- och aktivitetsplatser.
- De små lekplatserna inom 300 meter från bostaden har stor betydelse för barns utelek i vardagen men fungerar inte som sammanlänkande mötesplatser för barn och unga med olika bakgrund.
- Få tomter i de äldre villaområdena är tillräckligt stora för att erbjuda en varierad lekmiljö, samtidigt som det saknas närbelägna ytor där det är möjligt att anlägga gemensamma lekplatser.
- Områden som är planlagda utan ytor för närlek inom samfälld mark eller kvartersmark är beroende av den kommunala närleken.
- Tillgängligheten för barn och vuxna med funktionsvariation är överlag bristfällig. Endast ett fåtal av kommunens lekplatser är idag tillgänglighetsanpassade.
- Järfälla har många skogspartier som barnen leker i, men som inte i tillräcklig grad synliggjorts genom skogsförvaltning som lekmiljöer.
- Parker och skogspartier som ligger i anslutning till skolor och förskolor används för utomhusvistelse, lek och idrott men själva skolgårdarna saknar ofta parkvärden som skugga, rymliga ytor och kuperad terräng. Lekmiljöer inom skolans verksamhetsområde och de som finns i den närliggande parken är inte samordnade.
- Små lekplatser på parkmark utgör i vissa fall en viktig närmiljö för förskolor med liten gård, vilket måste beaktas.
- I vissa områden finns ett överflöd av fotbollsgrusplaner. Anläggningar för volleyboll, skate, cykel, landhockey och basket är generellt underrepresenterade i parkerna. Det finns barn och unga i Järfälla som åker in till fryshuset i Stockholm för att få tillgång till bra skateutmaningar.
- Belysning vid lek- och aktivitetsytor saknas överlag. Endast Kallhällsparken, Nibbleparken, Riddarparken, Ålstaparken och sex av bollplanerna har fungerande belysning. Omkring 16 bollplaner har inaktiva belysningsmaster som är i stort behov av nedmontering eller upprustning.
- Nya och ombyggda lek- och aktivitetsplatser har visat sig vara en lyckad satsning. Platserna har blivit målpunkter, fått ökad popularitet och besökare från olika delar av kommunen.



**TECKENFÖRKLARING**

- Lek- och aktivitetsplats, traditionell
- ⊗ Lek- och aktivitetsplats, temalek
- ★ Lek- och aktivitetsplats, lek för alla
- ▲ Lek- och aktivitetsplats, naturlek
- Potentiell lek- och aktivitetsplats, fria >3000kvm
- Utflyktslekplats, traditionell
- ▲ Utflyktslekplats, naturlek
- Parklek
- Skola
- Förskola

**Upptagningsomr. 500m radie**

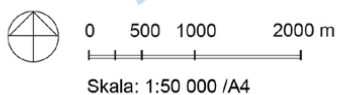
- Fullt värde
- Möjlighet till fullt värde
- Bristområde

**Bollplaner**

- Park och gata, BMF
- Idrott och fritid, KDF
- Fastighet, BMF

**Trafikbarriärer**

- Trafikflöde över 8000 fordon/dygn
- 30-zon, trafikflöde 2000-8000 fordon/dygn
- Över 30km/tim, trafikflöde 2000-8000 fordon/dygn
- Över 30km/tim, trafikflöde under 2000 fordon/dygn
- Järnväg
- Planskild passage



**JÄRFÄLLA KOMMUN**  
 Analys av platser för lek- och aktivitet för åldrarna 0-18 år

Datum: 2016-07-01



TECKENFÖRKLARING

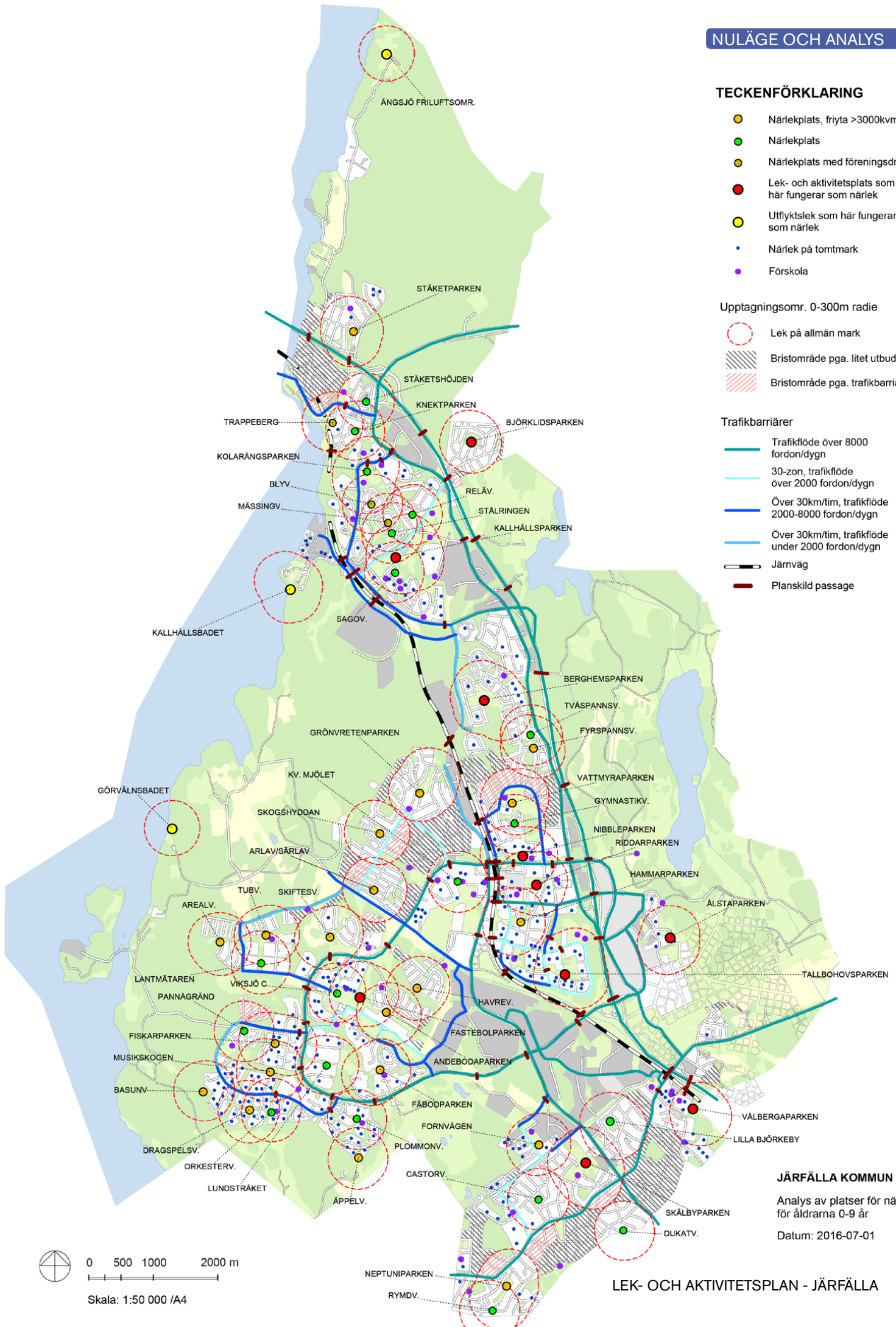
- Närlekplats, fria >3000kvm
- Närlekplats
- Närlekplats med föreningsdrift
- Lek- och aktivitetsplats som här fungerar som närlek
- Utflyktslek som här fungerar som närlek
- Närlek på tomtmark
- Förskola

Uppagningsomr. 0-300m radie

- Lek på allmän mark
- Bristområde pga. litet utbud
- Bristområde pga. trafikbarriär

Trafikbarriärer

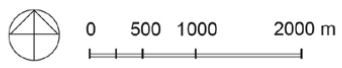
- Trafikflöde över 8000 fordon/dygn
- 30-zon, trafikflöde över 2000 fordon/dygn
- Över 30km/tim, trafikflöde 2000-8000 fordon/dygn
- Över 30km/tim, trafikflöde under 2000 fordon/dygn
- Järnväg
- Planskild passage



JÄRFÄLLA KOMMUN

Analys av platser för närlek för åldrarna 0-9 år

Datum: 2016-07-01



Skala: 1:50 000 /A4

## Framtidsbild - det lekfulla Järfälla

Järfällas framtida lek- och aktivitetsplatser är inkluderande och glädjefyllda (lekfyllda) mötesplatser i parker och natur för barn mellan 0-18. Dessa mötesplatser är gestaltade med insikten att där de vuxna trivs där trivs barn och där är de trygga.

Platserna finns som längst 500 meter från bostaden och det tar omkring tio minuter att nå dem. Det flesta ligger i prunkande parkmiljöer med tillgång till stora gräsytor eller bollplaner. Mindre skogsområden och dungar är välskötta och leken sker mellan stock och sten.

Barn får möjlighet att utveckla ekologisk läskunnighet genom lek i park och natur där biologiska mångfald gynnas genom topografi, val av växter och vård.

Konstnärligt utformade lekredskap utvecklar leken samtidigt som grundkonceptet är hållbar, miljövänlig klassisk utrustning som sandlåda, gungor, rutsch samt bollspelsplaner.

Det finns omkring 36 lek- och aktivitetsplatser med rikt och karaktärsfullt innehåll. I varje kommunal utvecklas en av dem till en extra attraktiv målpunkt,

där alla åldersgrupper och individer känner sig inkluderade. Där finns det plats för folkliv, evenemang och blomrika rofyllda platser. Platser där det går bra att vara ensam utan att känna sig ensam.

Varje kommunal del har en parklek samt någon temalek. Utöver detta finns minst tre "Lek för alla", jämnt fördelade inom kommunen samt ytterligare två utflyktslekplatser, som anläggs naturreservaten enligt länsstyrelsens koncept "Ut-o-lek".

Lek- och aktivitetsplatserna är det demokratiska stadsrum där möten sker på lika ekonomiska villkor och där det uppstår ny gemenskap.

Närlek för små barn finns på kvartermark och inom samfällad mark förutom där tidigare planering omöjliggjort bostadsnära småbarnslek på privat mark. Där finns närleken kvar på kommunal mark.

I det lekfulla Järfälla speglas leken inom oss människor allt ifrån det lilla barnets tittut-lekar till bollspel och kulturuttryck. Järfälla erbjuder rika upplevelser och rekreation inom park, natur och kultur.



Bild 8. Parker som mötesplats för alla





Bild 9. Parker som träffpunkter



## TECKENFÖRKLARING





## Närlekplatser

-  Traditionell
-  Naturek




## Lek- och aktivitetsplatser



-  Traditionell
-  Temalek
-  Naturek
-  Lek för alla
-  Inkluderande utbud för alla åldrar

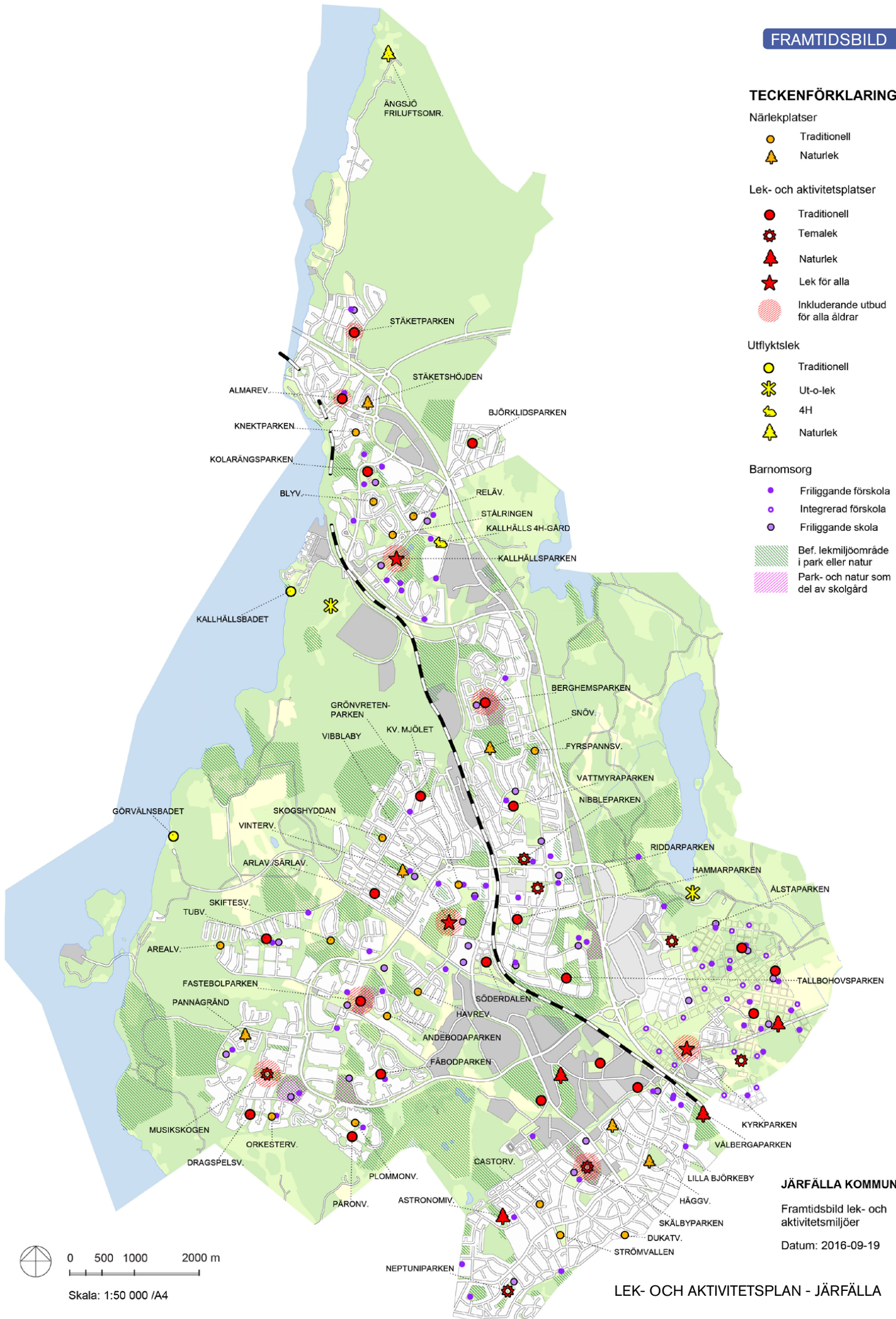
## Utflyktslek

-  Traditionell
-  Ut-o-lek
-  4H
-  Naturek

## Barnomsorg

-  Friliggande förskola
-  Integrerad förskola
-  Friliggande skola

-  Bef. lek- och aktivitetsområde i park eller natur
-  Park- och natur som del av skolgård



## JÄRFÄLLA KOMMUN

Framtidsbild lek- och aktivitetsmiljöer

Datum: 2016-09-19



0 500 1000 2000 m

Skala: 1:50 000 /A4

# Vägledning

**Barn och ungas tillgång till det offentliga rummet påverkas i såväl översiktsplaneringens strategiska ställningstaganden som under detaljplane-, projekterings- och under förvaltningskedet. Följande vägledning ger stöd i förverkligandet av bra utemiljöer för barn och unga. Vägledningen riktar sig både till arbete med lekmiljöer på park- och naturmark och till arbete med lekmiljöer inom barnomsorgen.**

## Vägledning för planering

### Barns och ungas delaktighet

- I planering och utveckling på övergripande nivå ska barn och unga tidigt få utrymme att vara delaktiga och ge synpunkter. Metoder som används ska främja en jämställd dialog och det ska finnas en tydlighet i hur barnens synpunkter kommer att användas. Dialogledarens uppgift är att informera om i vilken utsträckning en förändring kan ske samt att genomföra en återkoppling till barnen efter projektets slut. Vid återkoppling ska handläggare, arkitekt eller annan ansvarig förmedla vad och vad som inte har tagits med av barnens förslag samt varför. Kommunens barnkonsekvensanalyser ska innehålla dessa kriterier.
- Vid planering ska kommunens dokument där barn varit delaktiga ingå som underlag. Exempel är den barnhearing\* som anordnas i Järfälla varje vår samt kommunens sociotopkartor\*.

\* Läs mer på s. 36 under "Arbetsmetoder"



Bild 10. Under barnhearingen år 2015

### Rörelsefrihet och trafiksäkerhet

- Det ska vara enkelt, trafiksäkert och tryggt för barn att röra sig till och från kommunens skolor samt lek- och aktivitetsmiljöer i park och natur.
- Trafikerade vägar som utgör barriärer ska beaktas i relation till barns rörelsefrihet.
- Lekmiljöer ska vara fria från fordonstrafik.

### Attraktiva och inkluderande mötesplatser

- Friyta för närlek\* ska tillgodoses på samfäll mark eller på kvartersmark inom 300 meter från bostaden.
- Placeringen av lek- och aktivitetsplatser\* ska ske på allmän mark inom 500 meter från bostaden och i strategiska lägen så att barn, unga och vuxna från olika områden och med olika bakgrund länkas samman. Det är positivt om lek- och aktivitetsplatser samspelar med planeringen av skol- och förskolegårdar.
- Utbudet av lek- och aktivitetsplatser ska stå i proportion till antalet barn och barnens åldersfördelning inom ett visst område. Detta innebär att det i tätbefolkade områden kan finnas behov av mer än en lek- och aktivitetsplats inom en radie på 500 meter. När antalet 0-18-åringar inom ett upptagningsområde närmar sig 900-1000 ska behov av avlastning redas ut. Detta är en siffra baserad på erfarenheter från dagens situation samt på bedömningar från andra kommuner.
- Placering ska ske med hänsyn till årstidsvariationerna och väderstrecken. En lekmiljö placeras



- inte i norrsluttning eller på en öppen blåsig plats.
- Om kommunen erbjuds lekplatser som kompensation vid bostadsbyggande och dessa inte går att anpassa till lek- och aktivitetsplanen är det möjligt att donera lekskulpturer till fickparker. Leks-kulturerna ska vara av hållbara och driftssäkra material, exempelvis brons, betong eller glasfiber.
- Val av område för lek- och aktivitetsplats säkras från mark- och vattenföroreningar.
- I bygglovsskedet granskas friytans utformning, grönytefaktor samt sol- och skuggförhållande.

\* Läs mer om målstorlek av yta på s. 23-25 under "Olika typer av lek- och aktivitetsmiljöer"

\*\*Läs mer om "närlek" och "lek- och aktivitetsplatser" på s. 23-25 under "Olika typer av lek- och aktivitetsmiljöer"

\*\* Miljö kvalitetsnormer finns för kväveoxider och partiklar och kan användas som jämförelse för att säkerställa att luftkvaliteten är tillräckligt god.

### Hälsosamma lekmiljöer

- Barn och ungas behov av stora\* och väl planerade miljöer för lek och utevistelse ska säkerställas på allmän mark och inom fastighetsmark för skolor och förskolor. Där det byggs mycket tät stad ska ytor för skolor och förskolor prioriteras.
- Lekmiljöer ska i första hand placeras i områden med god luftkvalitet\*\* samt avskilt från större trafikleder eller andra bullerskapande element. Kommunens bullerkarta används för bedömning av platsers lämplighet. Fastställd bullernivå (riktvärde i dBA) ska eftersträvas.
- Förskolor i kvartersstruktur placeras i den södra, minst solexponerade delen av ett kvarter. Garage placeras förslagsvis i södra delen så att träd i den norra delen ges möjlighet till grundvattenkontakt och förutsättningar att bli livskraftiga.

### Lek i natur

- Det ska finnas en god balans mellan lek i natur och lek i urbana parker.
- Lek- och aktivitetsmiljöer ska placeras i befintlig eller ny park och natur.

### Multifunktionella ytor

- Dagvattenhantering kan integreras i grönområden och friytor så att begränsade delar av parker, natur samt förskole- och skolgårdar får översvämmas vid katastrofregn. Planering av multifunktionella ytor innebär samarbete över förvaltningsgränser.

### Uppföljning och utvärdering

- Inför aktualitetsprövning av lek- och aktivitetsplanen ska en utvärdering ske.



Bild 11. Fastebolparken i Viksjö har stora friytor med omväxlande terräng

## Vägledning för projektering och anläggning

### Barns och ungas delaktighet

- Vid projektering ska barn- och unga i närmiljön erbjudas att vara delaktiga. Metoder som används för att samarbeta med barnen ska ta utgångspunkt i deras kultur och vardag, vara jämställda och tydliga. Ett tillvägagångssätt kan vara att arbeta med fokusgrupper, erbjuda workshops eller gåturer för boende i området, förskolor och skolor. Dialogledarens uppgift är att informera barnen om hur deras åsikter kommer användas samt att genomföra en återkoppling till barnen efter projektets slut. Vid återkoppling ska handläggare, arkitekt eller annan ansvarig förmedla vad som har och inte har tagits med av barnens förslag samt varför.

### Rörelsefrihet och trafiksäkerhet

- I anslutning till skolor samt övriga lek- och aktivitetsmiljöer eftersträvas enkla trafiksituationer. Barn ska ha god sikt, kunna orientera sig och tydligt synas för alla sorters trafikanter.
- Övergångsställen placeras så gent som möjligt och prioriteras där många barn passerar till och från skolor samt lek- och aktivitetsplatser. Övergångsställen utformas så att hastigheten är högst 30 km/tim. Exempel på hastighetsdämpande åtgärder är refuger i mitten av vägen, avsmalningar till ett körfält samt fartgupp. Det bör inte vara fler än ett körfält i varje riktning.

### Attraktiva och inkluderande mötesplatser

- Lek- och aktivitetsmiljöer ska vara tilltalande, stimulerande, rekreativa och sociala samlingsplatser för både barn, unga och vuxna. De ska ge olika sinnesupplevelser, vara belysta, trygga samt ha ett innehåll som står i proportion till platsens karaktär och storlek.
- Platserna ska tillföra variation inom kommunen och väcka intresse att besöka olika kommundelar.
- Gestaltningen ska anpassas till platsens landskapliga förutsättningar. I dalsänkor och slätter där det finns brunjord bevaras hag- och åkerlandskap

pet eller anläggs nya parker. Dessa gestaltas som kontrast till svensk natur med inslag av exotiska växter. Växterna ska tillhöra liknande klimatzon, inte vara invasiva eller svårtillgängliga för nektarsökande insekter. Naturlek i gamla barr- och tallskogspartier med hållmarker ska utvecklas med hänsyn till markvegetationens slitagetålighet så attraktionsvärdet bevaras.

- Lek- och aktivitetsmiljöer utformas med hänsyn till årstidsvariationer, mikroklimat och väderstreck. Det ska finnas möjlighet till lek i både sol och skugga samt sommar- och vinteraktiviteter. Belysningsarmaturer som används ska ha en ljuskälla och tidsreglering som väljs utifrån platsens gestaltning och naturens sårbarhet.
- Det ska vara lätt för barn och vuxna med funktionsvariation att ta sig till och från lek- och aktivitetsmiljöerna. Hela eller stora delar ska vara tillgängliga. Rörelsehindrade och synsvaga ska kunna orientera sig. Lekredskap och sittplatser placeras och utformas så att alla så långt som möjligt kan vara med.

### Hälsosamma lekmiljöer

- Lek- och aktivitetsmiljön ska uppmuntra barn till att röra sig, testa och lära känna sina fysiska styrkor och svagheter. Det ska finnas stora ytor som ger barnen det utrymme som behövs för fartfyllda lekar, terräng eller lekutrustning som ger möjlighet till klättring och balansering samt lek- och bollplaner som ger möjlighet till regel-lekar som utvecklar social interaktion.
- Lekytor i parker och natur placeras i delar med god luftkvalitet\*\* samt avskilt från större trafikleder eller andra bullerskapande element. Kommunens bullerkarta används för bedömning av platsers lämplighet. Fastställd bullernivå (riktvärde i dBA) ska eftersträvas. Platser där barn sitter still länge ska i första hand placeras i befintlig eller anlagd trädskugga. Om inte solskydd kan uppnås direkt måste detta byggas.
- I tät stad med lite park och natur ska ungefär hälft

ten av lek- och aktivitetsmiljön bestå av buskar, träd och kuperad terräng. Om förutsättningar att införliva befintlig växtlighet inte finns, ska platsen kompletteras med träd, leksnår och buskar.

- Lek- och aktivitetsmiljöer ska vara giftfria. Material som används ska granskas enligt kommunens miljöbedömningssystem.

*\*\* Miljö kvalitetsnormer finns för kväveoxider och partiklar och kan användas som jämförelse för att säkerställa att luftkvaliteten är tillräckligt god.*

### Jämställd lek

- Lek- och aktivitetsmiljöer ska ge förutsättningar för jämställd lek och aktivitet. Det ska finnas rymliga ytor samt en variation av aktiviteter och lekredskap, där exempelvis muskelstyrka kan vara en fördel i leken likväl som smidighet och fantasi kan vara andra förmågor.
- Val av lekredskap ska ske med uppmärksamhet på målgruppens behov.
- Det är positivt om barnen enkelt kan ansluta sig till leken, byta lek, dra sig undan den sociala miljön eller vara delaktiga som åskådare. Barn och unga ska kunna leka och umgås s.k. on-stage, off-stage eller back-stage.
- Material prioriteras, vars användningsområde är öppet och inte förutbestämt. Det kan vara kottar, grenar, bark, sand och vatten men även människoskapta element, så som plank, lådor och hjul.

### Lek i naturmiljöer

- Naturmiljöer ska gestaltas aktsamt med hänsyn till befintlig flora och fauna och får inte överprogrammeras. Området zonerar och leken kanaliseras så att betydelsefulla naturvärden bevaras. Där lek- och aktivitetsmiljöer ligger i anslutning till natur ska denna integreras så att barn lockas till upptäcksfärder i naturen. Aktiviteter som genererar mycket slitage ska ligga kvar i parken.
- Lekobjekt i naturmiljöer ska vara av naturmaterial och ha en synlig struktur, som trä med ådring, sten med skrovlig eller slipad yta som tydliggör stensorten. Objekten kan även utgöras av lekskulpturer med intresseväckande färger.

För att uppnå hållbarhet får metall användas som alternativ till trä där konstruktionen kräver detta.

- Om en lek- och aktivitetsplats, en skolgård eller en förskolegård ska gestaltas med naturkaraktär hämtas inspiration från naturen. Anläggningsmaterial som används är bark, grus, stenblock, stenhällar, bearbetad betong, naturliga stockar, trä med ådring samt handgjorda lekskulpturer.

### Säker lek

- Lekmiljön ska vara utan risk för barn att skada sig allvarligt. Lekredskap som väljs ska uppfylla krav enligt svensk standard för lekplatser, placeras med rätt säkerhetsavstånd och på rätt underlag enligt producenten.
- I parker med dagvattenanläggningar förses lekplatsen med vackert staket för att skapa säkerhet för små barn. Tillgängliga stränder utformas utifrån barnsäkerhet med långa slänter. Branta slänter planteras med svårpasserad vegetation.

### Multifunktionella ytor

- Dagvattenhantering som integreras i lek- och aktivitetsmiljön ska ges god och barnsäker gestaltning. Gestaltningen ska vara tydlig och ytor ska kunna stängas av vid översvämning.

### Uppföljning och utvärdering

- I samband med investeringsbudgeten beslutas vilka lekmiljöer som är aktuella för ombyggnad, nyanläggning respektive nedläggning. Inför beslut om nedläggning sker god kommunikation med berörda närboende. Vid nybyggnad, ombyggnad och nedläggning ska relationshandlingar skickas till berörd avdelning.



*Bild 12.  
Att leka  
utvecklar  
samspel  
mellan barn*



## Vägledning för förvaltning

### Barns och ungas delaktighet

- Inför upprustning ska barn samt föräldrar till yngre barn erbjudas att vara delaktiga. Ett tillvägagångssätt kan vara att arbeta med fokusgrupper, erbjuda workshops eller gå-turer för boende i området. Dialogledarens uppgift är att informera om hur barnens åsikter kommer användas samt att genomföra en återkoppling till barnen efter projektets slut. Vid återkoppling ska handläggare, arkitekt eller annan ansvarig förmedla vad som har tagits med av barnens förslag och vad som inte har tagits med samt varför.

### Attraktiva och inkluderande mötesplatser

- Parkvård i och i anslutning till lek- och aktivitetsmiljöer ska prioriteras i skötselplanen.
- Skötsel av växtlighet anpassas till barnens ögonhöjd, så att de kan se hur blommor spricker ut, känna på olika växter samt samla kottar och löv.
- Driftentreprenaden utarbetas med krav på anmälning av klotter.

### Hälsosamma lekmiljöer

- Lek- och aktivitetsmiljöer ska vara giftfria. Material som används ska granskas enligt kommunens miljöbedömningssystem.
- Bekämpningsmedel mot ogräs och råttgift ska inte användas i barns lekmiljöer

### Lek i naturmiljöer

- I skötseln av lekmiljöer får barnens ordning råda och spår av lek med kottar, små stenar och pinnar får vara kvar.
- På förskolegårdar kan utemiljöer med naturliga material och löst naturmaterial innebära ökad skötsel. Att kratta, plocka och rensa ska ses som en pedagogisk del i verksamheten.

### Säker lek

- Driftentreprenaden utarbetas med krav på visuell syn av lekredskap och utrustning varje vecka.

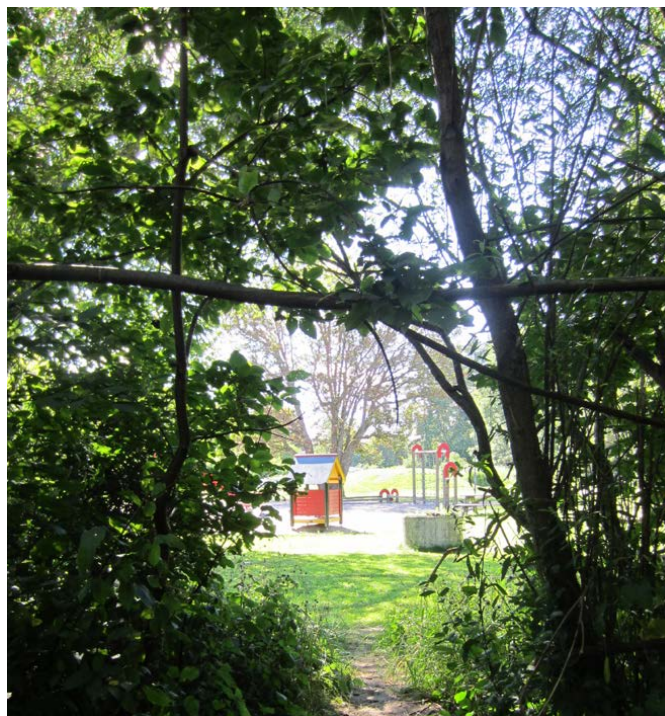


Bild 13. Stora buskage kan vara spännande lekmiljöer

Driftentreprenören meddelar beställaren direkt om fel och skador på utrustning.

- Samtliga lekplatser på parkmark ska årligen säkerhetsbesiktigas enligt gällande svensk standard SS-EN 1176-77. Den årliga besiktningen utförs av en certifierad besiktningsman eller av en person med relevant kompetens för detta. Var tredje år ska säkerhetsbesiktningen genomföras av en utomstående certifierad besiktningsman.

### Uppföljning och utvärdering

- Utvärdering och erfarenheter från anlagda lek- och aktivitetsmiljöer ska sammanställas och överföras till framtida lek- och aktivitetsprojekt.
- Förvaltaren återkopplar förvaltningserfarenheter till ansvariga för teknisk handbok och för möblering- och utrustningsprogram.
- I samband med investeringsbudgeten beslutas vilka lekmiljöer som är aktuella för ombyggnad respektive nedläggning. Inför beslut om nedläggning sker god kommunikation med berörda närboende. Vid ombyggnad och nedläggning ska information skickas till berörda avdelningar och entreprenör.



# Olika typer av lek- och aktivitetsmiljöer

Järfälla erbjuder en variation av utemiljöer för lek- och aktivitet som tilltalar olika åldrar, grupper och personligheter. Nedan beskrivs samtliga av kommunens olika typer av lek- och aktivitetsmiljöer - närlekplatser, lek- och aktivitetsplatser, utflyktslekplatser samt lekmiljöer inom barnomsorgen.

## Närlekplatser

Närlekplatserna är lekytor för de närmast boende och vänder sig till barn i åldrarna 0-9 år.

En närlekplats bör finnas inom omkring 300 meter från bostaden, vilket är ett avstånd som en treåring beräknas kunna gå på ca 10 minuter.

Vid planering av nya områden placeras närlekplatser

inom samfällad mark och kvartersmark. Placering på allmän mark sker enbart i befintliga bostadsområden där samfällad mark för närlek saknas inom 300 meter från bostaden.

Det finns två typer av närlekplatser i Järfälla.

### Traditionell

*Innehåll:* Sandlek (endast på privat mark), gunglek, rutschlek och möjlighet till att sitta, äta och springa.

*Placering:* Där möjligt i anslutning till parker och skogspartier.

*Målstorlek:* Den ideala storleken är minst 1000 m<sup>2</sup>. I de fall där en närlekplats utgör gård för en förskola behöver friytan vara 3000 m<sup>2</sup>.

### Naturlek

Detta är en närlekplats med en utformning och placering som stimulerar barn till att leka i och utforska naturen.

*Innehåll:* Leksulptur i trä med intresseväckande färgsättning, sittplatser, fågelbogunga.

*Placering:* I skogsmiljö i bostadsnära natur.

*Målstorlek:* Lekmiljöns storlek beror på naturens utbredning. Kan vara hur stor som helst.

## Lek- och aktivitetsplatser

Lek- och aktivitetsplatserna utgör mötesplatser för ett större område och vänder sig till barn och unga i åldrarna 0-18 år. Yngre barn tar sig hit i sällskap med vuxna medan äldre barn tar sig hit på egen hand.

Lek- och aktivitetsplatserna är belysta och placeras på

allmän mark inom omkring 500 meter från bostaden, vilket beräknas till ett promenadavstånd på ca 10 minuter för barn.

Det finns fyra olika typer av lek- och aktivitetsplatser samt tillägget parklek.

### Traditionell

*Innehåll:* Gunglek, klätterlek, sandlek, balanslek, kreativ lek, rutschlek, naturmaterial, belysning samt möjlighet för att idrotta, hänga/träffas, uppträda, dra sig undan, iaktta, springa, hoppa, sitta/äta.

*Placering:* I parkmiljö mellan bostadsområden.

*Målstorlek:* Mer än 3000 m<sup>2</sup> men kan vara hur stor som helst. Den ideala storleken är omkring 6000 m<sup>2</sup>.

### Naturlek

Naturlek är en lek- och aktivitetsplats belägen i anslutning till ett skogsområde med möjlighet för vidare lek, upplevelser och pedagogik i naturen.

*Innehåll:* I parkdelen finns en tydlig mötesplats med sandlek, gunglek, bollek och möjlighet för att sitta, samlas och grilla. Platsen förses med paviljong i stål och lekskulptur i trä med intresseväckande färgsättning. I skogsdelen görs inga anläggningar utan här placeras stockar, stenar eller andra enkla element som är karaktäristiska för en skogsmiljö. Skogens värden för lek och naturpedagogik utvecklas och bevaras genom skötselåtgärder och genom att leken kanaliseras.

*Placering:* I mötet mellan park och skog.

*Målstorlek:* Mötesplatsen i parken bör vara minst 3000 m<sup>2</sup>. Områdets totala yta beror på skogens utbredning, kan vara hur stort som helst.

### Temalek

Temalek är en lek- och aktivitetsplats där utformning och utrustning följer ett bestämt tema. Denna typ av lekplats breddar utbudet av lekupplevelser och utgör en målpunkt. En temalekplats kan bli ett utflyktsmål för stora delar av kommunen, öka samhörighetskänslan och bli ett samtalsämne.

*Innehåll och målstorlek:* Se traditionell lek- och aktivitetsplats.

*Placering:* I parkmiljö, invid knutpunkter och nära kommunikationer.



Bild 14. Riddarparken i Jakobsberg med tema riddare

### Lek för alla

Lek för alla är en lek- och aktivitetsplats som är speciellt utformad för att passa barn och unga med såväl fysiska som neuropsykiatriska funktionsvariationer. Specialpedagoger erbjuds att vara involverade vid utformningen.

*Innehåll:* Tillgodoser behov av trygghet, tillgänglighet, utmaningar, möten och drömmar. För att underlätta lek för barn med autism, asperger och ADHD bör lekplatsen ges tydliga och avgränsade rum. För barn med ADHD är möjlighet till grovmotoriska aktiviteter önskvärt samt tillgång till en lugn hörna för återhämtning. Vid utformning för barn med autism eftersträvas en lugn lekmiljö utan för mycket stimuli.

*Placering:* I parkmiljö, avskilt från störningsmoment så som ljud, rörelse och andra aktiviteter.

*Målstorlek:* Mer än 2000 m<sup>2</sup> för den speciellt utformade lekytan, men för att uppnå en stillsam miljö bör den totala friytan vara större än så (jämför Kallhällsparken som är ca 5 ha).

### Parklek

Parklek är ett tillägg till lek- och aktivitetsplatserna. En parklek utgör en utomhusträffpunkt för alla åldrar. Om dagarna är parkleken bemannad av personal som anordnar aktiviteter och svarar på frågor. Det är gratis att komma hit och det går att låna lekmaterial, spel och idrottsredskap.

*Innehåll:* Se traditionell lek- och aktivitetsplats. Paviljong med café och tillgång till toaletter är eftersträvarvärt.

*Placering:* Placeras centralt i parkmiljö nära kommunikationer.



Bild 15. Lek för alla i Kallhällsparken



Bild 16. Parklek Unga örnar i Nibbleparken



## Utflyktslekplatser

Utflyktslekplatserna utgör besöksmål där stora delar av en dag kan tillbringas med aktiviteter som passar olika åldrar. Det går att ta sig hit med kollektivtrafik.

Det finns fyra olika typer av utflyktslekplatser.

### Traditionell

*Innehåll:* Stora gräsytor, lekredskap, beachvolleyplan, grillplatser och kiosk.

*Placering:* Vid badplatser

### Naturlek

*Innehåll:* Stora gräsytor, motionsspår i olika längder, grillplatser, barnvänlig badplats, strandpromenad, naturstig, äventyrsstig och lekområde för barn. Under sommaren finns möjlighet att hyra kanoter och roddbåtar och under vintrarna går det att åka skridskor.

*Placering:* I friluftsområden vid vatten

### Ut-o-lek

Ut-o-lek är ett projekt initierat av Länsstyrelsen i Stockholm som avser att genomföra särskilda åtgärder för barn mellan 4-12 år i ett urval av naturreservat i länet. Syftet är att väcka barns nyfikenhet och lust att vistas i naturen.

*Innehåll:* Se Länsstyrelsens skrift ”Ut-o-lek”

*Placering:* I naturreservaten. Området ska vara lätt att ta sig till, helst med kollektivtrafik, och erbjuda goda förutsättningar för lek, matrast och toalettbesök.

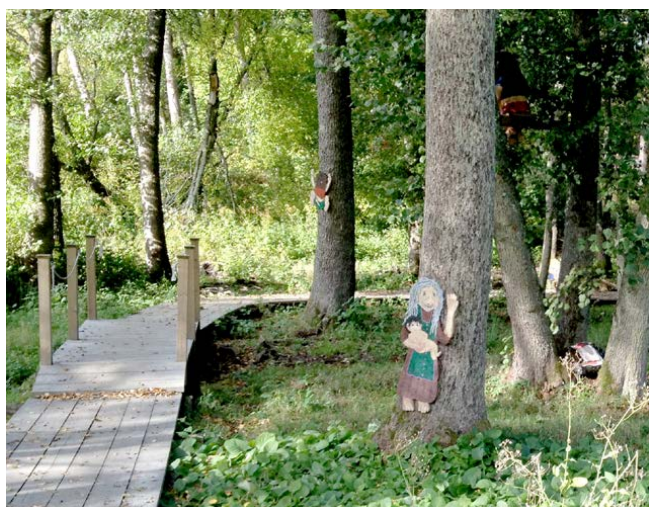


Bild 17. Utflyktslekplats med trolldskog i Ängsjö friluftsområde

### 4-H-gård

4-H är en ideell barn- och ungdomsorganisation och en verksamhetsform inriktad på djur, odling, skog, miljö och kultur. Samtidigt som en god miljö skapas, erbjuds olika aktiviteter, spänning, äventyr och gemenskap.



Bild 18. 4H-gård i Kallhäll

## Lekmiljöer inom barnomsorgen

Lekmiljöer inom barnomsorgen innefattar skol- och förskolegårdar. Skol- och förskolegårdar är tillgängliga för allmänheten efter skoltid och om helger och utgör

vid dessa tidpunkter ett viktigt komplement till lekmiljöerna i parker och skogspartier.

### Förskolegårdar

*Innehåll:* Plats för lärande och samling, gunglek, klätterlek, sandlek, balanslek, kreativ lek, naturlek, rutschlek samt möjlighet för att samlas, umgås, uppträda, dra sig undan, iaktta, springa, hoppa, odla, sitta samt kunna uppleva minst fem olika naturmaterial förutom buskar och träd.

*Placering:* I första hand där luftkvaliteten är god samt avskilt från bullerskapande element. Placeras så ett gynnsamt mikroklimat skapas med både skugga och sol.

*Målstorlek:* Enligt Järfälla konceptförskolas rekommendationer, 30-40 m<sup>2</sup> friyta per barn. Oavsett antal barn bör inte den totala friytan vara mindre än 3000 m<sup>2</sup>.

### Skolgårdar

*Innehåll:* Plats för undervisning och samling, gunglek, klätterlek, balanslek, kreativ lek, naturlek, bollek, idrott, rutschlek samt möjlighet för att umgås, uppträda, dra sig undan, iaktta, springa, hoppa, odla, sitta samt kunna uppleva minst fem olika naturmaterial förutom buskar och träd.

*Placering:* I första hand där luftkvaliteten är god samt avskilt från bullerskapande element.

*Målstorlek:* Enligt Boverkets rekommendationer, 30 m<sup>2</sup> friyta per barn. Oavsett antal barn bör inte den totala friytan vara mindre än 3000 m<sup>2</sup>.



Bild 19. Kreativ sandlek



Bild 20. Utrymme för cykling och spring



# Kompensationsåtgärder vid begränsad friyta

**Kommunens ambition är att alla lekmiljöer ska uppnå angivna målstorlekar. Lekmiljöer med många barn på liten yta medför hårt slitage, hög ljudnivå och en stressande miljö. Om målstorleken inte går att uppnås på grund av speciella omständigheter ska detta kompenseras.**

## MÅLSTORLEKAR

Närlekplats	Lek- och aktivitetsplats	Förskolegård
1000 m <sup>2</sup> . Då en närlekplats utgör gård för en förskola behöver friytan vara 3000 m <sup>2</sup> .	Större än 3000 m <sup>2</sup> . Den ideala storleken är 6000 m <sup>2</sup> .	30 - 40 m <sup>2</sup> friyta per barn. Den totala friytan bör inte underkrida 3000 m <sup>2</sup> .

## Vid planering

### Lek- och aktivitetsmiljöer i park

- Där det är brist på friyta för en samlad lek- och aktivitetsplats bör platsen delas upp så att samma funktioner ändå finns i närområdet.

### Förskolegårdar

- *Exempel:* Där det finns park eller naturpartier inom 300 m från förskolan anläggs en inhägnad lekmiljö på minst 2000 m<sup>2</sup>. Lekmiljön ska vara

avsedd för förskolegruppers dagliga utomhusvistelse och uppfylla arbetsmiljökrav för anställda på förskolan. En sådan lekmiljö kan planeras för max två förskolor.

- *Exempel:* Förskolor som integreras i bostadskvarter med gårdar som är för små för sex förskoleavdelningar, kan utformas med en gångbro mellan kvarteren. Detta möjliggör att förskolan kan nyttja två gårdar.



Bild 21. Två bostadsgårdar kan länkas ihop med en gångbro



Bild 22. "Lek för alla" i Kallhällsparken visar exempel på staket



## Vid projektering

### Lek- och aktivitetsmiljöer i park

- Gestaltningen ska föregå med noggranna studier av målpunkter och rörelsemönster samt val av slitagetåligt material och växtlighet.
- I befintlig miljö är det viktigt att genom god formgivning styra barnens lek så att natur- och parkvärden kan bevaras.

- Detaljer utformas med omsorg och hög kvalitet.

### Skol- och förskolegårdar

- Små skol- och förskolegårdar ska utformas med kuperad terräng och redskap som möjliggör lek på höjden.

## Vid förvaltning

### Lek- och aktivitetsmiljöer i park

- Ökad budget för drift och underhåll.
- I villaområden, utan närlekplatser och bollplaner och där det sker tomtavstyckning till en nivå där barn inte längre har någon närlekmiljö kan det i framtiden finnas behov av att kommunen upplåter att medborgarna får stänga av vissa lågutnyttjade villagator till bollspel och lek under en viss tid. Detta sker redan i England och går att läsa mer om på hemsidan för organisationen ”*Playing Out*”.

### Skol- och förskolegårdar

- Naturmark som kommer att användas av alltför många barn kan behöva omarbetas till park med relativt slitagetåligt gräs. Extra hårt belastade gräsytor kan behöva förses med slitagetåligt konstgräs, gummibetong eller grus.
- Ökad budget för drift och underhåll.
- Då förskolor med små gårdar placeras mer än 300 m från grönområden behövs kontrakt om busstransport som tar grupper av barn och pedagoger ut till naturen. Bussarna bör ha toalett.



Bild 23. Hårt slitage av naturmark ger bar mark och synliga rötter, här på Barkarbyskolans skolgård

# Regelverk och ansvar

## FN:s konvention om barnets rättigheter

Enligt FN:s konvention om barnets rättigheter har alla barn rätt till trygga, säkra och utvecklande miljöer. Sverige har skrivit under barnkonventionen.

Barnkonventionen består av 54 artiklar. Alla artiklar är lika viktiga, men det finns fyra grundläggande portalartiklar som alltid ska beaktas när det gäller frågor som rör barn.

För att stärka barns rättigheter i Sverige ytterligare har regeringen tagit fram en strategi för hur offentliga aktörer på statlig och kommunal nivå ska tillämpa barnkonventionen. Avtalet gäller sedan 2010.

Den 28 februari 2016 redovisades en utredning om hur barnkonventionen kan införlivas i svensk lag.

### DE FYRA PORTALARTIKLARNA

Artikel 2	Artikel 3	Artikel 6	Artikel 12
Alla barn har samma rättigheter och lika värde. Ingen får diskrimineras.	Barnets bästa ska alltid komma i främsta rummet vid alla åtgärder som rör barn.	Alla barn har rätt till liv, att överleva och att utvecklas.	Alla barn har rätt till att uttrycka sin mening och få den respekterad.



Bild 24. Lekredskap ska vara säkra men samtidigt utmana

## Lagar och regelverk

De viktigaste lagarna som påverkar barn och ungas utemiljö är plan- och bygglagen (PBL), miljöbalken, skollagen, arbetsmiljölagen, produktsäkerhetslagen och lagen om skydd för olyckor. Olika aktörer på nationell nivå har ansvar för olika regelverk men kommunen bär det samlade ansvaret när det kommer till att tillämpa regelverken och sätta riktvärden för detta. Kommunen kan hitta stöd i myndigheternas allmänna råd.

### Utrymme och kvalitet

PBL (2 kap. 9 §) anger att det inom eller i nära anslutning till områden med sammanhållen bebyggelse ska finnas lämpliga platser för lek, motion och annan utevistelse. I PBL ställs även krav på att det ska finnas tillräckligt stor friyta som är lämplig för lek och utevistelse vid bostäder, skolor, förskolor, fritidshem och liknande (se 8 kap. 9 §).



För friytornas storlek, utformning och innehåll finns inga regelverk. Kommunen måste på eget initiativ ta ansvar för att säkerställa kvalitet. Som stöd finns olika rekommendationer i form av allmänna råd från Boverket (BFS 2015:1 - FRI 1). Förtydligande finns i Boverkets rapport *”Gör plats för barn och unga - vägledning för planering och utformning”*. Där anges att 40 m<sup>2</sup> friyta per barn i förskolan och 30 m<sup>2</sup> per barn i grundskolan kan vara ett rimligt mått. I rapporten understryks att det finns forskning som visar att den totala storleken på friytan helst bör överstiga 3000 m<sup>2</sup>, oavsett antal barn.

I översiktsplanearbete ska kommunen, enl. 2 kap. 7§ PBL, redogöra för hur miljöer för lek och utevistelse vägs gentemot andra allmänna intressen.

Ett av förskolans uppdrag är att ge utrymme för fantasi, kreativ lek och lärande såväl inomhus som utomhus. Enligt läroplanen (Lpfö-98 rev 2010) ska utomhusvistelse ge möjlighet till lek och andra aktiviteter både i planerad miljö och i naturmiljö.

### Säkerhet

Kommunen ansvarar för tillsyn av den byggda miljön när det kommer till underhåll, säkerhet och tillgänglighet. I PBL (SFS 2010:900) 8 kap 15§ anges krav

på att lekplatser och fasta anordningar på lekplatser ska underhållas så att risken för olycksfall begränsas. Produktsäkerhetslagen, PSL (SFS 2004:451) kräver att varor och tjänster som tillhandahålls ska vara säkra vilket gäller även för lekredskap. Hur en lekplats utformas för att bedömas som säker enligt kraven i PBL och PSL finns preciserade i den svenska standarden SS-EN 1176-77.

### Tillgänglighet

I PBL (SFS 2010:900) 8 kap anges krav på att tomter och allmänna platser ska utformas så att de är tillgängliga för och kan användas av personer med nedsatt rörelse eller orienteringsförmåga. Samtliga lekredskap behöver inte vara tillgängliga. Enligt Boverkets föreskrifter om enkelt avhjälpna hinder (BFS 2013:9 HIN 3) ska tillgängligheten på befintliga lekplatser förbättras så att de kan användas även av personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga.

Bristande tillgänglighet är sedan 2015 en diskrimineringsgrund enligt diskrimineringslagen, se DL (SFS 2014:958) 1 kap. 4§. Om utemiljön inte uppfyller kraven på tillgänglighet i PBL kan det vara diskriminering mot personer med funktionsvariation.



Bild 25. Riddarparken visar exempel på tillgänglig utformning av sandlek



# Bakgrund

## Lekplatser i Järfälla - historik

Sveriges första offentliga lekplats för barn anlades 1899 i Vasaparken i Stockholm. Det hade vuxit fram ett ökat intresse för hälsa och välbefinnande. Barns och vuxnas möjlighet till lek-, idrottsaktiviteter och andra fritidssysselsättningar skulle nu tillgodoses. Den anlagda lekplatsen fick dock inte sin stora utbredning förrän under mitten av 1900-talet.

När det kommer till Järfälla, är det svårt att veta exakt när den första lekplatsen anlades, men de första spåren av lekmiljöer som syns är från 1950-talets planering. Då byggdes bland annat flerbostadsområden i Kallhäll, Barkarby och Jakobsberg med storgårdar och i Jakobsberg sparades mark till en av kommunens äldsta parkanläggningar, Hammarparken. Villabebyggelsen som utvecklades under 1950-talet tog däremot inte hänsyn till barns behov av lek. Leken förväntades ske på den egna tomten och kanske på lugna gator.

Det var först under 1960- och 1970-talet som lekplatserna blev ett viktigt inslag i stadsbyggandet. Denna tids modernistiska planeringsnorm resulterade i ett stort utbud av lekplatser, stora som små. Vid detaljplaneringen under 1970-talet delgavs vissa bostadsområden ingen samfällad mark för lek utan plats för detta planerades endast på kommunal mark. Gröna stråk skapades inom och mellan bebyggelsen och lekplatserna förlades till dessa, vilket gjorde att barnen kunde röra sig fritt i trafiksäkra miljöer. Under denna tid fanns uppåt ett hundratal kommunala lekplatser i Järfälla. I ritningsarkivet framgår att bygglek och skate kan ha funnits i 1970-talets lekmiljöer.

I de äldre villaområdena började under 1960-talet samtidigt en utveckling där fastighetsägare lät stycka sina tomter, något som sedan fortsatt i allt högre grad. Detta ledde till att de tidigare stora tomterna blev mindre och lekytorna likaså.

I slutet av 1980-talet och i början av 1990-talet



Bild 26. Lekplats år 1957 i nedre Hammaren i Jakobsberg

började kommunen se över antalet lekplatser och ekonomin kring dessa. Enbart i Viksjö fanns hela 49 lekplatser i kommunal regi. De ekonomiska resurserna minskade, vilket ledde till att tekniska nämnden beslutade om att flera små och äldre lekplatser skulle läggas ned eller överlämnas till föreningsdrift. De stora med möjlighet till lek och bollspel bevarades för att kunna göras mer attraktiva.

Under 1990-talets grönplanering presenterades vidare de första riktlinjerna för avstånd mellan bostäder och utbudet av lekplatser och parker - för att säkra invånarnas tillgång till dessa.

Under 2000-talets början växte synen på det offentliga rummet som en demokratisk mötesplats på lika ekonomiska villkor allt starkare och som en mötesplats mellan olika grannskap. Detta ledde till beslut om att satsa ytterligare på att utveckla ett fåtal större lekplatser med ett bredare innehåll och med kapacitet för att kunna utvecklas till viktiga sociala kontaktpunkter för alla åldrar. En del av dessa utvecklades enligt tidens anda som rena temalekplatser medan andra endast gavs en karaktärsskapande symbol och möjlighet för barnen att låta enkelt formgivna redskap ingå i olika fantasilekar.

## Forskning och studier

### Allmänt om lek

Lek är ett sätt för barn att vara i nuet, lära och få kunskap om omvärlden. Genom att leka utvecklar barn sin kognitiva, kommunikativa, motoriska, och emotionella förmåga (1). De lär sig lösa konflikter, vara kamrater och samspela med andra barn och vuxna (2). Det finns samband mellan utevistelse, naturkontakt och framtida naturintresse (3).

### Barns och ungas delaktighet

Barn utvecklas genom att få påverka och ta ansvar för det som berör dem själva. Detta understryks i Barnkonventionen i artikel 12 som anger att alla barn har rätt att uttrycka sin åsikt och ha inflytande över sin situation (4). Delaktighet och inflytande i samhället betraktas dessutom som en av de mest grundläggande förutsättningarna för folkhälsa. En systematisk forskningsöversikt genomförd av statens folkhälsoinstitut visar att barns hälsa gynnas av ökat inflytande (5). Framförallt när det gäller den sociala och intellektuella hälsan. Delaktighet i beslutsfattande processer ger dessutom barn förståelse för demokrati som samhällsform.

### Rörelsefrihet och trafiksäkerhet

Det är väl känt att rörelsefriheten för barn har minskat allt eftersom samhällshindren har ökat. Redan på 60-talet konstaterade professor Stina Sandels på Lärarhögskolan i Stockholm att barns förmåga att hantera trafiksituationer beror på deras kognitiva och fysiska utveckling (6).

Både Sandels och senare forskning pekar på att det är först vid 12 års ålder som barn har förutsättningar för ett trafiksäkert beteende (7). Fram till dess är inte syn och hörsel fullt färdigutvecklade vilket innebär svårigheter med att bedöma avstånd, hastighet och riktning samt avgöra var ett ljud kommer ifrån.

Att barn är små till växten begränsar dessutom deras förmåga att överblicka en trafiksituation. De kan inte se över bilarna och syns heller inte alltid själva så bra. Yngre barn kan dessutom vara impulsiva och har svårt för att hantera flera saker samtidigt.

Studier av olika åtgärder för att minska antalet skadade barn i trafiken bekräftar att det är mer effektivt att anpassa trafiksystemet till barnen än att utbilda och anpassa barnen till trafiken (8).

### Attraktiva och inkluderande mötesplatser

En viktig förutsättning för att skapa goda möjligheter för barn och ungas lek och aktivitet är att det går att nå utbudet av lek- och aktivitetsytor på nära avstånd från hemmet. Studier genomförda av Patrick Grahn och Ulrika Stigsdotter, forskare vid SLU respektive Köpenhamns universitet, visar att de främsta anledningarna till att människor inte besöker parker och grönområden är brist på tid och långa avstånd (9). Utöver detta måste utemiljöerna vara tilltalande, trygga och stimulerande.

I samband med arbetet med Järfällas översiktsplan år 2012 genomfördes fokusgruppsamtal med skolelever på åtta skolor runt om i kommunen. Arbetet utfördes av tekn. dr. Suzanne De Laval på Arkitekturanalys sthlm AB i samarbete med Järfällas barnombud Carin Hallstedt Idstam. Sammanlagt medverkade 89 elever.

I rapporten framgår att barn och unga i Järfälla överlag trivs i sin närmiljö med fritidsmöjligheter, natur och sport men att de ofta upplever otrygghet när de rör sig på allmänna platser (10). Unga upplever att det råder brist på platser för deras åldersgrupp i parker. I rapporten framgår också att trafiken är ett orosmoment för många yngre barn.

### Hälsosamma lekmiljöer

Planeringen och utformningen av miljöer för barn och unga är en viktig fråga för barns hälsa. Barn är mer känsliga än vuxna för buller, förorenad luft och kemikalier. Exempelvis visar forskning att buller ger negativa effekter på barns hörsel, inlärning samt förmåga att uppfatta och förstå tal (11). Barn utgör också en särskild riskgrupp för UV-strålningens negativa effekter då deras hud är känsligare och tunnare än vuxnas (12).

Tvåvetenskaplig forskning som SLU, SU, Statens strålskyddsinstitut och Centrum för folkhälsa bedriver visar att utformningen av utemiljön som barn leker i kan ge positiva synergieffekter på hälsa och välmående. Förskolebarn som har tillgång till rymliga och varierade utemiljöer med mycket vegetation och kuperad terräng är både mer fysiskt aktiva (13), har bättre koncentrationsförmåga (14), är nära hälften så exponerade för UV-strålning (13) samt mår och sover bättre (15). Detta jämfört med barn i trånga, platta och kala lek miljöer.

Tillgång till ytor på minst 3000 m<sup>2</sup>, helst över 6000 m<sup>2</sup> gör att det blir mer spring och rörelse i leken och är viktigt för att barn ska kunna röra de stora muskelgrupperna, accelerera och bromsa in (13,14). En rapport och forskningssammanställning av Johan Faskunger vid statens folkhälsoinstitut visar att barn som är fysiskt aktiva stärker sin benstomme, utvecklar muskelkraft och uthållighet, förbättrar motoriken, koncentrationsförmågan och självuppfattningen (16).

År 2008 genomförde barn och ungdomsförvaltningen en kartläggning av kommunala och enskilda förskolgårdar i Järfälla. Kartläggningen visade att merparten av gårdarna är lummiga naturgårdar med uppvuxna träd, buskage eller bersåer samt att många förskolor satsar på vattenlek och odling (17). Många av gårdarna ligger i nära anslutning till park- och naturmark vilket utgör en viktig resurs. De förskolor vars gårdar avviker ligger mitt i eller nära centrummiljöer, men även på dessa finns träd och tillgång till kuperad terräng. De har dock ofta gårdar som är små till storleken.

### Jämställd lek

En studie av barns användning av lekplatser genomförd av forskare vid Amsterdams universitet visar att pojkar använder lekplatser i större utsträckning än flickor (18). Liknande resultat visades i Järfälla år 2004 då det genomfördes observationer av kommunens lekplatser. Pojkar i åldrarna 7-15 år använde lekplatserna mer än flickor i samma åldersgrupp (19). Det observerades även att pojkarna tar stora ytor i anspråk och rör sig på gräsmattor och

bollplaner medan flickorna är i de små husen, sitter på bänkar eller gungar.

Studier visar att om pojkar och flickor konkurrerar om utrymmet tenderar pojkarna att ta större plats (18). Tillgång till stora ytor är därför viktigt för att pojkar och flickor ska leka tillsammans. Vissa aktiviteter kan dessutom vara mer könsneutrala än andra. Sand- och vattenlek, kojbygge och klättring är aktiviteter som pojkar ägnar sig åt i lika stor utsträckning som flickor (18).

### Lek i naturmiljöer

Eva Ärlemalm Hagsér, adjunkt på Mälardalens högskola och doktorand, har forskat i hur olika lek miljöer utomhus förstärker könsroller.

Genom att låta sammanlagt 86 pojkar och flickor berätta om varför de gick till skogen och vad de gjorde där, noterades att det fanns fler likheter än skillnader i pojkarnas och flickornas svar (20). En naturlig miljö tycks inte könskodas i lika stor utsträckning som en tillrättalagd sådan. Detta kan förklaras med att det i naturen finns material som är öppna för egna tolkningar. I den tillrättalagda lek miljö finns tvärtom tydliga signaler om vad för lek som förväntas, vilket kan förstärka en mer könsstereotyp lek.

I skogens flexibla miljö förhandlar barnen istället om vad materialen ska föreställa för att sedan låta dem ingå i olika roller (21). Detta visar bland annat studier av Eva Änggård, lektor vid Institutionen för didaktik och pedagogiskt arbete på Stockholms universitet, som har observerat hur barnen på en Ur och Skur-förskola använder skogen som lekplats. I skogen gör barnen platserna till sina egna och ger dem ett symboliskt värde, för en dag, några veckor eller för hela uppväxten.

En amerikansk studie visar att tid spenderad i gröna utemiljöer mildrar symptomen hos barn med ADHD (22). Detta till skillnad från lek i byggda utemiljöer eller inomhus.

En lek miljö där barnen får interagera med växtlighet och naturmaterial kan även väcka intresse för naturen och dess värde (23). Forskning visar att





*Bild 27. Barn som får utrymme att röra på sig är både mer fysiskt aktiva, har bättre koncentrationsförmåga samt mår och sover bättre*

besök i naturen som barn är en viktig förutsättning för att man som vuxen frekvent uppsöker naturen (24). Växtlighet ger dessutom skydd från solens strålning, för regn och blåst, renar luften och gynnar den biologiska mångfalden.

### **Multifunktionella ytor**

Planeringen av den fysiska miljön är ett viktigt verktyg för att minska klimatförändringarna samt för att anpassa samhället till ett förändrat klimat. I klimatan-

passningen av våra tätorter fyller grönstrukturen en central roll. Översvämningsytor, dagvattenmagasin och dagvattenrening kan integreras i grönområden och friytor så att parker, natur, delar av förskolor och skolor får översvämmas vid katastrofregn. På så sätt hålls byggnader och viktiga vägnät skadefria samtidigt som barns rörelsebehov beaktas övriga tider. Om dagvattnet ses som en resurs kan träd och växtlighet få naturligt vatten vilket leder till större och friskare träd som i sin tur är goda temperatur-reglerare samt ger ett gott skydd mot UV-strålning.

## Arbetsmetoder

### Barnhearing

Varje vår arrangerar Järfälla en barnhearing, där ett 30-tal elever i förskoleklass och i årskurs 1-9 får ställa frågor och föra fram sina åsikter till politiker och tjänstemän.

Barnhearingen är en del i kommunens arbete med att öka barns inflytande i den demokratiska processen och i samhället som helhet. Detta i enlighet med Artikel 12 i FN:s konvention om barnets rättigheter. Dokumentation från barnhearingen återfinns på kommunens hemsida.

### Sociotopkartering

Sociotopkartor visar hur människor använder och upplever offentliga platser och grönområden i staden. Det är ett planeringsunderlag som kan användas i fysisk planering för att synliggöra sociala och kulturella värden och brister i ett områdes friytor. En sociotopkarta arbetas fram i dialog med medborgarna. I Järfälla görs årligen en genomgång av varje kommunedel.



Bild 28. Barnombudsmannen Fredrik Malmberg på plats vid barnhearingen år 2015 för att tillsammans med barnen följa upp och utvärdera politikernas och tjänstemännens svar utifrån barnkonventionen



## Referenser

### Forskning och studier

1. Olofsson, Birgitta. I lekens värld, 2. uppl., Liber, Stockholm, 2003
2. Pramling Samuelsson; Ingrid & Sheridan, Sonja. Lärandets grogrund: perspektiv och förhållnings-sätt i förskolans läroplan, 2. uppl., Studentlitte-ratur, Lund, 2006
3. Lisberg Jensen, Ebba. Gå ut min själ: forskningsö-versikt om hälsoeffekter av utevistelser i närnatur, Statens folkhälsoinstitut, Östersund, 2008

### Barns och ungas delaktighet

4. Hallstedt Idstam, Carin; barnombud och sakkunnig Barnkonventionen, Järfälla kommun 2015, möte 19 november, e-post: carin.hallstedt.idstam@jarfalla.se
5. Wennerholm Juslin, Pia; Bremberg, Sven. När barn och unga får bestämma mer påverkas hälsan: en systematisk forskningsöversikt, Statens folkhälsoinstitut, Stockholm, 2004

### Rörelsefrihet och trafik

6. Sandels, Stina. Små barn i trafiken: undersök-ningar av små barns trafikförmåga, 2., [omarb.] uppl., Läromedelsförl. (Sv. bokförl./Norstedt), Stockholm, 1972
7. Björklid, Pia, Forskning om barn och trafik, Trafikverket, 2009
8. Liabo, Kristin; Lucas, Patricia; Roberts, Helen. Can traffic calming measures achieve the Children's Fund objective of reducing inequali-ties in child health? Archives of Disease in Childhood 2003;88:235-236

### Attraktiva och inkluderande mötesplatser

9. Grahn, Patrik; Stigsdotter, Ulrika. Landscape planning and stress. Urban Forestry and Urban Greening, (2), ss. 1-18, 2003
10. De Laval, Suzanne, Hallstedt Idstam, Carin, Fokusgrupper Barnperspektiv, Järfälla kommun, 2011

### Hälsosamma lekmiljöer

11. Solskyddsfaktorer: sju tips för säkrare lekplatser och friskare barn, Strålsäkerhetsmyndigheten och länsstyrelserna, 2009
12. Gidlöf Gunnarsson, Anita. Ljudlandskap för bättre hälsa: resultat och slutsatser från ett multidisciplinärt forskningsprogram, Arbets- och miljömedicin, Sahlgrenska akademien vid Göteborgs universitet, Göteborg, 2008
13. Boldemann, Cecilia; Dal, Henrik; Mårtensson, Fredrika; Cosco, Nilda; Moore, Robin; Bieber, Brad; Blennow, Mats; Pagels, Peter; Raustorp, Anders; Wester, Ulf; Söderström, Margareta. Preschool outdoor play environments may combine promotion of children's physical activity and sun protection: Further evidence from Sweden and North Carolina. Science and sports, 2011;26, s. 72-82
14. Mårtensson, Fredrika; Boldemann, Cecilia; Söderström, Margareta; Blennow, Mats; Englund, Jan Erik; Grahn, Patrik, Outdoor environmental assessment of attention promoting settings for preschool children: Part of a salutogenic concept. Health and place, 2009;15 (4), s. 1149-1157
15. Söderström, Margareta; Boldemann, Cecilia; Sahlin, Ullrika; Mårtensson, Fredrika; Raustorp, Anders; Blennow, Mats. The quality of the outdoor environment influences children's health: A cross-sectional study of preschools. Acta Paediatrica, 2012;5, s 1-9
16. Faskunger, Johan, Barns miljöer för fysisk aktivitet: samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet och rörelsefrihet hos barn och unga, Statens folkhälsoinstitut, Östersund, 2008
17. Sjörs, Carina, En kartläggning av förskolornas utemiljö, Järfälla kommun, 2008

### Jämlika förutsättningar

18. Karsten, Lia. Children's Use of Public Space: The Gendered World of the Playground. Childhood, 2003;10(4), s. 457-73



19. Stigle, Maria. Lekparker Järfälla kommun – observationer och sammanställning. Järfälla kommun, 2004

#### Lek i naturmiljöer

20. Ärleman Hagsér, Eva. Gender, playing and learning in natural outdoor environments. Lärarhögskolan Stockholm, 2006; 47, s. 23-38
21. Änggård, Eva. Att skapa platser i naturmiljöer: om hur vardagliga praktiker i en I Ur och Skur-förskola bidrar till att ge platser identitet, Nordisk barnehageforskning, 2012;5(10) s.1-16.
22. Faber Taylor, Andrea; (Ming) Kuo, Frances. Could exposure to everyday green Spaces help treat ADHD? Evidence from children's play settings, Health and well-being, 2011;3(3), s. 281-303.
23. Skogen som klassrum: argument för utomhuspedagogik och bevarande av skog för barn, Naturskyddsföreningen & Naturskoleföreningen, 2011
24. Thompson, Catharine; Aspinall, Peter; Montarzino, Alicia. The childhood factor adult visits to green places and the significance of childhood experience. Environment and Behavior, 2008;40(1), s. 111-143.

#### Lekplatsprogram

- Lekplatser i Sundbyberg. Sundbybergs stad, 2014
- Ett program för lek- och aktivitetsytor i Österåker kommun. Österåker kommun, 2013
- Lek- och aktivitetsplan för barn och unga i Täby. Täby kommun, 2007
- Lekplatsprogram för Malmö. Malmö stad, 2006

#### Kommunala underlag

- Grönplan för Järfälla kommun. Järfälla kommun, 1997
- Översiktsplan: Järfälla - nu till 2030. Järfälla kommun, 2014

#### Övriga underlag

- Järfälla Kommunfakta. Statistiska centralbyrån 2015
- Befolkningsprognos 2014-2024 Järfälla Kommun. Statisticon, 2014
- Ut-o-lek: Plan för genomförande av särskilda åtgärder för barn i fem naturreservat i Stockholms län, Länsstyrelsen i Stockholm 2011.
- Lek i gatumiljö, <http://playingout.net/>

#### Bilder

##### Järfälla kommun

- Alm, Rosie: Bild 8 och 9, s. 16.
- Kristoffersson. Ivan: Bild 26 s. 32.
- Magnusson, Hanna: Bild 3 s. 11, Bild 27 s. 35.
- Mahmoud, Alexander: Bild 12 s. 21, Bild 29-30 s. 39.
- Nasberg, Michael: Omslag, Bild 5 s. 11, Bild 7, s.12, Bild 10 s. 18, Bild 19 och 20 s. 27, Bild 28 s. 36.
- Sköld, Kerstin: Bild 14 s. 24, Bild 21 s. 28.
- Widlund, Sara: Bild 4, s 11, Bild 6, s.11, Bild 11 s. 20, Bild 17 s. 26, Bild 22 s. 28, Bild 23 s. 29, Bild 25 s. 31.

##### Unga örnar

- Ringblom, Towe: Bild 1 s. 6, Bild 2 s. 9, Bild 16, s. 25, Bild 24 s. 30.

##### Kallhälls 4H-gård

- Bild 18 s. 26.

##### Sandviksskolan

- Bild 4 s.11, Bild 15 s. 25.



*Bild 29. Förskolebarn och pedagoger på utflykt och upptäcksfärd i park- och skogsområde*



*Bild 30. Rofylld paus i naturen*

