

SUNDBYBERG STAD

SUNDBYBERGS NYA STADSKÄRNA

EN BARN- OCH ÄLDREANALYS

2017-12-15



WSP Samhällsbyggnad
121 88 Stockholm-Globen
Besök: Arenavägen 7

T: +46 10 7225000
WSP Sverige AB
Org. nr: 556057-4880
Styrelsens säte: Stockholm
wsp.com



UPPDRAGSNAMN
Sundbybergs nya stads kärna. En barn- och äldreanalys

FÖRFATTARE
Judith Kupersmidt & Eva Englid

UPPDRAGSNUMMER
10257183

DATUM
2017-12-15

Sundbybergs stad

KONSULT

WSP Samhällsbyggnad

121 88 Stockholm-Globen

Besök: Arenavägen 7

Tel: +46 10 7225000

WSP Sverige AB

Org nr: 556057-4880

Styrelsens säte: Stockholm

www.wsp.com

UPPDRAGSNAMN

Sundbybergs nya stads kärna. En barn- och äldreanalys

UPPDRAGSNUMMER

10257183

FÖRFATTARE

Judith Kupersmidt & Eva Englid

DATUM

2017-12-15

ÄNDRINGSDATUM

GRANSKAD AV

Marianne Klint

INNEHÅLSFÖRTECKNING

1	INLEDNING	4
1.1	Bakgrund	4
1.2	Syfte och målsättning	5
1.3	Avgränsning	5
2	METOD OCH METODOLOGISKA BEGREPP	6
2.1	Metod – barnperspektivet	7
2.2	Metod – äldreperspektivet	7
3	STYRANDE OCH VÄGLEDANDE DOKUMENT SAMT KUNSKAPSBACKGRUND	8
3.1	Barnkonventionen: FN:s konvention om Barnets rättigheter	8
3.2	Plan- och bygglagen	8
3.3	Riksdagens miljö kvalitetsmål	9
3.4	Riktlinjer gällande tillgänglighet	9
3.5	WHO:s guide för äldrevänliga städer	9
3.6	Naturens och grönskans hälsoeffekter, fakta och forskning	10
4	INVENTERINGSOMRÅDEN FÖR BARN OCH ÄLDRE	11
4.1	Värdefulla grönområden och parker i Sundbybergs stad	11
4.2	Skolor och förskolor för barn och ungdomar	13
4.3	Aktiviteter och boenden för äldre	13
5	BARN- OCH UNGDOMARS PERSPEKTIV	14
5.1	Barn från Lilla Alby skola berättar	15
5.2	Ungdomar 14-15 år berättar	16
5.3	Förskolepedagoger och föräldrar berättar	17
5.4	Problematisera platser och trygghetsaspekter för barn och ungdomar	17
6	DE ÄLDRES PERSPEKTIV	19
6.1	Centrala målpunkter	19
6.2	Trygghetsaspekter	21

6.3	Tillgänglighet	23
6.4	Tjänstepersoner och representanter för äldre berättar	24
7	SAMMANFATTANDE REFLEKTIONER	25
7.1	Barn- och ungdomar	25
7.2	Äldre	26
8	REKOMMENDATIONER OCH ÅTGÄRDSFÖRSLAG FÖR BARN, UNGDOMAR OCH ÄLDRE	27
9	REFERENSER	29

1 Inledning

I samband med nedgrävningen av Mäljarbanan skapas möjligheter för Sundbybergs stadskärna att utvecklas och byggas ihop. Sundbybergs stad håller därför på att ta fram ett planprogram för att visa hur centrala Sundbyberg kan komma att se ut när Mäljarbanan förläggs i tunnlar under mark. Planprogrammet kommer att ange riktlinjer, mål och utgångspunkter för kommande detaljplanering (Sundbybergs stad, 2015). Sundbybergs vision, den så kallade "Stadskärnevisionen" är att utveckla de centrala delarna i Sundbyberg. Man vill skapa en attraktiv miljö med bibehållen karaktär av stadskänsla. Man vill att den framtida stadskärnan ska vara:

- tätare
- en stad med kulturhistoria
- en stad med attraktiva parker och torg
- en tillgänglig stad

I översiktsplanen för Sundbybergs stad betonar man att man ska ha medborgaren i fokus när man planerar. "Sundbybergs stad ska bedriva samhällsplanering utifrån behov och förutsättningar som finns hos de människor som bor och arbetar här." (Sundbybergs stad, 2013). För att kunna integrera barn, ungdomar och äldres perspektiv i den fortsatta planeringen har därför denna utredning genomförts. Detta PM är således en nulägesbeskrivning av barns och äldres perspektiv av centrala Sundbyberg, som kan verka som ett underlag i det fortsatta planarbetet med Sundbybergs nya stadskärna.

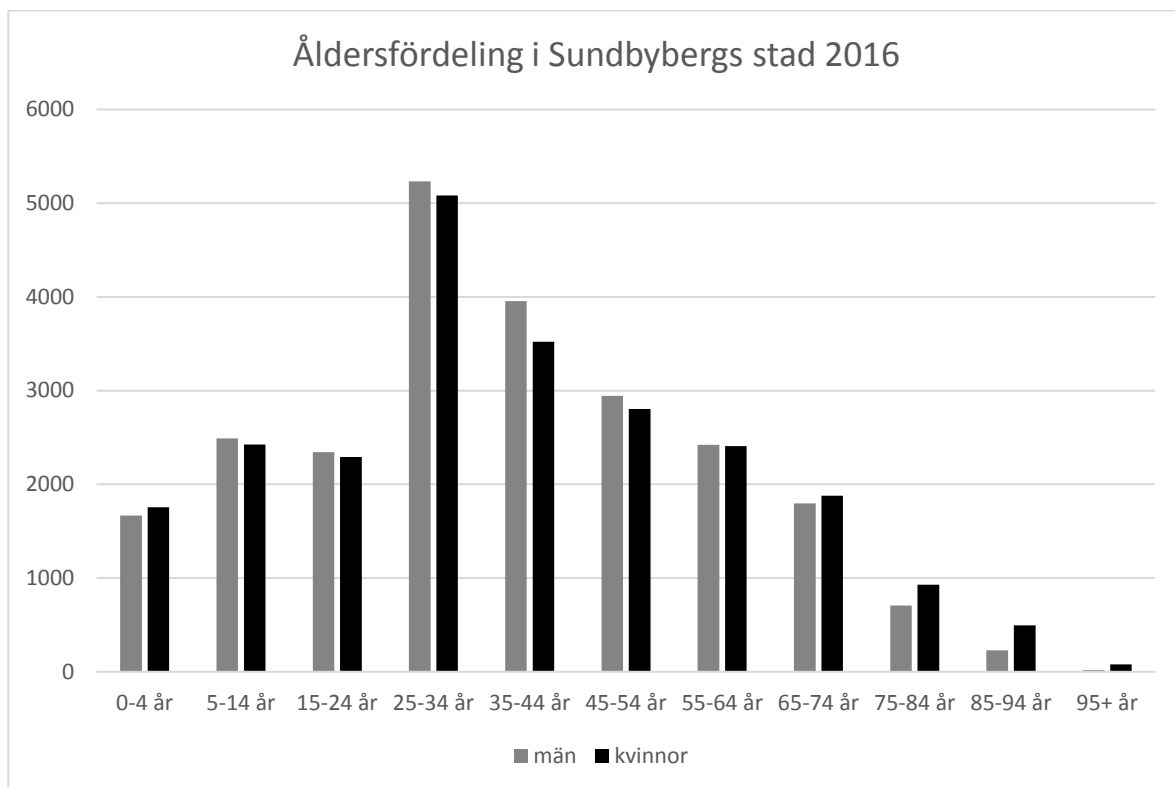
1.1 Bakgrund

Sundbyberg är en av Stockholms äldsta förstäder med en lång industrihistoria. Järnvägens närområde innehåller många olika karaktärer med industrilokaler, stora arbetsplatser, Bällstaån samt bostadsområden. Sundbybergs station är en av Stockholmsregionens viktigaste trafiknav och har stor betydelse för utvecklingen av Sundbyberg och Solna. I stationsområdet möts pendeltåg, regionaltåg, tunnelbana, tvärbanan och bussar. Längs norra sidan av järnvägen mot Duvbo löper Sturegatan med butiker, äldre bostadshus och nyare kontorskomplex. Den södra sidan av spårområdet kantas av äldre bostadsbebyggelse och gamla industrifastigheter såsom Signalfabriken som nu omvandlats till handel, service och bostäder.

Den täta bebyggelsen och gatumiljöerna intill järnvägen i Sundbybergs centrumdelar är väl utnyttjade och saknar egentliga park- och naturmiljöer med undantag för Marabouparken. Åldern på bebyggelsen i centrala Sundbyberg är mycket varierande och man skulle kunna säga att hus från varje årtionde från början av 1900-talet och framåt finns representerade. När det gäller den grönska som finns i den centrala delen består den uteslutande av naturmark som är belägen på höjder där marken oftast är bergig. Undantaget är Lötsjön och Golfängarna som ligger i en dalsänka med en helt annan karaktär med sjö, skog och ängar.

Sundbybergs stad har en folkmängd på ca 47 800 personer¹ (SCB, 2016). Kommunen var 2014 den snabbast växande i Sverige. I Figur 1 redovisas åldersfördelningen i kommunen. Den äldre befolkningen (personer 65<) utgör ca 13 procent av den totala befolkningen i kommunen och barnen (personer >18) utgör cirka 20 procent av den totala befolkningen i kommunen.

¹ År 2016



Figur 1. Åldersfördelningen för invånarna i Sundbybergs stad 2016 fördelat på män och kvinnor. Källa SCB (2016).

1.2 Syfte och målsättning

Det övergripande målet med att genomföra en nulägesbeskrivning av barns och äldres perspektiv och erfarenheter av sitt närområde är att säkerställa att deras behov beaktas i planeringen av den nya stads kärnan i Sundbyberg. Analysen syftar till att synliggöra barns och äldres behov så att de kan sättas i relation till andra intressen och på så sätt fungera som beslutsunderlag för fortsatt planarbete. Insamlad material innehåller tillgänglighetsaspekter och trygghetsaspekter där fokus ligger på tillgänglighet till relevanta målpunkter för barn, ungdomar och äldre i området.

Frågor vi ställer är:

- Vilka är de centrala målpunkterna för barn och äldre och hur sker förflyttningen till dessa?
- Hur upplevs områdena utifrån begreppen tillgänglighet och trygghet?
- Upplever tillfrågade barn och äldre att de trivs i sitt närområde och att det finns det utbud som de önskar sig?

1.3 Avgränsning

Nedan redovisas avgränsningen för denna nulägesbeskrivning. Studien omfattar två utredningsgrupper. Barn och unga mellan 1-15 år. De äldre omfattas i huvudsak av personer som är över 65 år.

1.3.1 Geografisk avgränsning

Det geografiska område som skall utredas omfattas av centrala Sundbyberg. Avgränsningen har utgått ifrån planprogram för Sundbybergs nya stadskärnas utredningsområde som omfattar mark från kommungränsen i sydöst mot Solna och i sydväst mot Stockholm. I norr avgränsas utredningsområdet av Järnvägsgatan. Det är totalt 31 hektar mark längs en sträcka av en och en halv kilometer, vilket motsvarar cirka 3,4 % av kommunens totala yta. Eftersom detta område inte sträcker sig norr om Järnvägsgatan har utredningsområdet för denna rapport utvidgats till att även inkludera de centrala delarna och Sundbybergs stadskärna norr om Järnvägsgatan. Samtliga skolor, förskolor samt verksamheter för barn, ungdomar och äldre i studien är belägna i centrala Sundbyberg.

1.3.2 Tematisk avgränsning

I sak avgränsas nulägesbeskrivningen till att beskriva ett barnperspektiv och ett äldreperspektiv. De aspekter som inkluderas i denna kartläggning är:

- Tillgänglighet
- Trygghet
- Relevanta målpunkter för respektive grupp

2 Metod och metodologiska begrepp

Metoder för denna kartläggning är enskilda intervjuer, gruppintervjuer, platsbesök, kartanalyser samt litteraturstudier. Intervjuerna är av kvalitativ karaktär och användas i samtalen med barn, äldre, relevanta föreningar och personal i kommunen. I dessa fall har intervjuerna skett öga mot öga. I viss utsträckning har intervjuer även genomförts per telefon. Intervjuerna är semistrukturerade vilket innebär att ett visst antal frågor har utformats innan intervjun och att de sedan följs upp med följdfrågor utifrån de svar vi får. En viktig komponent med den kvalitativa intervjuemetoden är att låta den som intervjuas berätta och beskriva sin historia med så liten styrning som möjligt. Det insamlade materialet kopplat till riktlinjer, lagar och bestämmelser har legat till grund för slutsatser och rekommendationer. Det är en kvalitativ undersökning som redovisas nedan, det innebär att vi presenterar informanternas syn, förhållningssätt och åsikter. Det är alltså deras bild som vi förmedlar utan anspråk på att detta representerar samtliga barn och äldre i Sundbyberg.

Tillgänglighet, säkerhet, trygghet och orienterbarhet är centrala begrepp och handlar generellt sett om den demokratiska rätten som människor har att röra sig fritt, tryggt och säkert i det samhälle som hen lever och verkar inom. Det handlar om att skapa livsmiljöer och verksamheter samt viktiga målpunkter så att de blir så tillgängliga som möjligt för så många som möjligt. Då vi talar om god tillgänglighet ur ett barnperspektiv betyder det i första hand att barnen på egen hand ska kunna ta sig till sina målpunkter såsom skola, fritidsaktiviteter, kamrater och så vidare utan att utsätta sig för olycks- och hälsorisker och utan att de känner sig rädda eller måste färdas långa omvägar (Tummesson, M. & Larsson, T. 2005). När vi talar om god tillgänglighet för äldre finns det mycket likheter med de behov som barn har. Äldre har lika stor rätt att kunna ta sig till sina målpunkter såsom fritidssysselsättningar, matbutik, vårdcentral, kollektivtrafik med mera utan att riskera att utsättas för olycks- och hälsorisker och utan att behöva känna sig otrygga.

För att få en förståelse för barn och äldres rörelsemönster i kommunen har en kartläggning utförts mellan vilka målpunkter de rör sig och deras upplevelse av att förflytta sig mellan och dessa målpunkter. Upplevelser av

områden samt hur och på vilket sätt man tar sig dit är centrala utgångspunkter och som också relaterar till begrepp som tillgänglighet, säkerhet, trygghet och orienterbarhet.

2.1 Metod – barnperspektivet

Cirka 50 ungdomar från Ängskolan i Sundbyberg, i årskurs 8 och 9 har besvarat ett antal frågor, se bilaga 1. De fick även i uppgift att ritat i en karta med målpunkter och områden. Därefter har cirka sex ungdomar från respektive klass ingått i en gruppintervju där redan ställda frågor följdes upp mer ingående. Dessa intervjuer pågick under cirka en timme per grupp. I Lilla Albyskolan har samma procedur som ovan ägt rum. Det var cirka 40 barn i årskur 5 som besvarade frågor och ritade in i en karta målpunkter och områden enligt instruktion, se bilaga 5. Därefter följdes kartuppgiften och frågorna upp av en gruppintervju med mellan 5-6 ungdomar som varade i cirka en timme/ grupp. Syftet med gruppintervjuerna var att få en mer nyanserad och detaljerad bild av rörelsemönster, valmöjligheter, centrala målpunkter och trygghetsaspekter som inte alltid en enkät eller frågelista kan ge.

Intervjuer har gjorts samt frågor har besvarats av åtta pedagoger från förskolorna Ekorren, Viggen och Hagabergsgården. Tjugotre föräldrar har besvarat frågor, se bilaga 3. Detta material har legat till grund för analys gällande relevanta målpunkter, trygghetsaspekter, tillgänglighetsaspekter samt vad som uppskattas och vad som bör förstärkas eller förändras i området.

2.2 Metod – äldreperspektivet

Undersökningen för äldreperspektivet består av en intervjustudie i vilken intervjupersonerna har delats in i två intervjugrupper.

- Intervjuer med äldre, boende inom området
- Intervjuer med representanter för äldre

2.2.1 Intervjuer med boende i kommunen

Intervjuer och gruppintervjuer med äldre i Sundbybergs stad har genomförts för att ta reda på hur de upplever tryggheten och tillgängligheten i centrala Sundbyberg samt i sitt närområde. Urvalet för intervjuerna utgörs av personer över 65 år som är boende i Sundbyberg samt en person som är under 65 år som har gått i förtidspension. Intentionen var att få en relativt jämn fördelning mellan män och kvinnor samt intervjupersoner i olika åldrar. Åldersspannet av de intervjuade pensionärerna ligger mellan 62-90. Gruppintervjuer har i viss mån utförts då informanterna önskat det. Det har dock säkerställts att alla i gruppen fick möjlighet att uttrycka sina åsikter och synpunkter. Kontakt har fåtts med informanterna via Träffpunkten Allén (som är ett aktivitetscentrum för äldre i Sundbyberg, se avsnitt 4.4). Totalt har 14 äldre personer intervjuats. Intervjuerna utfördes i december 2017, och främst i Träffpunkten Alléns lokal i Sundbyberg. Två intervjuer har genomförts via telefon.

För att underlätta bearbetningen av materialet har intervjuerna spelats in i den mån intervjupersonerna har godkänt det. Intervjuerna innehöll dels semistrukturerade frågor men även med en karta som hjälpmedel för att lättare kunna rita ut målpunkter, trygga och otrygga platser samt peka ut de områden de ofta besöker. På så sätt kopplades de äldres upplevelser och synpunkter till fysiska platser i området.

2.2.2 Intervjuer med representanter i kommunen

För att få en bredare förståelse för äldre perspektivet i Sundbyberg har intervjuer genomförts med tjänstemän i kommunen som arbetar med äldre frågor samt representanter för organisationer som driver äldre frågor. En semistrukturerad intervjuform har använts för att även inkludera intervjupersonernas reflektioner.

Totalt har fyra intervjuer genomförts varav två platsintervjuer och två telefonintervjuer. De som har intervjuats är en gruppchef på Ledning och utförarenheten inom Sundbybergs Äldreförvaltning samt en enhetschef på Äldreförvaltningen. Av de pensionärerna som har intervjuats sitter en i styrelsen för PRO i Sundbyberg. Hon intervjuades dels om sina erfarenheter i egenskap av styrelsemedlem i PRO och dels som pensionär i Sundbyberg. Utöver det har en representant för SPF (Sveriges pensionärsförening) intervjuats.

3 Styrande och vägledande dokument samt kunskapsbakgrund

På många sätt har barn och äldre andra förutsättningar än andra åldersgrupper i samhället, både fysiskt, psykiskt och socialt. Det gör att samhället måste utformas på ett sätt som tar hänsyn till de särskilda behov som barn och äldre har. Generellt sett är barn och äldre två grupper som sällan kommer till tals i samhället. Det gör det svårt för dem att kunna påverka utformningen av de miljöer de vistas i. Därför är det viktigt att i samhällsbyggnadsprocessen belysa deras perspektiv. Ambitionen med Sundbybergs stads kärna är att det ska bli en hållbar stadsdel. Det innebär att miljön ska fungera för alla; vuxna, barn, äldre personer och personer med olika funktionsvariationer. Nedan redovisas i korthet lagar och riktlinjer som styr samhällsplanering utifrån barns, ungas och äldres behov och rättigheter. Dessa lagar och riktlinjer ska tas i beaktande i samtliga skeden; vid planering och utformning, byggskede och färdigt resultat och förvaltning.

3.1 Barnkonventionen: FN:s konvention om Barnets rättigheter

Sverige har skrivit under konventionen om barnets rättigheter och har därför skyldighet att följa denna. Grundpelarna i konventionen är:

- Alla barn har samma rättigheter och lika värde
- Barnets bästa ska beaktas vid alla beslut som rör barn
- Alla barn har rätt till liv och utveckling
- Alla barn har rätt att uttrycka sin mening och få den respekterad

Artikel 29 handlar om att barnets utbildning skall syfta till att utveckla barnets fulla möjligheter i fråga om personlighet, anlag och fysisk och psykisk förmåga samt utveckla respekt för naturmiljön.

Artikel 31 handlar om att barnet har rätt till vila och fritid, till lek och rekreation anpassad till barnets ålder (Unicef, 1989).

3.2 Plan- och bygglagen

Lagen styr planläggning av mark, vatten och byggande.

1 kap. Syfte, innehåll och definitioner. Bestämmelserna syftar till att med hänsyn till den enskilda människans frihet, främja en samhällsutveckling med jämlika och goda sociala levnadsförhållanden och en god och långsiktigt hållbar livsmiljö för människorna i dagens samhälle och för kommande generationer.

2 kap. Allmänna och enskilda intressen. Planläggning enligt denna lag ska med hänsyn till natur- och kulturvärden, miljö- och klimataspekter samt mellankommunala och regionala förhållanden främja en från social synpunkt god livsmiljö som är tillgänglig och användbar för alla samhällsgrupper.

3.3 Riksdagens miljö kvalitetsmål

Riksdagen har antagit 16 Miljö kvalitetsmål, Nummer 15 handlar om "God bebyggd miljö och går bland annat ut på att:

- Städer och tätorter ska planeras utifrån ett sammanhållet och hållbart perspektiv på sociala, ekonomiska samt miljö- och hälsorelaterade frågor
- Lokalisering och utformning av infrastrukturen ska vara anpassad till människors behov, för att minska resurs och energianvändning samt klimatpåverkan
- Att hänsyn ska tas till natur- och kulturmiljö, estetik, hälsa och säkerhet
- Att det finns attraktiva, säkra och effektiva gång- och cykelvägar
- Att det finns natur- och grönområden och grönstråk i närhet till bebyggelsen med god kvalitet och tillgänglighet
- Se till att det kulturella, historiska och arkitektoniska arvet i form av värdefulla byggnader och bebyggelsemiljöer samt platser och landskap bevaras, används och utvecklas
- Den bebyggda miljön utgår från och stöder människans behov, ger skönhetsupplevelser och trevnad samt har ett varierat utbud av bostäder, arbetsplatser, service och kultur

3.4 Riktlinjer gällande tillgänglighet

Det finns en rad olika regler och lagar som rör tillgängligheten i den fysiska miljön. De svenska lagarna bygger på FN-konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. I plan- och bygglagen finns övergripande krav på tillgänglighet och användbarhet för personer med nedsatt rörelse och orienteringsförmåga (PBL 8 kap paragraferna 1, 4, 7 och 9). I Boverkets byggregler (BBR) finns även tillämpningsföreskrifter till lagen och förordningen (Boverket, 2015).

I plan- och bygglagen anges att alla enkelt avhjälpbara hinder för tillgänglighet ska avlägsnas på allmänna platser och i lokaler dit allmänheten har tillträde. Bestämmelserna om enkelt avhjälpbara hinder är preciserad i Boverkets föreskrifter, HIN. I HIN anges hur olika hinder och brister i den fysiska miljön ska och bör åtgärdas. HIN gäller både för allmänna platser och publika lokaler. Kravet gäller om det med hänsyn till praktiska och ekonomiska förutsättningar är enkelt att avhjälpa hindren. Då denna föreskrift även gäller befintliga platser och byggnader bidrar den till att öka tillgängligheten i den befintliga miljön (Boverket, 2016). När reglerna infördes angavs att alla enkelt avhjälpbara hinder skulle vara åtgärdade senast 2010. Trots detta finns det fortfarande många hinder kvar.

Tillgänglighet på allmänna platser behandlas i Boverkets föreskrift ALM vid nybyggnation. ALM syftar till att göra nya allmänna platser tillgängliga och användbara för personer med nedsatt rörelse- eller orienteringsförmåga. Detta gäller exempelvis gator, torg, parker och fritidsområden.

3.5 WHO:s guide för äldrevänliga städer

WHO har sammanställt en guide för hur man kan skapa äldrevänliga städer samt vilka faktorer som har identifierats som viktiga utifrån de äldres perspektiv. Enligt denna guide skapar en äldrevänlig stad möjligheter

till hälsa, delaktighet och säkerhet för äldre. Vidare är målet att öka livskvaliteten för äldre. De har identifierat olika fokusområden som är viktiga för att uppnå en äldrevänlig stad. Några fokusområden som är av vikt för denna studie och relevanta för kommunal planering är offentliga miljöer, transport och social inkludering. Nedan redovisas viktiga punkter för en äldrevänlig miljö:

- Att utemiljön är fri från skräp
- Att det finns trygga grönområden med sittmöjligheter och tillgång till toaletter
- Att trottoarerna är halkfria, fria från hinder, tillräckligt breda för en rullstol samt fria från höga kanter
- Undergångar och övergångar finns för att kunna passera trafikerade gator på säkert sett
- Trafikljus vid övergångsstället ger tillräckligt med tid för äldre att korsa gatan
- Att det finns separata gångar- och cykelbanor
- Att det finns service i närhet till äldres bostäder (gärna på bottenvåningar)
- Offentliga toaletter är välstädade och tillgängliga oavsett funktionsvariation
- Parkeringsplatser för rörelsehindrade finns lokaliserade nära byggnader och kollektivtrafik (WHO, 2007)

3.6 Naturens och grönskans hälsoeffekter, fakta och forskning

Grönområden har en stor betydelse för hälsan. Bland annat visar forskning att de som har maximalt en kilometer till ett grönområde lever längre och håller sig mer friska. För såväl barn som äldre så tränas balans, rörlighet och koordination då de rör sig i naturen. Äldre får även generellt sett en bättre livskvalité och de återhämtar sig snabbare än genomsnittet, både efter ansträngning och efter en sjukdom om de vistas i naturen. Bättre sömnkvalitet, mindre ångest, minskad risk för hjärtproblem och bättre socialt liv är andra positiva effekter för äldre (Skog & forskning, 2003).

Även för barn har det visat sig att de barn som vistas mycket utomhus sover längre än de som vistas fler timmar inomhus. Detta beror på att människor blir mindre sjuka då smittämnen har svårare att sprida sig i utomhusmiljöer och att solljuset producerar vitamin D som huden tar upp och på så sätt förstärks vårt immunförsvar. Den sociala aspekten av att vara i naturen har visat sig vara betydelsefull då den ger oss människor en känsla av sammanhang vilket hänger samman med upplevd god hälsa och livskvalitet (Hälsofrämjandet, 2011).

Barn som är i en miljö som är variationsrik med natur och grönska får dessutom lättare att koncentrera sig och förbättrar sin inlärningsförmåga. Det beror på att hela kroppen blir engagerad och att barn då får användning av samtliga sinnen. På så sätt stärks minnet och kunskapen som inhämtas blir mer bestående. Gröna ytor har även en lugnande inverkan på människor generellt. Det räcker oftast med 4-5 minuter för stresshormoner ska minska (Hälsofrämjandet, 2011). Det finns många studier som visar på sambandet mellan god hälsa och vistelse i naturen och redogörelsen ovan är endast ett litet axplock av detta. Syftet med redogörelsen är att visa på vikten av att förstärka den tätortsnära naturen i samhällsplaneringen då det ger bättre livskvalitet för både barn och äldre.

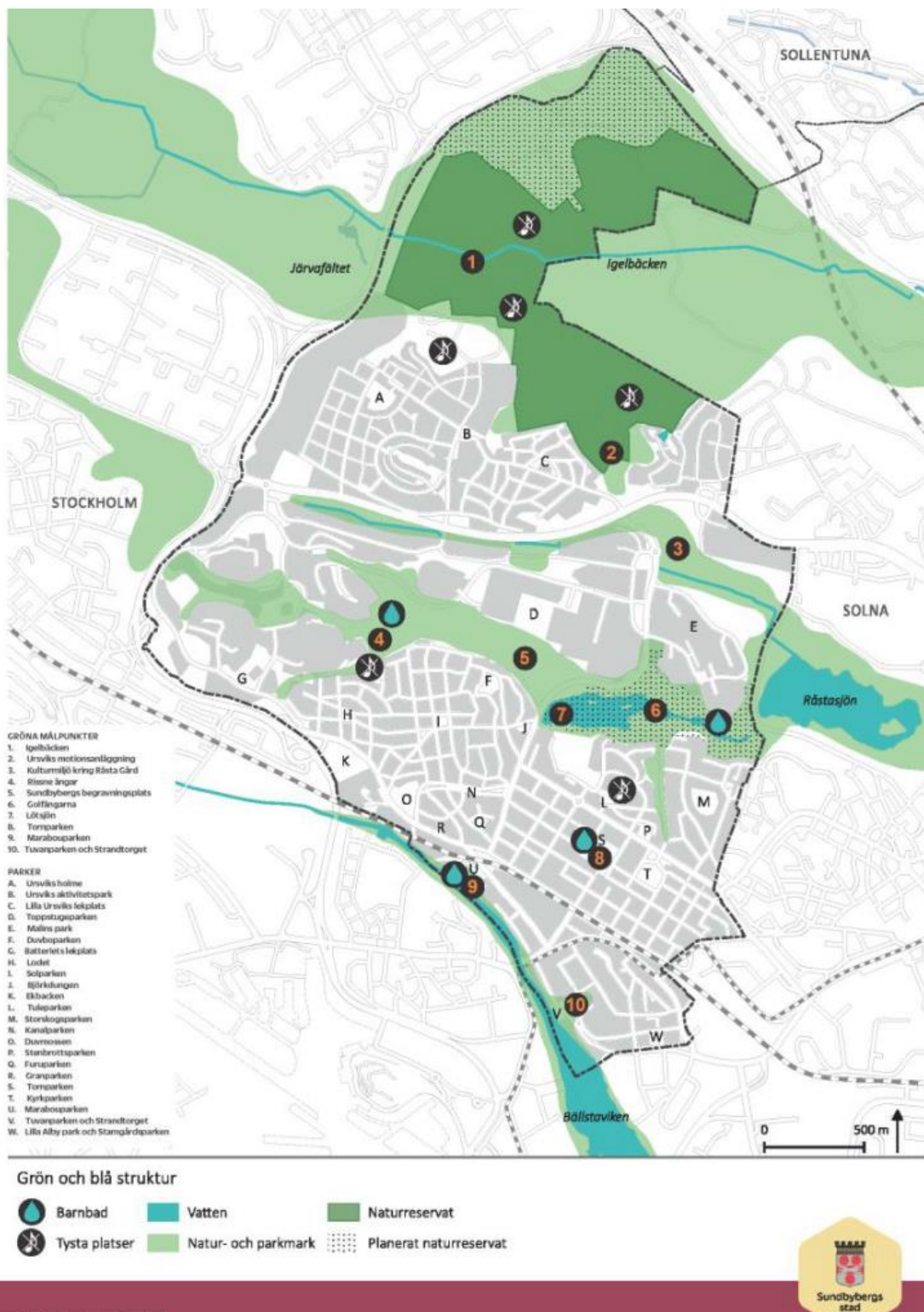
4 Inventeringsområden för barn och äldre

4.1 Värdefulla grönområden och parker i Sundbybergs stad

Sundbybergs gröna och blå bälten består av tre sammanhängande gröna stråk. De sträcker sig över Sundbyberg i östvästlig riktning, se Figur 2. Bältena består av både park, naturmark och vattendrag med olika karaktärer. Totalt är 4,3 km² grönområden och i genomsnitt är grönytetillgången per kommuninvånare cirka 94 m². I jämförelse kan sägas att exempelvis Solna har cirka 110 m² grönyta per invånare, Stockholm 118 m², Lidingö och Tumba närmare 200 m²/ invånare. Begreppet grönområde innefattar all park-och naturmark samt parker på kvartersmark som upplevs som offentliga. Det innefattar även idrottsplatser, badplatser, ängar och fält, men också gräsbevuxna vägslänter och andra gröna ytor som människor av någon anledning inte väljer att vistas i.

Tillgången på grönytor varierar mellan de olika stadsdelarna i Sundbyberg. Centrala Sundbyberg har cirka 6-9 m²/ invånare, vilket är lägst i kommunen. (Almqvist, R. & Lundqvist, C. 2016). De invånarna som bor i centrala Sundbyberg är även de som har längst till grönområden. För dessa invånare är tillgängligheten i vissa fall begränsad på grund av topografin, trafik och/ eller järnvägsspår. Det innebär att även om det finns ett grönområde nära bebyggelse så blir närheten ändå mycket begränsad, speciellt för barn, personer med funktionsvariationer och äldre. Ytterligare en aspekt att väga in är den befolkningsökning som kommer att ske i kommunen. Enligt beräkningar kommer befolkningsökningen i Sundbyberg ge upphov till att tillgången på grönområden totalt sett i kommunen kan halveras fram till 2030, från dagens 94 m²/ invånare till 52 m²/ invånare. Troligen kommer denna siffra bli ännu lägre då man inte har tagit hänsyn till att vissa befintliga grönytor kan komma att exploateras (Almqvist, R. & Lundqvist, C. 2016).

Sundbyberg har några större grönområden såsom Igelbäckens naturreservat i norra delen vilket är en del av Järvakilen, Ursviks motionsanläggning och Rissne ängar. Lite närmare Sundbybergs stads kärna ligger de områden som omnämns av många i undersökningen är Lötsjön och Golfängarna. Det är ett park-, natur- och friluftsområde som omfattar cirka 27 ha inklusive själva Lötsjön. Beslut håller på att tas i kommunen huruvida området ska bli klassat som naturreservat. Förutom dessa större områden finns det totalt 23 parker av lite olika karaktär. Dessutom finns de mycket populära Tornparken, Marabouparken, Tuvaparken och Strandtorget vilka även erbjuder mindre grönområden. I Marabouparken, Tornparken, Rissne ängar och östra delen av Golfängarna finns bad för barn på somrarna.



Figur 2. Grön och blåstruktur i Sundbybergs stad. Källa: *Parker och grönområden i Sundbybergs stad.*

4.2 Skolor och förskolor för barn och ungdomar

De skolor och förskolor som valts ut för intervjuer och frågor ligger i Sundbybergs mer centrala delar då de planerade byggprojekten kommer att äga rum inom dessa områden. Kontakt togs med de utvalda skolorna och rektor och förskolechef förde vidare förfrågan om vilka som ville delta. Följande skolor och förskolor ingår på olika sätt i rapporten:

- Ekorrens förskola med fyra avdelningar, Mariagatan 1a. Intervju med förskolechef samt frågelista som besvarats av föräldrar och pedagoger.
- Viggens förskola med två avdelningar, Vackra vägen 4. Intervju med förskolechef samt frågelista med cirka 15 frågor som besvarats av föräldrar och pedagoger. Förskolan ligger i Ängskolans lokaler.
- Hagabergsgårdens förskola med fem avdelningar, Brunnsgränd 8. Intervju med förskolechef samt frågelista som besvarats av föräldrar och pedagoger.
- Ängskolan, Vackra vägen 2-4. Är en skola för barn från förskoleklass till och med årskurs 9. Frågeformulär med 15 frågor har delats ut till elever i årskurs åtta och nio. Dessa frågor har sedan följts upp av två stycken gruppintervjuer med cirka 6 elever i varje grupp. Skolan är heterogen i sin karaktär och tar emot elever från kommunens samtliga stadsdelar.
- Lilla Alby skola, Humblegatan 19-21. En låg- och mellanstadieskola. Ett frågeformulär med 15 frågor har delats ut till elever i årskurs fem. Dessa frågor har sedan följts upp av två stycken gruppintervjuer med cirka sex elever i varje grupp. Även denna skola är heterogen i sin karaktär och tar emot elever från kommunens samtliga stadsdelar.

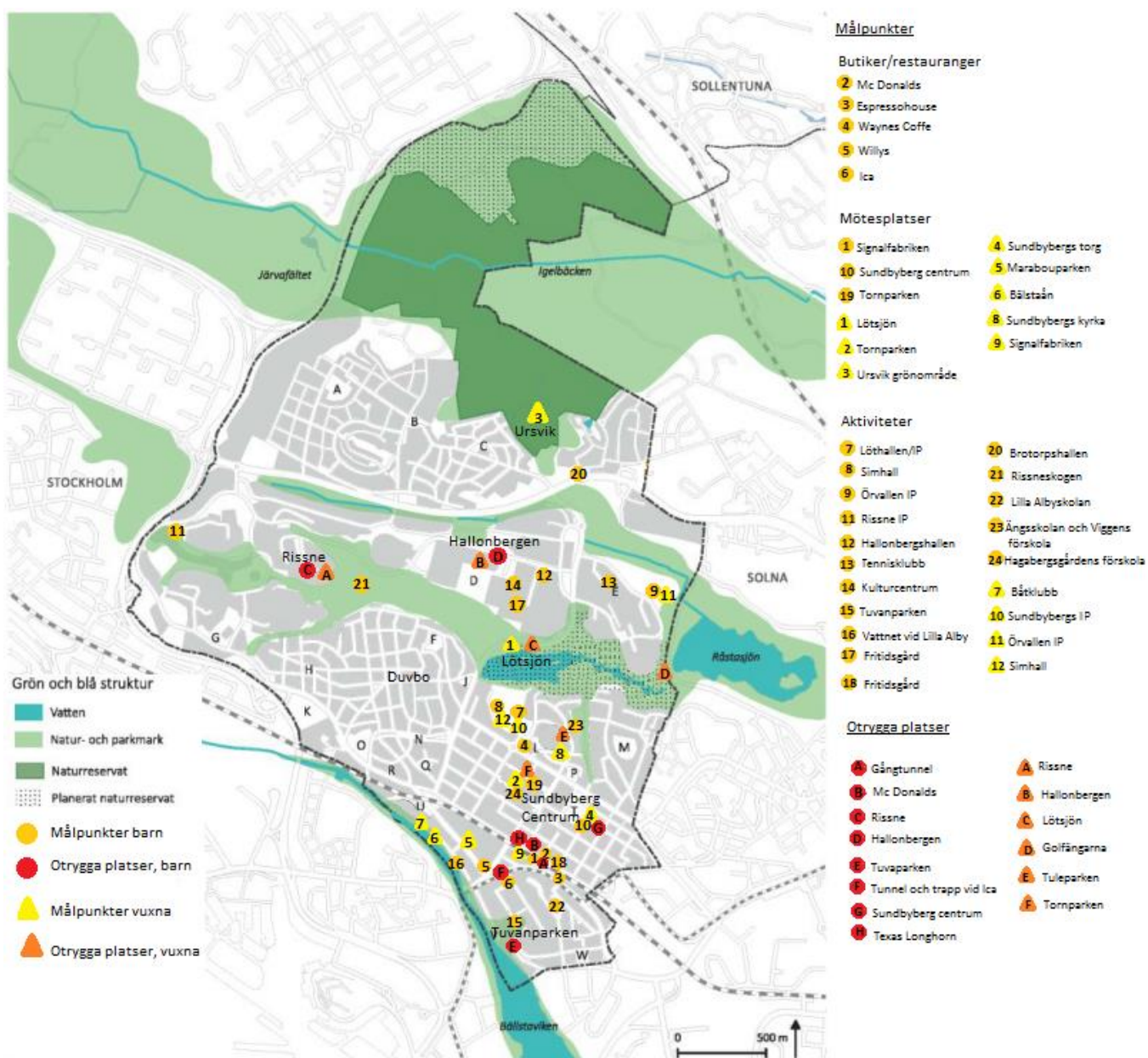
4.3 Aktiviteter och boenden för äldre

I centrala delarna av Sundbyberg finns både boende för äldre samt mötesplatser och föreningar som riktar sig direkt till äldre. Träffpunkten Allén är en samlingspunkt för personer över 65 år eller förtidspensionerade i Sundbyberg. Träffpunkten är en mötesplats för äldre där det anordnas många olika aktiviteter och det finns möjlighet att ta en fika eller äta lunch tillsammans. Verksamheten är belägen mitt i centrala Sundbyberg med god tillgänglighet till kollektivtrafik i form av buss, tunnelbana, pendeltåg och tvärbana i närområdet. Lokalerna är ljusa och rymliga och det finns konferensrum, café, verkstad, gym och lokal för olika typer av gymnastik, dans och fest. Ett projekt att färgsätta och utsmycka lokalen har nyligen genomförts av en inredningsarkitekt och scenograf. Verksamheten drivs av kommunen och har runt 100 besökare varje dag.

I närheten ligger föreningen Gubbverkstan som är en ideell förening där man kan reparera och tillverka enklare bruksföremål. I dag består föreningen av cirka 60 kvinnliga och manliga medlemmar. PRO är en verksamhet i kommunen. De arbetar både med påverkan gällande samhällsfrågor och anordnar aktiviteter för pensionärer. SPF i Sundbyberg är en av de lokala pensionärsföreningar som är organiserad under Sveriges Pensionärsförbund. Föreningen i Sundbyberg har drygt 700 medlemmar och arbetar för pensionärernas intressen samt bedriver olika aktiviteter. Även gymnastikföreningen Sundbybergs Gymnastik förening bedriver fysisk aktivitet för äldre. Föreningen vänder sig till män och grundtanken är att alla ska kunna träna i sin egen takt. När vi kommer till boenden för äldre i centrala Sundbyberg finns det lite olika varianter. Dels finns två bostadsrättsföreningar som vänder sig till äldre i form av seniorboende för 55+. Centralt i Sundbyberg, vid Träffpunkten allé ligger äldreboendet Bällstahof som är speciellt inriktat mot personer med demenssjukdom. På Sturegatan, norr om järnvägen finns det även en vårdcentral.

5 Barn- och ungdomars perspektiv

I detta kapitel presenteras föräldrars, pedagoger samt barn-och ungdomars svar på frågor samt vad som kom fram under intervjuerna. Nedan redovisas även en sammanställning av de målpunkter som kom upp under intervjuerna med barnen, ungdomarna, pedagogerna och föräldrarna samt platser som anses problematiska på olika sätt, se Figur 3.



Figur 3. Centrala målpunkter för barn, ungdomar och vuxna (föräldrar och pedagoger) i Sundbyberg, samt platser som upplevs som otrygga utifrån intervjuer.

5.1 Barn från Lilla Alby skola berättar

Det förefaller som flertalet av de barn som har intervjuats ges relativt stora möjligheter att på egen hand röra sig fritt i sitt närområde. De flesta tar sig till skolan själva och då främst genom att promenera. Några av barnen får skjuts med bil vilket ofta hänger samman med att föräldern kan kombinera sina egna arbetstider ihop med sitt barns samt att barnet oftast inte har gångavstånd till skolan. Ett mindre antal barn cyklar vilket deras föräldrar känner oro inför på grund av olycksrisk. Några av barnen bor i Hallonbergen, Rissne och Tensta, de tar tunnelbanan medan eleverna från Ursvik tar buss då det är det enda möjliga alternativ som kollektivtrafiken erbjuder. Ett par barn tar sin sparkcykel, för att det är "... roligt och inte lika jobbigt". Några barn berättar att de bestämmer möte eller har kontakt med en eller flera klasskompisar via sms på vägen till skolan för att få sällskap. Ibland möts de på vägen eller så kommunicerar de sig igenom transportsträckan mellan hemmet och skolan.

5.1.1 Centrala målpunkter

Cirka sju av tio barn har minst en aktivitet per vecka. I huvudsak ligger dessa aktiviteter i Sundbyberg men även i Solna, Kista och Tensta. Många använder tunnelbana, vissa tar buss och enstaka pendeltåg. Cykel används i viss mån, en del promenerar eller så får barnet skjuts med bil. I vissa fall samåker barnen med kompisar som har samma aktivitet. Det sker oftast med kollektivtrafiken eller med en förälder som skjutsar med bil.

Idrottsaktiviteter som barnen utövar är främst belägna i Rissne och på Sundbybergs IP, Örvallen, Kista IP, Solna hallen, Sundbybergs simhall, Vasalunds simhall, Brotorpshallen, Löthallen, Rissne sporthall, Hallonbergens sporthall och fotbollsplanen vid Lötsjön. Karate utövas även i en lokal i Hallonbergen samt street dance i Tensta.

Kulturaktiviteter utövas i Hallonbergen Kulturcentrum där några av barnen dansar, spelar teater eller lär sig att spela ett instrument. Några åker till Mall of Scandinavia för att gå på bio. Ibland händer det att de åker till Stockholm city för att gå på bio, men då oftast med sina föräldrar.

Shoppingaktiviteter ägnar sig de flesta av barnen åt. Det som i detta sammanhang menas med begreppet shoppingaktiviteter är inköp av varor, allt från mat, skor och kläder till godis och läsk. Men det kan lika väl vara att barnen tar sig till ett område med kommersiella verksamheter, oftast gallerior utan att de för den skull köper något. Några av barnen går relativt ofta till Signalfabriken i Sundbyberg. Den ligger endast några minuters promenad från skolan och är på så sätt lättillgänglig. Signalfabriken är jämförelsevis ett mindre köpcenter där det finns klädbutiker, restauranger, apotek med mera. Mall of Scandinavia är en riktig stor, modern och populär galleria som flera av barnen beskriver som ett bra ställe där man kan handla och titta. Det är också ett ställe barnen tar sig till med sina föräldrar. Samma sak är det med Bromma Blocks, vilket också ett stort och modernt köpcenter dit flera av barnen åker, oftast i sällskap med sina föräldrar. I Solna Business park finns ett stort ICA Maxi dit en del barn går för att köpa godis. Även Willys i Sundbyberg som ligger på Esplanaden 1 förefaller vara ett populärt ställe för de godissugna barnen.

Spontanaktiviteter och övriga aktiviteter och/ eller målpunkter som tas upp som centrala är Tornparken, Tuvanparken och Rissneskogen där flera av barnen tycker om att leka. Några flickor går till Espresso House i Sundbybergs centrum för att fika. En del av barnen tycker om Sundbybergs torg och går dit för att se vad som händer. Ett annat mycket populärt mål är McDonalds i Sundbybergs centrum. Det förefaller vara en aktivitet lika mycket som ett sätt att bli mätt. Där träffar de andra barn som de känner och passar på att hänga med.

5.2 Ungdomar 14-15 år berättar

Ängskolan är en högstadieskola med elever från hela kommunen. När barnen kommit upp i 14–15-årsåldern är deras rörelsefrihet och möjlighet att på egen hand ta sig till olika platser relativt stor. De rör sig fritt till och från skolan och använder sig av samtliga kollektiva färdmedel som finns till deras förfogande.

Flera kommer med buss eller tunnelbana till skolan. Att cykla är också populärt för denna grupp, dock tar ett par upp att de gärna hade velat cykla men att de inte vågar på grund av all trafik. En del ungdomar promenerar till skolan om det inte är alltför långt. Generellt sett förefaller promenad vara ett lågt värderat som transportalternativ för denna grupp. Även om de bor relativt nära så tar de gärna bussen, tunnelbanan eller det kollektiva färdmedlet som passar bäst någon station eller två.

De flesta ungdomar har restriktioner gällande hur länge de får vara ute på kvällarna, var de får vara och när de ska vara hemma. Dessa restriktioner varierar från ungdom till ungdom. Det förefaller även finnas en självreglerande ingrediens i detta då flera av de jag talade med berättar att de inte vill vara ute när det är för mörkt eller åka tunnelbana på kvällen.

5.2.1 Centrala målpunkter

Idrottsaktiviteter som ungdomarna utövar är i Rissne och på Sundbybergs IP, Örvallen, Solna hallen, Brotorpshallen, Löthallen, Rissne sporthall, Hallonbergens sporthall och fotbollsplanen vid Lötsjön, Rackethallen i Ör, baseboll i Ör, innebandy i en hall i Hallonbergen och några går på gym i centrala Sundbyberg. I de allra flesta fall är aktiviteterna inplanerad och inbokade kontinuerligt på en specifik tid och plats samt att de ingår i en grupp eller ett lag. När det gäller fotbollsplanen vid Lötsjön är det dock annorlunda. Dit går ungdomarna spontant för att spela fotboll.

Kulturaktiviteter som barn och ungdomar ägnar sig åt är dans, spela teater eller spela instrument i Hallonbergens Kulturcentrum. Några går på bio i Mall of Scandinavia. Vissa åker till Stockholms centrala delar för att framförallt gå på bio även om ett par nämner att de varit på teater med föräldrarna inne i centrala Stockholm. Några sjunger i en kör i Hagalund.

Shoppingaktiviteter ägnar sig de flesta ungdomar åt. ICA, Willys och Hemköp samt en mindre matbutik som finns nära skolan är mycket centrala målpunkter för många ungdomar, även efter skoltid. Det som lockar i dessa butiker är framförallt godis och läsk, Några handlar mat istället för att äta i skolbespisningen. Några ungdomar berättar att de även äter mat i centrum på lunchrasterna och att det framförallt är McDonalds i Sundbybergs centrum som de går till. På fritiden är de stora köpcentrumen Mall of Scandinavia, Bromma Blocks och det betydligt mindre Signalfabriken i Sundbyberg mycket lockande att besöka. De går runt och tittar, hänger ibland kvar på platsen och ser om det kanske kommer förbi någon intressant, som de känner eller inte känner.

Spontanaktiviteter och övriga aktiviteter och/ eller målpunkter som ungdomarna tar upp är Lötsjöns fotbollsplan där många ungdomar samlas under årets varma årstid. Där spelar de fotboll, sitter i gräset och hänger och kollar in vilka som är där. Lötsjön är också en mötesplats för många ungdomar. Där ses de för att sedan gå vidare och hitta på något annat. Även i centrum vid Sundbybergs torg träffar de sina vänner, hänger en stund och går sedan vidare. Torget blir på så sätt även den en mötesplats för ungdomarna. Flera ungdomar uttrycker dock att det inte finns så mycket att göra i området. Det finns en fritidsgård i Ängskolan, Stationen, vilket är en verksamhet som vänder sig till alla åldrar. Av dem som intervjuades var det väldigt få som gick dit. Varför kunde det inte riktigt svara på.

5.3 Förskolepedagoger och föräldrar berättar

Under denna rubrik har vi fokuserat på viktiga målpunkter för förskolan och för föräldrar, transportmedel dit och trygghetsaspekter.

5.3.1 Centrala målpunkter för förskolorna Ekorren, Viggen och Hagalundsgården

Lämning sker vanligtvis mellan 07.00-09.00 och hämtning mellan 15.00- 17.00. Utflykter utanför gården görs oftast på förmiddagen mellan 09.00–11.00. En aspekt som tas upp av flera förskolepedagoger är att det är många färdtjänstbilar och taxibilar som kör in nära förskolegården vid Ekorrens förskola på Mariagatan, då äldreboendet Mariagården ligger port i port. Dessutom kommer flera föräldrar och lämnar och hämtar med bil vilket gör att platsen upplevs som stökig och otrygg. När det kommer till trygghet utanför förskolegården så har de rutiner för hur förskolegrupperna ska agera vid exempelvis trafikövergångar. Övergångar som känns alltför otrygga och gator som är hårt trafikerade undviker de helt eller tar en alternativ väg som känns mer säker. En plats som de besökte tidigare men som de nu undviker är skogsdungen vid Tulemarken. Bara det senaste året upplever några av pedagogerna att det har blivit skräpigt och att det ligger kläder och bråte som inte fanns där tidigare. Generellt sett så anses trygghets- och säkerhetsaspekten vara den viktigaste i arbetet med barnen. Därför anpassar pedagogerna sin verksamhet utifrån de rådande omständigheterna med fokus på trygghet och säkerhet.

De yngsta barnen som är mellan ett till två år tillbringar uteslutande sin tid på den egna förskolegården. När barnen börjar bli lite äldre tar sig förskolegruppen ut utanför den egna gården. Flera pedagoger framhåller att skogen är mycket populärt att gå till och då området runt Lötsjön och Golfängarna, Storskogen och skogen i Ursvik. För att ta sig dit promenerar de och då oftast via Vackra vägen, som kan betecknas både som ett stråk som man passerar liksom en park som bidrar med grönska i gatubilden. Andra uppskattade parker som ligger lättillgängligt för förskolorna är Lammets park och Tornparken. Dessa lekparkar har olika lekredskap som barnen tycker är kul och utmanande. Utan att specificera precis till vilka parker de går så uppger några av pedagogerna att de går med de äldre barnen och besöker de flesta parker och lekparkar i hela Sundbyberg och ibland även utanför kommungränsen. Till dessa parker promenerar de, tar buss, tunnelbana eller pendeltåg beroende på vart parken ligger. Förutom parker och grönområden som är välbesökta utflyktsmål så förefaller biblioteket i Signalfabriken också vara ett mycket populärt ställe att besöka för att låna böcker, läsa böcker och lyssna på högläsning eller ljudböcker.

5.3.2 Centrala målpunkter för föräldrar med förskolebarn

Till förskolan tar sig föräldrar vanligtvis gåendes, med cykel och/ eller med bil. Enstaka föräldrar tar sig även dit med hjälp kollektivtrafik. Föräldrarna uppger att det som styr deras val av transportmedel till förskolan är tid, väder, bekvämlighet, enkelhet, miljöhänsyn och /eller det som känns tryggast och är mest praktiskt.

Föräldrar med barn använder i stort sett samtliga parker och grönområden som finns i Sundbyberg. Det som förefaller vara avgörande är avståndet och den upplevda kvalitén som parken eller området erbjuder. De mest besökta grönområden och parker är Lötsjön och Golfängarna, Tornparken och Marabouparken.

5.4 Problematiska platser och trygghetsaspekter för barn och ungdomar

I detta kapitel går vi igenom barns, ungdomars, förskolepedagogers och föräldrars upplevelse av sitt närområde kopplat till de målpunkter och aktiviteter som de har. Då vi talar om trygghet och rädslor är det den

subjektiva upplevelsen som vi refererar till. Det vill säga hur individen själv exempelvis upplever och förhåller sig till en plats, en situation eller olika typer av transportmedel. I Figur 3 redovisas bland annat platser som de intervjuade angett som problematiska på olika sätt.

5.4.1 Otrygga platser

Det som ständigt återkommer under intervjuerna är rädslan för fulla, utåtagerande och /eller hotfulla människor som skriker eller försöker tala med barnen eller ungdomarna. Dessa platser finns vid gångtunneln som går under Järnvägsgatan mellan Stationsgatan och Sundbybergs torg. Många av barnen och ungdomarna passerar denna gångtunnel i syfte att besöka McDonalds eller för att besöka butiker, restauranger eller caféer som ligger i närheten. Även den gångtunnel som ligger cirka 150 meter öster ut upplevs också som otrygg, speciellt vid tillfällena då det inte är så mycket folk i rörelse. Det som upplevs som problematiskt är att det finns "... *många missbrukande människor där*." Torget framför Signalfabriken liksom Sundbybergs torg upplevs också som problematiska då det ofta är "... *människor som beter sig illa där*". På Järnvägsgatan vid Texas Long Horn menar några ungdomar att det ofta är "... *konstigt folk där*" och utvecklar det genom att berätta att det är fulla och påverkade människor som rör sig i det området.

Lötsjön, Golfängarna, Tornparken och även Marabouparken är mycket välbesökta och uppskattade platser dagtid, dock upplevs de av flera som otrygga när mörkret breder ut sig samt att det då samlas personer där som vanligtvis inte uppehåller sig där. Det kan vara ungdomsgång, "*fullisar*", eller uteliggare som skrämmer. Det har även förekommit en del personrån i Lötsjöområdet berättar flera. Det har bidragit till att otryggheten har ökat. Skogen i Ursvik anses också var ett populärt friluftsområde enligt flera informanter. Ett par av de 11-åriga pojkarna berättar att de har hört att det bor folk i skogen och vågar därför inte gå dit längre.

Tunnelbana och i viss mån även pendeltåg som färdmedel används kontinuerligt och anses vara mycket effektivt och användbart för samtliga intervjuade barn och ungdomar. När det kommer till känsla av trygghet och trivsel anser dock flera av de intervjuade att dessa färdmedel är de som de uppskattar minst. Skälen till det uppges vara risken för att bli överraskad av oväntade händelser, trängsel, läskiga människor och svårt att lämna platsen om det skulle behövas. Däremot är det en stor del av de som intervjuats som kan tänka sig att ta bussen och tvärbanan. Dessa transportmedel upplevs som ett tryggare alternativ än både pendeltåg och tunnelbana. Trygghetskänslan som de beskriver beror på att de känner att de får överblickbarhet på ett annat sätt än i tunnelbanan eller på pendeltåget. En annan faktor som flera tar upp som en trygghetsaspekt då de väljer buss och tvärbana är att det finns en chaufför i närheten som kan hjälpa till om det skulle behövas. Generellt framkommer det under intervjuerna att tidpunkt på dygnet är viktig för känslan av trygghet och därmed val av transportmedel. Är det sent på kvällen så är det flera som inte tar tunnelbanan utan hittar alternativa lösningar istället.

Det finns platser och stråk som några av de som intervjuades är rädda för och som de sällan eller aldrig besöker. Det är platser som framförallt andra har sagt är farliga och läskiga. Det kan vara något de läst i tidningen eller kanske något som de hört har drabbat någon de känner. Det som blir tydligt är att de barn och ungdomar som rör sig mycket i sin omgivning och som också har fritidsaktiviteter i Hallonbergen, Tensta och Rissne, områden som av flera intervjuade sades vara otrygga, i mindre utsträckning känner otrygghet när de vistas i där.

5.4.2 Strategier för att undvika rädslor

Generellt sett kan man säga att det finns olika företeelser som både skrämmer och oroar barn och ungdomar när de rör sig i sitt närområde. Det kan vara specifika platser som känns hotfulla, speciella människor som skrämmer eller så kan mörkret i sig göra att en del personer känner sig rädda och oroliga. Några tar upp att de upplever vissa tunnlar, offentliga hissar och rulltrappor som skrämmande och det är något som de undviker om det är möjligt.

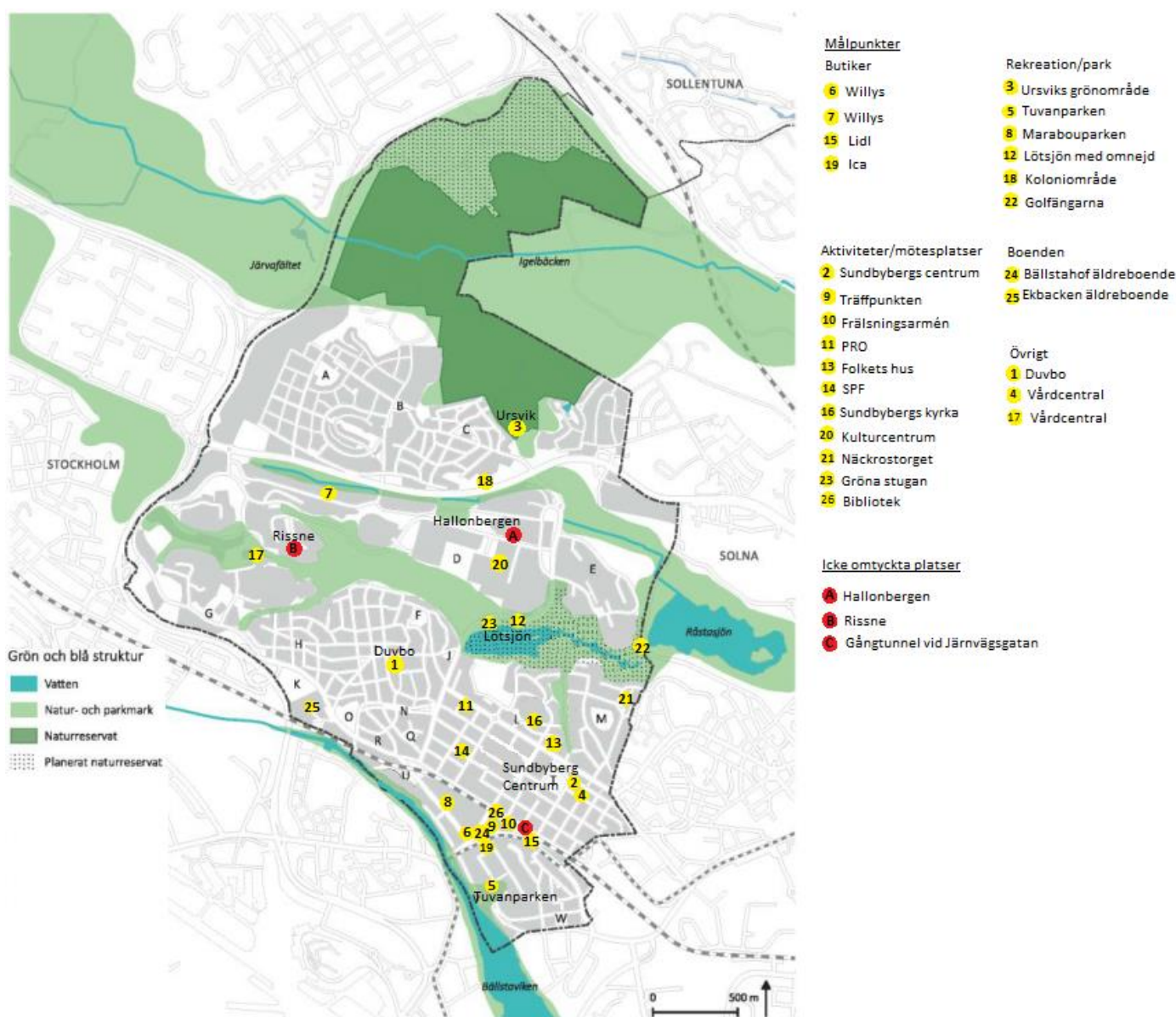
För att hantera dessa rädslor har barn och ungdomar, samt deras föräldrar i viss omfattning, en del strategier för att minska eller undvika dessa faror och rädslor som de upplever. Det vanligast förekommande sättet är det undvikande beteendet. Det innebär att barnet, ungdomen eller föräldrarna medvetet eller omedvetet undviker vissa företeelser. Det kan vara att inte gå ut sent på kvällen, låta bli att använda sig av vissa färdmedel eller att gå omvägar för att slippa en obehaglig plats. I vissa fall är det föräldrarna som sätter gränserna, exempelvis när barnen ska vara hemma på kvällen eller vilka platser som inte är tillåtna att vistas på. I andra fall är det barnet eller ungdomen själv som begränsar sitt användande av det offentliga rummet för att slippa rädslor och risker som de ser. Andra sätt att undvika att utsätta sig för sin egna eller föräldrarnas rädslor är att bli skjutsad och/eller hämtad av sina eller andras föräldrar. Detta förekommer framförallt vid transporter till och från aktiviteter och ibland när barnen eller ungdomarna besöker en kompis och/eller går på fest. Ytterligare ett sätt att undvika att utsätta sig för rädslor är att barnen och ungdomarna sover kvar hos sin kompis så att de slipper ta sig hem själva i mörkret. Ytterligare strategier förefaller vara att barnen och ungdomarna trotsar risken att utsätta sig för situationer som gör dem rädda. Alternativet för detta scenario blir annars att stanna hemma eller behöva gå en omväg, som de inte tycker är värt besväret.

6 De äldres perspektiv

Nedan presenteras resultatet av intervjustudien med äldre i Sundbybergs stad. Kapitlet är indelat i olika teman som varit centrala utifrån studiens syfte.

6.1 Centrala målpunkter

Nedan presenteras en sammanställning av de målpunkter som kom upp under intervjuerna med de äldre samt platser som de på olika sätt anser vara problematiska (se Figur 4).



Figur 4. Centrala målpunkter och problematiska platser för äldre i Sundbyberg, utifrån intervjuer.

1.1.1 Aktiviteter, sociala målpunkter, grönområden och rekreation

Sociala målpunkter och aktiviteter för de äldre redovisas i Figur 4. De mest frekventa målpunkterna är Träffpunkten Allén, PRO, Folkets hus i Sundbyberg, Kulturcentrum i Hallonbergen och Sundbybergs centrum. Några beskrev även Frälsningsarmén, SPF, Sundbybergs kyrka, Näckrostorget, biblioteket i Sundbyberg, bio i Filmstaden och restaurangen Gröna stugan som ligger vid Golfängarna som viktiga målpunkter. En man besöker även Solvalla frekvent. För vård är det många som besöker en vårdcentral på Sturegatan. I övrigt är det många som har barn eller barnbarn utanför Sundbyberg som de besöker. Ingen av de äldre berättade dock att de besöker den nya Gallerian Mall of Scandinavia i Solna.

Majoriteten av de äldre besöker regelbundet någon park eller grönområde i området. Ett grönområde som besöks frekvent är området vid Lötsjön och Golfängarna. Där brukar det även anordnas olika aktiviteter för invånarna såsom exempelvis midsommarfirande och nationaldagsfirande. Midsommarfirandet beskrevs av en person som ett populärt evenemang men som senaste året inte genomförts. Andra grönområden som är välbesökta är Tuvanparken och Ursvik. Några av de äldre besöker även lekparker tillsammans med sina barnbarn, i exempelvis Ursvik. En del av informanterna anser att det finns för lite grönområden generellt i Sundbyberg och att det förtätas för mycket. De menade att mycket grönt försvinner när det förtätas. Två personer anser att det finns för lite spontana mötesplatser. Några av de äldre berättade att de inte besöker grönområden alls då de inte känner ett behov att göra det. En kvinna berättade att hon hellre sitter på sin balkong soliga dagar än går ut till någon park.

6.1.1 Dagligvaruhandel, butiker och service

Många av de äldre handlar sin mat i matbutiker i nära anslutning till hemmet. Ofta är anledningen att de handlar just där att det var nära hemmet. Andra målpunkter för att handla sällanköpsvaror är främst Solna centrum men även Kista, Vällingby, Bromma Blocks och Ica Maxi i Solna. En kvinna berättade att hon brukar åka till Stockholm för att handla exempelvis kläder, men att hon inte gillar det eftersom att det är mycket folk i stan. En annan kvinna menade att *"När man blir gammal vill man ha allting nära"* och föredrar att handla i närområdet.

En kvinna berättade att det har blivit färre butiker i centrala Sundbyberg, bland annat med anledning av att det har öppnat ett ny stor galleria i Solna. Hon menade att det istället öppnar många nya restauranger och att Sundbyberg nu är restaurangtätast i hela Sverige. En annan kvinna tycker det är synd att många butiker stänger till förmån för restauranger, då många pensionärer inte har råd att gå ut och äta på samma sätt som yngre. Många butiker har framförallt flyttat eller stängt på Sturegatan. En del av de äldre upplever dock att det är ett bra utbud för äldre i Sundbyberg.

6.2 Trygghetsaspekter

Majoriteten av de äldre upplever att de generellt sett känner sig trygga i Sundbyberg. Två kvinnor berättade att deras barn och barnbarn alltid skjutsar hem dem med bil om de varit på besök, även om de själva inte skulle ha några problem med att ta bussen hem på kvällen. De upplever att det finns en större oro för dem bland de anhöriga för att vara ute sent på kvällen, än vad de själva upplever. Några andra menade att de nästan aldrig är ute på kvällen. En kvinna konstaterar att *"De flesta äldre håller sig hemma på kvällen"*. Ett par kvinnor berättade att skjutningarna som varit i Hallonberget den senaste tiden påverkar deras känsla av trygghet till viss del.

En av kvinnorna undviker helt att resa kollektivt på kvällar och helger då hon känner sig otrygg på grund av stökiga människor och hon sätter sig inte heller i en tom vagn om hon åker tunnelbana. En kvinna upplever att det ibland är stökiga ungdomsgång på tunnelbanan. Detta är något som hon upplever som irriterande men dock inget som känns otryggt. En annan kvinna tog upp attentatet på Drottninggatan våren 2017 som en faktor som har påverkat hennes generella känsla av trygghet även om det inte har ändrat hennes rörelsemönster. De flesta upplever de olika kollektiva färdmedlen lika trygga. En man tycker att Sundbyberg blir allt mer otryggt på grund av högre kriminalitet i takt med att det byggs mycket och alltför då flyttar till Sundbyberg.

6.2.1 Otrygga eller problematiska platser

En kvinna som brukar springa runt sjöarna Lötsjön och Råstasjön gör det på dagen men brukar undvika det på kvällen. Ytterligare en kvinna undviker Lötsjö-området helt på kvällen. Hon menade att området är upplyst för det mesta men att det ofta är lampor som är trasiga och att det tar lång tid innan de byts ut. En annan kvinna berättade att hon ser till att gå där det är upplyst på kvällen. Ytterligare en kvinna berättade att hon undviker att gå på mörka bakgator.

Gångtunnel under järnvägen upplevs av några som otrygg. En anledning som beskrevs är att den används som tillhåll. Några personer beskrev Hallonbergen och Rissne som två närliggande platser som upplevs otrygga, bland annat på grund av kriminalitet. En person beskrev även att det uppehåller sig mycket ungdomsgång i Hallonbergen vilket ibland känns otryggt. En annan kvinna upplever dock inte alls Hallonbergen som otryggt och menar att många istället har förutfattade meningar om området. Denna kvinna bor själv i området. Några kvinnor tycker att Esplanaden söder om järnvägen är ett problematiskt område ur trafiksäkerhetssynpunkt då det inte är utmärkt var man ska korsa vägen.

6.2.2 Trafiksituationen

När det gäller trafiksituationen i Sundbyberg är det många som upplever att det är mycket trafik på Järnvägsgatan och Landsvägen. Utöver det är det även trångt i gång- och cykelbanan på Järnvägsgatan och många cyklister cyklar på trottoaren, vilket upplevs otryggt. Generellt tycker många att det är för mycket trafik i centrala Sundbyberg och det ofta bildas köer. En kvinna berättade att hon lämnar bilen hemma efter kl. 15:00 på dagarna eftersom att det är så mycket trafik och genomfartstrafik. Hennes inställning är dock att det bara är att gilla läget då hon anser att både vägar och bilar behövs. En annan kvinna beskrev trafiksituationen i centrala Sundbyberg som bedrövlig och menar att det inte går att ta sig från söder till norr eller tvärtom, utan att ta sig genom centrum där det är trafikstockning.

Järnvägsövergången på Esplanaden upplevs av några som problematiskt då det är för mycket trafik. Det är ofta bilar som parkerar så att sikten skymms vilket känns otryggt. Ibland är det även bilar som kör i fel riktning på Esplanaden som är enkelriktad. Trots trafiksituationen och att man ofta behöver vänta länge vid järnvägsövergången upplever de intervjuade att det är lätt att passera järnvägen.

Ytterligare en trafikplats som beskrevs som problematisk är korsningen där järnvägsgatan korsar Lofströms Allé. Denna korsning upplevs som mycket trafikerad och ibland hinner man inte över gatan innan det slår om till rött ljus. Att då bli stående mitt i korsningen upplevs otrevligt och osäkert berättade en av kvinnorna vi talade med.

6.2.3 De äldres bostadsområde

Majoriteten av de äldre trivs bra i sitt bostadsområde och känner sig trygga där de bor. Exempelvis beskrevs området norr om Järnvägsgatan som lugnt och fint. De som bor nära kollektivtrafik tycker att det är mycket bra. Några upplever dock att det är mycket trafik i sitt bostadsområde. Endast enstaka personer av de intervjuade utnyttjar gårdar och platser i anslutning till sitt bostadshus. En kvinna som bor på Hästhagsgatan berättade att hon generellt inte stör sig på trafik i sitt bostadsområde men att det är många som parkerar vid hennes uteplats trots parkeringsförbud.

6.2.4 Färdmedel

De äldre beskrev att det går, cyklar, åker tunnelbana, buss och pendeltåg. De som bor centralt i Sundbyberg promenerar mest då deras målpunkter ligger så pass nära hemmet. En man brukar dock cykla då han ska handla eftersom att man kan hänga matkassarna på styret för att slippa bära. En kvinna berättade att hon alltid tar cykeln för att det är smidigt och att man får motion men att hon brukar ta bilen när hon storhandlar. En annan kvinna tar också alltid cykel med undantag för tillfällen då det är halt ute. Då brukar hon åka kollektivt. De flesta åker tunnelbana eller pendeltåg om det ska ta sig utanför Sundbyberg.

Några kvinnor upplever att det ibland är svårt att komma med bussen då man inte alltid får plats med rullatorn. Ibland får man inte heller sittplats på bussen vilket upplevs jobbigt. En kvinna upplever även att det kan vara svårt att ta sig av bussen med rullatorn när bussen är full. Däremot upplevs det trevligt att åka buss då man kan titta ut. En kvinna åker alltid buss när hon åker kollektivtrafik eftersom hissen vid tunnelbanan ofta är trasig, vilket resulterar i att hon inte kommer ner med rullatorn. Ibland åker hon även färdtjänst. Hon känner sig alltid trygg i kollektivtrafiken. Många tycker att det är bekvämt att åka tunnelbana då det finns plats för rullatorn och man får sittplats. Det brukar inte heller finnas kanter och höjdskillnader på stationen. En kvinna upplever dock att det kan vara svårt att hinna in i tåget med rullatorn innan de stänger dörrarna.

6.3 Tillgänglighet

Något som påverkar de äldres rörelsemönster är om det är halt ute. En del väljer då ett kollektivt färdmedel eller att stanna hemma. En man som har rullator upplever att det är otryggt att röra sig ute när det snöar för att han är rädd att ramla. En kvinna har svårt att ta sig fram med rullatorn över kullerstenen utanför "bananhuset" i centrala Sundbyberg. Hon tar då ofta en omväg för att slippa gå där men tycker trots allt att man ska behålla dessa stenar då de bidrar till en mysig atmosfär.

Något som påverkar tillgängligheten när man cyklar är att det är svårt att ta sig fram vid ombyggnationer. En del upplever att cyklister "glöms bort" på dessa platser och att det är dåligt skyltat. En kvinna upplever även att hon är i vägen när hon cyklar där det är trångt eller på smala cykelbanor. Detta upplevs som ett irritationsmoment. En aspekt som flera äldre tog upp var att det ofta är trångt på gång- och cykelbanor. Att ha gemensamma gång- och cykelbanor var något som beskrevs som otryggt och osäkert då cyklister ofta kommer i mycket hög fart. En kvinna tycker även att det är jobbigt och energikrävande att cykla på kullerstenar. Andra faktorer som påverkar tillgängligheten var på platser där det är flera funktioner på samma plats då orienterbarheten i gaturummet då upplevs begränsad. Denna aspekt togs upp av flera personer. En kvinna gav som exempel att hon upplever detta vid Bromma Blocks och därför undviker det stället.

En kvinna upplever att det är jobbigt med stora höjdskillnader men att det inte begränsar henne utan att hon ändå går. I sådana lägen är det bra om det exempelvis finns räcken. De som har rullator upplever att det ibland är mycket trottoarkanter som man behöver ta sig över. De upplever dock inte att det är sämre i Sundbyberg än någon annanstans. En kvinna som går med rullator när hon rör sig utomhus upplever att det speciellt på en väg ner mot Järnvägsgatan lutar åt vänster vilket är obehagligt då det känns som att rullatorn ska tippa. Extra svårt är det när det är halt ute.

En kvinna tycker att det ibland är ett problem att bussarna inte kör ända in till trottoarkanterna vid busshållplatserna, vilket kan resultera i att man behöver lyfta rullatorn. Ibland beror detta på att det är bilar som parkerar fel så att bussen inte kommer fram till trottoarkanten. I övrigt saknas det en fast hållplats för närbussen utanför Träffpunkten Allén vilket gör att bussen inte riktigt kommer fram alla gånger.

6.4 Tjänstepersoner och representanter för äldre berättar

Vi besökte PRO, (Pensionärernas Riksorganisation). De har lokal på Lötsjövägen och vi kommer dit för att intervjua Birgitta som är 72 år och sitter i styrelsen för PRO. Det Birgitta framhåller som den absoluta viktigaste frågan för äldre är bostäder och boende. PRO vill att pensionärer ska kunna bo kvar i Sundbyberg och helst i stadsdelen även om de blir tvungna att flytta på grund av ett större vårdbehov. Hon anser inte att det är så idag utan att många tvingas flytta från Sundbyberg alternativt att bo kvar i sin gamla lägenhet trots att det inte fungerar tillfredsställande.

Det finns något som heter Trygghetsboende vilket Birgitta anser vara ett bra alternativ när den gamla bostaden blir omöjlig att klara sig i. Den boendeformen innebär att bostäderna är funktionellt utformade, har gemensamhetslokaler samt att det finns en bovärd vid vissa tidpunkter. I vissa äldreboenden ordnas gemensamma aktiviteter mer eller mindre regelbundet. Problemet anser Birgitta vara att det finns för få boenden av denna typ. Nyproduktion skulle kunna vara ett alternativ för dem som kan klara sig själva men som kanske behöver hiss. Dock menar Birgitta att många inte har råd att flytta till nyproducerade lägenheter.

Vi har telefonintervjuat en person som är aktiv i SPF, (Sveriges pensionärsförening). Han heter Gösta och är 79 år. Han är med och driver äldre frågor i Sundbyberg och sitter även med i Pensionärsrådet vilket är en instans där representanter för föreningar och organisationer träffar tjänstemän och politiker för att föra fram sina respektive organisationers perspektiv och åsikter. Även för SPF i Sundbyberg förefaller boendefrågor vara en av de viktigaste frågorna på dagordningen. Gösta anser också att det behövs fler och billigare boenden i Sundbyberg. Det han också framhåller är otydligheten i vad olika typer av boendeformer egentligen innebär. SPF i Sundbyberg vill att det ska finnas information om vilka alternativa boendeformer som finns och exakt vad just den boendeformen erbjuder. På så sätt blir det möjligt att göra ett adekvat val i relation till de behov som den äldre individen har.

Närhet och tillgänglighet är centrala begrepp för SPF. Gösta tar upp vikten av att behålla eller skapa nya gröna områden eller parker i direkt anslutning när nya bostäderna byggs. Andra faktorer som Gösta för fram är vikten av trygghet och gemenskap och vi kommer återigen in på boende och boendemiljö. Vikten av att känna sig trygg i sitt hem genom att det är anpassat efter de behov den äldre har. Vikten av att kunna vistas i sin absoluta närmiljö lyfts också fram. Och slutligen, gemenskap, att ha någon att samtala, samspråka och samspela med. Det är just detta som skulle kunna gå att stävja med rätt boendeformer menar Gösta. Han tar även upp mötesplatsen Träffpunkten Allén som ett gott exempel på en verksamhet som fungerar väldigt bra. SPR i Sundbyberg skulle vilja se denna typ av verksamhet även mer lokalt placerade i bostadsområdena så att det blir lättare för äldre att ta sig dit.

Gösta beskriver hur affärer och banker har försvunnit från Sundbybergs centrala delar och att det är färre personer som rör sig i centrumområdet. Affärer har fått lägga ner och det finns ingen bank kvar. Det är framförallt äldre som har behov att rent fysiskt kunna besöka sin bank för att utföra bankärenden som drabbas av detta. Många klarar inte av datorer och har därför heller inte internetbank. På detta sätt blir det allt svårare för de äldre att klara sig själva och pensionärernas behov av hjälp utifrån ökar. På samma sätt blir det när lokala matbutiker försvinner, det försvårar avsevärt för äldre att på egen hand kunna handla mat. Antingen behöver de istället använda sig av kollektiva färdmedel, cykel eller egen bil, eller så blir de tvungna att få hjälp från närstående eller hemtjänst. Detta i sig gör att äldre stannar hemma istället för att uträtta ett ärende på egen hand.

Vi har intervjuat enhetschefen på äldreförvaltningen om frågor som handlar om tillgänglighet och trygghet för äldre i Sundbyberg. Hon är bland annat ansvarig för verksamheten Träffpunkten, ledsagarservice, nattpatrullen, Fixarmaltetjänsten (en avlönad pensionär som kommer hem till en annan pensionär som behöver praktisk hjälp i hemmet, till exempel att sätta upp gardiner eller sätta upp några krok) värdinnetjänsten, (de som arbetar som bovärdar på trygghetsboenden) och trygghetsringning (en frivillig funktion där pensionärer har en telefontjänst dit de rapporterar varje dag att det är bra med dem, om de inte rapporterar så kommer det att följas upp).

Vi talar om mötesplatser för äldre, vilka faktorer som gör att äldre i Sundbyberg kan känna sig trygga och tillgänglighetsaspekter. När det gäller den fysiska miljön så anser hon att många äldre känner oro för att ramla vid gatuarbeten eller avspärrningar i samband med förändringar i gaturummet. Det mest problematiska för äldre anser hon vara när det blir temporära lösningar vilket kan överraska de äldre. Även då det är många funktioner på samma ställe i gaturummet så kan det bli svårt för en del av de äldre att förstå var de ska gå. Med många funktioner menar hon att det exempelvis är övergångsställe, cykelbana, gångbana, busshållplats och kanske något vägarbete på liten yta. Det som skulle kunna underlätta för de äldre är att så tydlig information som möjligt ges om detta. Dels på plats så att man förstår var man ska gå och stå men också att kommunen informerar på sin hemsida. Det finns en del av de äldre som använder datorer och det är något som de också arbetar aktivt med på Träffpunkten att lära sig hantera, just för att de inte ska känna sig utanför samhället. Bland annat har de har kurser i datorkunskap som rullar på under hela året.

När det kommer till trygghet och den psykosociala miljön så är gemenskap i form av gemensamma aktiviteter, pratstunder och att erbjuda en meningsfull vardag tillsammans med andra de främsta syftena med arbetet med äldre. Enhetschefens arbete med äldre och äldre frågor handlar därför i första hand om trygghet, säkerhet och gemenskap. Dessa tre beståndsdelar går sedan som en röd tråd i all den verksamhet som enhetschefen driver.

Vi har även talat med en person på Ledning och utförarenheten inom Sundbybergs Äldreförvaltning. Han har hand om olika lokaler som hänger ihop med verksamhet för äldre, exempelvis lokaler för hemtjänst och olika träffpunkter. Hans uppdrag är att verka för goda bostäder till äldre enligt Socialtjänstlagen. Inom ramen för hand arbete görs det behovsprognoser för äldres behov av boende. Man har sett att det behövs ett äldreboende i Ör vilket resulterat i att det också kommer att byggas ett sådant. Tanken är också att sprida ut äldreboenden i så många stadsdelar som möjligt. För Sundbybergs stads kärna finns det i dagsläget inga planer på att bygga vare sig ett äldreboende eller ett mellanboende. En skillnad på mellanboende och äldreboende att det krävs en biståndsbedömning av kommunen för att få en plats på ett äldreboende. Mellanboende tillhandahåller ingen vård eller omsorg men det finns gemensamhetslokaler för de äldre. Vidare kommer det boendevärdar tillhandahållas av kommunen några timmar per dag i syfte att fånga upp om vårdinsats eller annat behov finns hos de äldre. I vissa fall kan även kommunen bistå med någon aktivitet.

7 Sammanfattande reflektioner

Nedan presenteras sammanfattade reflektioner baserade på resultatet från rapporten

7.1 Barn- och ungdomar

Närhet till grönska och grönområdets och dess positiva inverkan på barn finns det mycket forskning om, en del är redovisad i denna rapport, se under rubrik 3:6. Sundbybergs planer på att förtäta stadskärnan kommer

innebära att dagens grönyta per person i centrala Sundbyberg riskerar att minska om inte aktiva insatser sätts in för att bevara de befintliga grönytor samt utveckla nya.

Ett annat viktigt område att utveckla mötesplatser för ungdomar. Många gånger används de offentliga rummen till sådana platser. Dessa platser behövs då de fungerar som arenor för ungdomar att mötas, synas eller bli sedda på. Därför är det viktigt att skapa förutsättningar för att dessa mötesplatser blir så trygga och säkra som möjligt.

På frågan i fråge listan svarade de allra flesta, både barn och ungdomar att de kände sig trygga i sitt område. Vid uppföljande intervjuer framgick det däremot att de var rädda och kände sig otrygga på olika sätt. Tolkning av denna diskrepans är att barnen och ungdomarna vi talade med och ställde frågor till, tillsammans med sina föräldrar, anpassar sina rörelsemönster så att de i så stor utsträckning som möjligt undviker vissa platser, stråk och färdmedel i syfte att minska känslan av rädsla och oro. På så sätt skapar de en relativt trygg tillvaro som de känner att de har kontroll över och kan hantera. Vissa otrygga ställen är svåra att undvika då de sammanfaller med skola eller för dem attraktiva målpunkter. Det som framkommer är att det först och främst är fulla eller på annat sätt påverkade människor som skrämmer barn och ungdomar. Mörker i sig skrämmer liksom platser som är tomma på folk. En annan orsak till rädsla är platser där de intervjuade känner att de inte har överblickbarhet och heller inte kan styra eller påverka situationen. Exempel på sådana platser är i tunnelbanan, på pendeltåget och när de ska passera en gångtunnel. En sista framträdande källa till oro förefaller vara upplevelsen av mycket trafik i Sundbyberg.

Den känsla av otrygghet som beskrivs i texten ovan och rädslan för det som man egentligen inte har personlig erfarenhet av visar på vikten av att planera och bygga så att olika typer av verksamheter och service sprids ut till de olika stadsdelarna. Det kan resultera i att handlings- och rörelsemönster förändras och vidgas då nya perspektiv och erfarenheter tillkommer i samband med att man tar sig till nya platser. Det har vi exempelvis sett i Hallonbergen där det finns ett Kulturcentrum. Där utövar flera barn och ungdomar sina intressen och dit går även äldre för att fika eller se en föreställning, även om de inte bor i den stadsdelen. En viktig iakttagelse i sammanhanget är att de som har aktivitet eller på annat sätt besöker kulturhuset, eller de som bor i Hallonbergen inte har framfört att de är rädda för att vistas i området.

7.2 Äldre

Majoriteten känner sig trygga att röra sig i sitt närområde samt att åka kollektivt. Det är däremot många som trots detta inte rör sig utomhus kvällstid. Detta skulle kunna tyda på att en del personer indirekt känner sig mer otrygga på kvällen och anpassar sitt rörelsemönster därefter.

En viktig aspekt som flera av de äldre tar upp är avståndet mellan bostaden och affärer. De äldre är förhållandevis nöjda med det utbud som finns men trenden går mot köpcentrum i form av gallerior och stora handelsplatser utanför bostadsområden. Handel via Internet ökar stort, vilket är sämre utifrån ett äldreperspektiv.

Att många äldre frekvent besöker grönområden i närområdet tyder på att det är en viktig aspekt i deras vardagsliv. Tillgång till grönområden är även en viktig aspekt för hälsa och välmående generellt. Många upplever dock en oro kring att många grönområden har försvunnit och att fler kan komma att försvinna vid förtätning.

Trafiksituationen upplevs av många som ett oro- och irritationsmoment i centrala delen av Sundbyberg, detta främst vid rusningstrafik. Vid dessa tider råder det ofta en konflikt mellan cykel- och gångtrafikanter på

gemensamma ytor där det bildas trängsel och incidenter kan då lätt uppstå. Trånga gång- och cykelbanor påverkar de äldres rörelsemönster eftersom det skapar en upplevelse av stress då vissa äldre känner sig långsamma och att de är i vägen.

Halka, kuperade område, bristande belysning och att man inte får sittplats på bussen är exempel på aspekter som begränsar och påverkar de äldres rörelsemönster på olika sätt. Därför är det viktigt att även skapa handlingsplaner för en stadskärna som är säker, trygg och lättillgänglig för äldre redan tidigt i planprocessen.

Möjligheten att kunna bo kvar i närområdet även om man har ett utökat vårdbehov samt behov av tillgänglighetsanpassning anses viktigt. Trygghetsboende kom upp som ett exempel som både tillgodoser äldres behov gällande tillgänglighetsanpassning samt sociala behov. I den framtida planeringen är det därför viktigt att se över bostadssituationen och se till att det finns ett tillräckligt utbud av bostäder som är anpassade efter äldres behov.

8 Rekommendationer och åtgärdsförslag för barn, ungdomar och äldre

Nedan presenteras förslag och rekommendationer som är viktiga i det fortsatta arbetet med att planera för en stadskärna som är anpassad för såväl barn som äldre.

Det finns faktorer som ligger utanför den kommunala planeringen som kan påverka tillgänglighet och trygghet, exempelvis kriminalitet och säkerhetsfrågor i tunnelbanan. Dessa faktorer ryms delvis inom andra nivåer i samhället och kommer därför inte behandlas i åtgärdsförslagen.

8.1.1 Färdmedel och trafik

- Separera cykeltrafik från biltrafik
- Om gång- och cykelbanan är kombinerad, dela upp banan i en gång- respektive cykelfil, samt tydligt markera detta
- Ha signalreglerade övergångsställen vid mycket trafikerade vägar för ökad trafiksäkerhet
- Arbeta för att minska biltrafiken generellt och främja kollektivtrafik, gång och cykling samt se till att tryggheten och säkerheten är god för dessa färd sätt
- Se över trafiksituationen på Järnvägsgatan som delvis upplevs problematisk
- Säkerställ att tiden vid trafikljus är tillräcklig så att äldre hinner passera innan det slår om till rött
- Upprätta en busshållplats för närbussen utanför Träffpunkten Allén på Vasagatan 9

8.1.2 Trygghet och tillgänglighet

- Se till att det finns offentliga toaletter i Sundbybergs centrum
- Se till att belysningen lyser upp större ytor än där man vanligtvis rör sig
- Se till att belysningen anläggs ur barnens perspektiv exempelvis med tanke på deras längd och rörelsemönster. Se Figur 3 för barns rörelsemönster
- Se till att gångbanor är tillräckligt breda för att rymma rullatorer, rullstolar och barnvagnar samt att det finns utrymme för möte mellan dessa
- Erbjud räckan och sittplatser vid backiga partier
- Se till att det finns trygghetsboenden och andra lämpliga boendeformer för äldre till en rimlig kostnad och med möjlighet till samvaro med andra boende

- Se till att nedförsbackar är så plana som möjligt i syfte att underlätta för äldre som har svårt att gå och för personer med rullatorer eller rullstolar

8.1.3 Byggskede/ombyggnationer

- Inrätta tillfällig och tydlig skyltning vid ombyggnationer för att säkerställa orienterbarheten både för gång- och cykeltrafikanter
- Integrera barn och äldres behov så tidigt som möjligt i planeringsprocessen i syfte att säkerställa att deras behov tas till vara
- Gå ut med tydlig information om kommande byggnationer och ombyggnationer på exempelvis kommunens hemsida, hem i brevlådan och i lokaltidningar
- Sätta upp tydlig information vid ombyggnationer om vad som händer och hur länge det väntas pågå

8.1.4 Mötesplatser, aktiviteter, service, handel och grönytor

- Verka för åldersintegrerade mötesplatser
- Skapa fler mötesplatser för ungdomar
- Förstärk den tätortsnära naturens ställning i planeringen av Sundbybergs stads kärna genom att bevara befintliga grönytor och att utveckla nya grönområden
- Bevara grönytor i närområdet till förskolor för plats för lek, spontanidrott och samvaro
- Fortsätta bedriva Träffpunkten Allén då det är en välbesökt och populär mötesplats för äldre
- Bygg bostäder med lokaler i bottenvåningen så att det ges möjlighet till närbutiker
- Planera sittplatser utomhus som gör det möjligt att umgås – ”enmanssitsar gör det svårt att kommunicera”
- Se till att service, mötesplatser, aktivitetslokaler, idrottshallar, kulturhus, kulturcentrum, parker och lekpark sprids ut i kommunen
- Planera bostäder för äldre där det finns gemensamma lokaler för social samvaro
- Planera bostäder för äldre så att de är anpassade efter deras behov

8.1.5 Drift och underhåll

- Se till att trasig utebelysning lagas direkt
- Säkerställa att det finns ett regelbundet underhåll på rulltrappor och hissar för att garantera tillgängligheten för personer med funktionshinder och barnvagnar
- Prioritera snöröjning på gångstråk kopplade till äldres målpunkter (se avsnitt 6.1)
- Se till att det finns tillräckligt med papperskorgar för att hålla området fritt från skräp

8.1.6 Övrigt

- Se över att alkoholtillstånden sköts av innehavaren så att gäster på uteserveringar eller rökande personer inte besvärar förbipasserande

9 Referenser

- Almqvist, R. & Lundqvist, C. 2016. *Inventering och analys av Grönområden i Sundbybergs stad*. Sundbybergs stad.
- Boverket, 2015. *Tillgänglighet*. Tillgänglig: <https://www.boverket.se/Tillganglighet/>, (Hämtad 2017-12-08).
- Boverket, 2016. *Enkelt avhjälpta hinder*. Tillgänglig: <http://www.boverket.se/sv/PBL-kunskapsbanken/Lov--byggande/tillsyn/exempel-pa-tillsynsomraden/enkelt-avhjalpta-hinder/>. (Hämtad 2017-12-11).
- Boverket, 2017. *Riksdagens miljö kvalitetsmål, Miljömål 15*. Tillgängligt: <http://www.boverket.se/sv/samhallsplanering/sa-planeras-sverige/nationella-mal-for-planering/miljomalsarbete/god-bebyggd-miljo/>. (Hämtad 2017-12-14).
- Hälsöfrämjandet, 2011. *Frisk i naturen*. Naturvårdsverket, 2014.
- SCB, 2016. Statistikdatabasen: *Folkmängden efter region, civilstånd, ålder och kön. År 1968 – 2016*. Hämtad 2017-12-11.
- Skog & forskning, 2003. *I naturen sjunker blodtrycket*, Skog & forskning, nr 2.
- Sundbybergs stad, 2013. *Sundbybergs stads översiktsplan*.
- Sundbybergs stad, 2015. *Planprogram för Sundbybergs nya stadskärna Samrådsförslag*.
- Sundbybergs stad, 2017. *Parker och grönområden i Sundbyberg*.
- Tummesson, M. & Larsson, T. 2005. *Vägledning för barnkonsekvensanalys i vägplaneringen*. Vägverket 2005:37.
- World Health Organization, 2017. *Global Age-friendly Cities: A guide*.

Bilaga 1

Sammanställning av intervjuade personer i studien.

Intervjupersoner samt barn och ungdomar som besvarat frågor

- Förskolechef för samtliga förskolor där frågor har delats ut, kvinna- intervju
- Två gruppintervjuer med sex barn i varje grupp, totalt 12 barn mellan 10-11 år, varav sex flickor och sex pojkar. Intervju gjord på Lilla Alby skola
- Två gruppintervjuer med sex barn i varje grupp, totalt 12 barn mellan 12 ungdomar mellan 14-15 år varav sex flickor och sex pojkar. Intervju gjord på Ängskolan.
- 32 föräldrar till barn på ovannämnda förskolor-frågelista som delades ut via förskolechefen
- Totalt 39 ungdomar har besvarat frågor-frågelista som delades ut via klassläraren
- Totalt 45 barn har besvarat fråga-frågelista som delades ut via klassläraren

Intervjupersoner äldre

- Kvinna, 62 år
- Kvinna, 69 år
- Kvinna, 70 år
- Kvinna, 71 år
- Man, 71 år
- Kvinna, 72 år
- Kvinna, 72 år
- Man, 75 år
- Kvinna, 78 år
- Man, 78 år
- Kvinna, 80 år
- Kvinna, 83 år
- Kvinna, 85 år
- Kvinna, 90 år

Intervjupersoner äldre – övriga

- Enhetschef på äldreförvaltningen
- Styrelseledamot på PRO Sundbyberg
- Representant för SPF (Sveriges pensionärsförening)
- Projektledare på Ledning och utförarenheten inom Sundbybergs Äldreförvaltning

Bilaga 2

Önskemål från barn, ungdomar, förskolepedagoger och föräldrar

- Bredare trottoarer med cykelbanor för att minska risken att bli påkörd
- Fina parker och gågata
- Inte för små gångbanor
- Fler gatlamppor
- Övervakningskameror.
- Någon att prata med i tunnelbanan på kvällen
- "Sluta bygg hela tiden överallt"
- Fler mötesplatser att hänga på
- Förlägg förskolor långt från trafik
- Gör ett övergångsställe vid Sundbybergs kyrka
- Sätt upp fler fartkameror
- Bygg inte fler gallerior, det dödar folklivet
- Bygg attraktiva lekplatser och se till att det är bra belysning

Önskemål från äldre

- Göra Sundbybergs torg till en grön oas
- Fler och mer lättillgängliga grönområden
- Mötesplatser som passar alla åldrar för att göra det mer åldersintegrerat
- Mer sittmöjligheter utrustade med armstöd
- Fler papperskorgar
- Fler offentliga toaletter, gärna i anslutning till kollektivtrafiken
- Räcke längs backiga gator
- Fler och förbättrade cykelvägar – och undvika att belägga dessa i kuperade områden
- Fler cykelställ
- Byta ut trasiga lampor snabbt – kanske något nattvandrarerna kan rapportera
- "Släta ut" gator som lutar
- Fler trafikljus längs Järnvägsgatan
- Busshållplatser lokaliserade vid relevanta målpunkter för äldre
- Inte bygga för höga hus för att undvika att motverka ljusinsläpp
- Kommunen ska sälja marken billigare till byggherrar som planerar för hyresrätter
- Se till att nybyggnation ämnade för äldre byggs likadant oavsett nivå på service. På så sätt blir det lättare för den äldre om hans behov förändras och hen behöver flytta till annat men då förhoppningsvis likadant boende
- Bygga boende för äldre och förskola nära så att de kan samverka på olika sätt

Bilaga 3

Frågor som har besvarats av 32 föräldrar på förskolorna Ekorren, Viggen och Hagabergsgården i centrala Sundbyberg.

1. Med vilka färdmedel hämtar och lämnar du ditt/dina barn och vilken/vilka adresser bor barnen på?
2. Vad styr dina val av färdmedel?
3. Är det några särskilda stråk eller platser ni rör er på eller besöker ofta och hur tar ni er dit?
4. Påverkar barriärer som exempelvis järnvägar eller trafikerade vägar var och hur ni rör er i området?
5. Vilka platser tycker barnen om att besöka?
6. Finns det problematiska eller otrygga platser eller områden ni undviker att besöka?
7. Finns det andra platser i området som upplevs otrygga? Vad gör att platsen känns otrygg?
8. Hur upplever du trafiksituationen runt förskolan?
9. Förslag och övriga faktorer som är viktiga att tänka på för samhällsplanerare?

Bilaga 4

Frågor som har besvarats av åtta förskollärare på förskolorna Ekorren, Viggen och Hagabergsgården.

1. Till vilka områden färdas ni inom ramen för den pedagogiska verksamheten? Vilka är de viktigaste målpunkterna?
2. Är det några särskilda stråk ni rör er på ofta?
3. Hur ofta händer det att ni gör utflykter utanför den egna förskolegården? Vilka färdmedel använder ni då och varför?
4. Mellan vilka tider görs oftast utflykterna?
5. Påverkar barriärer som exempelvis järnvägar eller trafikerade vägar var och hur ni rör er med barngruppen?
6. Mellan vilka tider lämnas och hämtas barnen generellt på förskolorna?
7. Hur lämnas och hämtas barnen?
8. Är det något slags utflyktsmål du tycker saknas eller är för långt bort för att ni ska kunna ta er dit med barnen?
9. Vilka platser gillar barnen mest att besöka?
10. Finns det problematiska eller otrygga platser ni undviker att besöka?
11. Finns det andra platser i området som upplevs otrygga?
12. Hur upplever du trafiksituationen runt förskolan?
13. Och generellt i området? Några hinder eller farliga övergångar?
14. Är det något som du saknar i området som skulle tillföra er verksamhet mycket?

Bilaga 5

Kartinstruktion och frågor till barn 10-11 år i Lilla Alby skola.

1. Visa på kartan var du bor, grön färg. Bor du utanför kartan skriv det nedan.
2. Fyll i var din skola ligger, blå färg. Fyll i din väg till skolan, blå färg.
3. Om du åker kollektivt beskriv nedan från vilken station till vilken station och varför du väljer just det färdmedlet.
4. Utövar du någon aktivitet, exempelvis gitarr, dans, fotboll eller annat? Vilken aktivitet?
5. Fyll i var du gör den aktiviteten och visa med orange färg var den ligger och hur du tar dig dit.
6. Om du åker med kollektivtrafik så beskriv hur.
7. Finns det platser i Sundbyberg som du besöker ofta? Kan vara köpcenter, parker, badplatser, fotbollsplaner eller andra platser.
8. Visa på kartan var de platserna är. Rosa färg. Beskriv nedan vad du gör där.
9. Finns det platser som du undviker eller tycker är obehagliga? Visa med svart färg vilka det är. Skriv nedan varför du undviker dem och/eller tycker de är obehagliga.

FRÅGOR (SKRIV SVARET UNDER FRÅGAN OCH ELLER PÅ BAKSIDAN AV PAPPERET)

1. Hur gammal är du? Är du flicka eller pojke? Vilken gata bor du på?
2. När du ska ta dig utanför Sundbyberg. Med vilka färdmedel tar du dig från ditt hem?
3. Känner du dig trygg när du färdas mellan olika områden och destination, ex mellan hemmet och skolan?
4. Finns det andra platser än de du har markerat i kartan som känns osköna och otrygga?

5. Vad gör att platsen känns oskön och otrygg?
6. Upplever du att vissa färdmedel är tryggare eller på annat sätt är bättre än andra? I så fall vilka och varför? (Text om du föredrar buss framför något annat kvällstid eller tvärbanan i stället för tunnelbana.)
7. Påverkar tid på dygnet dina val av transportmedel och hur du rör dig i Sundbyberg?
På vilket sätt?
8. Finns det områden i eller i närheten av Sundbyberg som du inte tar dig till alls eller sällan på grund av att det finns barriärer i vägen? (Exempelvis stora vägar eller järnvägar eller dålig kollektivtrafik.)
9. Förslag och övrigt som du tycker är viktiga att tänka på för oss som planerar det framtida samhället?
10. Var handlar du kläder?
11. Vart går du när du är sjuk
12. Var handlar du kläder och liknande?

Frågor till Äldreförvaltningen-tjänstemän

1. Hur arbetar ni med tillgänglighet och trygghetsfrågor för äldre på kommunen?
2. På vilket sätt?
3. Hur arbetar ni för att påverka hyresnivåer?
4. Är det något som du upplever som problematiskt i arbetet med äldre frågor?
5. Hur upplever du tillgängligheten i stads kärnan för äldre?
6. Vilka behov ser du att äldre har men som inte tillfredsställs?
7. Hur upplever du tryggheten för äldre i centrala Sundbyberg?
8. Vad anser du är viktigast att tänka på när man planerar för den fysiska miljön ur ett äldre perspektiv?
9. Hur inkluderas äldre i planeringen av förändringar i den fysiska miljön?

10. Förslag på andra faktorer som är viktiga att tänka i planering för att gynna tillgängligheten och öka tryggheten för äldre?

11. Sker ett samarbete mellan olika förvaltningar gällande planeringsfrågor som rör äldre? Hur ser samarbetet i sådana fall ut?