



Planera för frisk luft för våra förskole- och skolbarn

Barn tillbringar mycket tid i förskolan och skolan. Skolornas placering och gårdarnas utformning spelar därför stor roll för barns hälsa. En välplanerad gård och omgivning kan skydda barn från luftföroreningar, buller, UV-ljus och värme, men även främja rörelse och lärande.

Luftkvaliteten påverkas av skolornas placering

Barn behöver tillgång till hälsofrämjande utemiljöer där de kan röra sig fritt och andas frisk luft. Sverige har internationellt sett låga halter av luftföroreningar, men det är ändå vanligt att förskolor och skolor ligger i områden med luftföroreningshalter över WHO:s hälsobaserade riktvärden. Många skolor och förskolor ligger nära vägar och motorvägar, eller inne i städer med trafikerade gator. Det påverkar luftkvaliteten både utmed skolvägen, på skolgården och inne i skolan.

Exponering för luftföroreningar kan försämra barns lungfunktion samt öka risken för att barn får astma och luftvägsinfektioner, och att symtomen blir värre. Höga luftföroreningshalter ökar också risken för mer långsiktiga hälsoeffekter, såsom hjärt- och kärlsjukdomar, cancer och kognitiv påverkan.

Skol- och lekgator främjar barns hälsa

En medveten fysisk planering kan minska hur mycket luftföroreningar som barn exponeras för. Förskolor och skolor med goda förutsättningar att gå eller cykla dit och hem, istället för att åka bil, har även betydelse för barns fysiska aktivitet. Exempelvis kan gator vid skolor göras bilfria för att skapa ytor för barnens lek och rörelse. Det bidrar till bättre luftkvalitet och mindre trafikbuller i skolors närmiljö. Det skapar hälsofrämjande och säkrare miljöer.

Det finns exempel från Malmö där man infört skolgator, särskilt i områden där trafiken är tät och barn går till skolan. Även Göteborg har infört lekgator för att minska biltrafik och skapa ytor till barnen för lek och aktivitet.



I Sverige och övriga Europa finns fler inspirerande exempel på hälsofrämjande åtgärder i samhällsplaneringen som kan minska hur mycket luftföroreningar som barn exponeras för såsom miljözoner och bilfria zoner, ”superblocks”, 15-minutersstaden och olika mobilitetstjänster. Syftet är ofta att minska människors beroende av bil och förbättra luftkvaliteten, men de leder även till mindre buller, mindre risk för värmeöar, mer utrymme för grönska, minskad klimatpåverkan och mer tillgång till offentliga mötesplatser.

Superblocks och 15-minutersstaden

Superblocks är stadskvarter där biltrafiken strikt regleras och fler grönområden prioriteras för att skapa mer utrymme för fotgängare och cyklister. 15-minutersstaden är stadsdelar där invånarna kan nå sina dagliga behov inom 15 minuters gång- eller cykelavstånd. Det minskade bilberoendet förbättrar både luftkvaliteten och resulterar i en mer hållbar och levande stad med minskad trafik, förbättrad livsmiljö och möjlighet för fysisk aktivitet.

Grönare utemiljöer för frisk luft

Förskolor och skolor bör placeras i närheten av grönområden och så långt bort från trafiken som möjligt. Man bör även integrera grönska i utformningen av skol- och förskolemiljöer, för att långsiktigt främja hållbarhet och hälsa.

Grönska på förskole- och skolgårdar bidrar till bättre luftkvalitet och kan minska risken för att barn utsätts för skadlig exponering av luftföroreningar, både utomhus och inomhus. Vegetationen kan fungera som en barriär och förhindra förorenad luft men den kan också minska halter av luftföroreningar genom att binda partiklar och kvävedioxid.

Grönska i förskole- och skolmiljöer har även flera andra positiva effekter på barns hälsa. Till exempel minskar exponeringen för skadlig UV-strålning och risken för höga temperaturer i klassrummen. Vidare kan vegetation sänka bullernivåer både inne och ute.

Ojämlig exponering

Miljöhälsoenkäten från 2021 visar att det finns ojämlikheter i både exponering för olika miljöfaktorer och tillgång till hälsofrämjande miljöer. Barn till vårdnadshavare som endast har grundskoleutbildning eller är utrikes födda bor exempelvis oftare i bostäder med fönster mot en trafikerad gata, och de vistas längre tid i trafiken. Detta kan innebära en högre exponering för hälsoskadliga luftföroreningar och buller. De har även sämre tillgång till grönområden i sin boendemiljö jämfört med barn till vårdnadshavare som har högre utbildning eller är inrikes födda.

Satsa på barns miljöer för jämlik hälsa

Socioekonomiska faktorer kan ha betydelse både för hur mycket man exponeras för luftföroreningar och för hur sårbar man är för påverkan. Familjer med sämre ekonomiska förutsättningar har också sämre möjligheter att flytta ifrån en ohälsosam miljö. Hälsofrämjande förskole- och skolmiljöer har därför en viktig kompensatorisk funktion för att minska sjukdomsburden bland barn. Gårdarna är viktiga för lek och rörelse även på fritiden och kan minska skillnader i barns förutsättningar för hälsa och lärande.

Genom att skapa stimulerande gröna miljöer som främjar frisk luft, utevistelse och fysisk aktivitet, främjas även kognitiv utveckling och psykisk hälsa. Hälsofrämjande utemiljöer för barn kan i ett längre perspektiv gynna hela befolkningens hälsa och välbefinnande.

Läs mer

Här finns mer information om hur man kan planera och utforma förskole- och skolmiljöer för barns välmående:

[Friskare luft ger friskare barn – Kunskapssammanställning om betydelsen av god luftkvalitet i förskole- och skolmiljö](#)

[Friskare luft ger friskare barn - Faktablad](#)

[Lagom sol och mer grönska – Utemiljöer i förskola och grundskola som främjar barns hälsa](#)

[Gröna miljöer för barns jämlika hälsa – Faktablad](#)

[Grönskans kvaliteter och barns hälsa](#)

[Miljöhälso rapport 2021 – Barns miljörelaterade hälsa](#)

[Barns miljörelaterade hälsa är ojämlik - Faktablad](#)



**Co-funded by
the European Union**



JA PreventNCD
Joint Action Prevent Non-Communicable Diseases