

GENERATION PEP

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2020



GENERATION PEP

I SIFFROR 2020

28%

AV BEFOLKNINGEN
VET VILKA VI ÄR
(ÖKNING FRÅN 21% 2019)

470

ORGANISATIONER/
FÖRETAG I VÅRT
NÄTVERK

663

OMNÄMNINGAR
I REDAKTIONELL
MEDIA

30 000

FÖLJARE PÅ FACEBOOK

1800

SKOLOR REGISTRERADE
I PEP SKOLA

VISION

ALLA BARN OCH UNGDOMAR I SVERIGE SKA HA MÖJLIGHETEN
OCH VILJAN ATT LEVA ETT AKTIVT OCH HÄLSOSAMT LIV.





PANDEMIN HAR INTE STOPPAT OSS

År 2020 kommer för de allra flesta av oss kanske gå till historien som ett av de mest omtumlande åren i modern historia. Hela världen har drabbats, människor har lidit och anhöriga har tagits ifrån oss för tidigt. Vi har även varit många som fått ställa in och ställa om våra verksamheter. Vi vet att vi efter den här pandemin kommer behöva jobba än hårdare för våra barns hälsa, detta då fler barn och unga nu varit inaktiva under pandemin än innan. Detta ansvar ligger på hela samhället och vi på Generation Pep kommer göra vår del.

Vi på Generation Pep har fortsatt att bedriva vårt viktiga arbete med att lyfta barn och ungas fysiska hälsa högt upp på agendan, och trots pandemin har vi kunnat genomföra en rad olika projekt under året. Vi har dels haft möjligheten att träffa beslutsfattare från olika delar av landet och årets Pep Forum samlade över 1300 personer, vilket är rekord.

År 2020 var också året då vi förbättrade vårt stöd till skolor genom att nu möjliggöra för skolor att

kunna bli certifierade Generation Pep Skolor, och vi satte även igång ett pilotprojekt för att kunna arbeta med förskolor. Att jobba med både förskola och skola som arena ser vi som mycket viktigt då vi där har möjlighet att nå ut till alla barn i Sverige.

Under året som gått har vi på Generation Pep fått möta en rad eldsjälar runt om i vårt land, mestadels digitalt, och dessa möten ger oss hopp om att vi även efter den här pandemin kommer vara många som kommer arbeta aktivt för att ge alla barn och unga i Sverige möjligheten och viljan att leva ett aktivt och hälsosamt liv. För det är ju tillsammans som vi är som allra starkast.

Carolina Klüft,
verksamhetschef Generation Pep

OM GENERATION PEP

Generation Pep är en icke vinstdrivande organisation som grundades i juli 2016. Initiativtagare är Kronprinsessparet och bakom Generation Pep står ledande svenska företag, stiftelser och ideella organisationer. Juridisk person är Kronprinsessparets Stiftelse vars styrelse består av H.K.H. Kronprinsessan, H.K.H. Prins Daniel, Elin Annwall, Karl-Johan Persson, Johan Skarborg, Fredrik Wersäll och Jan Lindman. Denna styrelse har i sin tur utsett en styrgrupp för Generation Pep.

FOUNDING PARTNERS

Kronprinsessparets Stiftelse, CS Stiftelse för Nästa Generation, Familjen Erling Perssons Stiftelse, ICA Stiftelsen, Stiftelsen Marcus och Amalia Wallenbergs Minnesfond, Carl Bennet AB, IKEA, Telia.

STYRGRUPP

H.K.H. Kronprinsessan, H.K.H. Prins Daniel, Elin Annwall, Oscar Boldt-Christmas Eva Carlheim, Cecilia Lundin, Cristina Stenbeck, Per Strömberg, Carl Johan Sundberg

GENERATION PEP

Medarbetare: Carolina Klüft, verksamhetschef. Elin Annwall, verksamhetschef Kronprinsessparets stiftelse. Emma Blomdahl Wahlberg, kommunikationsansvarig. Mattias Svensson, projektledare Fritid., Kajsa Djupfeldt, Digital & grafisk kommunikatör. Sara Westberg, projektledare Hälsosam start i livet. Oskar Sewerin, Eventansvarig Malin J-son Höök, projektledare Kunskap & Fakta. Marie Harding, Projektledare Skola. Niklas Ek, projektledare Folkrörelse.

INITIATIVKOMMITTÉ

Initiativkommittén säkerställer att alla genomförda initiativ möter Generation Peps kriterier

för förväntad effekt, intresse hos målgruppen, mätbara resultat och att de bidrar till bredd och mångfald. Först efter att ett initiativ godkänts av initiativkommittén och styrgruppen kan det antas. Ylva Trolle Lagerros, läkare och docent vid institutionen för medicin, Karolinska institutet. Örjan Ekblom, docent och Med Dr. i fysiologi med inriktning folkhälsa och fysisk aktivitet vid GIH. Magnus Lindwall, professor i psykologi med inriktning hälsopsykologi vid Göteborgs Universitet. Oscar Boldt-Christmas, partner McKinsey & Co med inriktning vård och hälsa.

UNGDOMSRÅD

Ungdomsrådet är ett expertråd av ungdomar som ska förse Generation Pep med förståelse och insikter kring barn och ungas egna upplevelser och tankar. Ungdomsrådet är helt enkelt ett sätt för oss att säkerställa att det vi gör tilltalar målgruppen. De unga som är representerade i ungdomsrådet kommer från olika delar av Stockholm, är i åldern 13 till 17 och har alla unika egenskaper som hjälper oss att förstå ungas vardag.

KUNSKAPSPARTNERS

Kunskapspartners bidrar med kunskap inom sina respektive expertområden och deltar i granskningen av initiativförfrågningar i initiativkommittén. Karolinska Institutet, Gymnastik- och Idrottshögskolan, Göteborgs Universitet, Folkhälsomyndigheten och Myndigheten för Delaktighet är Kunskapspartners.

PRO-BONO PARTNERS

Pro-bono partners bidrar med att stötta Generation Pep genom sina tjänster och kunskap i specifika sakområden. Forsman & Bodenfors, Mannheimer-Swartling, McKinsey&Company, AWA, Social Zense och Aller Media är Pro-bono partners.



HUR VI JOBBAR

Vi vill att hela samhället ska engagera sig för barn och ungas hälsa!

Generation Pep arbetar för att hela samhället ska engageras i barn och ungas hälsa. Forskning visar nämligen att en ensam aktör inte kan leda förändringsarbetet utan hela samhället måste agera. Därför har Generation Pep valt att rikta arbetet mot flera olika sektorer av samhället. Vi vill på allvar kunna skapa den förändring som behövs för att alla barn och ungas ska få möjlighet och ha viljan att leva ett aktivt och hälsosamt liv.

Vi jobbar inom följande områden

- Hälsosam start i livet
- Hälsosam skola
- Hälsosam fritid
- Hälsosamma val
- Hälsokunniga beslutsfattare
- Hälsoengagerad folkrörelse



Årets Highlights

VI SATSAR BRETT OCH FRAMÅT!

ALLA VILLE UPP OCH HOPPA!

Den 31 januari är numera också känd som "Upp och Hoppa-dagen". Dagen då Generation Pep aktiverar hela vårt nätverk av organisationer, företag, myndigheter, kommuner och skolor i vår årliga manifestationsdag för rörelse. År 2020 skedde detta i form av att vi utmanade vårt nätverk, och hela Sverige, i hur många jumping jacks de klarade av att göra på 31 sekunder. Kronprinsessfamiljen deltog, likväl en rad kändisar och även ministrar som Per Bolund och Anders Ygeman. Under en två veckors period hade vår kampanjfilm setts av 100 000 personer och kampanjens hashtag använts 636 gånger.

VI AKTIVERAR ÄVEN UNDER PANDEMITIDER

År 2020 var ett mycket speciellt år då många verksamheter ställdes in eller ställdes om. På Generation Pep förstod vi tidigt att de restriktioner som följde av coronapandemins utbrott

kunde få stora konsekvenser för barn och ungas fysiska aktivitet. Inte minst ökade denna oro när idrottsträningar började ställas in, och det fanns under våren en överhängande risk att skolor skulle komma att stängas. Redan tidigt under våren 2020 startade vi därför en dialog med en rad organisationer kring vad vi kunde göra för att öka möjligheten för barn och unga att vara aktiva även under påfrestande omständigheter.

En av de satsningar vi drog igång var det som kom att kallas för "Digifritids" ett digitalt fritids som på bara några veckor gick från idé till färdig hemsida. Arbetet gjorde vi tillsammans med Rädda Barnen som också har det största ansvaret för hemsidan. Hemsidan samlar så väl rörelseinspiration som böcker, spel och information om barns rättigheter, och allt är anpassat för barn i låg- och mellanstadieåldern. Sidan blev snabbt bidrog med innehåll.

Tillsammans med Fritidsbanken identifierade vi ett starkt behov av att komma ut mer för att möta barn och unga runt om i Sverige under sommar-månaderna då allt fler spenderade sommaren hemma. Detta blev starten till Fritidsbanken Pep Up, en mobil fritidsbank där barn och unga, och även vuxna, kan låna utrustning för att testa på olika fritidsaktiviteter. Totalt besöktes över 20 orter och över 60 000 fritidsartiklar lånades ut.

VI NÅR UT BRETT MED HJÄLP AV AMBASSADÖRER

Sedan 2019 har Generation Pep arbetat med hjälp av ambassadörer för att nå ut till en bredare målgrupp. De ambassadörer som varit del av Generation Pep under 2020 var;

Jiloan Hamad, Per Kasper, Jessica Almenäs, Anders Hansen, Mårten Nylén, Sarah Sjöström, Mustafa Mohammed, Annika Sjö, Fanny Ahlfors och Patrik Widell.

Vi har arbetat med ambassadörerna på olika sätt. Jiloan Hamad, Sarah Sjöström och Annika Sjö hade alla tre under sommaren varsin digital skola; i fotboll, simning och dans. Via digitala filmer med tips och trix för att bli bättre inom respektive gren kunde vi sprida rörelse till fler. Liknande upplägg gjorde vi även med Mustafa Mohammed som under hösten hade en digital löparskola. Alla dessa inslag var mycket uppskattade i våra digitala kanaler.

Med Mårten Nylén, Per Kasper, Fanny Ahlfors och Patrik Widell och vi under året publicerat olika rörelsepauser eller träningspass som enkelt kan göras hemma. Även detta har varit uppskattat och något som bidragit till att vi kunnat ha en större mängd rörligt material i våra kanaler.

Anders Hansen har under året dels haft filmer där han informerat om hur skärmar påverkar så väl vår hjärna som vår hälsa samt haft en film där han svarade på frågor som skickats in av våra följare. I slutet av 2020 hade vi också möjlighet att via Anders, förlaget Bonnier och företaget SCRIN erbjuda Anders bok "Hjärnstark Junior" till ett mycket förmånligt pris till landets skolor, och nästan 100 000 böcker beställdes på bara några månader.

VI SÄTTER SOCIALA MEDIER I RÖRELSE

Generation Pep arbetar framförallt med Facebook och Instagram som huvudplattformar

när det gäller sociala medier. På båda dessa plattformar har organisationen under år 2020 växt. När 2020 var sluta hade organisationen över 30 000 följare på Facebook (jmf 26 000 år 2019) och 18 000 följare på Instagram (jmf 14 000 år 2019). Vi har under året arbetat aktivt med en rad kampanjer för att lyfta så väl kostråd samt rörelseglädje. Bland annat i form av recept under parollen "Vägen till 500 gram" där vi delade enkla recept i filmformat på dagens måltider och hur man där kunde få in den rekommenderade mängden frukt, grönt och bär. Vi hade även en lyckad kampanj under höstlovet som hette Pep kilometern, där syftet var att alla skulle ta sig fram på ett aktivt sätt minst en kilometer om dagen.

TURNÉ FÖR ATT SAMLA IDÉER OCH PÅVERKA

I början av 2020 beslutade Generation Pep för att i högre utsträckning komma ut i landet. Det hela skedde i form av en turné, men med tanke på de restriktioner som inföll och fanns kvar även under hösten, blev omfattningen av besöken betydligt mindre än planerat. På inbjudan av respektive landshövdingar besökte vi fem regioner runt om i Sverige: Västerbotten, Gävleborg, Östergötland, Kalmar och Västra Götaland. På dessa platser anordnade vi workshops med ett femtiotal beslutsfattare från respektive region. Vi kombinerade även besöken med att träffa skolor och ideella organisationer som arbetar med barn och ungas fysiska hälsa.



Patrik Widell och Fanny Ahlfors, våra färskaste Pep-ambassadörer.



Hälsosam fritid

EN HÄLSOSAM FRITID FÖR ALLA BARN

På fritiden får barn och unga möjlighet att stärka sitt sociala sammanhang, men också få möjlighet till ökad rörelseglädje. Idag vet vi att barns möjlighet till en aktiv fritid påverkas av vårdnadshavarnas ekonomiska situation. På Generation Pep vill vi arbeta för att alla barn, oavsett var i landet de växer upp, vems ens föräldrar är eller vilket kön en har, ska ha möjlighet till en aktiv fritid.

Under 2020 hade vi möjligheten att tillsammans med Fabège och Solna Stad inviga den andra Pep Parken i Sverige, nämligen Pep Park Arenastaden i Solna. Den nya parken består bland annat av markmålningar med pixelgrafik och perspektiv som skapar lekfulla 3D-effekter och uppmuntrar till aktiviteter för besökare i alla åldrar.

Årets Peppare är ett pris instiftat av Generation Pep som går till en person, en organisation eller ett initiativ som med fokus på glädje och motivation fått många barn och unga i Sverige att röra

på sig. Arbetet med att hitta vinnaren startade under hösten 2020 och priset delades ut av H.K.H. Prins Daniel vid Idrottsgalan 2021. Pristagare var Bara Vanlig som anordnar löpargrupper för barn med funktionsvariation.

Barn har enligt barnkonventionen rätt till en meningsfull fritid, något som under 2020 blev allt viktigare att kämpa för i och med coronapandemin och de restriktioner som följde. Generation Pep arbetade på flera olika sätt för att öka barns möjlighet till en meningsfull och aktiv fritid, några av de exemplen var Digifritids och Pep Up som nämndes tidigare. Vi valde också att tillsammans med Fryshuset åka ut med Street Pep till flera orter. Street Pep är en mobil aktivitetsfestival där deltagarna får prova på en rad fysiska aktiviteter. Street Pep besökte under år 2020 bland annat Borlänge och områden runt Stockholm, för att utomhus kunna erbjuda barn och unga aktiviteter på ett coronasäkert sätt.

EN SKOLA SOM ARBETAR FÖR HELA ELEVENS BÄSTA



Generation Pep har sedan 2016 utvecklat stöd och verktyg med syfte att stötta skolor i arbetet med fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor som en naturlig del av skoldagen. Arbetet bidrar till en mer jämlik folkhälsa, och skapar bättre förutsättningar för lärande.

Under år 2020 lanserade Generation Pep möjligheten för skolor att bli certifierade Generation Pep Skolor inom det digitala kostnadsfria verktyget Generation Pep Skola, där skolor sedan 2018 kunnat registrera sig och få stöd i att förbättra sitt hälsoarbete. För att ytterligare

motivera, men också ge ökat stöd i skolornas arbete lanserades möjligheten till certifiering. Skolor som certifieras kommer att utses årligen och certifieringen sträcker sig över ett kalenderår, sedan måste skolan ansöka på nytt.

För andra året i rad korades vinnaren i White Guide Juniors kategori "Årets Pep Skola" en kategori där Generation Pep och White Guide Junior samarbetar och väljer ut en skola som aktivt arbetar med hälsosam kost och fysiska aktivitet som en del av hela skoldagen. Vinnaren år 2020 blev Aggarpsskolan i Svedala, som utöver utmärkelsen också vann ett besök av kändiskocken Tina Nordström och kit från Melliskockarna, som är ett samarbete mellan Ica Sverige och Generation Pep.



Under 2020 tog Generation Pep i samarbete med bokförlaget Ester Bonnier Fakta, författaren Maria Dufva och ett antal experter, fram en bok för barn i åldern ca 10-13 år som heter Värsta Bästa Hälsan. Boken utgavs i juli 2020 och under hösten 2020 var vi även delaktiga i att ta fram en kostnadsfri lärarhandledning kopplat till boken.

Hälsengagerad folkrörelse

EN FOLKRÖRELSE FÖR VÅR FOLKHÄLSA

Vår ambition är att aktivera en hälsengagerad folkrörelse med syfte att fånga upp, synliggöra och förena det engagemang som finns för alla barn och ungas rätt till ett hälsosamt liv. Vi vill ge alla som delar vår och som engagerar sig för att vi skall närma oss den, en gemensam plattform och identitet för att skapa samverkansmöjligheter och sammanhållning.

Inom vår plattform vill vi engagera aktörer från olika delar av samhället för att mötas och samverka kring vår fråga och genom vårt nätverk kunna finna inspiration, kunskap och potentiella

samarbetspartners. Vi kallar de som är del i vårt nätverk för "Peppare", då de genom sitt engagemang är med och sprider pepp för barn och ungas hälsa

Vi vill att nätverket skall vara en heterogen plattform med olika typer av organisationer, från olika delar av samhället och från olika delar av landet för att optimera förutsättningar för samverkan.

I slutet på 2020 var vi över 470 företag, ideella organisationer och offentliga verksamheter i nätverket.



Hälsokunniga beslutsfattare

PÅVERKAN OCH KUNSKAPS- SPRIDNING MED HÄLSA I FOKUS

Det finns idag stark evidens både för vad kroppen behöver få i sig och hur mycket den behöver röra på sig för att vi människor ska må bra. För att fatta rätt beslut behöver beslutsfattare vara välinformerade och besitta god kunskap inom området. Generation Pep vill verka för att sprida kunskap om hur hälso-läget ser ut för barn och unga idag, och därmed också verka för att sätta frågan om barn och ungas hälsa högre upp på agendan hos beslutsfattare och opinionsbildare.

I april 2020 släpptes Pep Rapporten för andra gången. Rapporten baseras på en vetenskaplig undersökning som kartlägger hälsovanor kopplade till mat och fysisk aktivitet hos barn och unga i Sverige. Syftet med undersökningen är att öka kunskapen om, och kunna följa utvecklingen av, barn och ungas hälsa. Bakom Pep Rapporten står Generation Pep och även Hjärt-Lungfonden är med och stöttar projektet.

I samband med att rapporten släpptes anordnade vi ett webinarium där bland annat Socialstyrelsens generaldirektör deltog.

Flera delar av Generation Peps arbete fick under 2020 ställas om mot bakgrund av Coronapandemin och efterföljande restriktioner. Pep Forum som varje höst samlar hundratals personer fick i år ske digitalt.

Vanligtvis deltar runt 800 personer, men i och med att vi detta år genomförde det digitalt var det över 1300 personer som deltog. Deltagarna representerade så väl offentlig sektor och näringsliv som ideell sektor, och fick under dagen ta emot inspiration och kunskap från föreläsarna. Under dagen närvarade även H.K.H. Kronprinsessan och H.K.H. Prins Daniel. Några av de talare som deltog under årets Pep Forum var Erik Hemmingsson, Sissela Nutley, Rangan Chaterjee och Annie Lööf.



GODA VANOR GRUNDLÄGGS TIDIGT

Våra levnadsvanor grundläggs tidigt i livet och ju äldre barnen blir desto svårare blir det att påverka och ändra vanor och beteenden. Därför vill vi sprida kunskap och skapa förutsättningar för att göra hälsosamma val bland de yngsta barnen och deras föräldrar. Inom verksamhetsområdet "En hälsosam start i livet" arbetar vi mot de aktörer som vill och kan påverka så många barn som möjligt, vilket gör bland annat barnhälsovården och förskolan till två mycket viktiga arenor. Här kan vi nå ut med kunskap till över 95 procent av Sveriges barn.

Under 2020 startade vi upp arbetet mot förskolor och familjedaghem, ett arbete vi kallar "Generation Pep Förskola". 13 förskolor fick under hösten 2020 möjlighet att vara en del av pilotprojektet och målet är att Pep Förskola ska lanseras brett under våren 2021. Inom Generation Pep Förskola vill vi samla kunskap, inspiration och konkreta verktyg på ett och samma ställe för att stötta förskolor i att jobba mer med fysisk aktivitet och hälsosam mat inom sin verksamhet.

För tredje året i rad delade vi ut Sagasagor-fiffiga kroppen och finurliga knoppen till 5 åringar på barnavårdscentraler över hela Sverige. Boken är mycket uppskattad och vi är glada över att vi hade möjlighet att dela ut den ytterligare ett år. Under år 2020 har Generation Pep tillsammans med Cancerfonden och en grupp av experter inom barnhälsovården även arbetat fram verktyg som under år 2021 kommer att testas på en rad barnhälsovårdscentraler runt om i landet. Verktygen är ett komplement till boken Sagasagor och fungerar som stöd i att samtala med föräldrar och barn om levnadsvanor i tidig ålder.



Hälsengagerad folkrörelse

GÖR DET ENKELT ATT VÄLJA HÄLSOSAMT

Mycket i samhället är designat för att förenkla vår vardag och ibland påverkar detta vår hälsa negativt. Många gånger är det situationen och miljön som gör att vi fattar ohälsosamma beslut. Det är därför viktigt att vi arbetar tillsammans med olika samhällsaktörer tex i livsmedelsbranschen, dagligvaruhandeln och restaurangnäringen för att påverka konsumenternas beslut i rätt riktning. Vi vill underlätta hälsosamma val i vardagen – i mataffären, i cafeterian och i andra beslutssituationer, det ska vara lätt att välja hälsosamt.

Studier visar att 17% av barns totala energiintag idag utgörs av godis, kakor, snacks och läsk, och detta vill vi ändra på. Tillsammans med ICA och Mat-Tina har vi därför under 2020 initierat Mellis-

kockarna, ett samarbete för bättre hälsa bland barn och ungdomar. Syftet med Melliskockarna är att barn ska lära sig vad som är ett bra mellanmål, genom att inspirera och visa hur varierade och roliga mellanmål kan vara. Hittills har drygt 4000 barn arbetat med materialet som tagits fram i form av recept-, pyssel- och målarbok i skolan och fler har tagit del av material och filmer online.

Generation Pep vill att hela branscher ska arbeta för att underlätta för hälsosamma val för konsumenten, allt ifrån livsmedelsbutiker och restauranger till hotell, nöjesparker och idrottsarenor. Detta arbete är något vi kommer prioriterakommande år.

STORT TACK TILL ALLA SOM BIDRAR TILL VÅRT ARBETE!

VILL DU VETA MER OCH ENGAGERA DIG?

För att uppnå Generation Peps vision behöver vi bli ännu fler. Vår målsättning är att engagera hela samhället – från lokala eldsjälar till företag och organisationer.

www.generationpep.se
Facebook: Generation Pep
Instagram: @gen.pep
LinkedIn: Generation Pep



Fotografer: Benjamin Hailemariam, Matteus Eurell, Bildbyrån, Maria Östlin.