

Jämlika liv 20

Hur mår Umeå kommuns invånare?



Förord

Umeå kommun vill främja arbetet med en god, jämställd och jämlik hälsa hos invånarna. Jämlika liv 20 är en undersökning som gör det möjligt för Umeå kommun att följa ojämlikheten i människors hälsa. Den ger också förutsättningar för att följa hälsa på ett samlat, pedagogiskt och användbart sätt, så att resultaten kan förstås och användas till framtida utvecklingsarbete. Genom undersökningen har vi ett verktyg för att återkommande kartlägga, utvärdera och utveckla det framtidskridande arbetet inom kommissionen för social hållbarhet.

Jämlika liv 20 riktar sig till invånarna som är mellan 16 och 84 år. Frågorna i undersökningen har sin bas i de åtta nationella folkhälsomålen indelade i huvudområden som hälsa, livsvillkor och levnadsvanor. De har också anpassats till lokala förutsättningar i Umeå kommun. I det fördjupade avsnittet finns även en analys på olika socioekonomiska typområden.

Undersökningen är framtagen av avdelningen Övergripande planering och är en del i utvärderingen av kommunfullmäktigemålet "Sveriges bästa folkhälsa 2020". Rapporten kan du läsa i sin helhet eller som uppslag inom valda ämnesområden.

Det här är en viktig undersökning som vi vill ska vara ett användbart verktyg som främjar Umeå kommuns folkhälsoarbete!



Malin Lagervall,
chef på Övergripande planering

Besök vår hemsida: www.umea.se/statistik

Kontaktpersoner:

Ann-Margrethe Iseklint,
Folkhälsostrateg på Övergripande planering,
tel. 090-16 16 80
ann-margrethe.e.iseklint@umea.se

Peter Thuresson, statistiker på Övergripande planering,
tel. 090-16 23 70
peter.thuresson@umea.se

Seth Åberg, Processledare på Övergripande planering,
Seth.aberg@umea.se
tel. 090-16 11 96

Foton: Ann-Margrethe Iseklint

Innehåll

Sammanfattning och viktiga resultat	6
Hälsan i befolkningen	6
Livsvillkor och levnadsförhållanden	6
Levnadsvanor.....	8
Bakgrund och syfte	9
Metod.....	10
Coronapandemin.....	10
Beskrivning av de svarande	10
Frågor i enkäten.....	10
Bortfall.....	11
Databeredning och de svarandes integritet.....	11
Disposition	11
Hälsan i befolkningen	12
Övergripande hälsotillstånd.....	13
Självskattad hälsa	13
Sömn	14
Body Mass Index	17
Självskattad över- och undervikt.....	18
Tandhälsa	19
Kroppsideal.....	20
Psyisk hälsa.....	21
Stress.....	21
Ängslan och oro.....	22
Utmattningssyndrom.....	23
Depression.....	24
Sökt hjälp på grund av psykiska besvär	25
Själv mordstankar	26
Livsvillkor och levnadsförhållanden.....	27
Utbildning och arbete	27
Utbildningsnivå.....	27
Huvudsaklig sysselsättning.....	28
Anställningstrygghet.....	28
Arbetsituation.....	29
Frånvaro från arbetet	30
Energi efter jobbet	31
Inkomster och försörjningsmöjligheter	32
Konsumtionsmarginal	32
Löpande utgifter.....	33
Ekonomisk jämställdhet i familjen	34
Ekonomisk status	34
Ekonomisk situation i allmänhet	35
Boende och närmiljö	36
Nöjdhet med sitt boende.....	36
Boendeförutsättningar	36
Trygghet och sociala relationer	40

Kontroll, inflytande och delaktighet.....	41
Våld och utsatthet.....	41
Sexuellt ofredande.....	42
Sexuellt tvång.....	43
Begränsad rörelsefrihet i det offentliga rummet.....	44
Hot om våld.....	45
Utsatthet för våld.....	46
Våld mellan familjemedlemmar.....	47
Psykiska övergrepp.....	48
Orättvis behandling.....	49
Prostitution och sexköp.....	49
Hjälp och emotionellt stöd.....	50
Ensamhet.....	50
Hjälp med praktiska saker.....	51
Hjälp till anhörig.....	52
Vardagspusslet.....	53
Familjesituation som helhet.....	54
Jämlikhet och jämställdhet.....	55
Polarisering kring jämställdhet.....	55
Svenska lagar.....	56
Polarisering kring klimatfrågan.....	56
Oro för nutida och framtida problem.....	57
Åsikter och förtroende.....	58
Politisk korrekthet.....	58
Mellanmänsklig tillit.....	59
Förtroende för samhällets institutioner.....	60
Levnadsvanor.....	61
Aktivitet.....	61
Stillasittande.....	61
Fysisk aktivitet och motion.....	62
Vardagsmotion.....	62
Fysisk träning.....	63
Uppnår WHO:s rekommendationer.....	64
Matvanor.....	65
Måltider.....	65
Styr matvanor.....	66
Frukt och bär.....	67
Alkoholvanor.....	69
Alkoholkonsumtion.....	69
Oro för överkonsumtion.....	71
Alkoholproblem i slakten.....	72
Tobaksvanor.....	73
Dagligrökning.....	73
Dagligsnusande.....	74
Doping.....	74
Narkotika.....	75
Stöd för alkoholavvänjning, droger med mera.....	76
Spelvanor.....	77
Riskabelt spelande.....	78

Socioekonomiska typområden	81
Hälsan i befolkningen	83
Förtroende för samhällsfunktioner.....	85
Livsvillkor och levnadsförhållande	87
Levnadsvanor.....	90
Funktionsnedsättning	91
Allmänt hälsotillstånd utifrån olika faktorer	95
Bilaga 1 Typområde 1–7	96
Bilaga 2. Teknisk beskrivning och kvalitet.....	101

Sammanfattning och viktiga resultat

Hälsan i befolkningen

- 73 procent, eller nästan 3 umebor av 4, mår bra eller mycket bra. Av männen är det 77 procent och av kvinnorna är det 70 procent som svarar att de mår bra eller mycket bra. Det är något högre än i Sverige som helhet. I riket ligger nivån på 69 procent för kvinnorna och 74 procent för männen (Hälsa på lika villkor 2018).
- Hela 29 procent av personer med funktionsnedsättning svarar att deras hälsotillstånd är dåligt eller mycket dåligt. Det kan jämföras mot cirka 3 procent av den övriga befolkningen som inte upplever några besvär av en funktionsnedsättning. Av alla som har uppgett att de mår mycket dåligt har nästan samtliga en funktionsnedsättning med svåra besvär.
- 34 procent, eller var tredje person i Umeå, är överviktig enligt BMI-måttet, och 16 procent har ett BMI inom kategorin fetma. Personer som har fetma uppger oftare att deras allmänna hälsa är sämre än den övriga delen av befolkningen.
- Flertalet, eller 77 procent av umeborna, uppger att deras tandhälsa är mycket god eller ganska god. 7 procent menar att den är ganska dålig eller mycket dålig. Umebornas självskattade tandhälsa ligger på ungefär samma nivå som i övriga riket.
- 8 procent av kvinnorna och 3 procent av männen känner stor press på att utseendet uppfyller särskilda ideal. Det är betydligt vanligare bland yngre personer än bland äldre.
- Det är vanligare att kvinnor känner stress än män. 30 procent av männen och 47 procent av kvinnorna upplever stress varje dag eller flera gånger i veckan. Totalt sett är det hela 38 800 personer i Umeå kommun som upplever stress så ofta.
- 14 procent av kvinnorna och 6 procent av männen har fått diagnosen utmattningssyndrom för mer än 12 månader sedan. 3 procent av kvinnorna och 1 procent av männen har fått diagnosen under det senaste året.
- Fler kvinnor än män har fått diagnosen depression av läkare. 23 procent av kvinnorna har fått diagnosen depression för mer än ett år sedan eller under det senaste året. Motsvarande för männen är 11 procent. 18 procent av kvinnorna och 12 procent av männen uppger att de haft behov av hjälp på grund av psykisk ohälsa men ändå inte sökt hjälp.
- 13 procent av kvinnorna och 8 procent av männen uppger att de haft självmordstankar för mer än 12 månader sedan. 4 procent av både män och kvinnor har haft självmordstankar under de senaste 12 månaderna.
- Så många som en tredjedel av 16–24 åringarna och en femtedel av 25–44 åringarna har svarat att de är i behov av hjälp på grund av psykisk ohälsa men har avstått från att söka hjälp.

Livsvillkor och levnadsförhållanden

- Cirka 2 procent, eller cirka 1 200 umebor, som förvärvsarbetar upplever sin anställning som mycket otrygg.
- Dubbelt så många unga som gamla upplever sin anställning som otrygg.
- 85 procent av männen och 79 procent av kvinnorna uppger att hushållet skulle klara av en övntad utgift på 10 000 kronor. 21 procent av kvinnorna och 15 procent av männen svarar att de inte har de marginalerna i sin privata ekonomi.
- Cirka 3 procent av männen och 6 procent av kvinnorna som förvärvsarbetar svarar att de helt saknar energi efter jobbet.
- 28 procent av männen som är sammanboende med någon uppger att de är beroende av sin sambos inkomst. Motsvarande för kvinnorna är 38 procent.

- 77 procent av männen anser att de har ganska bra eller mycket bra ekonomi. Motsvarande andel för kvinnorna är 73 procent. 8 procent av kvinnorna och 7 procent av männen svarar att de har ganska dålig eller mycket dålig ekonomi.
- Upplåtelseformen har betydelse om man är nöjd eller inte nöjd med sitt boende. Mer än hälften av de som bor i en bostadsrätt och cirka 67 procent som bor i äganderätt svarar att de är mycket nöjda med boendet medan var tredje som bor i hyresrätt svarar att de är mycket nöjda.
- När umeborna själva får beskriva sin boendesituation menar cirka 16 procent av umeborna att de bor något trångt och 3 procent bor mycket trångt. Trångboddheten återfinns nästan uteslutande bland dem som bor i hyresrätt.
- Den stora majoriteten av umeborna, eller 96 procent, känner sig mycket trygga eller ganska trygga i sitt bostadsområde. 10 procentenheter färre kvinnor ger dock svaret "mycket trygg" jämfört med männens svar i samma kategori.
- 19 procent av kvinnorna och 12 procent av männen svarar att de utsatts för ett allvarligt brott för mer än 12 månader sedan. Cirka 2 procent svarar att de utsatts för ett allvarligt brott under de senaste 12 månaderna.
- Cirka 10 procent av kvinnorna i Umeå svarar att de blivit ofredade någon gång och cirka 5 procent svarar att de utsatts flera gånger. 8 procent av männen uppger att de blivit utsatta någon gång och cirka 1,5 procent att de utsatts flera gånger.
- Hela 13 procent, eller cirka 6 600 kvinnor, och 1 procent, eller ungefär 500 män, uppger att de utsatts för sexuellt våld eller tvång för mer än 12 månader sedan. Cirka en halv procent, eller ungefär 500 personer, av både kvinnor och män har utsatts för detta under de senaste 12 månaderna.
- Mer än var tredje kvinna eller cirka 40 procent, väljer ibland eller ofta att avstå från att gå ut ensam av rädsla för att bli rånad, överfallen eller på annat sätt ofredad. Cirka 5 procent av männen uppger samma svar. Siffrorna ligger i nivå med riksgenomsnittet.
- Cirka 1 procent av både kvinnor och män i Umeå uppger att de utsatts för fysiskt våld under det senaste året.
- 3 procent av kvinnorna och 2 procent av männen uppger att de under de senaste 12 månaderna har blivit utsatta för någon form av psykiskt övergrepp.
- 27 procent av kvinnorna och 17 procent av männen uppger att de känt sig orättvist behandlade under de senaste 12 månaderna. Det är mycket vanligare att personer med en funktionsnedsättning har upplevt sig orättvist behandlade än de som inte har en funktionsnedsättning.
- Cirka 0,3 procent, har svarat att de tagit emot ersättning för sex under de senaste tre åren. Det betyder i absoluta tal att upp till 300 individer i Umeå kommun har tagit emot ersättning för sex.
- 0,5 procent har svarat att de givit ersättning mot sex. I absoluta tal kan det betyda att upp till 500 individer i Umeå kommun har givit ersättning för sex under de senaste 3 åren.
- En femtedel, eller 18 procent, av männen i Umeå och 9 procent av kvinnorna uppger att de saknar emotionellt stöd, dvs. upplever en form av ensamhet.
- 9 procent av kvinnorna och 7 procent av männen svarar att de ger hjälp till en anhörig varje dag eller flera gånger i veckan.
- 79 procent av umeborna känner mycket stor eller ganska stor oro för framtida klimatförändringar. Ungefär en lika stor andel, eller 78 procent, oroar sig över användningen av kemikalier och plast.
- Cirka 13 procent av umeborna upplever att vissa åsikter är mer socialt acceptabla att yttra än andra och har undvikit att prata om vissa saker för att de upplevs politiskt eller socialt känsliga.
- 78 procent av kvinnorna och 79 procent av männen tycker att de kan lita på de flesta människor. Totalt är det 21 procent som inte känner tillit till andra människor.

Levnadsvanor

- 76 procent av kvinnorna får en sammanlagd tid av vardagsmotion och fysisk träning som är i nivå med eller överstiger 2,5 timmar per vecka. Motsvarande siffra för männen är ungefär på samma nivå, 73 procent. Var fjärde person, eller 25 procent, når alltså inte upp till WHO:s rekommendationer av tillräcklig motion.
- Det är vanligare att kvinnor äter mer frukt och grönt än män.
- Cirka 6 procent av umeborna är oroliga för att det sker överkonsumtion av alkohol av någon familjemedlem i hushållet. Cirka 1 procent av både män och kvinnor svarar att de är mycket oroliga för att någon i hushållet dricker för mycket.
- 3 procent av både kvinnor och män svarar att de röker cigaretter, vattenpipa eller liknande, dagligen. I riket uppger 7 procent att de röker dagligen (2018).
- 10 procent av kvinnorna och 18 procent av männen uppger att de snusar dagligen. Dagligsnusandet är högre bland kvinnor i Umeå än i övriga riket.
- Cirka 0,5 procent av umeborna uppger att de någon gång använt doping under de senaste 12 månaderna. Det motsvarar cirka 500 individer.
- Största andelen som spelar för mer än de har råd med återfinns i åldrarna 16–24 år. Av dem spelar 1,1 procent för mer än de har råd med vilket motsvarar cirka 150 personer.
- Cirka 3 procent av både kvinnor och män uppger att de använt cannabis under det senaste året.
- Majoriteten eller 94 procent av de svarande har uppgett att de inte använt amfetamin, kokain eller ecstasy m.m. 3 procent av kvinnorna och 6 procent av männen svarar att de använt amfetamin, kokain, ecstasy m.m. för mer än 12 månader sedan.

I rapporten analyseras olika områden i Umeå baserat på ett antal socioekonomiska variabler, bland annat ålder och ekonomi. Dessa har benämnts *socioekonomiska typområden* och går att läsa mer om längre fram i rapporten. Fördelarna med att gruppera områden på detta sätt är att vi kan göra en bättre analys av hur olika demografiska förutsättningar påverkar umebornas hälsa. Resultaten som har framkommit av våra analyser visar att område 1, 4 och 7 utmärker sig tydligast.

Område 1 har generellt sett höga hushållsinkomster, en låg andel utrikes födda och få ensamboende. Område 4 och 7 har generellt sett en hög andel unga personer, många utrikes födda och låga hushållsinkomster. En sådan demografisk sammansättning förklarar till stor del skillnaderna som upptäckts i denna lägesbeskrivning. Några av resultaten är:

- Majoriteten på alla typområden uppger ett gott eller mycket gott allmänt hälsotillstånd. Typområde 4 har dock betydligt fler som har ett dåligt eller mycket dåligt hälsotillstånd, 11 procent.
- De flesta umebor uppger att de skulle klara en oväntad utgift på 10 000 kr inom en månad utan att låna eller be om hjälp. 31 procent i typområde 4 och 30 procent i typområde 7 uppger dock att de inte skulle klara en sådan oväntad utgift. 7 procent i typområde 1 uppger att de inte skulle klara en sådan oväntad utgift.
- De flesta umebor litar på varandra och det gäller även inom de socioekonomiska typområdena. Minst tillit till andra återfinns inom typområde 4 och 7.
- Inom typområde 4 svarar 17 procent att de övervägt självmord under de senaste 12 månaderna och 6 procent att de övervägt det för mindre än tolv månader sedan, vilket är anmärkningsvärt mycket högre än andra områden.
- Majoriteten av umeborna inom de olika typområdena har mycket stort eller ganska stort förtroende för polisen. Lägre andelar med ganska stort eller mycket stort förtroende finns dock inom typområde 4 och 7.
- På frågan om man överväger att flytta från sin nuvarande bostad inom de 12 närmaste månaderna är typområde 7 det område där flest antal umebor uppger att de överväger att flytta. Typområde 1 är det område där minst antal umebor överväger en flytt.
- Generellt uppger majoriteten av umeborna att de känner sig mycket trygga eller ganska trygga i sitt bostadsområde. 10 procent i typområde 7 uppger att de känner sig ganska otrygga eller mycket otrygga. 7 procent i typområde 4 uppger samma svar.

Bakgrund och syfte

Syftet med undersökningen är att ta reda på hur Umeås vuxna befolkning mår och på så sätt kompletterar denna undersökning *Ungaenkäten* som handlar om hur Umeå kommuns unga befolkning mår (13–18 år). Genom Jämlika liv 20 får vi en god överblick för måendet för en stor del av invånarna.

En ökad jämlikhet inom folkhälsa är en förutsättning för att uppnå ett långsiktigt socialt hållbart samhälle. Det inkluderar att grundläggande mänskliga rättigheter respekteras och att inga samhällsgrupper missgynnas.

Det folkhälsopolitiska arbetet ska både vara hälsofrämjande och förebyggande och är en del av arbetet med FN:s globala mål inom Agenda 2030.

Jämlika liv 20 har sin utgångspunkt i folkhälsomyndighetens undersökning med namn *Hälsa på lika villkor*. Det gör det möjligt att göra jämförelser mot riket och samtidigt kunna ge en lokal lägesbild med beskrivningar av skillnader inom kommunen, en möjlighet som vi tidigare saknat. Jämlika liv 20, är anpassad till lokala förutsättningar och gör det möjligt till lokal analys och kan utgöra ett underlag för dialog för aktörer som bidrar i det lokala folkhälsoarbetet och utgör en god grund för politiska beslut inom folkhälsa och social hållbarhet.



Metod

I detta avsnitt redogörs för urval, datainsamling, databeredning och övriga bearbetningar som har bäring på rapportens kvalitet.

Coronapandemin

Jämlika liv 20 enkäten skickades ut under våren 2020 i inledningen av pandemin då det nya Coronaviruset, Covid-19, spreds i världen.

Bedömningen är att svaren från umeborna vid denna tidpunkt endast marginellt har påverkats av pandemin. Det som tydligast sticker ut svarsmässigt är att stillasittande är betydligt högre än vad som normalt förväntas. De rekommenderade smittskyddsåtgärderna inom flera av samhällets funktioner kan dock förväntas leda till indirekta hälsokonsekvenser hos befolkningen. Efterlevnaden av råden att under pandemin hålla fysiskt avstånd till varandra under arbetstid och fritid kan påverka den psykiska hälsan och våra levnadsvanor och därmed hälsan på både kort och lång sikt. När vi tillbringar mer tid i hemmet riskerar vi, förutom minskad fysisk aktivitet och vardagsmotion, även en ökning av såväl mäns våld mot kvinnor som andra former av våld i nära relationer.

Covid-19-pandemin riskerar dessutom att leda till ohälsosamma levnadsvanor kopplade till mat och fysisk aktivitet samt bruk av alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar.

Pandemin kan i förlängningen orsaka permitteringar eller uppsägningar som försämrar individens försörjningsmöjligheter och därigenom kan hälsoskillnaderna öka mellan grupper i befolkningen utifrån socioekonomisk situation. Indikationer på detta för Umeå kommun är bland annat att Socialtjänsten under 2020 ser en ökning i antalet personer som ansöker om försörjningsstöd.

Beskrivning av de svarande

Populationen i undersökningen utgörs av ett urval av samtliga personer i Umeå kommun i åldern 16–84 år. Populationen uppgår totalt till drygt 102 000 invånare. Urvalsramen i denna undersökning har skapats utifrån kommuninvånarregistret och består av 7 000 folkbokförda i Umeå i åldern 16–84 år. Det slumpmässiga urvalet gör att svaren är representativa för hela populationen.

Undersökningen genomfördes som en postenkät i kombination med webbenkät. Urvalspersonerna hade möjlighet att välja om de ville besvara frågeblanketten på papper eller på webben. Totalt var det 2 588 personer som besvarade frågeblanketten vilket motsvarar 37 procent av urvalet. Antalet webbsvar var 1 584 vilket utgör 23 procent av urvalet. Drygt 14 procent, eller 1 004 individer svarade via pappersenkät.

Tillsammans med frågeblanketten skickades ett informationsbrev där uppgiftslämnarna kunde läsa om undersökningens bakgrund och syfte. Det informerades om att samtliga uppgifter är skyddade av GDPR. Det framgick även att det är frivilligt att delta.

Frågor i enkäten

Umeå kommun har utformat frågorna i frågeblanketten i samarbete med SCB. 2020 års version av frågeblanketten Jämlika liv 20, genomgick en granskning hos SCB:s mättekniska laboratorium. Frågorna har till stora delar hämtats från nationella undersökningar och lokalt anpassade frågor har också utformats för att få en bredare bild av befolkningens levnadsvillkor. Drygt 20 olika nationella enkäter har studerats vid utformningen av frågorna, huvudsakliga förebilder för undersökningen har dock varit *Hälsa på lika villkor* och *Ungaenkäten*.

Bortfall

Bortfallet består dels av objektsbortfall som innebär att frågeblanketten inte är besvarad alls, dels av partiellt bortfall som innebär att vissa frågor i blanketten inte är besvarade. Om bortfallet skiljer sig åt från de svarande med avseende på undersökningsvariablerna så kan skattningarna som grundar sig på enbart de svarande vara skeva. Totalt sett svarade drygt 37 procent vilket är en svarsfrekvens i nivå med nationella undersökningar. För att reducera bortfallsrisken har vikter beräknats med hjälp av kalibrering. Vikterna kompenserar för bortfallet och minskar effektivt den bias (snedvridning) som kan uppstå av uteblivna svar.

Databeredning och de svarandes integritet

Databeredningen genomfördes av Övergripande planering vid Umeå kommun. Samtliga inkomna frågeblanketter prickades av i ett särskilt avregistreringssystem som senare användes för att skicka ut påminnelser. Pappersenkäter skannades av, kodades och samlades i en datafil med de webbaserade svaren. Alla svar har vid analysen avidentifierats och enkäterna har förstörts efter databeredningen. Ingen individ kan efter enkätförstöringen spåras till ett visst enkätsvar.

Disposition

Förebild för rapportens *struktur* har varit Sveriges Kommuner och Regioner (SKR) och Folkhälsomyndighetens undersökning *Öppna jämförelser*. Under varje rubrik beskrivs de resultat som hänförs till respektive fråga och område. Alla frågor redovisas efter kön och ålder i diagram eller text. För analyser på områdesnivå och utifrån andra bakgrundsvariabler återfinns dessa i ett fördjupningsavsnitt som ligger i slutet av rapporten. Vissa frågor har jämförts mot riket och några frågor redovisas mot andra bakgrundsvariabler än kön och ålder.

Hälsan i befolkningen

En god folkhälsa innebär god social, fysisk och psykisk hälsa hos alla grupper i samhället. Utgångspunkten för Umeå kommuns folkhälsoarbete är att skapa samhälleliga förutsättningar för en god, jämlik och jämställd hälsa i hela befolkningen. Många olika verksamheter och aktörer är drivande i Umeås folkhälsoarbete.

Hälsan i en befolkning beror på flera olika faktorer och kan ses som resultatet av ett samspel mellan individ och samhälle. Bilden nedan visar de nationella målområdesillustrationerna som är framtagna av Folkhälsomyndigheten för en jämlik hälsa. Illustrationerna består av nio delar som tillsammans bildar en cirkel (blomman). Cirkeln symboliserar att alla målområden behövs för att skapa en god och jämlik hälsa i hela befolkningen. De olika delarna i cirkelns ytterkant (blombladen) representerar de åtta folkhälsopolitiska målområdena. Cirkeln i mitten representerar livsloppsperspektivet och symboliserar behovet av en god och jämlik folkhälsa genom hela livet.

Figur 1. Sveriges 8 nationella folkhälsomål.



En god och jämlik hälsa – åtta målområden

Referens och illustration Folkhälsomyndigheten.

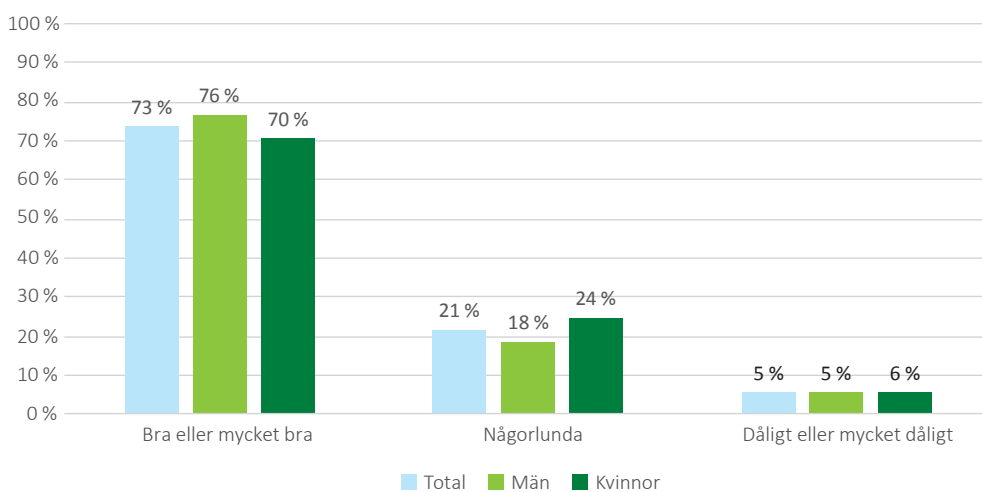
Övergripande hälsotillstånd

Under rubriken hälsan i befolkningen, redovisas svaren från enkäten om bland annat, självskattad hälsa, sömn, kroppsideal, vikt, tandhälsa, stress och psykisk hälsa.

Självskattad hälsa

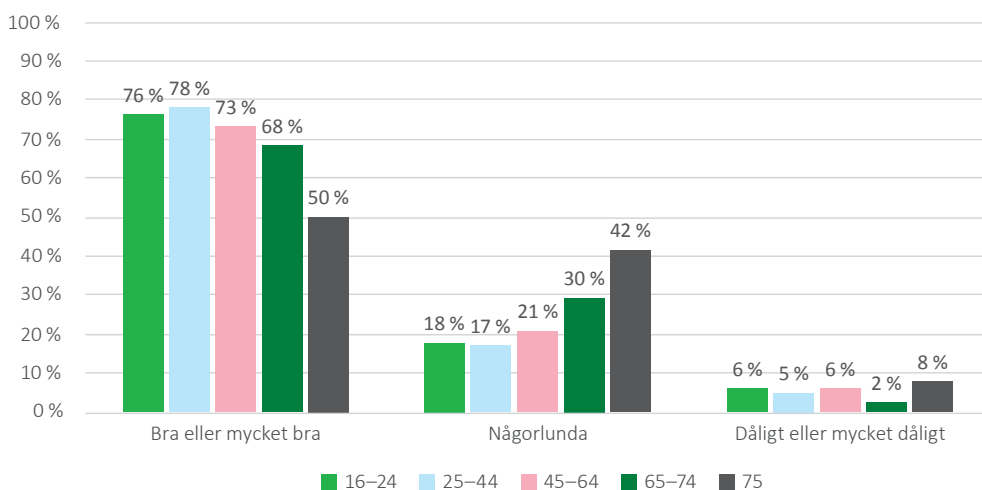
På frågan om ens självskattade hälsotillstånd svarar cirka 73 procent, eller nästan 3 umebor av 4, att de mår bra eller mycket bra. Av männen är det 77 procent och av kvinnorna är det 70 procent som svarar att de mår bra eller mycket bra. Det är något högre än i Sverige som helhet. I riket ligger nivån på 69 procent för kvinnorna och 74 procent för männen (Hälsa på lika villkor 2018).

Figur 2. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? Efter kön.



Diagrammet nedan visar att det självskattade hälsotillståndet generellt sett blir sämre med åldern och fler bland äldre svarar att deras hälsotillstånd är *någorlunda*, istället för bra eller mycket bra.

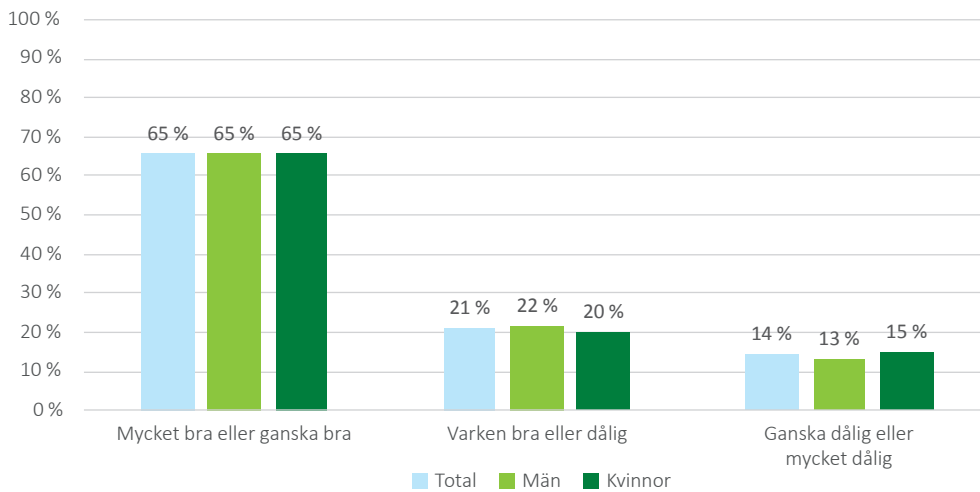
Figur 3. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? Efter ålder.



Sömn

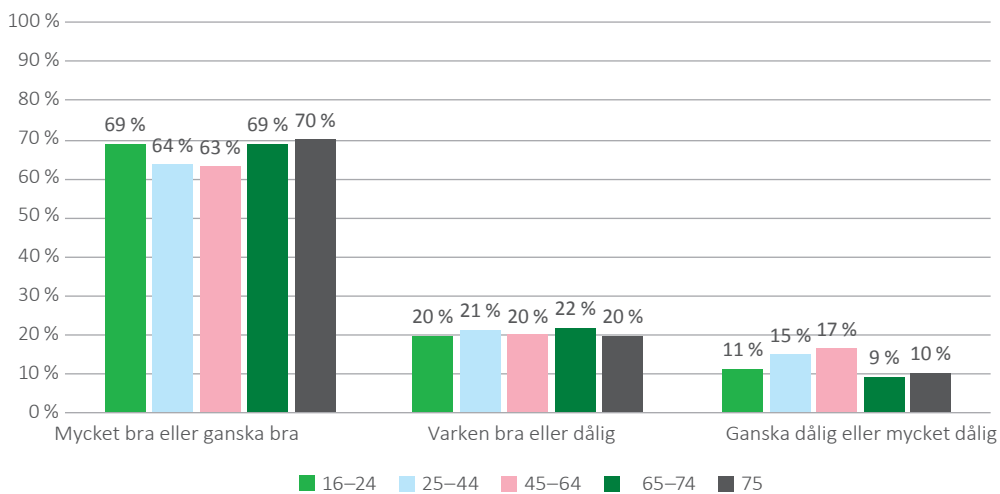
De flesta av umeborna, eller cirka 65 procent, uppger att deras sömnkvalitet är mycket eller ganska bra. Siffrorna skiljer sig endast marginellt mellan könen.

Figur 4. Hur bedömer du kvaliteten på din sömn i allmänhet? Efter kön.



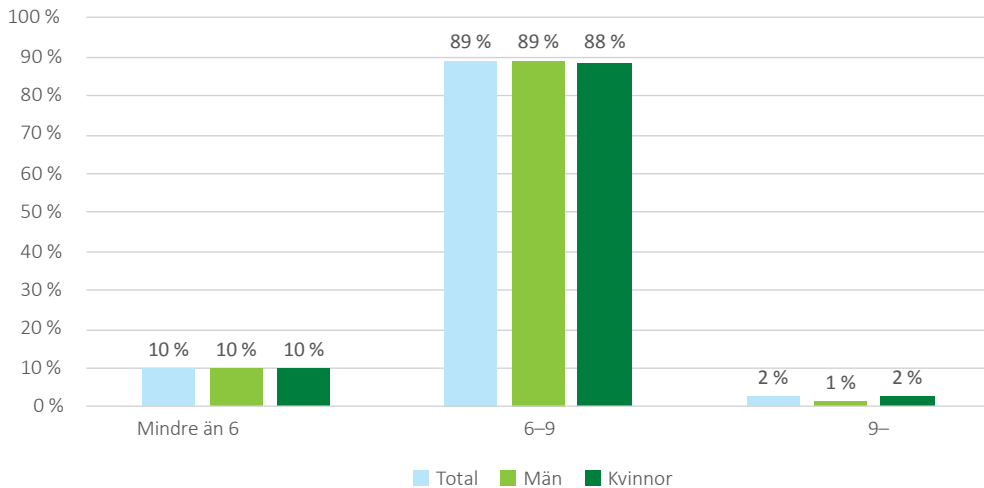
Inom de olika ålderskategorierna svarar majoriteten att de sover mycket bra eller ganska bra. Fler inom åldersspannet 25–64 uppger att de sover mycket dåligt eller ganska dåligt.

Figur 5. Hur bedömer du kvaliteten på din sömn i allmänhet? Efter ålder.



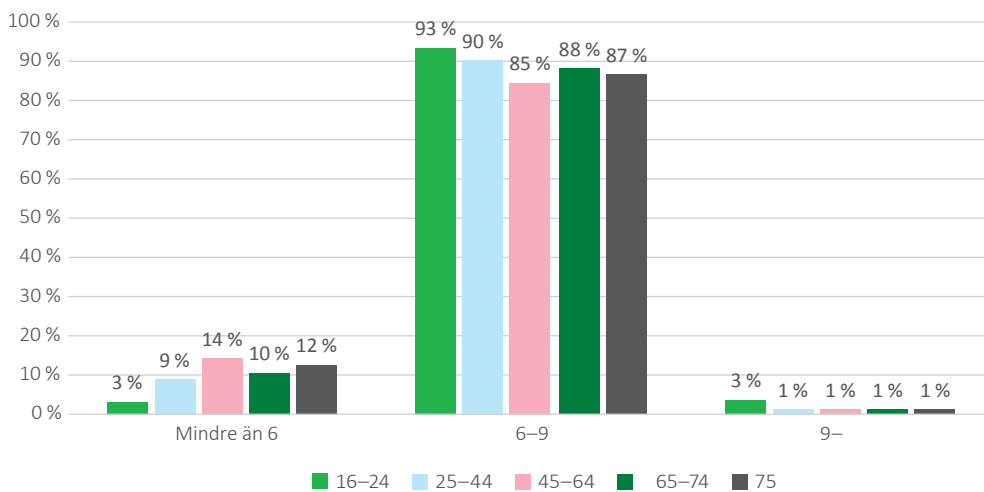
På frågan om hur många timmar man sover generellt sett per natt svarar 10 procent av både kvinnor och män att de sover mindre än 6 timmar. 42 procent av kvinnorna och 44 procent av männen svarar 6–7 timmar. 36 procent av männen och 35 procent av kvinnorna uppger att de sover mellan 7–8 timmar per natt. Totalt 10 procent svarar att de sover mellan 8–9 timmar och 2 procent att de sover mer än 9 timmar per natt.

Figur 6. Hur många timmar sömn brukar du få per natt i allmänhet? Efter kön.



Det är vanligare att yngre personer sover längre, 27 procent av 16–24 åringarna sover mer än 8 timmar. De som sover mindre än 6 timmar återfinns i samtliga ålderskategorier, men är vanligare bland äldre än bland yngre.

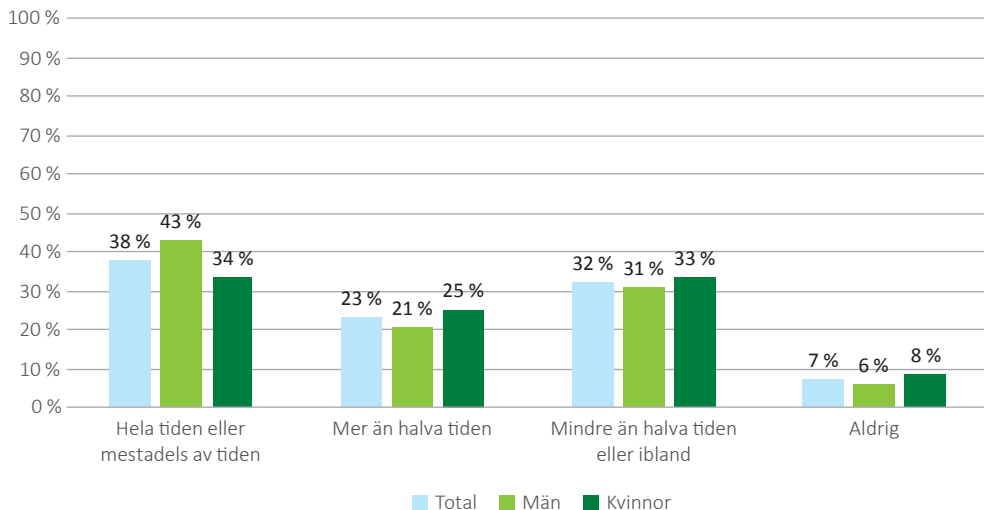
Figur 7. Hur många timmar sömn brukar du få per natt i allmänhet? Efter ålder.



43 procent av männen i Umeå uppger att de känner sig utvilade hela tiden eller mestadels av tiden när de har vaknat. Motsvarande för kvinnor ligger på 34 procent. 6 procent av männen och 8 procent av kvinnorna känner sig aldrig utvilade när de har vaknat.

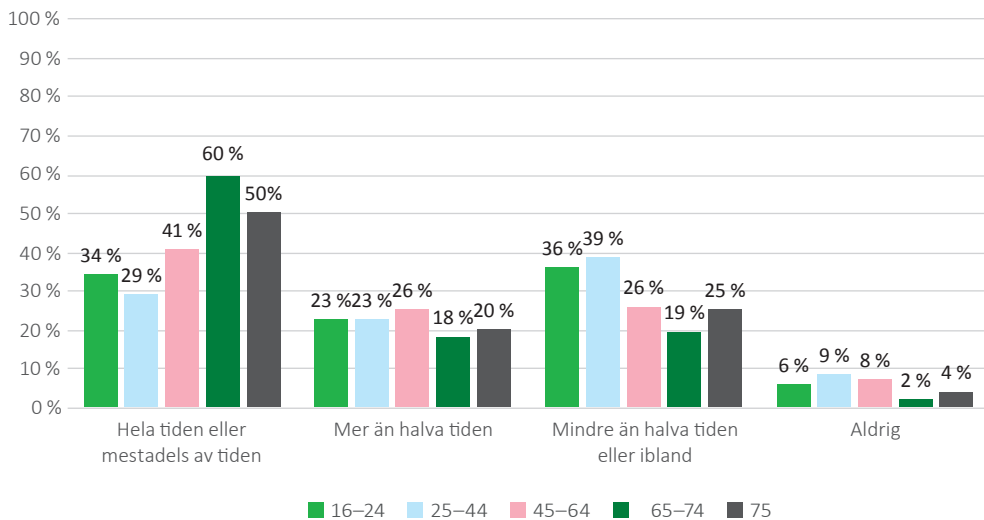
Personer som har dålig eller mycket dålig sömnkvalitet känner sig nästan aldrig utvilade när de vaknar.

Figur 8. Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknar. Efter kön.



Uppdelat på ålder framgår det att det är vanligare i åldern 25–64 att man aldrig har känt sig utvilad när man har vaknat.

Figur 9. Jag har känt mig pigg och utvilad när jag vaknar/ålder.

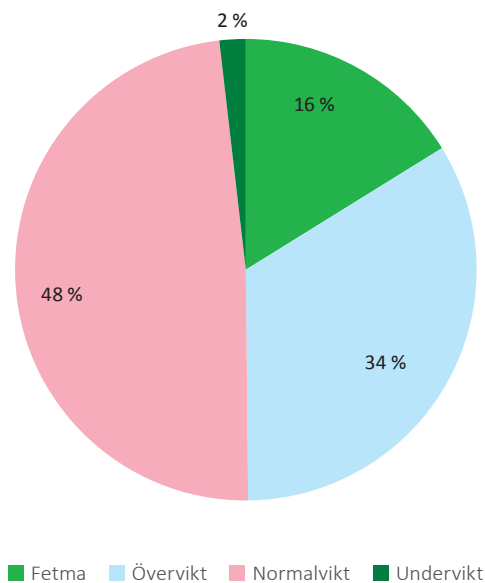


Body Mass Index

BMI (Body Mass Index) mäter förhållandet mellan vikt och längd. Ett normalt BMI ligger enligt WHO på 18,5–24,9. Värdet som ligger över eller under det normala kan ibland leda till hälsorisker. Ett högt BMI i kombination med ett stort midjemått ökar till exempel risken för diabetes typ 2, högt blodtryck och hjärt-kärlsjukdomar. Ett index över 25 räknas som övervikt och över 30 räknas som fetma.

Resultaten av enkäten visar att totalt är nästan hälften, eller 48 procent, normalviktiga. 34 procent, eller var tredje person, är överviktig och 16 procent har ett BMI inom kategorin fetma. Endast 2 procent är underviktiga.

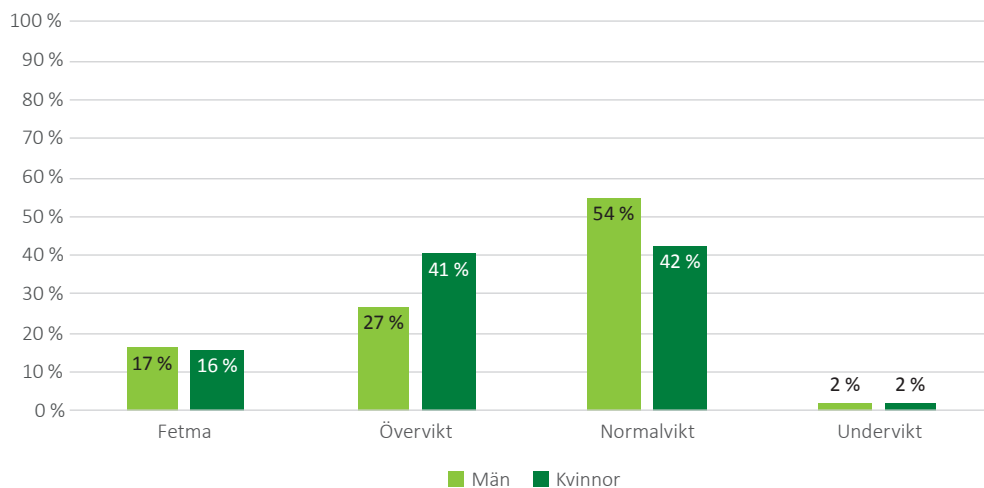
Figur 10. BMI. Fördelning av normalvikt, övervikt, fetma samt undervikt.



Hälften av kvinnorna i Umeå är normalviktiga. Motsvarande för männen är 42 procent. 41 procent av männen och 27 procent av kvinnorna är överviktiga. 16 procent av männen och 17 procent av kvinnorna finns inom kategorin fetma. Knappt 2 procent av både kvinnor och män uppger undervikt. I riket räknas 58 procent av männen som överviktiga eller feta medan motsvarande för kvinnorna i riket är 45 procent.

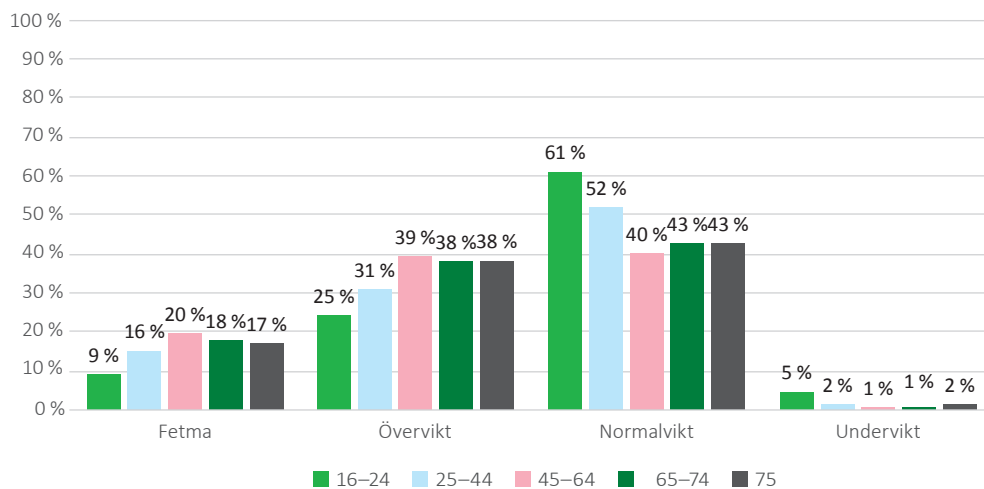
Siffrorna för Umeå ligger således i nivå med riket.

Figur 11. BMI. Fördelning av normalvikt, övervikt, fetma samt undervikt. Efter kön.



Övervikt och fetma är mer förekommande bland de äldre åldrarna och normalvikt återfinns i högre grad bland yngre.

Figur 12. BMI. Fördelning av normalvikt, övervikt, fetma samt undervikt. Efter ålder.

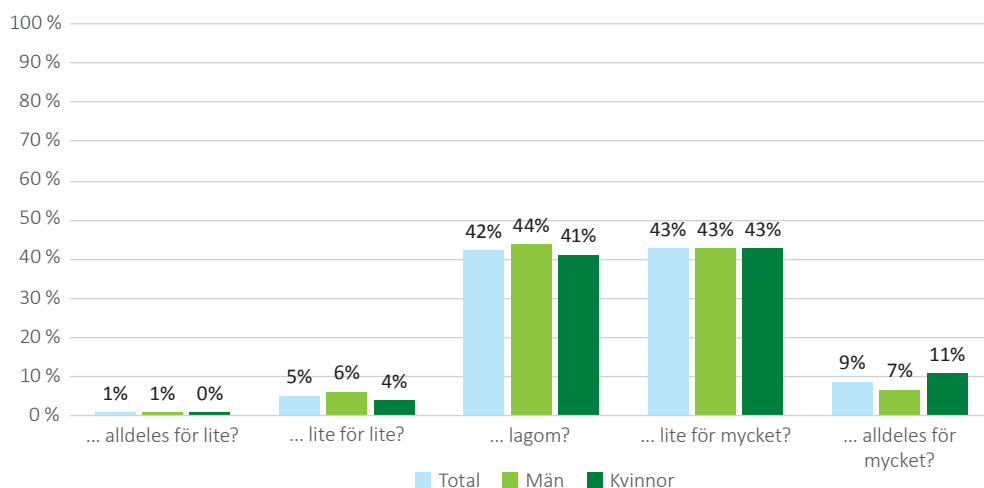


Självskattad över- och undervikt

På frågan om vad man tycker om sin nuvarande kroppsvikt svarar de allra flesta, eller 85 procent, att de tycker att de väger lagom eller lite för mycket. 6 procent av männen och 4 procent av kvinnorna tycker att de väger lite för lite. 11 procent av kvinnorna och 7 procent av männen att de tycker att de väger alldeles för mycket.

När resultaten av den självskattade under- eller övervikten samkördes mot BMI framgick att 92 procent av de som är inom kategorin "fetma" tycker att de väger för mycket eller alldeles för mycket. 70 procent av de inom kategorin "normalvikt" tycker att de väger lagom medan 20 procent inom samma grupp tycker att de väger för mycket. 83 procent av personer inom kategorin undervikt tycker att de väger för lite. Umebornas egen uppskattning av över- eller undervikt stämmer alltså rätt så väl överens med klassifikationen enligt BMI.

Figur 13. Självskattad övervikt och undervikt. Efter kön.

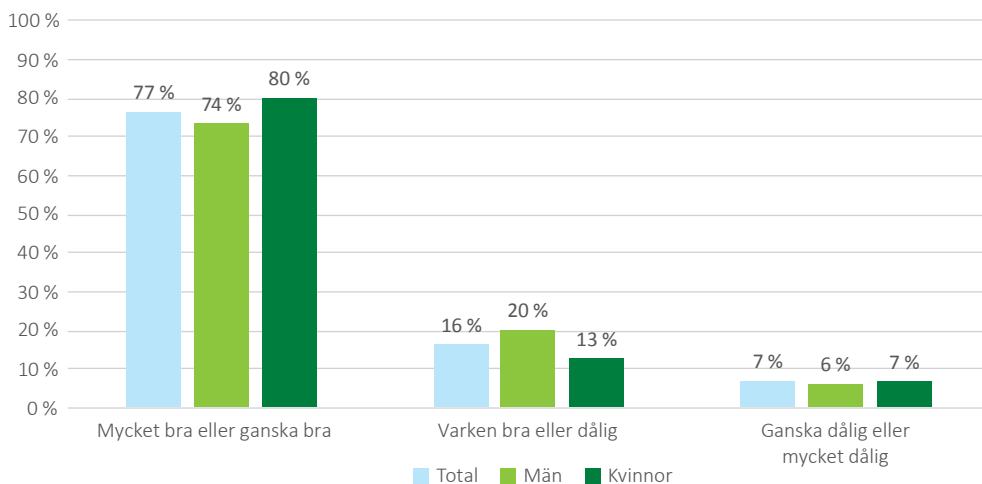


Tandhälsa

Flertalet, eller 77 procent av umeborna uppger att deras tandhälsa är mycket god eller ganska god. 7 procent menar att den är ganska dålig eller mycket dålig. 80 procent av kvinnorna och 73 procent av männen tycker att deras tandhälsa är bra eller mycket bra. I riket uppgav 78 procent av kvinnorna och 72 procent av männen ganska bra eller mycket bra tandhälsa (Folkhälsomyndigheten 2018).

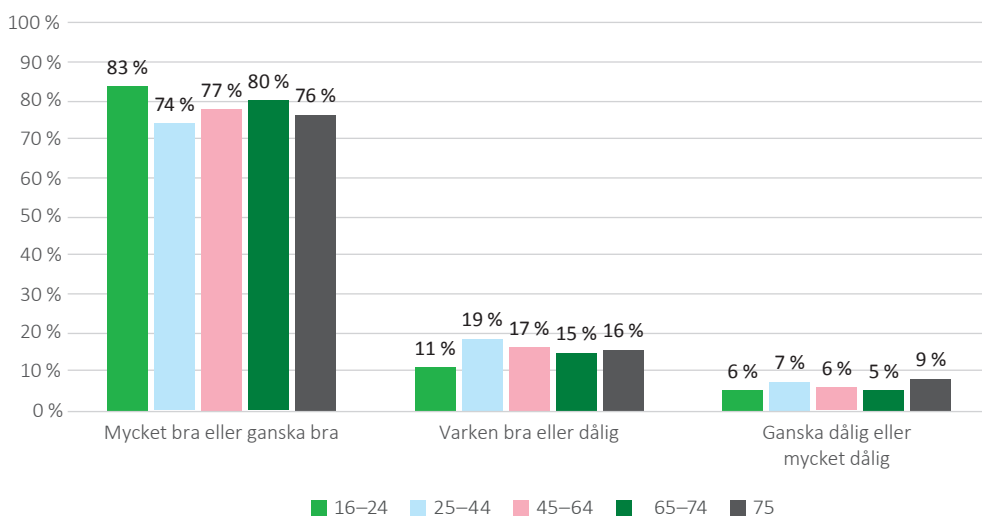
Umebornas självskattade tandhälsa ligger alltså på ungefär samma nivå som i riket.

Figur 14. Hur tycker du att din tandhälsa är? Efter kön.



Det är främst de allra äldsta som uppger dålig eller mycket dålig tandhälsa. De utgör cirka 9 procent av äldregruppen. De allra flesta inom äldregruppen uppger dock en bra eller mycket bra tandhälsa.

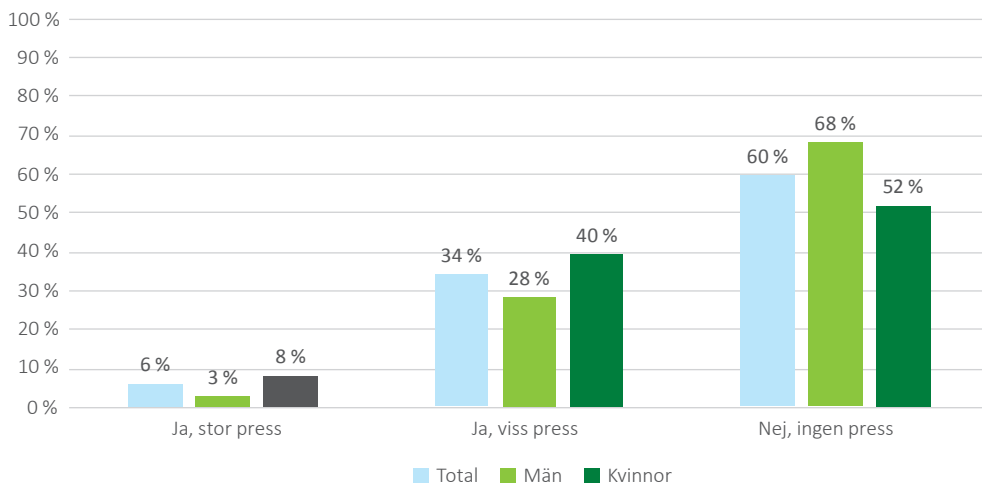
Figur 15. Hur tycker du att din tandhälsa är? Efter ålder.



Kroppsideal

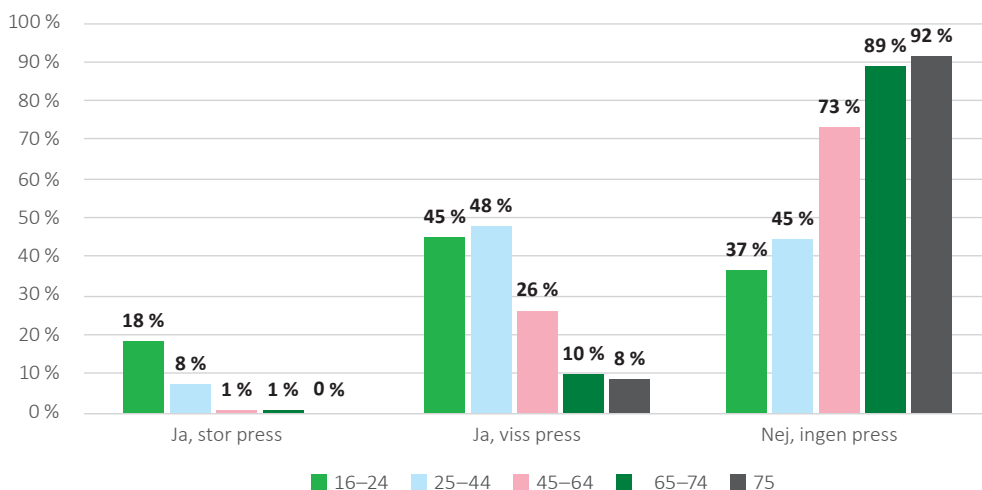
På frågan om man upplever press att se ut på ett visst sätt framgick det tydligt att det både är en köns- och åldersrelaterad fråga. 8 procent av kvinnorna och 3 procent av männen känner stor press på sitt utseende.

Figur 16. Känner du press från andra att se ut på ett visst sätt, t.ex. att vara vältränad eller ha en attraktiv kropp?
Efter kön.



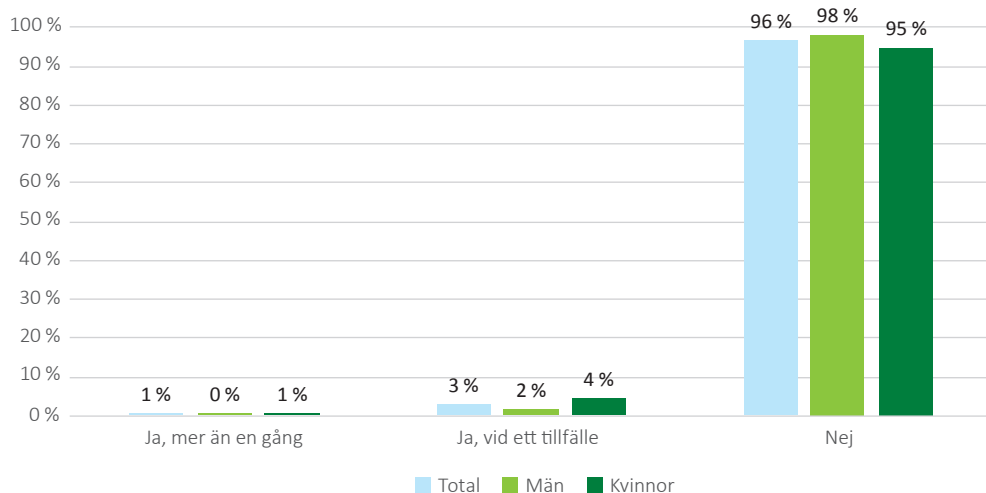
Det är främst inom åldersgruppen 16–24 år man känner störst press. Av denna grupp svarade 18 procent att de känner stor press. Förhållandevis många inom åldersspannet 25–44 år upplever också, en inte obetydlig, press ifråga om sitt utseende. Av dem menar 8 procent att det finns stor press på utseende och 48 procent känner viss press. Av svaren framgick även att unga tjejer känner större press än unga killar även om pressen finns hos båda grupper.

Figur 17. Känner du press från andra att se ut på ett visst sätt, t.ex. att vara vältränad eller ha en attraktiv kropp?
Efter ålder.



På frågan om umeborna har gjort någon estetisk skönhetsoperation svarar knappt 2 procent av männen och cirka 4 procent av kvinnorna att de gjort det vid ett tillfälle. Cirka 1 procent av kvinnorna uppger att de utfört det flera gånger.

Figur 18. Har du genomgått en operation enbart av estetiska skäl ("skönhetsoperation") någon gång? Efter kön.



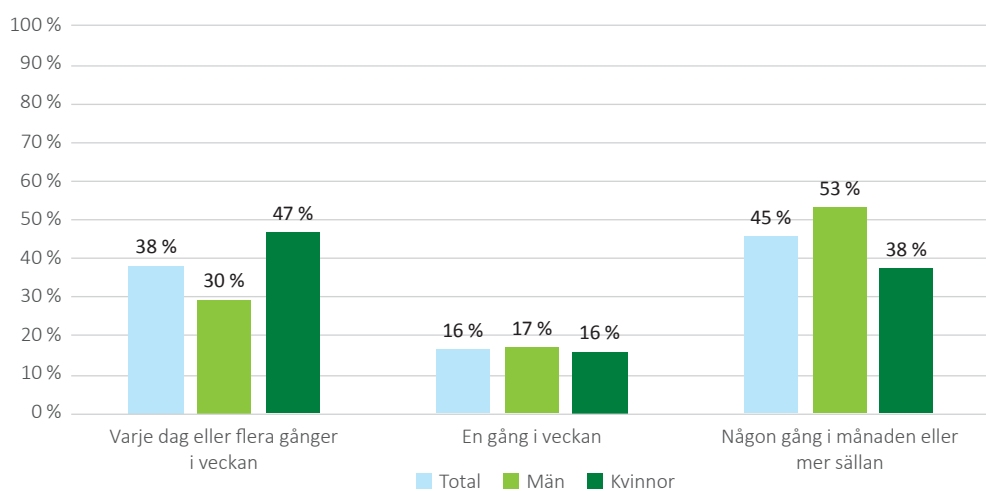
Psykisk hälsa

Under avsnittet *Psykisk hälsa* redovisas svaren från enkäten avseende stress, ängslan, oro, utmattningssyndrom, depression, om man sökt hjälp för psykiska besvär och suicidtankar.

Stress

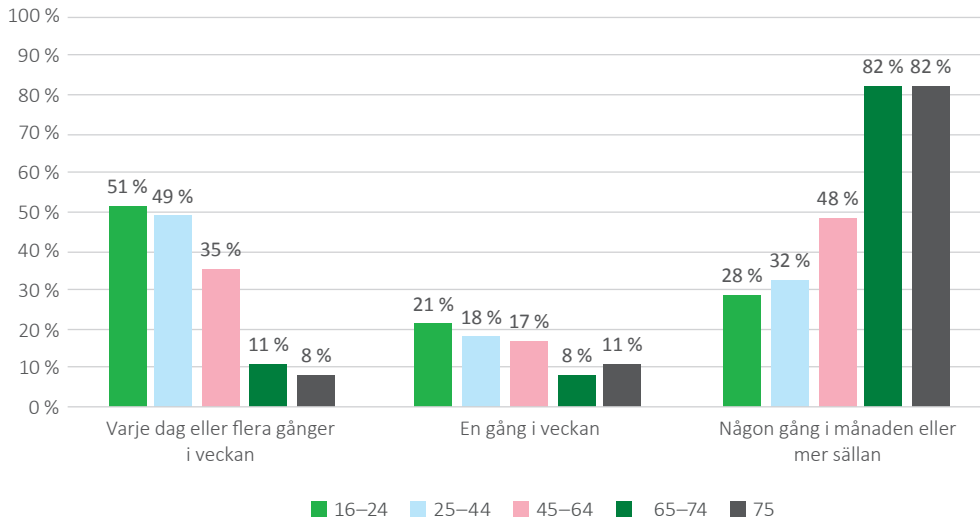
Det är vanligare att kvinnor känner stress än män. 30 procent av männen och 47 procent av kvinnorna upplever stress varje dag eller flera gånger i veckan (57 procent av tjejerna i Unga18). Totalt sett är det hela 38 800 personer i Umeå kommun som upplever stress så ofta.

Figur 19. Hur ofta har du känt dig stressad? Efter kön.



Det är vanligare bland yngre än bland äldre att uppleva stress. Cirka 50 procent av personer i åldrarna mellan 16 och 44 år upplever stress varje dag eller flera gånger i veckan. Det kan jämföras mot 8–11 procent av personer över 65 år.

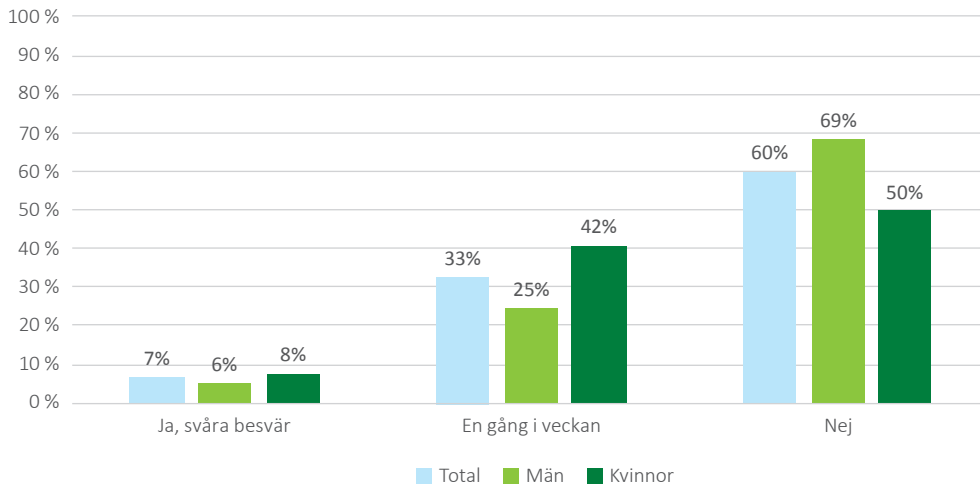
Figur 20. Hur ofta har du känt dig stressad? Efter ålder.



Ängslan och oro

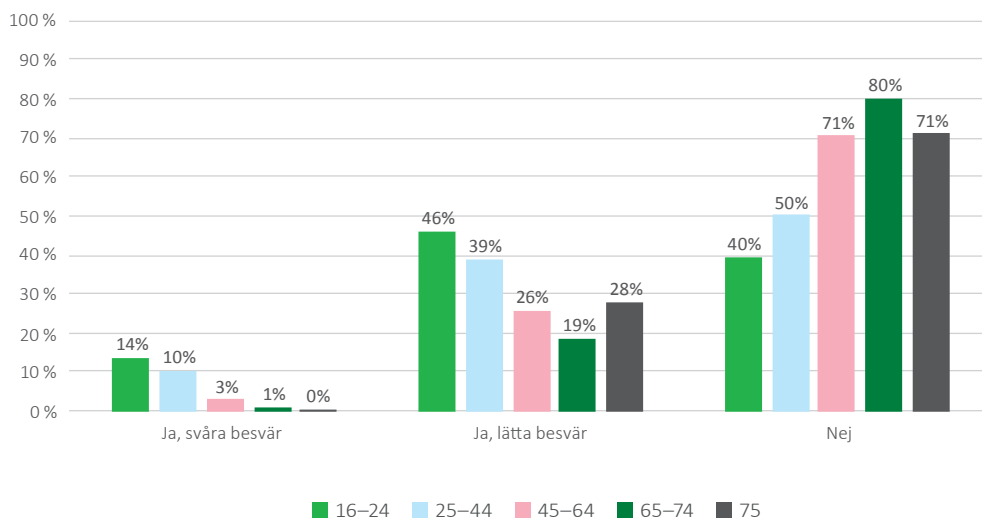
Fler kvinnor än män upplever besvär med ängslan, oro eller ångest. 42 procent av kvinnorna uppger lätta besvär och 8 procent, svåra besvär. 25 procent av männen uppger lätta besvär och 6 procent uppger svåra besvär.

Figur 21. Har du besvär med ängslan, oro eller ångest? Efter kön.



I allmänhet minskar besvär för ängslan, oro eller ångest, ju äldre man blir, men 28 procent av 75-åringar och äldre svarar att de upplevt lätta besvär under de senaste två veckorna.

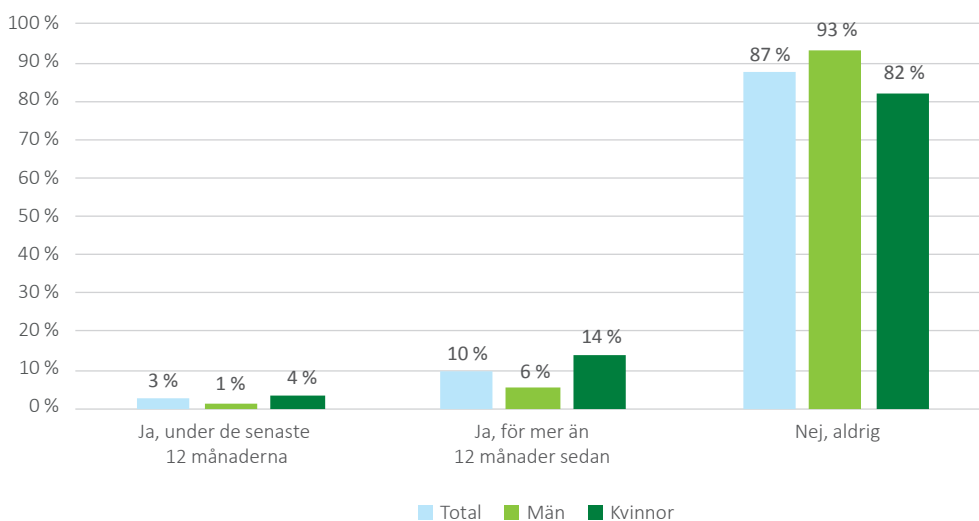
Figur 22. Har du besvär med ängslan, oro eller ångest? Efter ålder.



Utmattningssyndrom

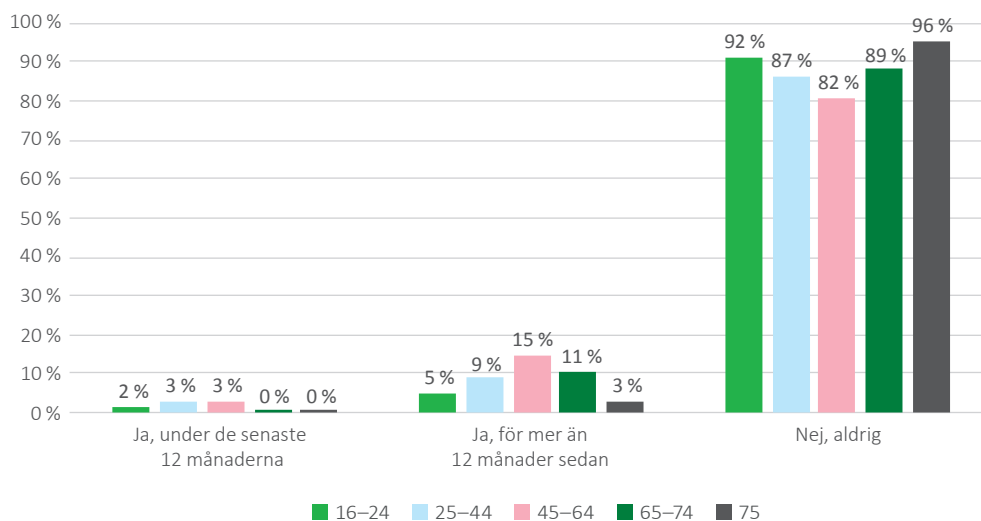
14 procent av kvinnorna och 6 procent av männen har fått diagnosen utmattningssyndrom för mer än 12 månader sedan. 3 procent av kvinnorna och 1 procent av männen har fått diagnosen under det senaste året.

Figur 23. Har du någon gång fått diagnosen utmattningssyndrom eller utmattningsdepression av läkare? Efter kön.



Cirka 3 procent, eller cirka 1 200 personer, i åldrarna 25–64 år har under de senaste 12 månaderna fått diagnosen utmattningssyndrom.

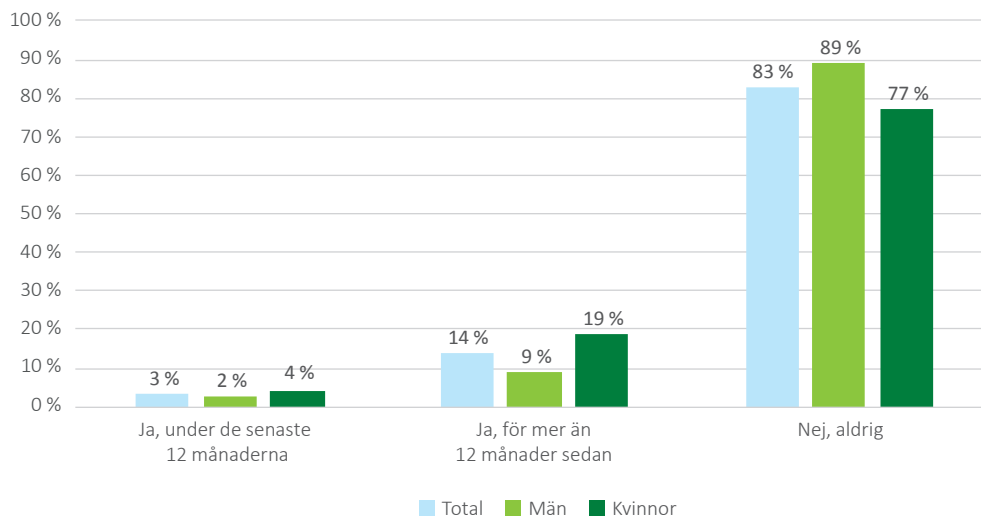
Figur 24. Har du någon gång fått diagnosen utmattningssyndrom eller utmattningsdepression av läkare? Efter ålder.



Depression

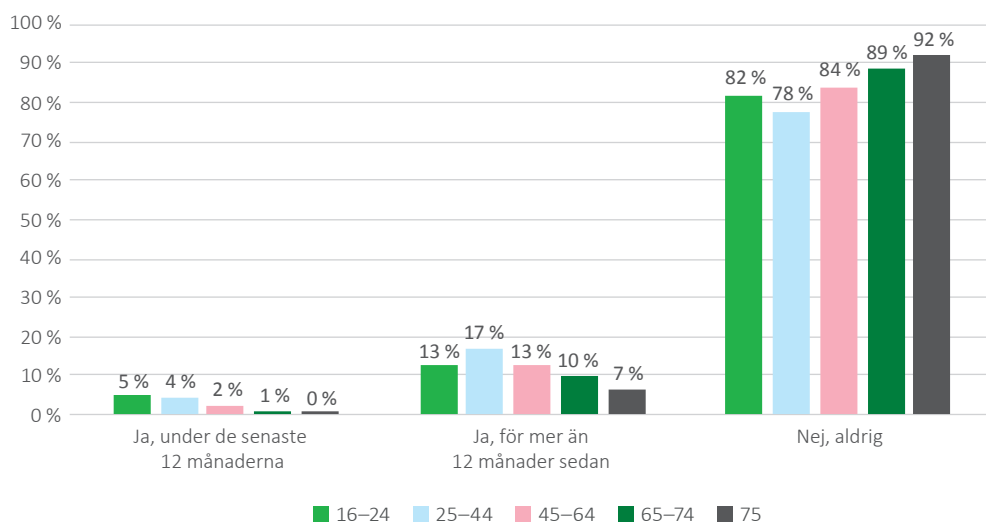
Fler kvinnor än män har fått diagnosen depression av läkare. 23 procent av kvinnorna har fått diagnosen depression för mer än ett år sedan eller under det senaste året. Motsvarande för männen är 11 procent. 3 procent har under det senaste året fått diagnosen depression. Totalt har cirka 3 000 umebor fått diagnosen depression av läkare de senaste 12 månaderna.

Figur 25. Har du någon gång fått diagnosen depression av läkare? Efter kön.



4–5 procent i åldrarna 16–44 år har under de senaste 12 månaderna fått diagnosen depression.

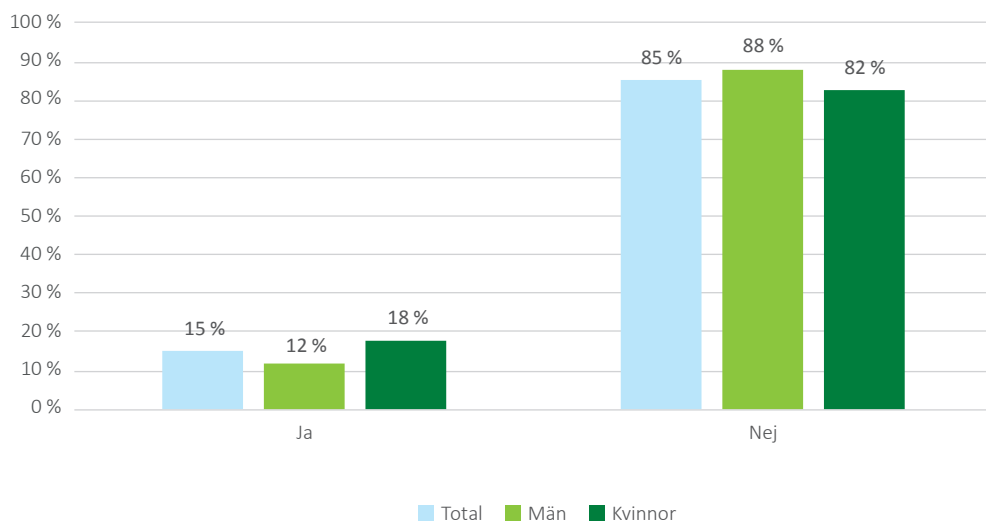
Figur 26. Har du någon gång fått diagnosen depression av läkare? Efter ålder.



Sökt hjälp på grund av psykiska besvär

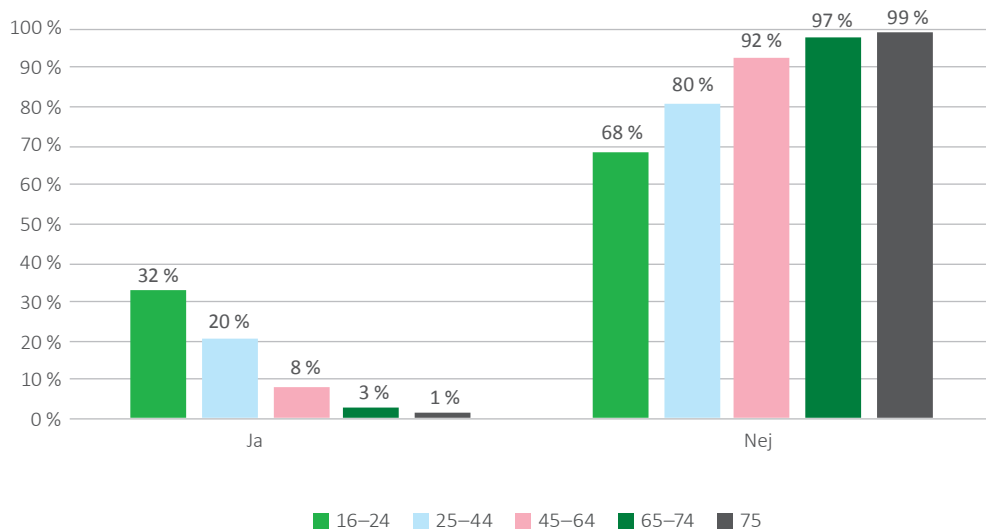
18 procent av kvinnorna och 12 procent av männen uppger att de haft behov av hjälp på grund av psykisk ohälsa men ändå inte sökt hjälp.

Figur 27. Har du ansett dig vara i behov av vård/hjälp på grund av psykisk ohälsa men ändå avstått från att söka vård/hjälp under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



Så många som en tredjedel av 16–24 åringarna och en femtedel av 25–44 åringarna har svarat att de är i behov av hjälp på grund av psykisk ohälsa men har avstått från att söka hjälp.

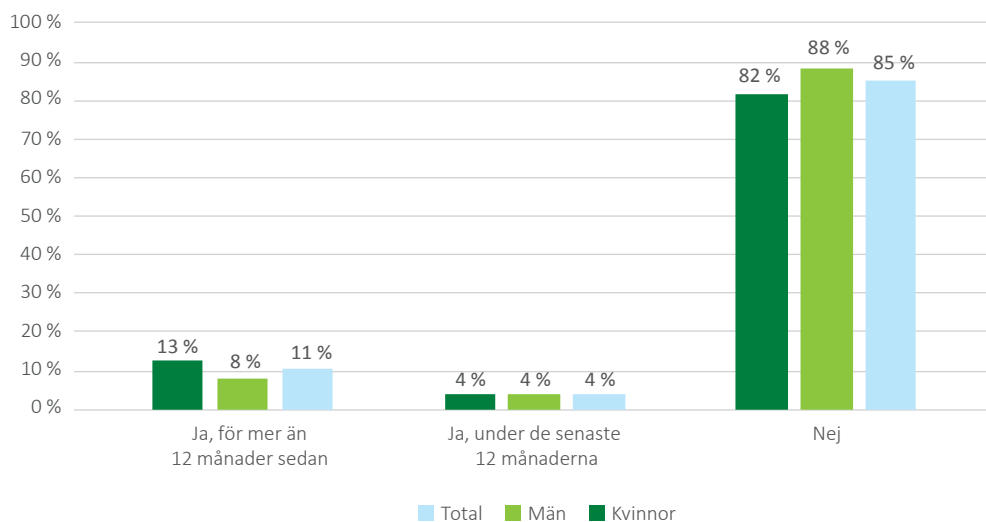
Figur 28. Har du ansett dig vara i behov av vård/hjälp på grund av psykisk ohälsa men ändå avstått från att söka vård/hjälp under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.



Självordstankar

13 procent av kvinnorna och 8 procent av männen uppger att de haft självordstankar för mer än 12 månader sedan. 4 procent av både män och kvinnor har haft självordstankar under de senaste 12 månaderna. Det motsvarar cirka 4 100 personer. Det är vanligare bland yngre än bland äldre att man har självordstankar. Det är dock enligt Socialstyrelsen vanligare, i synnerhet för män, att man tar sitt liv när man är bland de äldre åldrarna.

Figur 29. Självordstankar. Efter kön.



Livsvillkor och levnadsförhållanden

Med livsvillkor avses förhållanden i närmiljön och samhället som omger och påverkar en individ, såsom utbildningsnivå, bostads- och arbetsförhållanden, ekonomi, tillgången till hälso- och sjukvård, och lagstiftning om exempelvis socialförsäkringar.

Utbildning och arbete

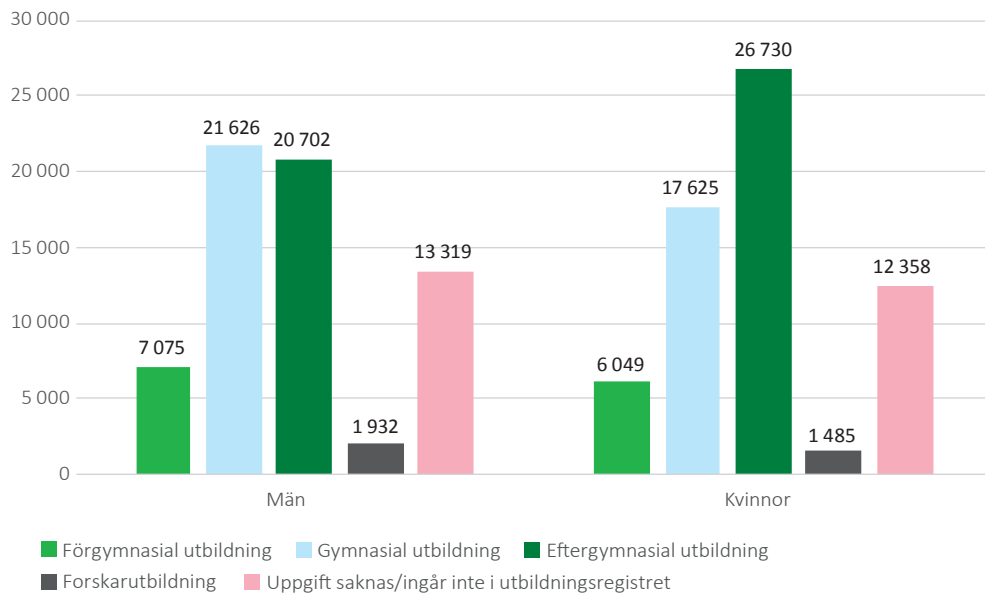
Under rubriken redovisas svaren gällande utbildningsnivå, arbetsförhållanden, inkomster, försörjning, boende, trångboddhet, närmiljö, kontroll, inflytande, delaktighet. I kapitlet visas även svaren på frågorna kring förtroende, jämlikhet och jämställdhet.



Utbildningsnivå

Umeå är en universitetsstad och en stor andel av befolkningen har universitets- eller högskoleutbildning. Enligt registerbaserad statistik har närmare 51 000 umebor eftergymnasial utbildning.

Figur 30. Utbildningsnivå.

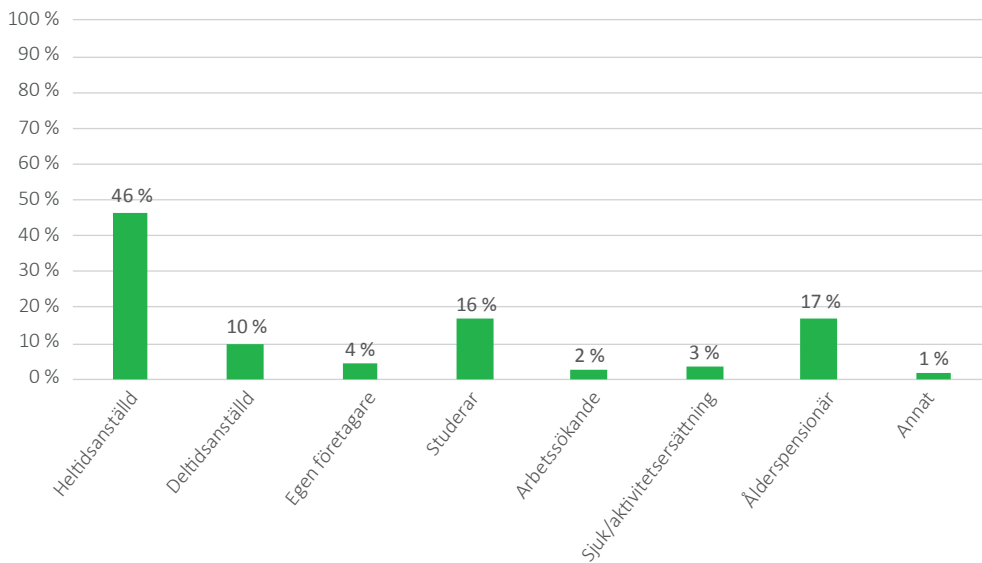




Huvudsaklig sysselsättning

46 procent av umeborna uppger att de har en heltidsanställning och 10 procent deltid-arbetar. 3 procent är egenföretagare och 16 procent studerar. 2 procent uppger att de är arbetsökande och 3 procent är sjukskrivna eller har aktivitetsersättning. 17 procent är ålderspensionärer.

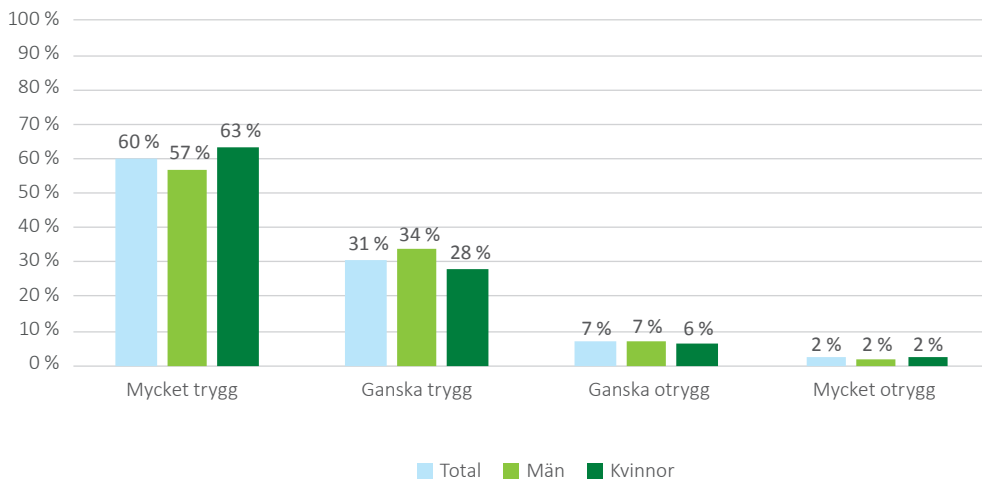
Figur 31. Vilken är din huvudsakliga sysselsättning? Totalt.



Anställningstrygghet

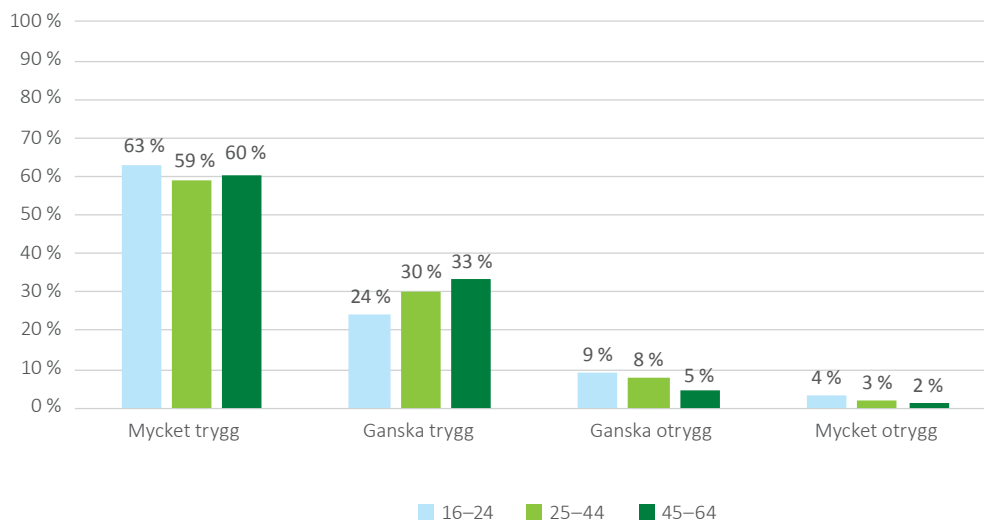
Av de med anställning uppger flertalet av både kvinnor och män att de känner sig mycket trygga eller ganska trygga med sin anställning. 63 procent av kvinnorna och 57 procent av männen upplever att de har en mycket trygg anställning och 28 procent av kvinnorna och 34 procent av männen upplever en ganska trygg anställning. 2 procent upplever sin anställning som mycket otrygg.

Figur 32. Hur trygg eller otrygg upplever du din anställning eller arbete som egen företagare? Efter kön.



Det är fler bland de yngre ålderskategorierna som upplever sin anställning otrygg. 13 procent bland 16–24 åringar upplever sin anställning som ganska otrygg eller mycket otrygg. Motsvarande för personer i åldern 45–64 år är 7 procent.

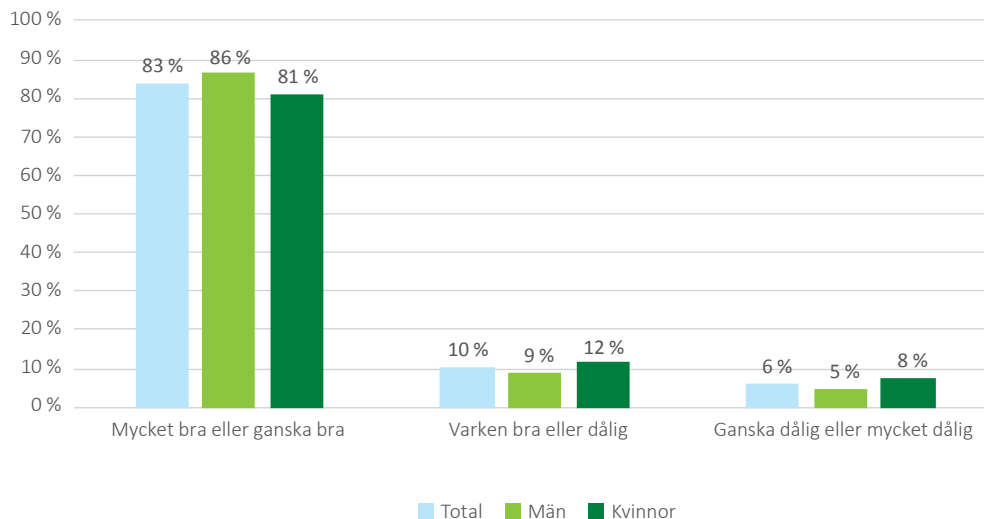
Figur 33. Hur trygg eller otrygg upplever du din anställning eller arbete som egen företagare? Efter ålder.



Arbetsituation

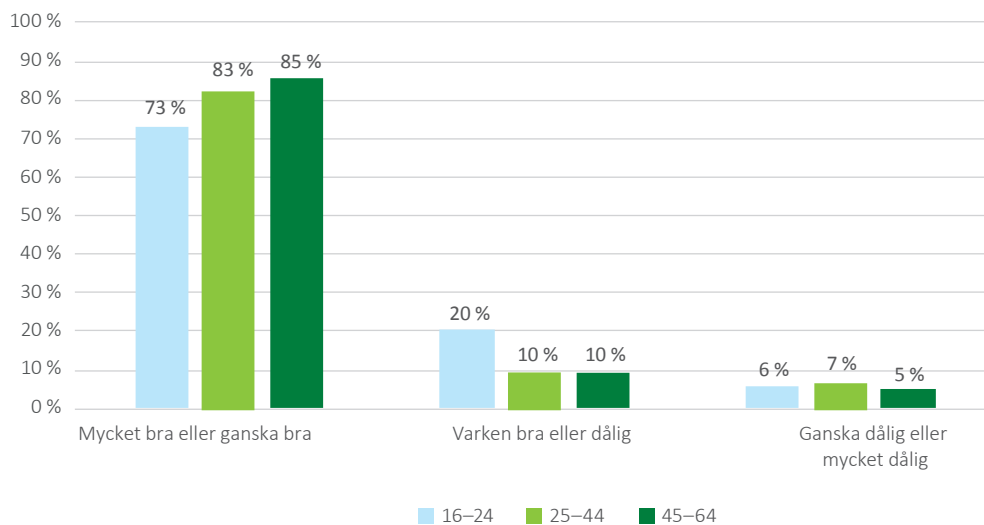
På frågan om hur man ser på sin arbetsituation uppger majoriteten att den är mycket bra eller ganska bra. 8 procent av kvinnorna och 5 procent av männen anser dock att arbetsituationen är ganska dålig eller mycket dålig.

Figur 34. Hur är din arbetsituation i allmänhet? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder visar resultaten att de yngre mindre ofta uppger att arbets-situationen är bra eller mycket bra i jämförelse med de äldre åldersgrupperna. 73 procent av yngre umebor tycker att arbetssituationen är bra eller mycket bra. Motsvarande för 25–64 åringarna är 83–85 procent.

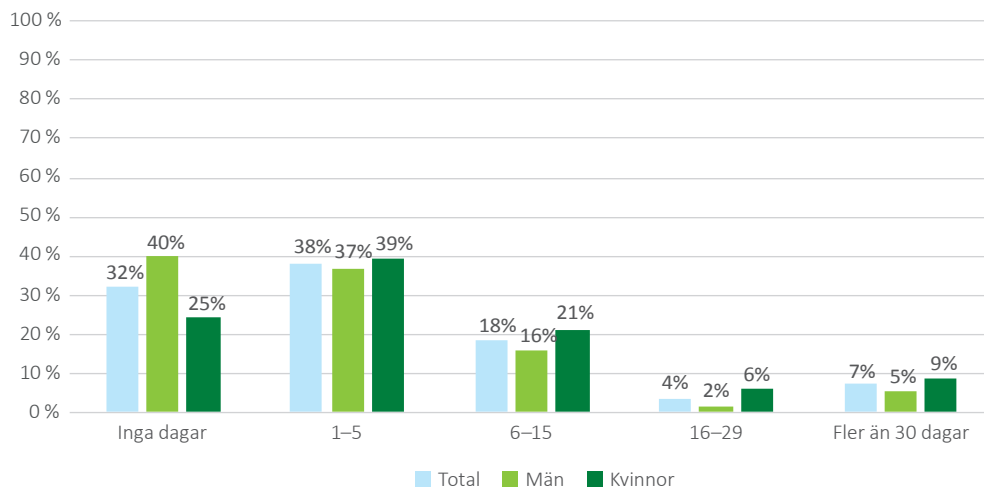
Figur 35. Hur är din arbets-situation i allmänhet? Efter ålder.



Frånvaro från arbetet

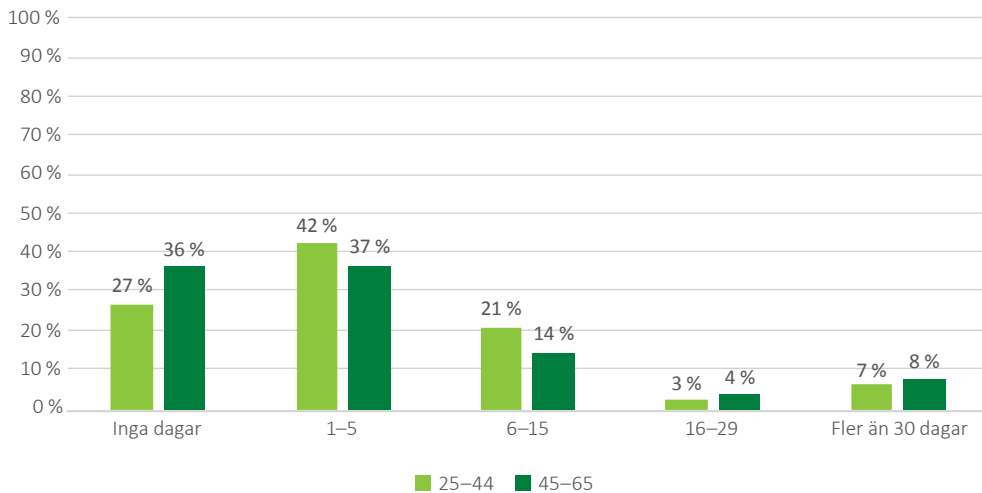
På frågan om hur många dagar man har varit borta från arbetet på grund av hälsoskäl under de senaste 12 månaderna svarar majoriteten, eller cirka 70 procent, att man inte varit borta alls eller mellan 1 och 5 dagar. Fler kvinnor än män uppger en högre sjukfrånvaro.

Figur 36. Ungefär hur många dagar har du varit borta från arbetet på grund av hälsoskäl under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



Delar man upp resultaten efter ålder visar svaren att den långa sjukfrånvaron är något vanligare bland de äldsta i förvärvsarbetsande ålder.

Figur 37. Ungefär hur många dagar har du varit borta från arbetet på grund av hälsoskäl under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.

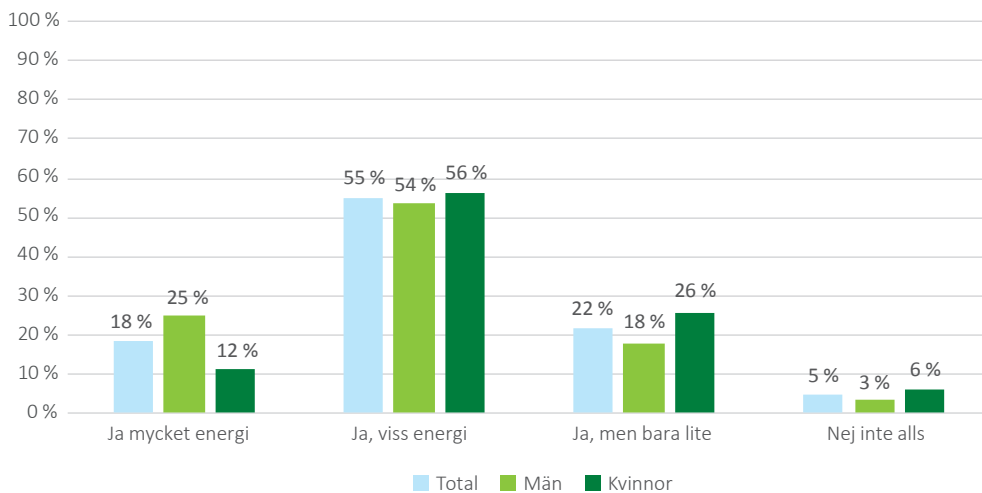


Energi efter jobbet

På frågan om hur mycket energi som umeborna har kvar efter en arbetsdag för att orka med partner, barn eller fritidsaktiviteter svarar 25 procent av männen och 12 procent av kvinnorna att de har mycket energi. 54 procent av männen och 56 procent av kvinnorna uppger att de har viss energi kvar.

32 procent av kvinnorna och 21 procent av männen har bara lite eller ingen energi efter jobbet.

Figur 38. Har du kvar energi efter jobbet för att orka med t.ex. din partner, barn och fritidsaktiviteter? Efter kön.





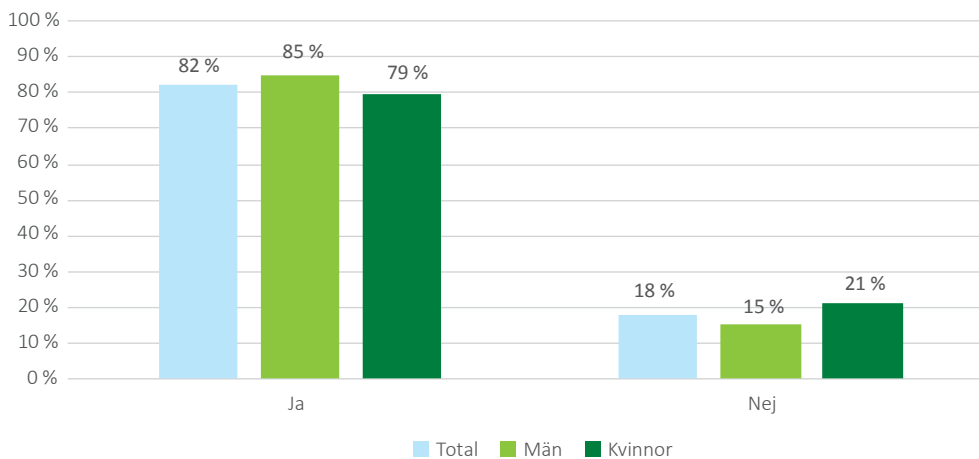
Inkomster och försörjningsmöjligheter

Under avsnittet med inkomster och försörjningsmöjligheter redovisas områden som konsumtionsmarginal, löpande utgifter, ekonomisk jämställdhet i familjen, ekonomiska status och ekonomisk situation i allmänhet.

Konsumtionsmarginal

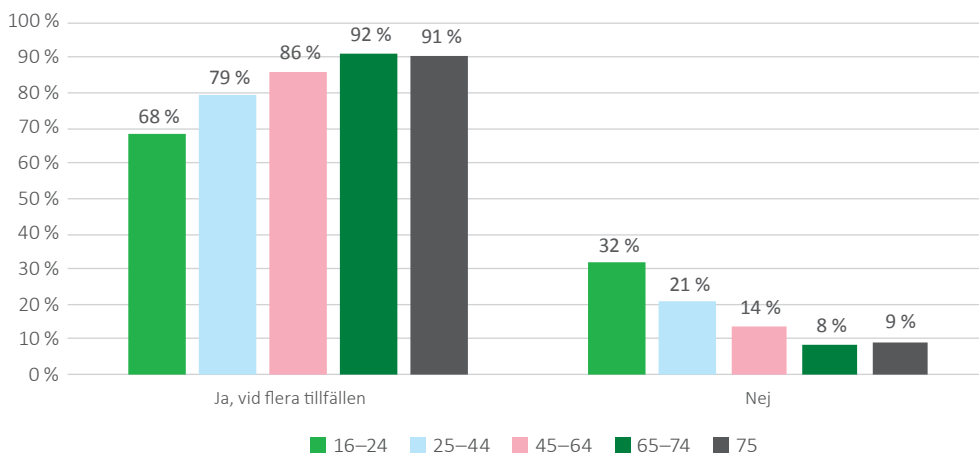
85 procent av männen och 79 procent av kvinnorna uppger att hushållet skulle klara av en oväntad utgift på 10 000 kronor. 21 procent av kvinnorna och 15 procent av männen svarar att de inte har de marginalerna i sin privata ekonomi.

Figur 39. Skulle ditt hushåll klara av att betala en oväntad utgift på 10 000 kronor inom en månad utan att låna eller be om hjälp? Efter kön.



När samma fråga redovisas efter ålder är det 32 procent av 16–24 åringarna som uppger att de inte har de marginalerna och 21 procent i åldersgruppen 25–44 år. Förmågan att betala samvarierar med åldern ganska väl.

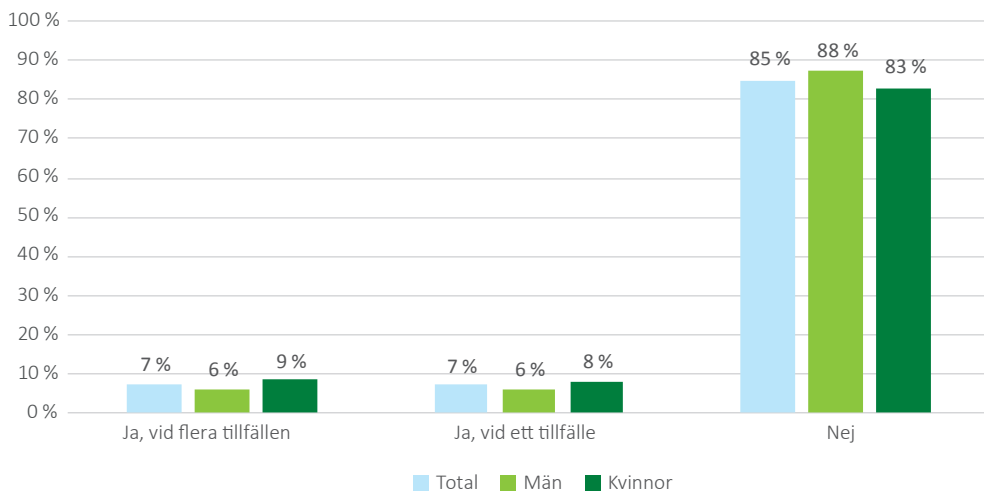
Figur 40. Skulle ditt hushåll klara av att betala en oväntad utgift på 10 000 kronor inom en månad utan att låna eller be om hjälp? Efter ålder.



Löpande utgifter

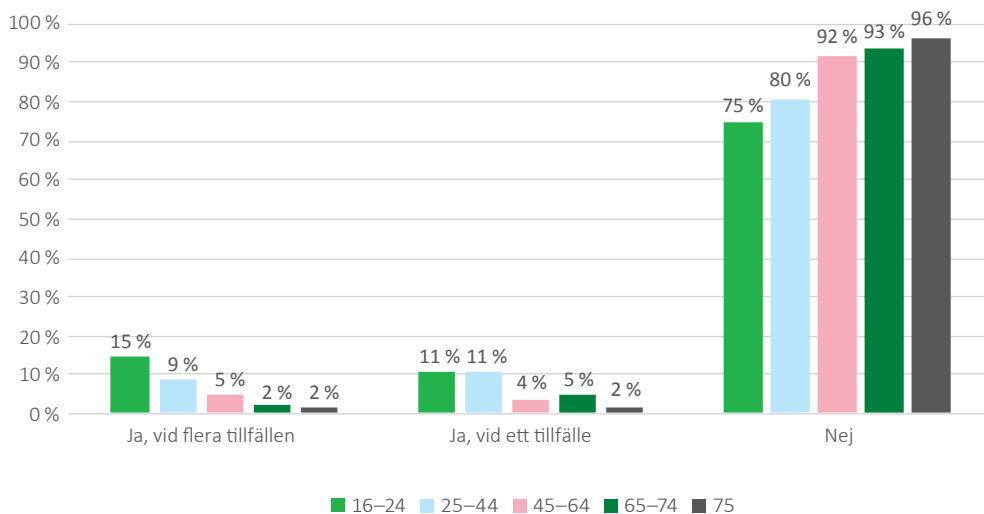
Den stora majoriteten av umeborna har inte några svårigheter att klara sina löpande utgifter. Men 6 procent av männen svarar att de haft svårigheter vid ett tillfälle de senaste 12 månaderna och 6 procent uppger att de haft svårigheter vid flera tillfällen. För kvinnorna är det något fler. 8 procent av kvinnorna uppger att de haft problem med löpande utgifter vid ett tillfälle och 9 procent att de vid flera tillfällen haft ekonomiska svårigheter.

Figur 41. Har det hänt att ditt hushåll haft svårighet att klara de löpande utgifterna för mat, boendekostnad, räkningar m.m. under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



Fler umebor i åldern 16–44 år uppger att de vid ett eller flera tillfällen haft svårigheter att klara de löpande utgifterna under de senaste 12 månaderna.

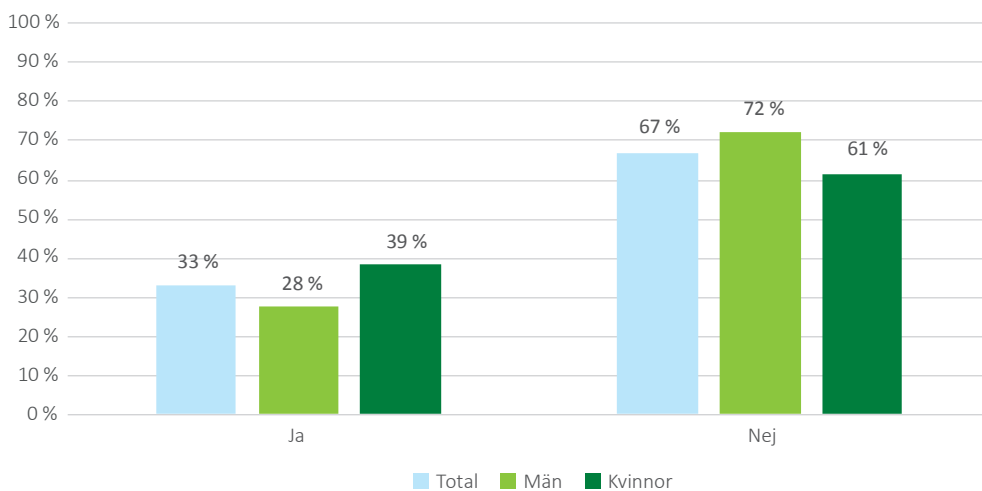
Figur 42. Har det hänt att ditt hushåll haft svårighet att klara de löpande utgifterna för mat, boendekostnad, räkningar m.m. under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.



Ekonomisk jämställdhet i familjen

På frågan om sammanboende personer är beroende av sin sambos inkomst svarar 28 procent av männen att de är det. Motsvarande för kvinnorna är 38 procent.

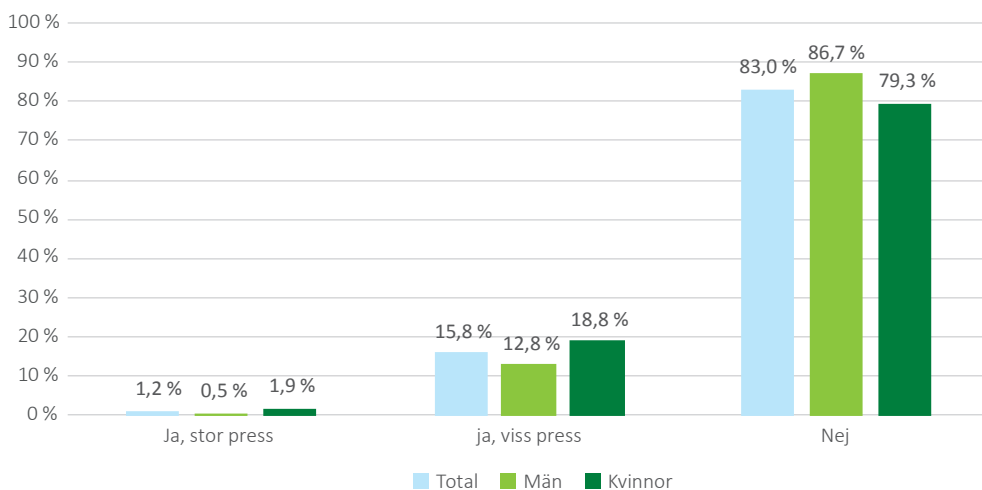
Figur 43. Är du beroende av din sambos/makes/makas/partners inkomst för att du och eventuella barn ska kunna leva under vad du anser vara acceptabla ekonomiska förhållanden? Efter kön.



Ekonomisk status

13 procent av männen och 19 procent av kvinnorna uppger att de känner en viss press på att det ska framstå som att hushållet ska ha god ekonomi. 1 procent av båda könen uppger att de känner stor press. Drygt 80 procent känner ingen press alls.

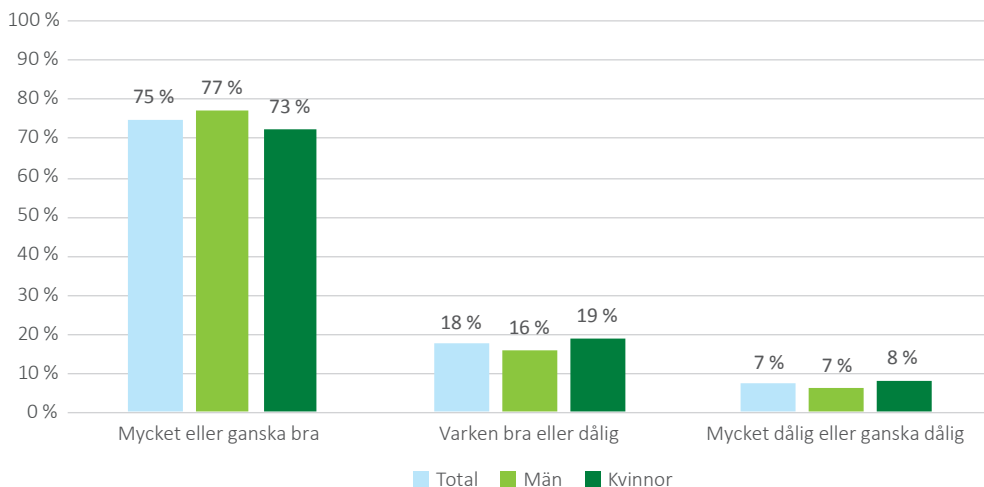
Figur 44. Känner du press från andra att det ska framstå som att hushållet har god ekonomi? Efter kön.



Ekonomisk situation i allmänhet

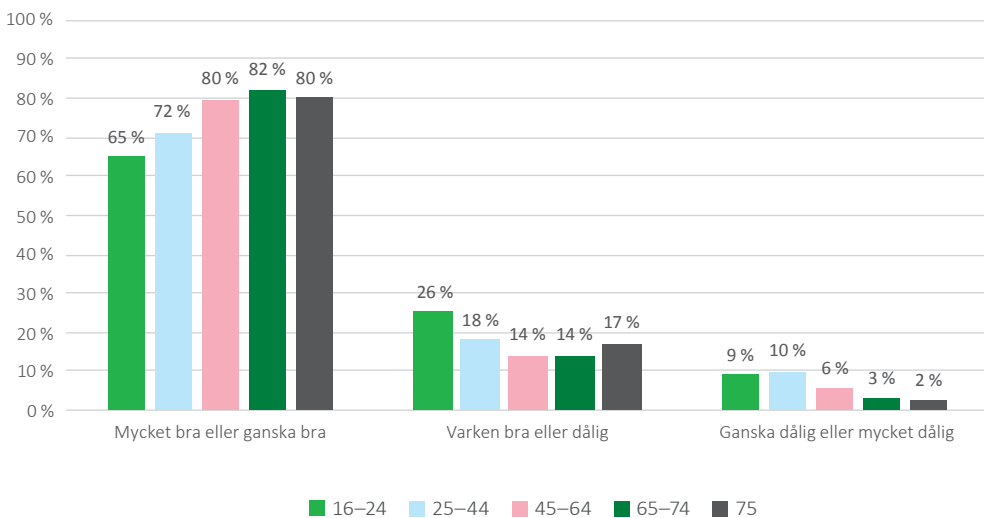
77 procent av männen anser att de har ganska bra eller mycket bra ekonomi. Motsvarande andel för kvinnorna är 73 procent. 8 procent av kvinnorna och 7 procent av männen svarar att de har ganska dålig eller mycket dålig ekonomi.

Figur 45. Hur är ditt hushålls ekonomiska situation i allmänhet? Efter kön.



Redovisat efter ålder visar svaren att något fler i åldern mellan 16 och 44 år har en dålig eller mycket dålig ekonomi.

Figur 46. Hur är ditt hushålls ekonomiska situation i allmänhet? Efter ålder.





Boende och närmiljö

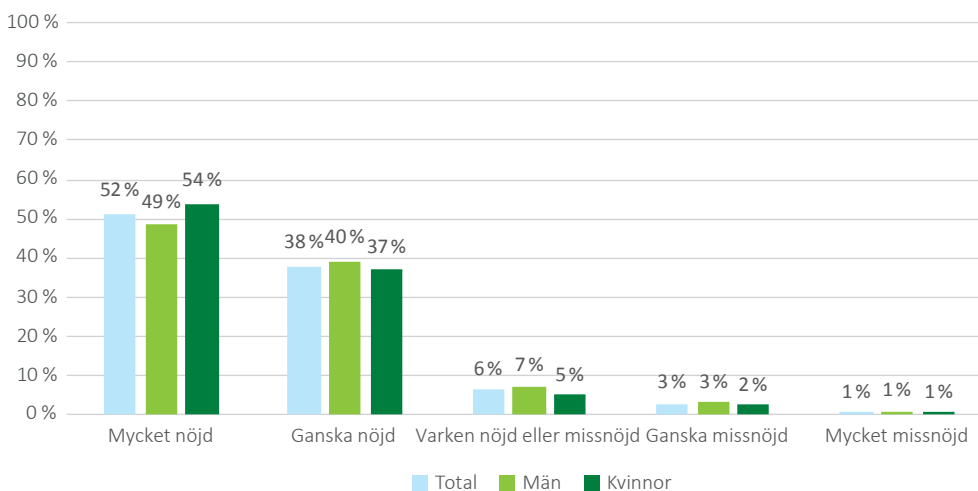
Att ha tillgång till en bra bostad bidrar till trygghet, tillit och en god och jämlik hälsa. Med ett jämlik hälsa-perspektiv kan förändringar åstadkommas som påverkar människors levnads-villkor och minskar ojämlikhet i hälsa. Viktiga komponenter för en jämlik hälsa är att skapa bostadsområden som är socialt hållbara och boendemiljöer som präglas av goda miljöfaktorer.

Nöjdhet med sitt boende

De flesta är mycket nöjda eller ganska nöjda med sitt boende. 91 procent av kvinnorna och 89 procent av männen är ganska eller mycket nöjda. Totalt är 6 procent varken nöjda eller missnöjda och 4 procent är ganska eller mycket missnöjda.

Upplåtelseformen har betydelse. Mer än hälften av umebor som bor i en bostadsrätt och 2 av 3 som bor i en äganderätt (småhus) svarar att de är mycket nöjda, medan bara var tredje som bor i hyresrätt svarar att de är mycket nöjda. Dock menar en stor andel av de som bor i hyresrätt att de är ganska nöjda och man är oavsett upplåtelseform inte mer uttalat missnöjd.

Figur 47. Hur nöjd eller missnöjd är du med hur du bor idag allmänt sett? Efter kön.



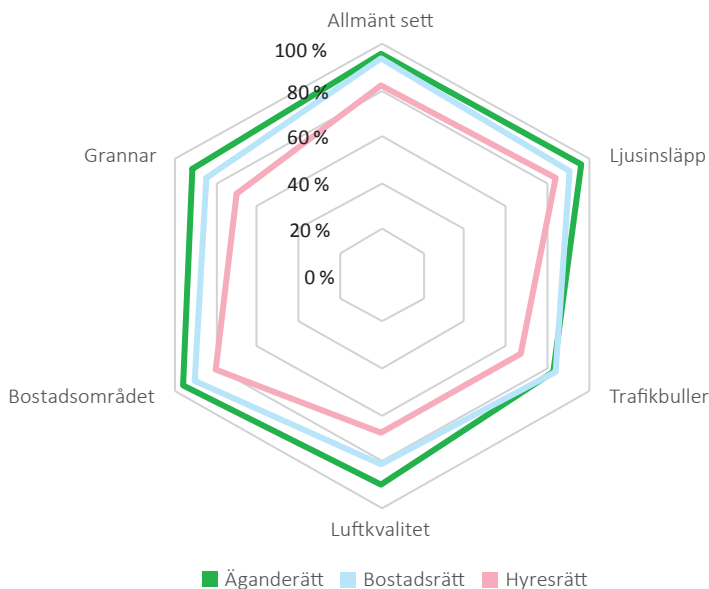
Boendeförutsättningar

Att vistas i dagsljus spelar roll för människors hälsa och välbefinnande. Bland annat påverkas regleringen av dygnsrytm, sömn och vakenhet, humör och förmåga att hantera stress.

Luftföroreningar utgörs av en komplex blandning av olika partiklar och gaser som i stora mängder kan påverka hälsan. Buller och upplevd störning har även den på sikt en negativ påverkan på hälsan. Att trivas i sitt bostadsområde med grannar och mötesplatser är en social hållbarhetsfaktor som påverkar hälsan positivt.

När umeborna fått svara på flera frågor om sitt boende framgår, som ovan indikerades, att det finns skillnad beroende på upplåtelseform. Sammanställningen i nedanstående spindel-diagram visar att umebor som bor i hyresrätt allmänt sett upplever mer störning än de som äger sin bostad och inte lika uttryckligt är nöjda med sitt boende. Det gäller också buller, ljusinsläpp, bostadsområde m.m.

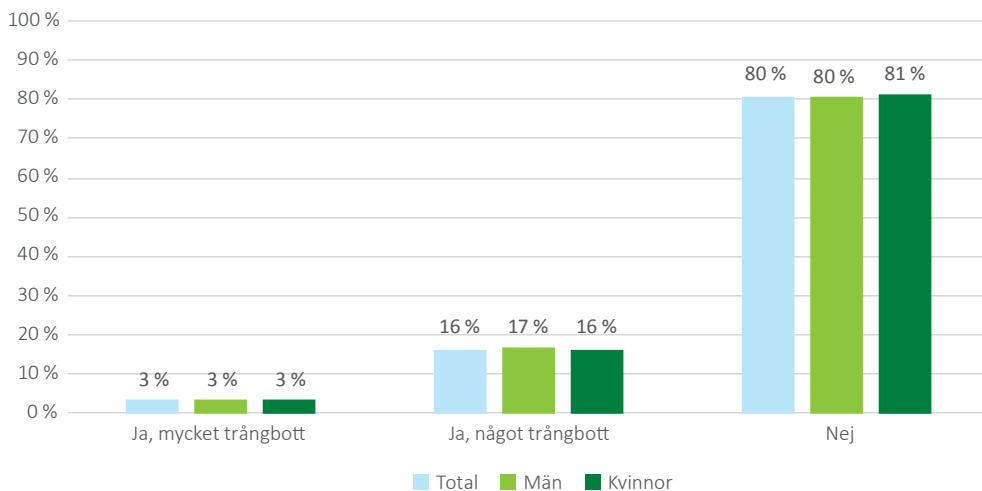
Figur 48. Hur nöjd eller missnöjd är du med ...? Efter upplåtelseform. Andel som svarar "Mycket nöjd" eller "Ganska nöjd".



Trångboddhet

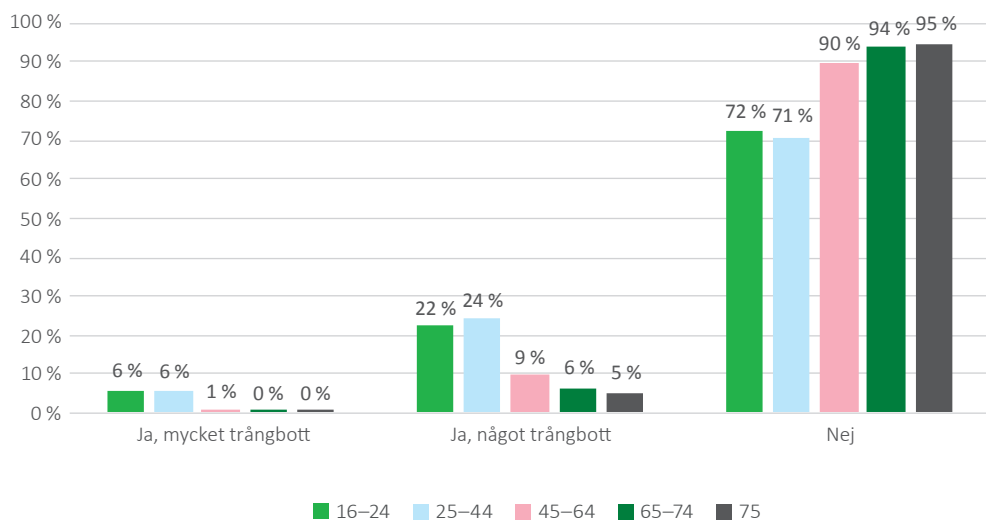
80 procent av umeborna svarar att de inte bor trångt. 16 procent svarar att de bor något trångt och 3 procent att de bor mycket trångt.

Figur 49. Upplever du att hushållet bor trångt? Efter kön.



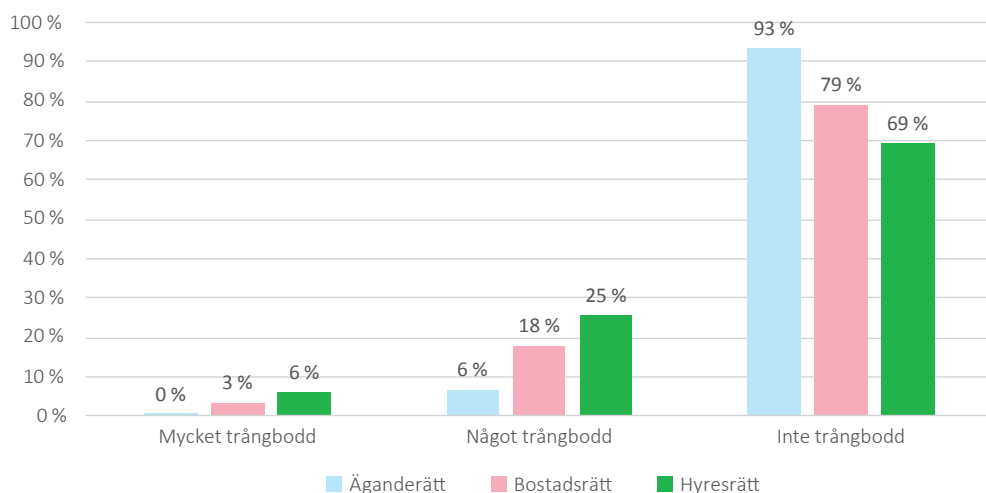
Redovisat efter ålder visar svaren att 6 procent av umebor i åldrarna mellan 16 och 44 år upplever att de bor mycket trångt. Trångboddheten minskar generellt sett ju äldre man blir.

Figur 50. Upplever du att hushållet bor trångt? Efter ålder.



Det är betydligt vanligare att man svarar att man är trångbodd om man bor i en hyresrätt. 6 procent anger att de är mycket trångbodd och 25 procent något trångbodd.

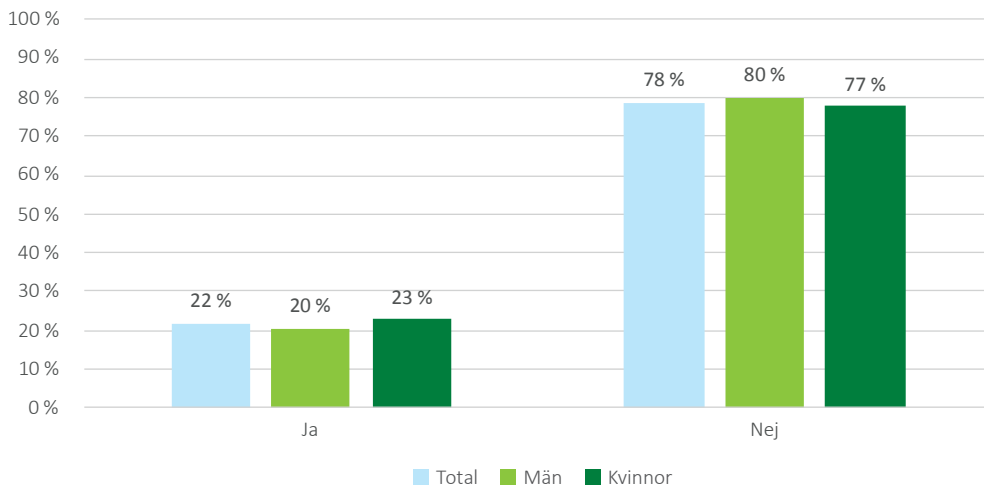
Figur 51. Trångboddhet efter upplåtelseform.



Flyttvilja

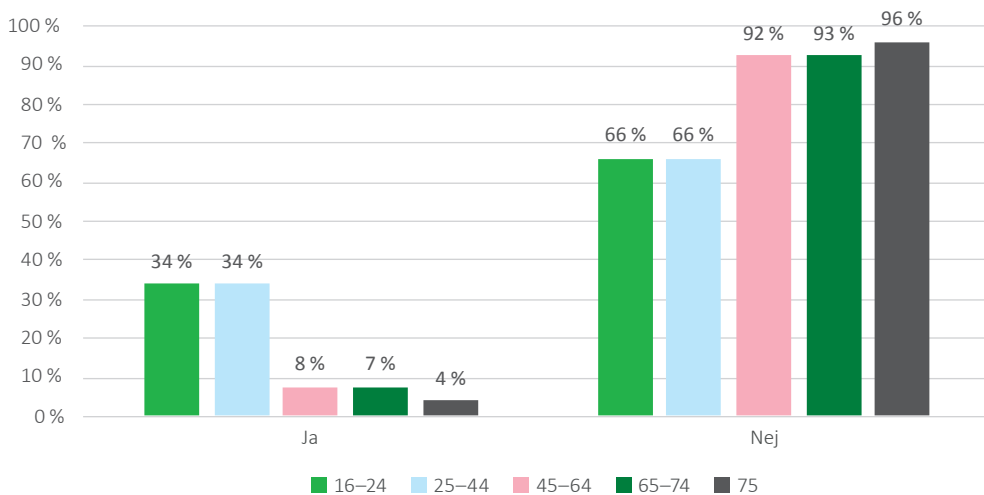
På frågan om man planerar att flytta inom de närmaste 12 månaderna uppger 23 procent av kvinnorna och 20 procent av männen att de skulle vilja flytta.

Figur 52. Överväger du att flytta från din nuvarande bostad inom de närmaste 12 månaderna? Efter kön.



Redovisat efter ålder visar svaren att fler inom de yngre åldrarna överväger att flytta inom de närmaste 12 månaderna. Detta stämmer väl överens med kända mönster att yngre personer flyttar oftare än äldre personer och är i linje med officiell statistik över flyttbeteenden.

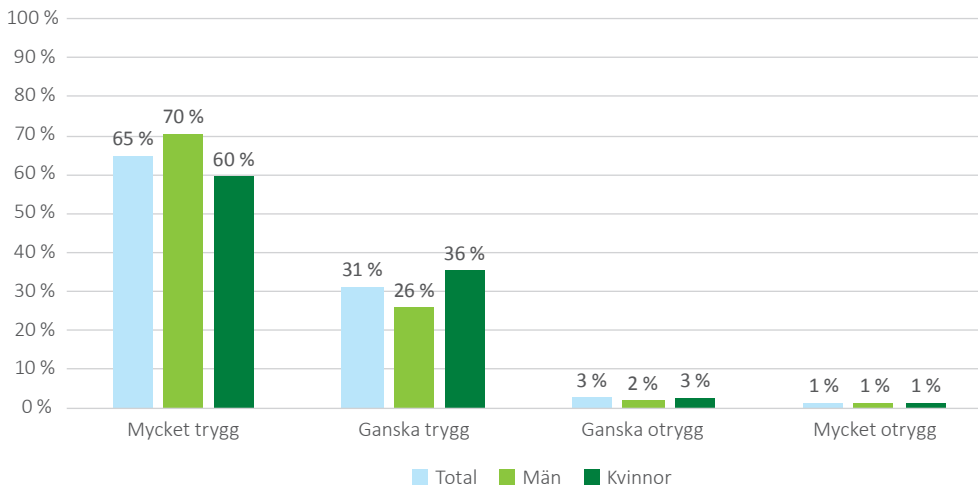
Figur 53. Överväger du att flytta från din nuvarande bostad inom de närmaste 12 månaderna? Efter ålder.



Trygghet och sociala relationer

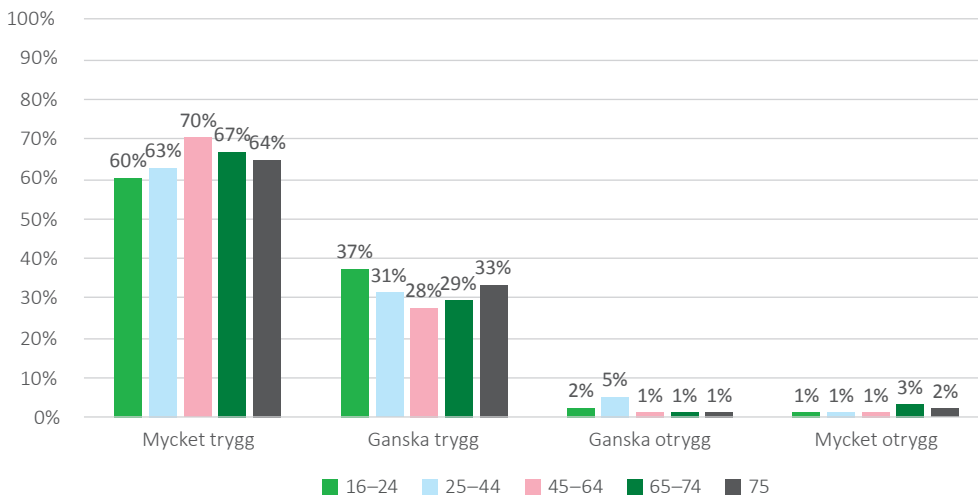
Den stora majoriteten av umeborna känner sig mycket trygga eller ganska trygga i sitt bostadsområde. 10 procentenheter färre kvinnor ger dock svaret "mycket trygg" jämfört med männens svar i samma kategori.

Figur 54. Hur trygg eller otrygg känner du dig i ditt bostadsområde? Efter kön.



Något fler i åldern 25–44 år känner sig otrygga jämfört med andra åldersgrupper. Cirka 6 procent svarar att de känner sig ganska otrygga eller mycket otrygga i sitt bostadsområde. Svaren följer samma mönster som i Ungaenkäten där cirka 3 procent av unga känner sig ganska otrygga eller mycket otrygga i sitt bostadsområde. 3 procent i åldersgruppen 65–74 uppger att de känner sig mycket otrygga.

Figur 55. Hur trygg eller otrygg känner du dig i ditt bostadsområde? Efter ålder.





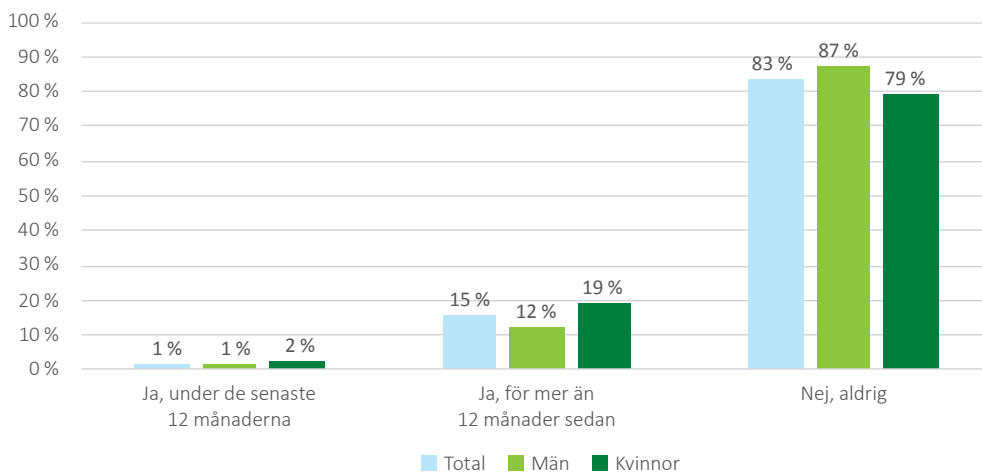
Kontroll, inflytande och delaktighet

En god och jämlik hälsa främjas genom alla individers möjligheter till kontroll, inflytande och delaktighet i samhället och i det dagliga livet. Umeå kommun ska verka för jämlikt deltagande i demokratiska processer med att motverka diskriminering och annan kränkande behandling samt vara en kommun fri från hot och våld och sexuella trakasserier.

Våld och utsatthet

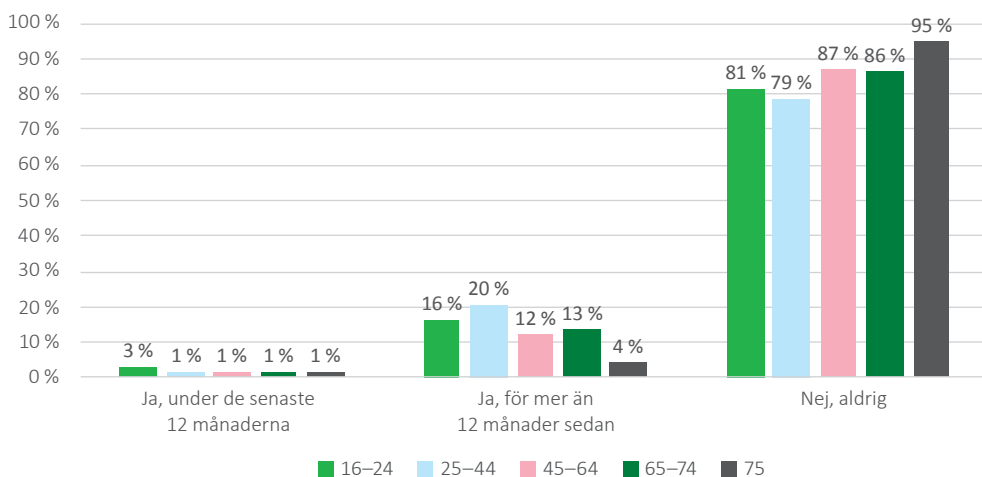
18 procent av kvinnorna och 12 procent av männen svarar att de utsatts för ett allvarligt brott för mer än 12 månader sedan. 1,5 procent svarar att de utsatts för ett allvarligt brott under de senaste 12 månaderna.

Figur 56. Anser du att du någon gång blivit utsatt för ett allvarligt brott? Efter kön.



Inom åldersgruppen 16–24 år uppgår 2,6 procent att de utsatts för ett allvarligt brott under de senaste 12 månaderna och inom samma åldersindelning svarar 16 procent att de utsatts för ett allvarligt brott för mer än 12 månader sedan. Hela 20 procent inom ålderskategorin 25–44 uppgår även att de utsatts för brott för mer än 12 månader sedan.

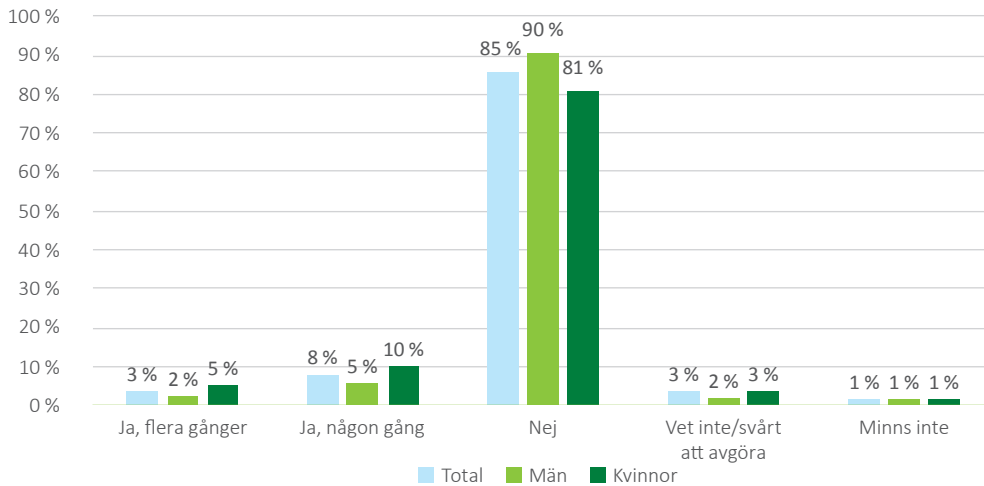
Figur 57. Anser du att du någon gång blivit utsatt för ett allvarligt brott? Efter ålder.



Sexuellt ofredande

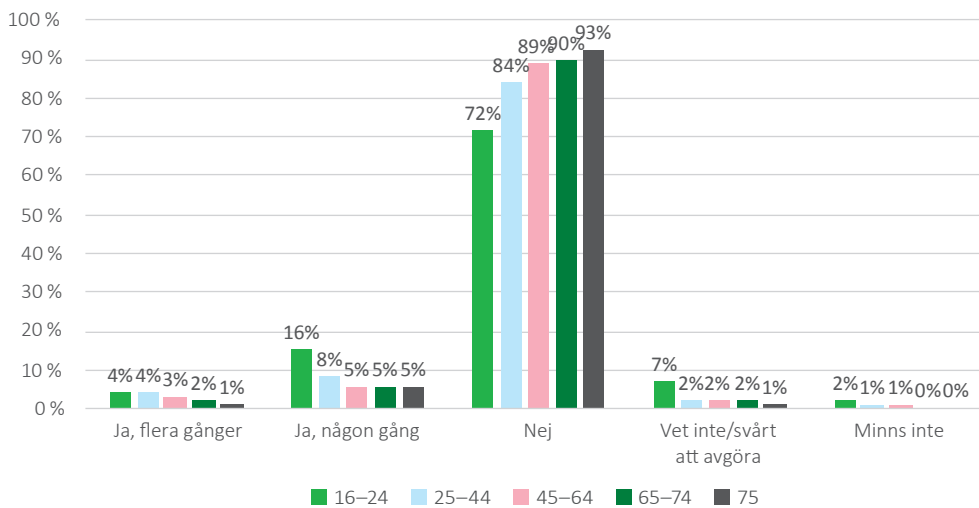
Cirka 10 procent av kvinnorna i Umeå svarar att de blivit ofredade någon gång och cirka 5 procent svarar att de utsatts flera gånger. 8 procent av männen uppger att de blivit utsatta någon gång och cirka 1,5 procent att de utsatts flera gånger.

Figur 58. Har du fått oönskade sexuella förslag eller blivit sexuellt ofredad per telefon eller på internet under de senaste 12 månaderna? Exempelvis fått samtal, sms, mms eller fått bilder via e-post eller förfrågningar via chatt. Efter kön.



Svaren visar att det är vanligare att ha blivit ofredad bland de yngsta. 20 procent av personer mellan 16 och 24 år, och 12 procent av personer mellan 25 och 44 år har upplevt sig bli ofredad någon gång eller flera gånger under de senaste 12 månaderna.

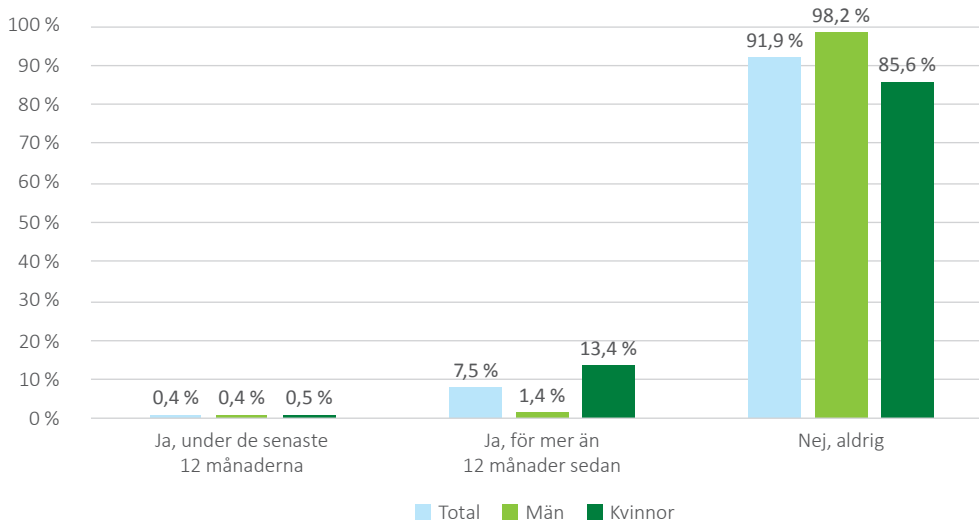
Figur 59. Har du fått oönskade sexuella förslag eller blivit sexuellt ofredad per telefon eller på internet under de senaste 12 månaderna? Exempelvis fått samtal, sms, mms eller fått bilder via e-post eller förfrågningar via chatt. Efter ålder.



Sexuellt tvång

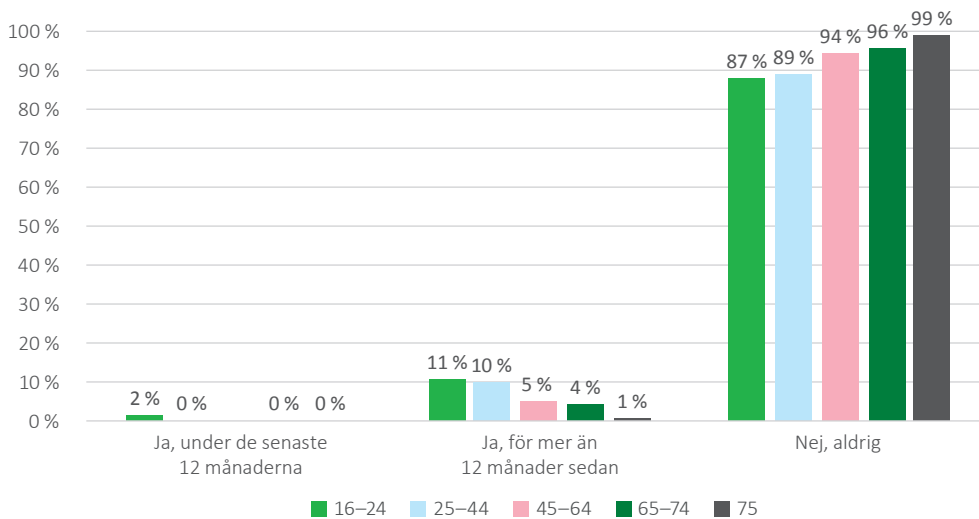
Hela 13 procent, eller cirka 6 600 kvinnor, och 1 procent, eller ungefär 500 män, uppger att de utsatts för sexuellt våld eller tvång för mer än 12 månader sedan. Cirka en halv procent, eller ungefär 500 personer, av både kvinnor och män har utsatts för detta under de senaste 12 månaderna.

Figur 60. Har du någon gång blivit utsatt för någon form av sexuellt våld eller tvång? Efter kön.



I den yngsta ålderskategorin har 1,1 procent svarat att de förekommit under de senaste 12 månaderna.

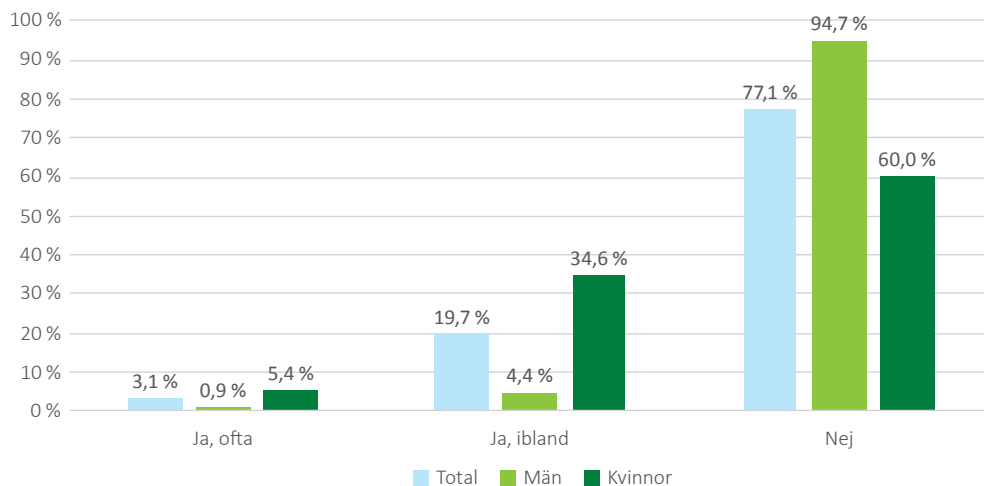
Figur 61. Har du någon gång blivit utsatt för någon form av sexuellt våld eller tvång? Efter ålder.



Begränsad rörelsefrihet i det offentliga rummet

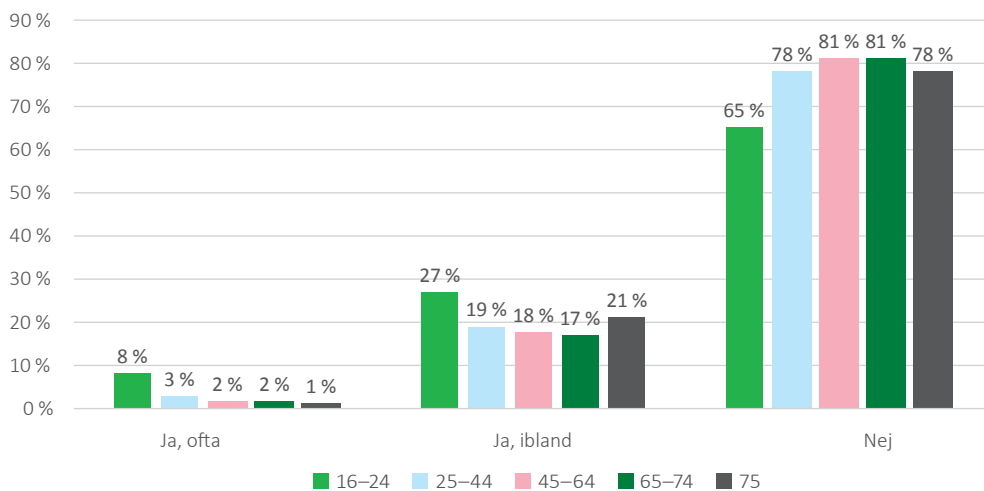
Mer än var tredje kvinna eller cirka 40 procent, väljer ibland eller ofta att avstå från att gå ut ensam av rädsla för att bli rånad, överfallen eller på annat sätt ofredad. Cirka 5 procent av männen uppger samma svar. Siffrorna ligger i nivå med riksgenomsnittet.

Figur 62. Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli rånad, överfallen eller på annat sätt ofredad? Efter kön.



Det är främst bland den yngre delen av befolkningen som personer ofta avstår från att gå ut ensamma på kvällen av rädsla för överfall. 8 procent av 16–24 åringar och 3 procent av 25–44 åringar avstår ofta från att röra sig utomhus av rädsla för att bli utsatta.

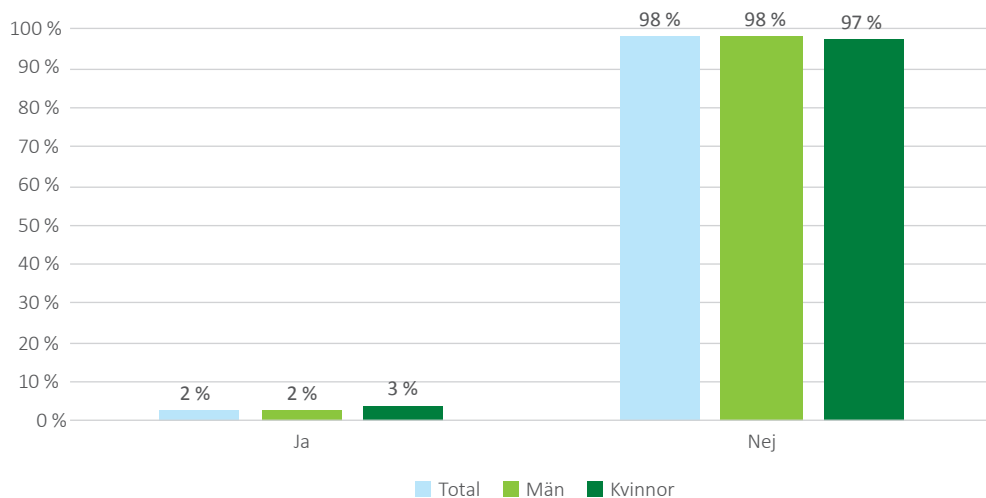
Figur 63. Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli rånad, överfallen eller på annat sätt ofredad? Efter ålder.



Hot om våld

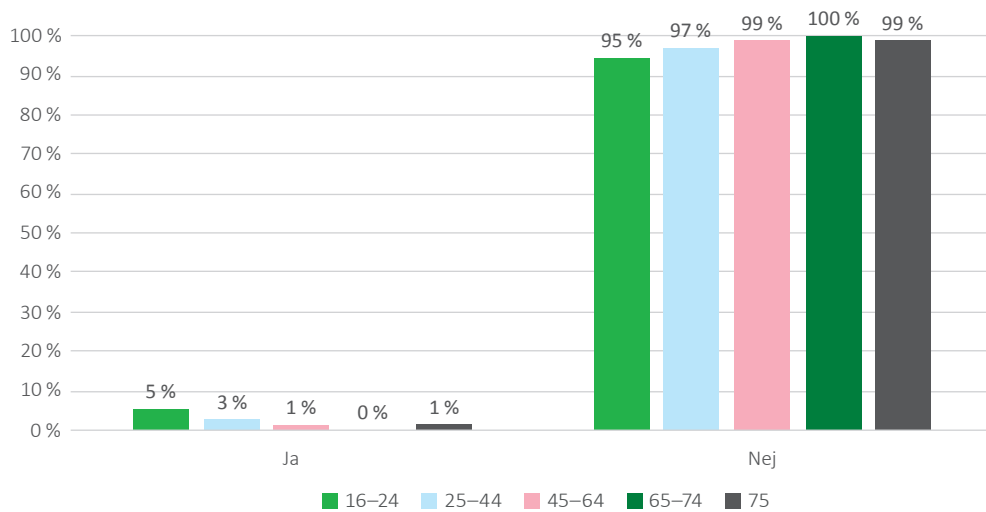
3 procent av kvinnorna och 2 procent av männen uppger att de utsatts för hot och våld under de senaste 12 månaders-perioden.

Figur 64. Har du blivit utsatt för hot om våld så att du blev rädd under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



I den yngsta ålderskategorin återfinns flest svar att de utsatts för våld. Mellan 3 och 5 procent av 16–44 åringar har utsatts för hot om våld de senaste 12 månaderna.

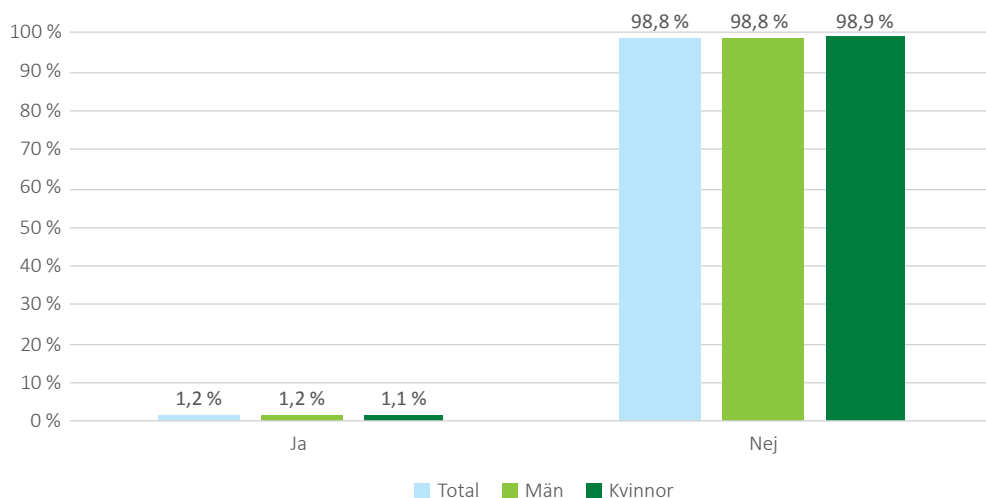
Figur 65. Har du blivit utsatt för hot om våld så att du blev rädd under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.



Utsatthet för våld

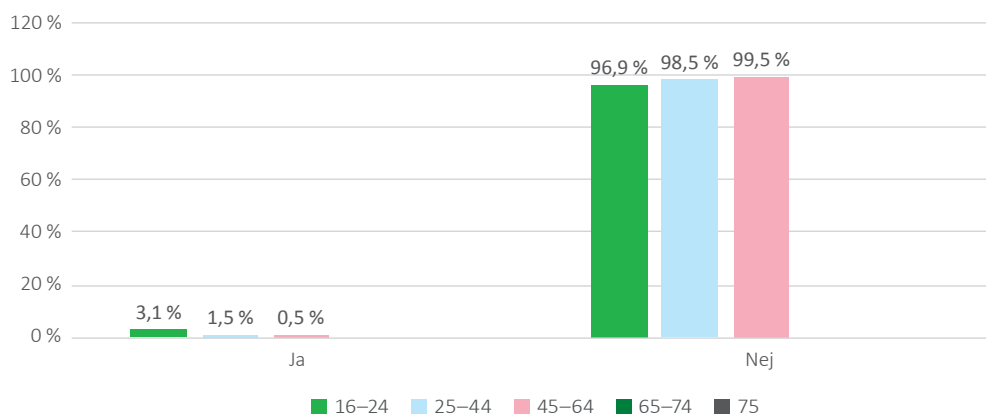
Cirka 1 procent av både kvinnor och män uppger att de utsatts för fysiskt våld under det senaste året.

Figur 66. Har du blivit utsatt för fysiskt våld under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



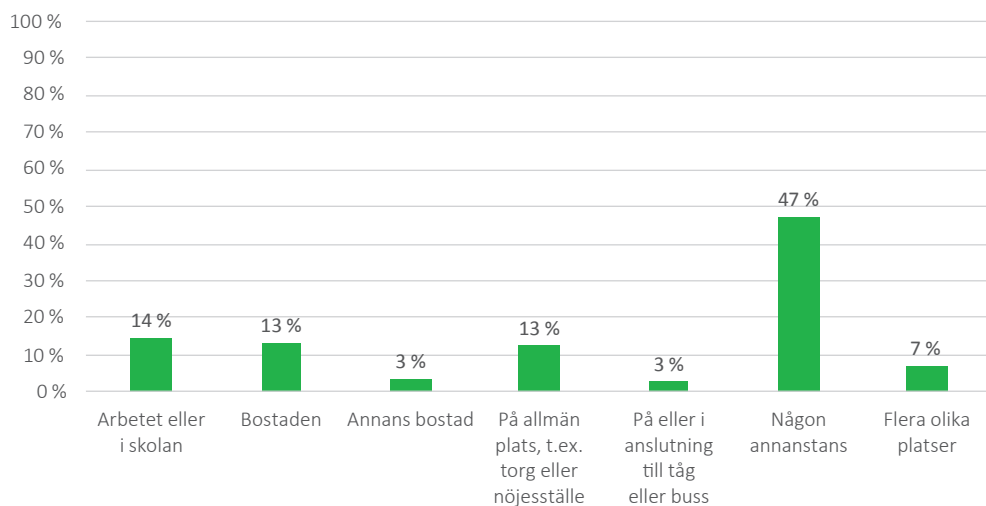
De flesta av de utsatta, eller 3,1 procent, återfinns inom ålderskategorin 16–24 år.

Figur 67. Har du blivit utsatt för fysiskt våld under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.



På frågan om var våldet skedde svarar 14 procent på arbetet eller skolan. 13 procent svarar att våldet skedde i hemmet och 13 procent på allmän plats, t.ex. ett torg. De flesta uppger dock annan plats.

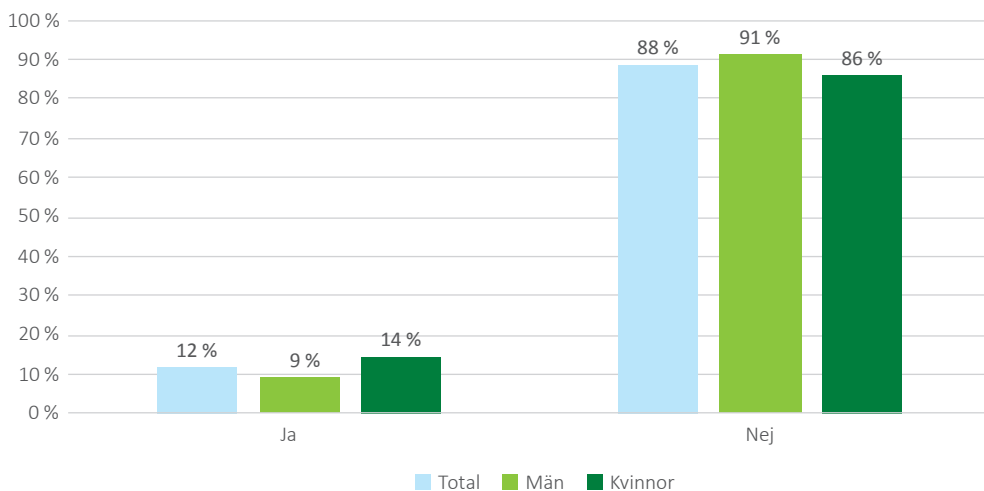
Figur 68. Var skedde våldet? Totalt.



Våld mellan familjemedlemmar

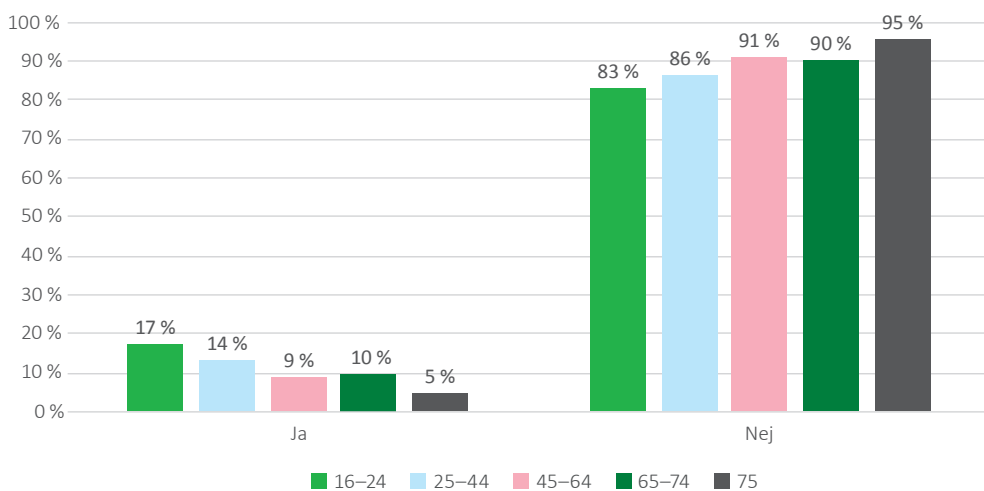
Hela 14 procent av kvinnorna och 9 procent av männen har någon gång bevittnat våld mellan sina familjemedlemmar.

Figur 69. Har du någon gång bevittnat våld mellan familjemedlemmar? Efter kön.



I den yngsta åldersindelningen har 17 procent bevittnat våld mellan familjemedlemmar. I ålderskategorin 25–44 år har 14 procent bevittnat våld mellan familjemedlemmar.

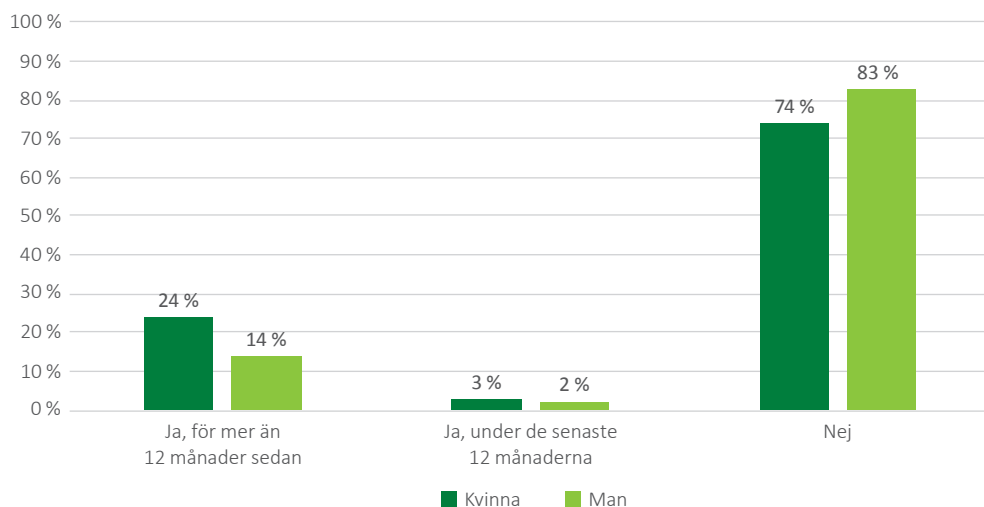
Figur 70. Har du någon gång bevittnat våld mellan familjemedlemmar? Efter ålder.



Psykiska övergrepp

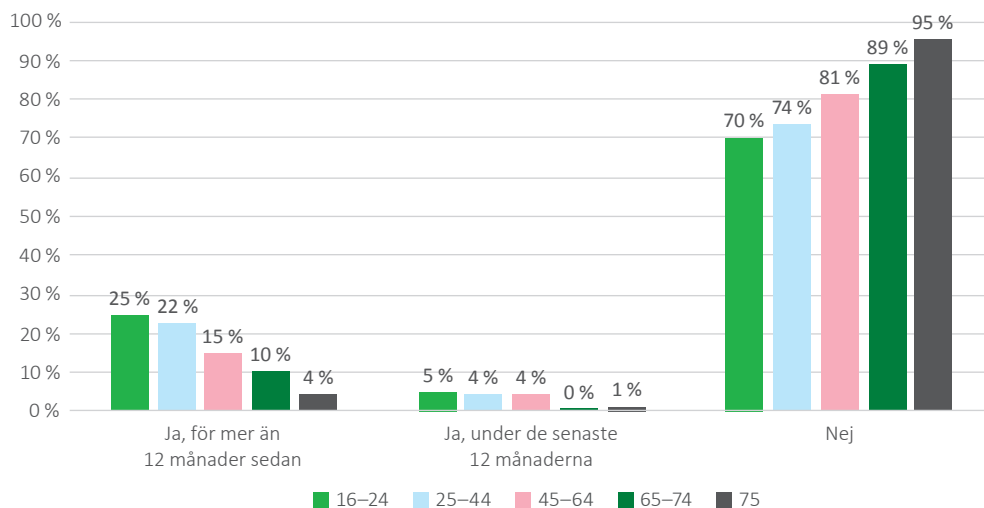
3 procent av kvinnorna och 2 procent av männen uppger att de under de senaste 12 månaderna har blivit utsatta för någon form av psykiskt övergrepp.

Figur 71. Har du någon gång blivit utsatt för någon form av psykiskt övergrepp t.ex. trakasserad, kontrollerad, hotad, fått saker förstörda, inte fått insyn i ekonomin eller annat? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder framgår det att det är vanligare med denna typ av utsatthet bland yngre än bland äldre umebor.

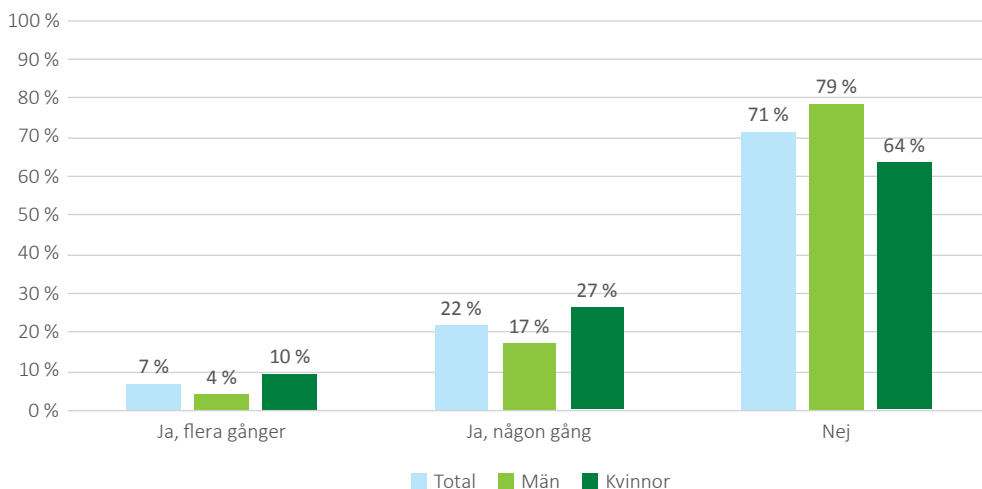
Figur 72. Har du någon gång blivit utsatt för någon form av psykiskt övergrepp t.ex. trakasserad, kontrollerad, hotad, fått saker förstörda, inte fått insyn i ekonomin eller annat? Efter ålder.



Orättvis behandling

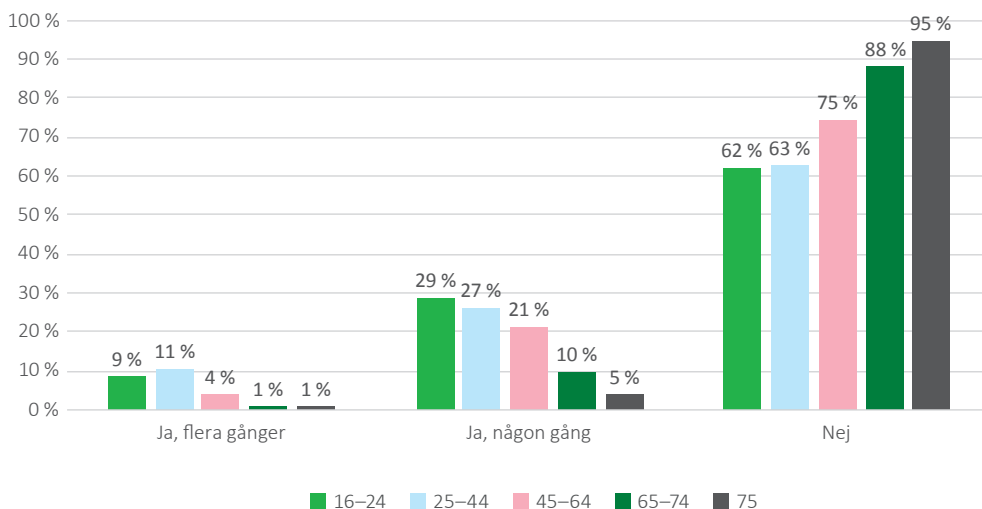
27 procent av kvinnorna och 17 procent av männen uppger att de känt sig orättvist behandlade under de senaste 12 månaderna.

Figur 73. Har du upplevt att du blivit orättvist behandlad under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



Inom ålderskategorin 16–44 år svarar 38 procent att de utsatts någon gång eller flera gånger. Upplevelsen av orättvis behandling minskar vid stigande ålder.

Figur 74. Har du upplevt att du blivit orättvist behandlad under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.



Orsaken till den orättvisa behandlingen upplevs bero på många olika faktorer. Kön, ålder, etnisk tillhörighet och funktionsnedsättningar nämns som några förekommande anledningar.

Prostitution och sexköp

0,3 procent, har svarat att de tagit emot ersättning för sex. Siffrorna är behäftade med osäkerhet på grund av frågans karaktär, men i absoluta tal kan det betyda att upp till 300 individer i Umeå kommun har tagit emot ersättning för sex under de senaste 3 åren. Svaren indikerar vidare att det främst handlar om unga personer. Majoriteten av de som säljer sex är enligt enkätsvaren kvinnor men antalet som uppger att de säljer sex är så få, och svaren går inte går att bryta ner på kön och få säkra skattningar.

0,5 procent har svarat att de givit ersättning mot sex. Siffrorna är även här behäftade med osäkerhet på grund av frågans karaktär, men i absoluta tal kan det betyda att upp till 500 individer i Umeå kommun har givit ersättning mot sex under de senaste 3 åren. Hälften av de som köper sex är enligt enkätsvaren kvinnor, men antalet som uppger att de köper sex är så få, och svaren går inte går att bryta ner på kön och få säkra skattningar.

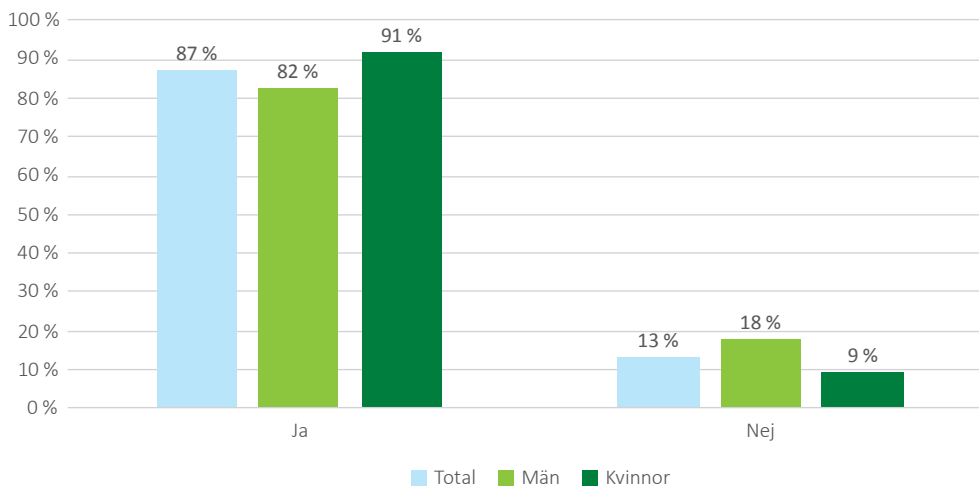
Hjälp och emotionellt stöd

Emotionellt stöd är att kunna delge sina tankar till en vän, familjemedlem eller annan betydelsefull person och känna trygghet och tillit i det samtalet, att det finns någon som lyssnar och kan fungera som stöd för hur en person kan hantera en situation.

Ensamhet

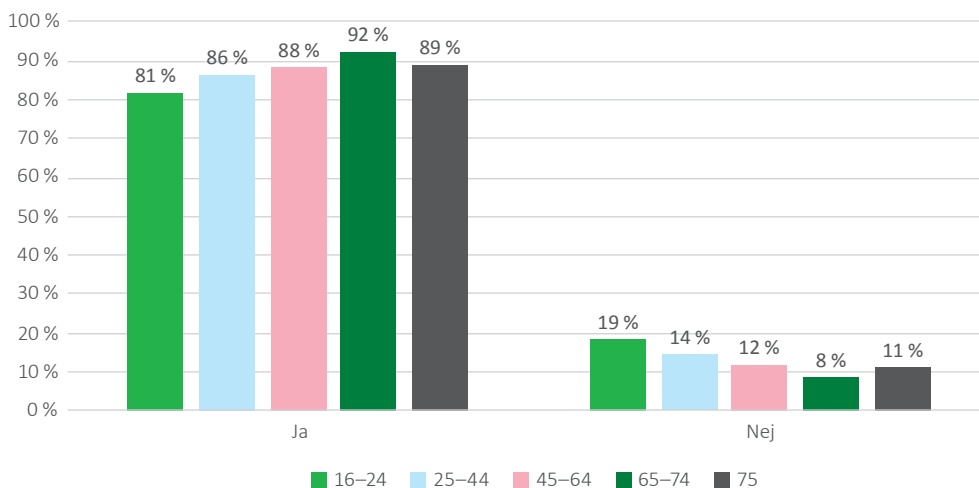
Ofrivillig ensamhet kan vara svår att bära och ge upphov till både psykiska och fysiska symtom. På frågan om umeborna har någon att dela sina innersta känslor med svarar 87 procent att de har det. Fler män än kvinnor saknar någon att dela sina känslor med. En femtedel, eller 18 procent, av männen och 9 procent av kvinnorna uppger att de saknar emotionellt stöd.

Figur 75. Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtro dig åt? Efter kön.



19 procent bland den yngsta åldersgruppen uppger att de inte har någon att anförtro sig till.

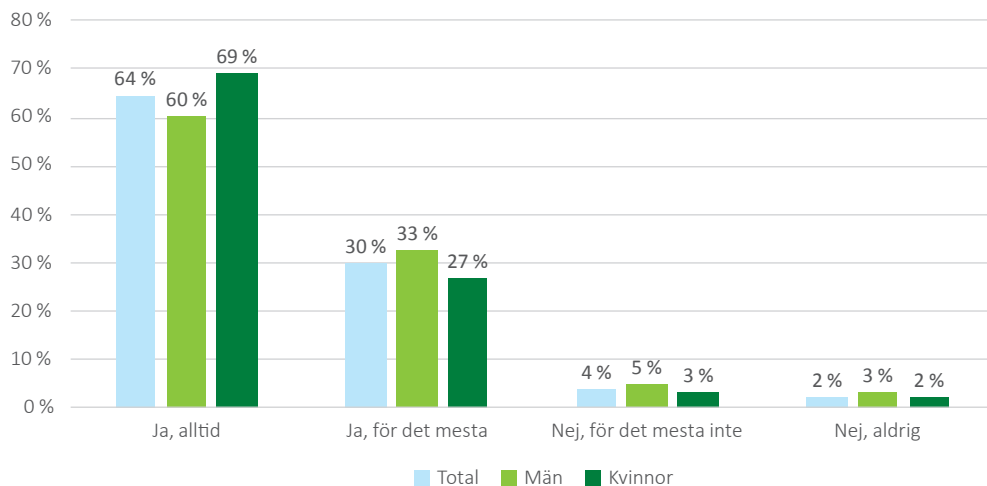
Figur 76. Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtro dig åt? Efter ålder.



Hjälp med praktiska saker

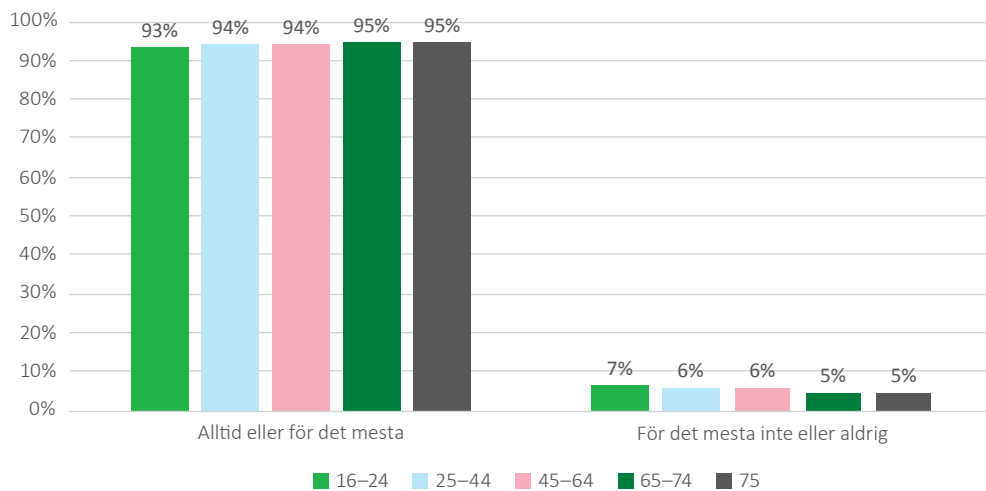
På frågan om man kan få hjälp med praktiska saker svarar de flesta umebor att de för det mesta har möjlighet att få det. 94 procent svarar att de alltid eller för det mesta får hjälp om de behöver.

Figur 77. Kan du få hjälp av någon/några personer om du har praktiska problem eller är sjuk, t.ex. få råd, låna saker, hjälp med matinköp eller reparationer? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder så framgår att det inte finns några betydande skillnader mellan grupperna ifråga om att inte få hjälp. Däremot syns en viss förskjutning i svaren av de äldsta från att "alltid få hjälp" till att "för det mesta få hjälp".

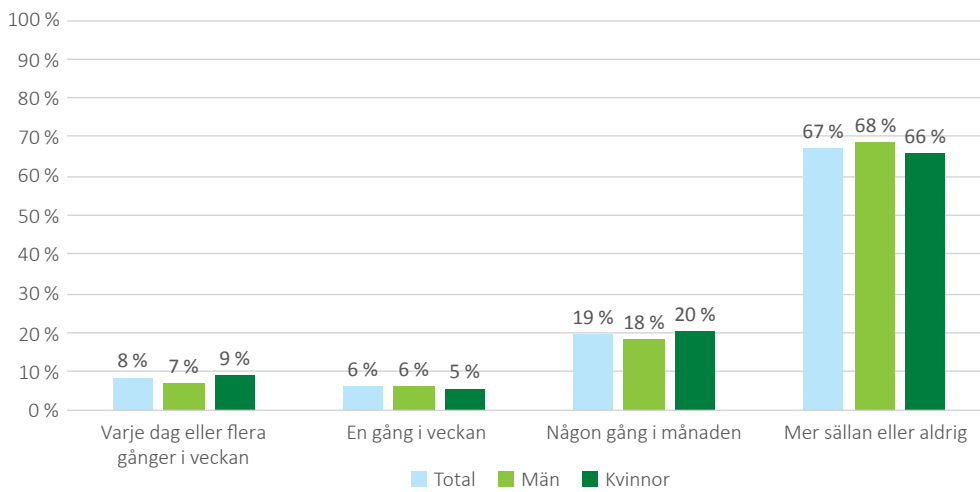
Figur 78. Kan du få hjälp av någon/några personer om du har praktiska problem eller är sjuk, t.ex. få råd, låna saker, hjälp med matinköp eller reparationer? Efter ålder.



Hjälp till anhörig

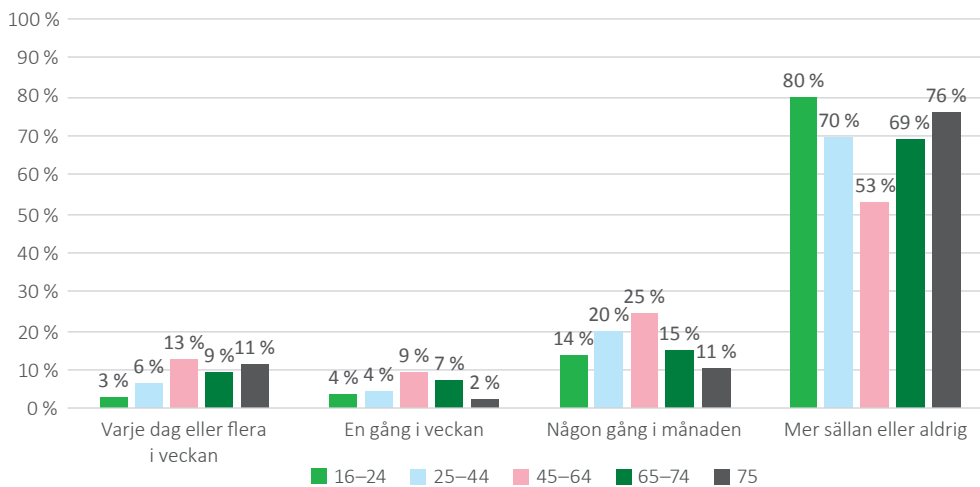
9 procent av kvinnorna och 7 procent av männen svarar att de ger hjälp till en anhörig varje dag eller flera gånger i veckan.

Figur 79. Ger du någon anhörig hjälp regelbundet pga. sjukdom, funktionsnedsättning, hög ålder eller liknande? Efter kön.



Det är vanligast att man ger hjälp till någon nära anhörig när man är i åldern mellan 45 och 64 år.

Figur 80. Ger du någon anhörig hjälp regelbundet pga. sjukdom, funktionsnedsättning, hög ålder eller liknande. Efter ålder.

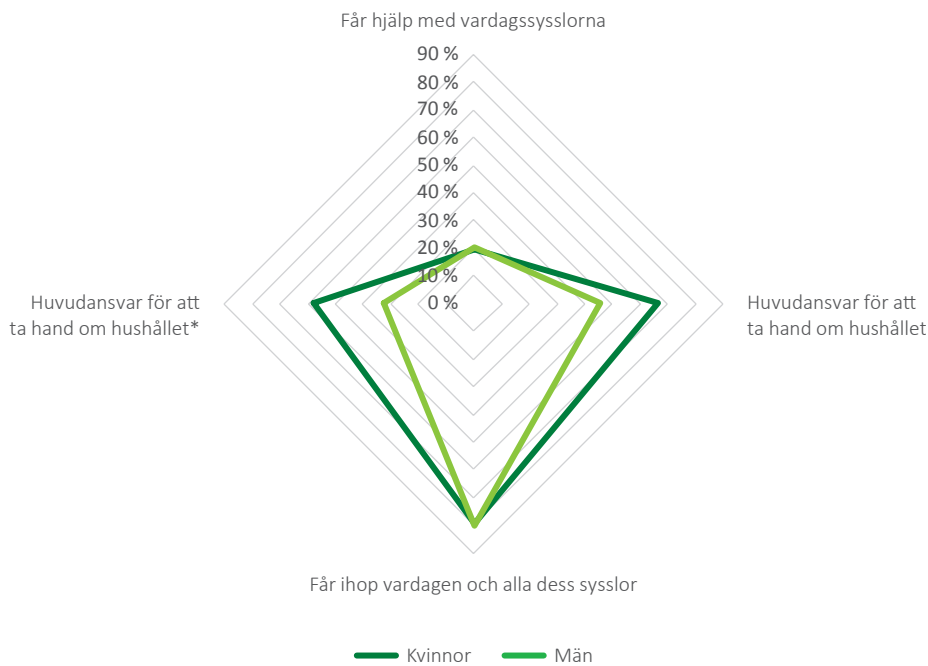




Vardagspuslet

Det är vanligare att kvinnor uppger att de har huvudansvaret för att ta hand om hushållet än män. 66 procent av kvinnorna svarar att de har det medan 45 procent av männen svarar att de har huvudansvaret. 20 procent av både män och kvinnor anser att de får hjälp av släkt och vänner med vardagssysslorna. Justerar man för hushållets storlek är det ännu vanligare att kvinnor tar huvudansvaret för hushållet, se diagram nedan.

Figur 81. Hur väl stämmer följande påståenden om hur ditt dagliga liv fungerar, det så kallade vardagspuslet? Andel som svarar "stämmer bra eller mycket bra".

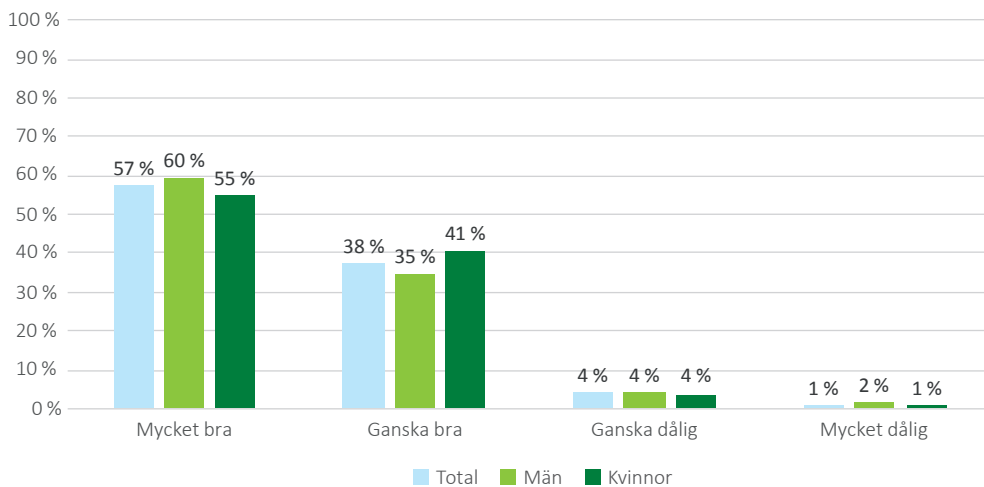


* utesluter 1-personshushåll.

Familjesituation som helhet

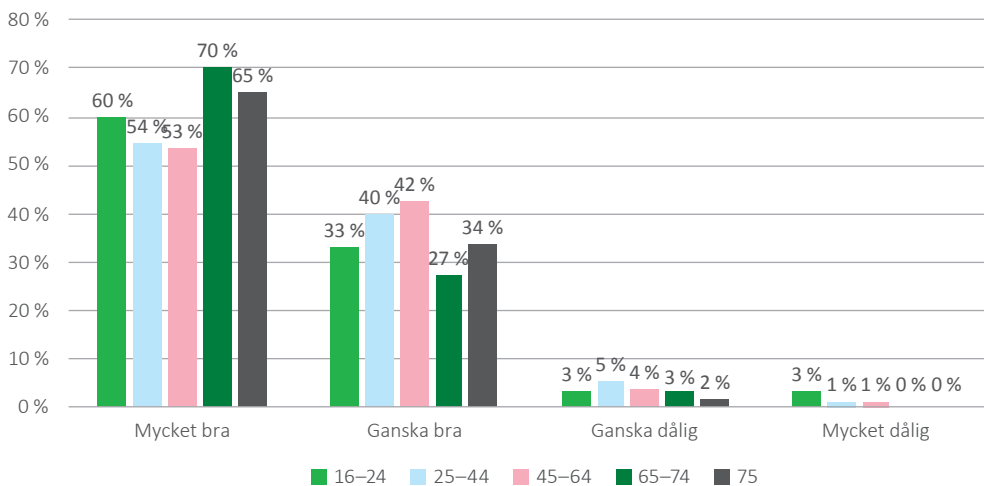
På frågan om hur ens familjesituation är svarar 94 procent av männen och 96 procent av kvinnorna att den är mycket bra eller ganska bra. 5 procent av kvinnorna och 6 procent av männen svarar att deras familjesituation är ganska dålig eller mycket dålig.

Figur 82. Hur är din familjesituation i allmänhet? Efter kön.



Det är något fler inom de yngre ålderskategorierna som uppger att familjesituationen är dålig eller mycket dålig än inom de äldsta åldersgrupperna.

Figur 83. Hur är din familjesituation i allmänhet? Efter ålder.



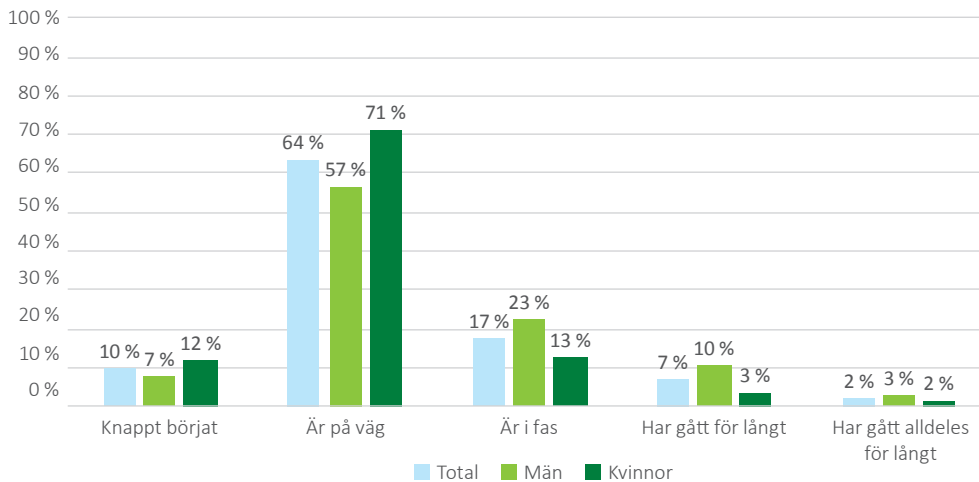
Jämlikhet och jämställdhet

Jämlikhet innefattar alla människors lika värde oavsett hudfärg, kön, sexuell läggning, språk, religion, politiska åsikter eller förmögenhet. Jämställdhet beskriver relationen mellan kvinnor och män och vikten av att ha samma förutsättningar att påverka sina liv oavsett kön.

Polarisering kring jämställdhet

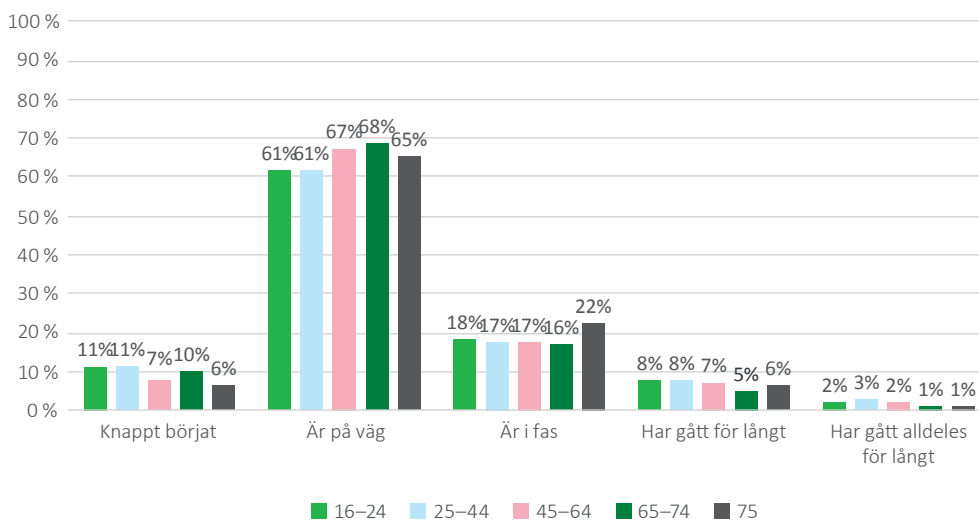
På frågan om vad utvecklingen tycker om jämställdhetsarbetet i Sverige svarar 7 procent av männen och 12 procent av kvinnorna att arbetet knappt har börjat. 5 procent av kvinnorna och 13 procent av männen tycker att det har gått för långt, eller alldeles för långt. De allra flesta svarar att man "är på väg" eller "i fas".

Figur 84. Vad tycker du om det politiska jämställdhetsarbetet i Sverige? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder finns det inga tydliga skillnader mellan grupperna. Det är lite vanligare bland yngre att man anser att arbetet "gått för långt".

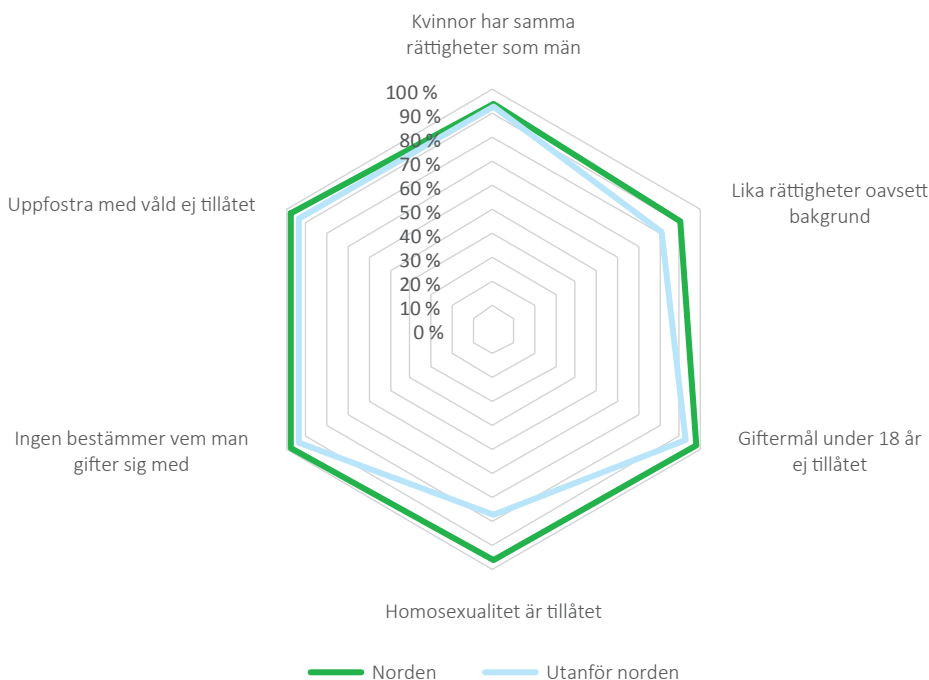
Figur 85. Vad tycker du om det politiska jämställdhetsarbetet i Sverige? Efter ålder.



Svenska lagar

Ett antal frågor ställdes om Sveriges lagstiftning, friheter och rättigheter på några utvalda områden. När det gäller synen på kvinnors rättigheter finns det ingen skillnad mellan svenska och utländska medborgare. Däremot framgår att utländska medborgare mer ofta är mindre tillåtande i synen på homosexualitet även om den allra största andelen, eller 77 procent, tycker det är bra, eller mycket bra, att homosexualitet är tillåtet i Sverige. Motsvarande för svenska medborgare var 97 procent. Mellan könen finns marginella skillnader. 95 procent av kvinnorna och 93 procent av männen tycker att det är bra eller mycket bra att homosexualitet är tillåtet i Sverige.

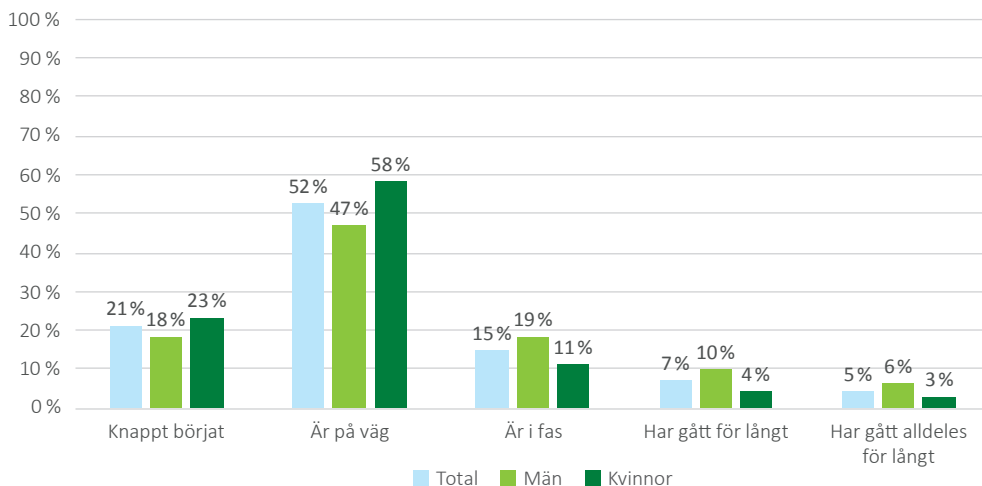
Figur 86. Svenska lagar skyddar en rad individuella fri- och rättigheter. Här följer några påståenden om vår lagstiftning och om du tycker att den är bra eller dålig. Enligt svensk lagstiftning... (redovisning avser de som svarar bra eller mycket bra).



Polarisering kring klimatfrågan

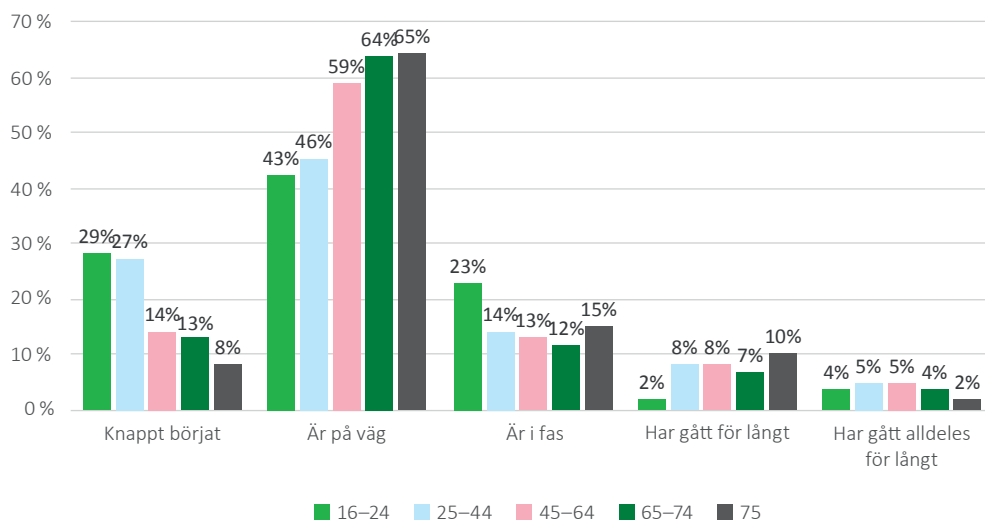
På frågan om vad umeborna tycker om miljöarbetet i Sverige svarade 23 procent av kvinnorna och 18 procent av männen att arbetet "knappt börjat". 7 procent av kvinnorna och 16 procent av männen tycker att det har gått för långt eller alldeles för långt. Majoriteten av svaren anser att arbetet är på väg, eller är i fas. Fler inom de äldre åldersindelningarna anser att miljöarbetet har gått för långt.

Figur 87. Vad tycker du om det politiska miljöarbetet i Sverige? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder framkommer det att fler inom de två yngre ålderskategorierna anser att miljöarbetet knappt har börjat.

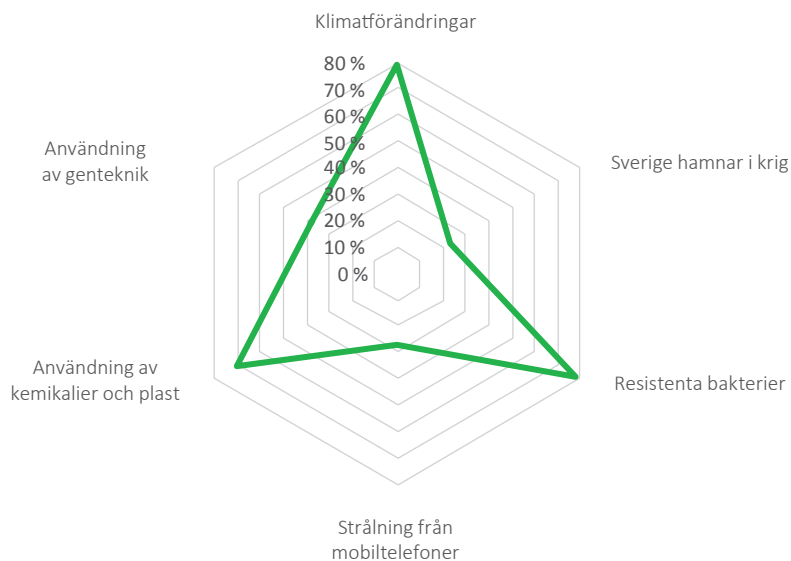
Figur 88. Vad tycker du om det politiska miljöarbetet i Sverige? Efter ålder.



Oro för nutida och framtida problem

79 procent av umeborna känner mycket stor eller ganska stor oro för framtida klimatförändringar. Ungefär en lika stor andel, eller 78 procent, oroar sig över användningen av kemikalier och plast. Lika många känner också en ganska stor eller mycket stor oro över att fler bakterier blir resistenta över tid och att antibiotika blir mindre verksamt.

Figur 89. Spindeldiagram känner mycket stor eller ganska stor oro för.



84 procent av kvinnorna och 79 procent av männen är ganska oroliga eller mycket oroliga för klimatförändringar. 22 procent av männen och 10 procent av kvinnorna menar att de inte alls är oroliga.

Fler umebor i de yngsta åldrarna svarar att de är mycket oroliga för klimatförändringarna.

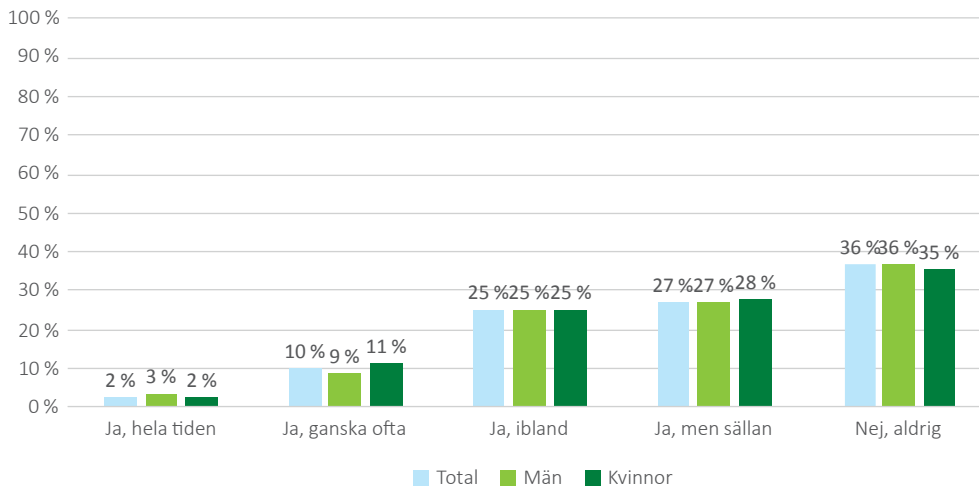
Åsikter och förtroende

Under *Åsikter och förtroende* redovisas svaren angående politisk korrekthet, mellanmänsklig tillit och förtroende för samhällets institutioner.

Politisk korrekthet

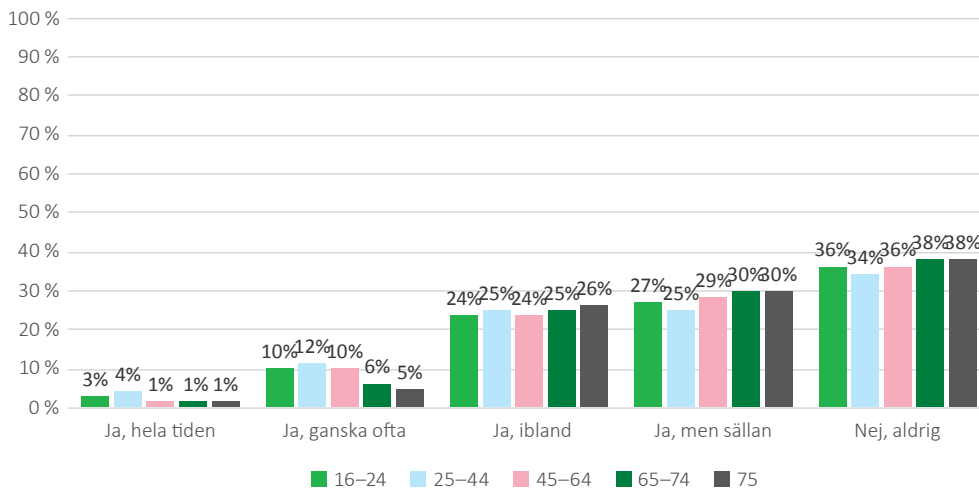
Cirka 13 procent av umeborna upplever att vissa åsikter är mer socialt acceptabla att yttra och har undvikit att prata om vissa saker för att de upplevs känsliga. Det är inga större skillnader mellan kvinnor och män.

Figur 90. Vissa åsikter kan upplevas som mer socialt acceptabla att uttrycka än andra. Har du känt dig hindrad att prata om vissa politiska frågor för att de varit för känsliga att prata om? efter kön.



Det är främst personer inom de yngre åldersspannen, 16–44 år, som har känt sig hindrade från att prata om vissa saker på grund av en frågas känslighet. 13 procent av 16–24 åringarna och 16 procent av 25–44 åringarna har hela tiden eller ganska ofta känt sig hindrade från att prata om vissa saker.

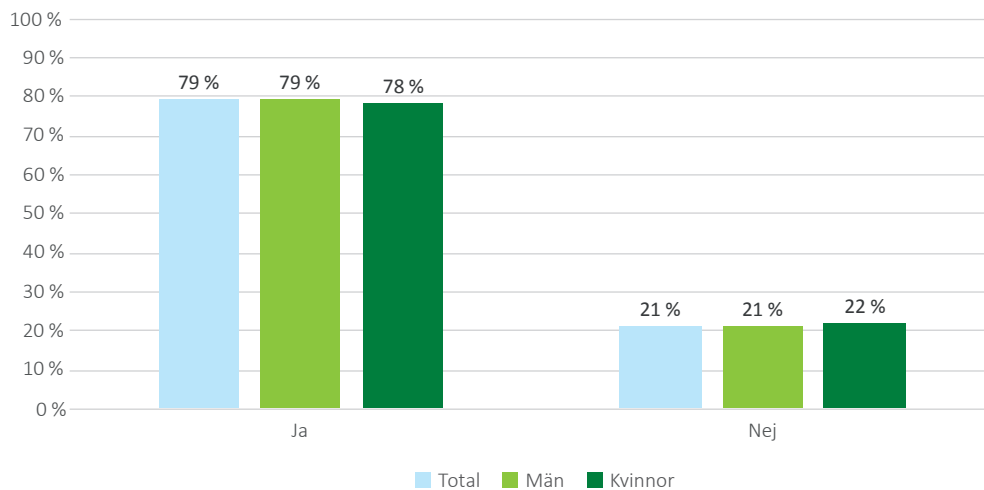
Figur 91. Vissa åsikter kan upplevas som mer socialt acceptabla att uttrycka än andra. Har du känt dig hindrad att prata om vissa politiska frågor för att de varit för känsliga att prata om? efter ålder.



Mellanmänsklig tillit

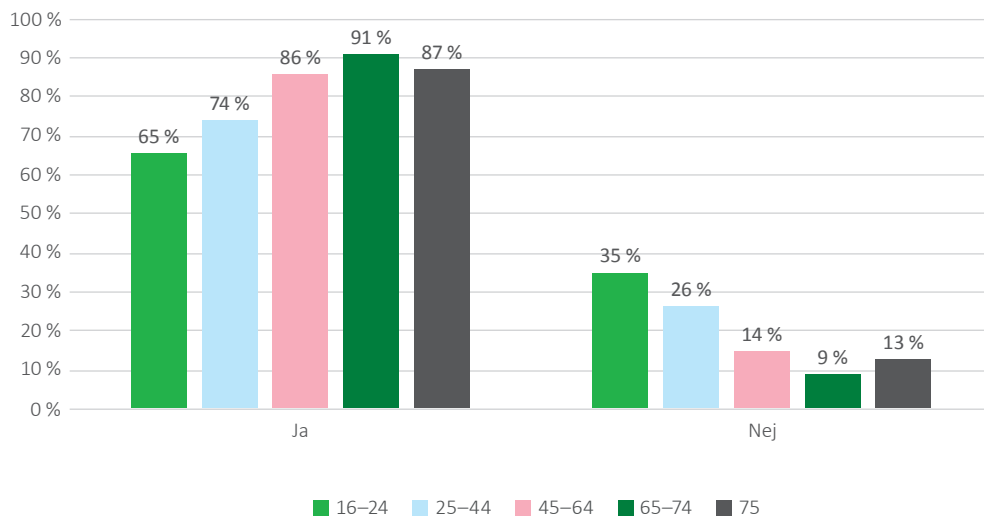
78 procent av kvinnorna och 79 procent av männen tycker att de kan lita på de flesta människor. Totalt är det 21 procent som inte känner tillit. I riket uppgav 28 procent av både kvinnorna och männen att man inte kan lita på de flesta människor (2018).

Figur 92. Tycker du att du i allmänhet kan lita på de flesta människor? Efter kön.



Det är vanligare bland yngre personer att inte känna tillit till andra människor. 35 procent av 16–24 åringar och 26 procent av 25–44 åringar tycker inte att man kan lita på människor i största allmänhet.

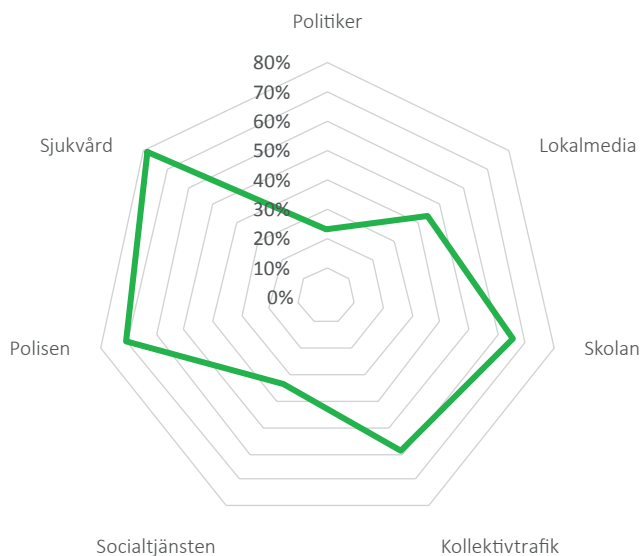
Figur 93. Tycker du att du i allmänhet kan lita på de flesta människor? Efter ålder.



Förtroende för samhällets institutioner

Cirka 71 procent av umeborna har stort eller mycket stort förtroende för polisen. Bara 23 procent känner stort eller mycket stort förtroende för Umeås politiker. 44 procent har stort eller mycket stort förtroende för lokala medier där bland annat VK har pekats ut som ett exempel.

Figur 94. Hur stort eller litet förtroende har du för sättet följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun?
Observera att SOM-institutet ställer liknande frågor om förtroende på nationell nivå men de inkluderar inte svarsalternativet "ingen åsikt".





Levnadsvanor

En god och jämlik hälsa uppnås genom främjande av människors handlingsfrihet och möjligheter till hälsosamma levnadsvanor samtidigt som hänsyn tas till hur olika sociala grupper påverkas. Levnadsvanor inkluderar bland annat matvanor, fysisk aktivitet, psykisk hälsa, alkohol, narkotika, doping och spel frågor och många andra områden i en människas liv. Ett mått på livskvalitet i form av handlingsfrihet och trivsel i sitt närområde kan även påverka levnadsvanorna hos Umeås invånare.

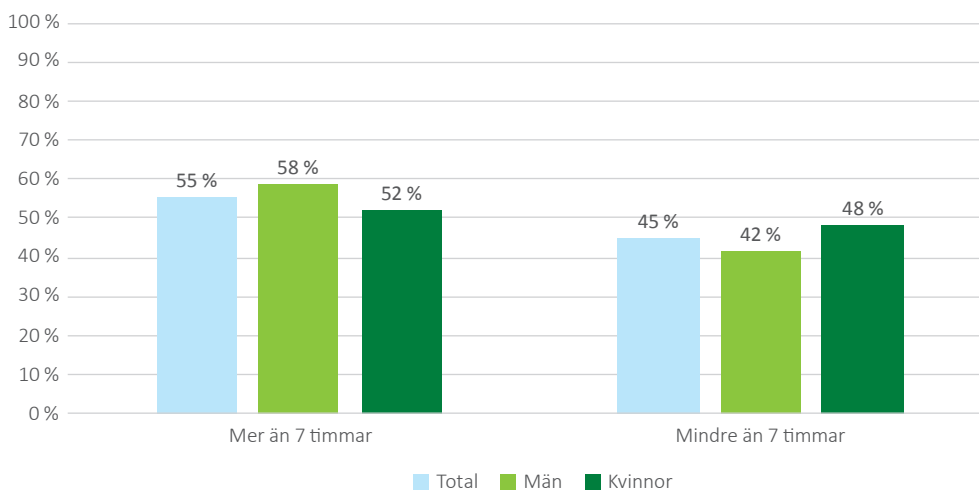
Aktivitet

Under rubriken levnadsvanor visas resultaten från bland annat frågorna om, vardagsmotion, fysisk aktivitet, matvanor, alkohol, doping, tobak, spel och drogvänor.

Stillasittande

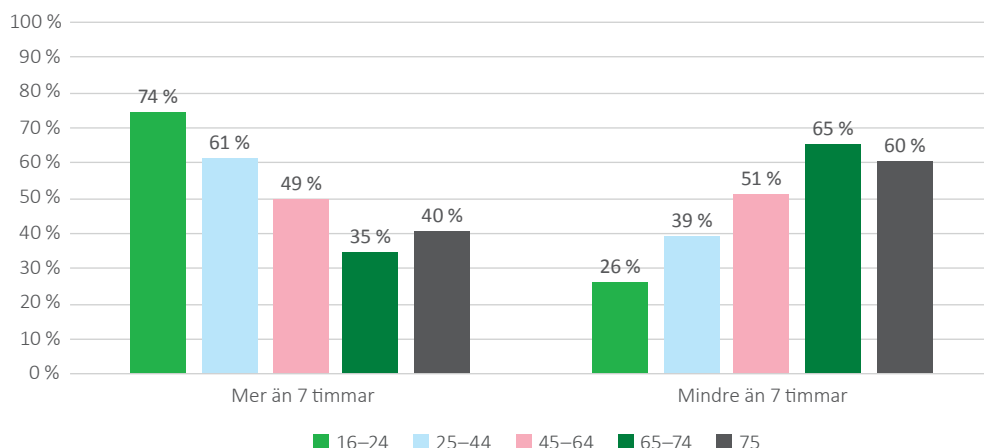
Andelen i riket som 2016–2018 uppgav att de var stillasittande 7 timmar eller mer per dag var 44 procent bland kvinnorna och 50 procent bland männen. Umeås siffror ligger en god bit över rikets genomsnitt, sannolikt med hänsyn till att Covid19-pandemin har påverkat människors aktivitet relativt mycket och fler rör sig mindre.

Figur 95. Ungefär hur mycket sitter du under ett normalt dygn om du räknar bort sömn? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder framgår det att det är många yngre som sitter mycket en stor del av dygnets timmar.

Figur 96. Ungefär hur mycket sitter du under ett normalt dygn om du räknar bort sömn? Efter ålder.



Fysisk aktivitet och motion

Regelbunden fysisk aktivitet och motion är signifikanta livsstilsfaktorer. Den allmänna rekommendationen för att inte bli sjuk av inaktivitet är att röra sig drygt 30 minuter varje dag.

Rekommendationerna är att vuxna från 18 år och uppåt bör vara fysiskt aktiva i sammanlagt minst 150 minuter i veckan. Vid hög intensitet rekommenderas minst 75 minuter per vecka.

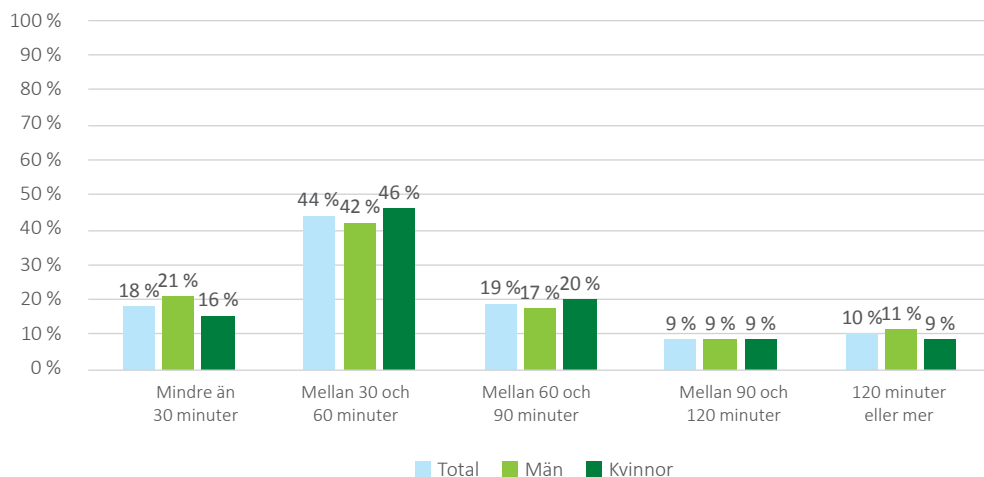


Vardagsmotion

Exempel på vardagsmotion kan vara att ta trapporna, cykla, gå en lunchpromenad, stå upp och jobba, ta aktiva pauser.

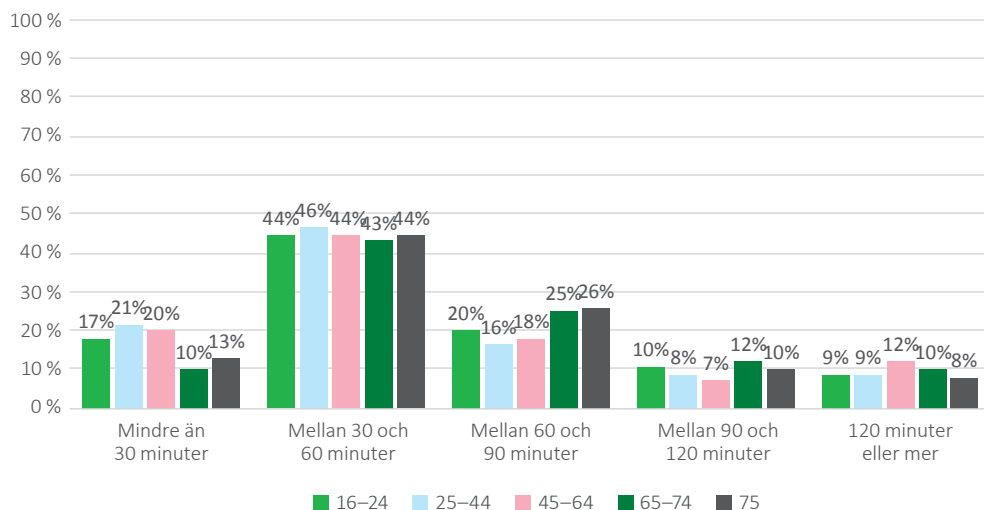
De flesta umebor, eller 63 procent, rör på sig mellan 30 och 90 minuter per dag. 16 procent av kvinnorna och 21 procent av männen rör sig mindre än 30 minuter.

Figur 97. Ungefär hur många minuter rör du på dig varje dag, till exempel cyklar eller promenerar till arbetet, skolan eller mataffären? Räkna inte med träning, det tas upp i nästa fråga. Efter kön.



Många i de yngre åldrarna rör sig mindre än 30 minuter per dag. Andelen som rör sig mer än 120 minuter per dag är ganska jämnt fördelat mellan åldersgrupperna.

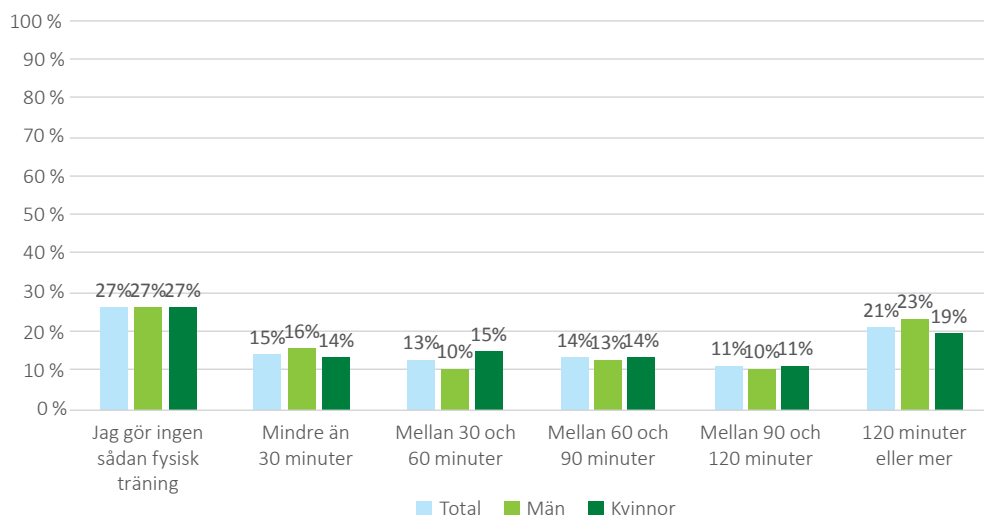
Figur 98. Ungefär hur många minuter rör du på dig varje dag, till exempel cyklar eller promenerar till arbetet, skolan eller mataffären? Räkna inte med träning, det tas upp i nästa fråga. Efter ålder.



Fysisk träning

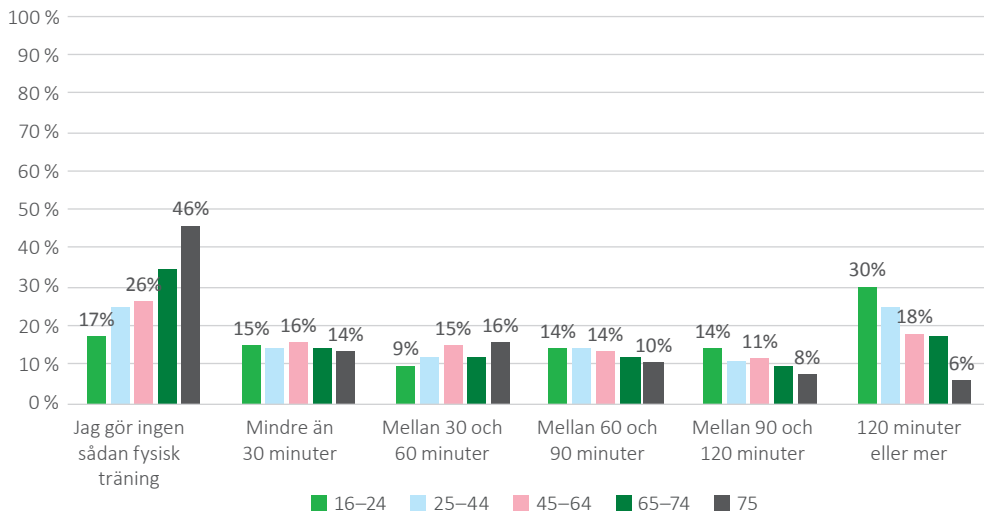
27 procent av både kvinnor och män utövar inte någon fysisk aktivitet som gör att de blir andfådda. 16 procent av männen och 14 procent av kvinnorna uppger att de tränar mindre än 30 minuter per vecka.

Figur 99. Hur många minuter ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig att bli andfådd, t.ex. löpning, dans, motionsgymnastik eller bollsport? Efter kön.



När svaren redovisas efter ålder framgår att andelen som inte gör någon fysisk aktivitet som gör en andfådd minskar successivt med ökad ålder.

Figur 100. Hur många minuter ägnar du en vanlig vecka åt fysisk träning som får dig att bli andfådd, t.ex. löpning, dans, motionsgymnastik eller bollsport. Efter ålder.

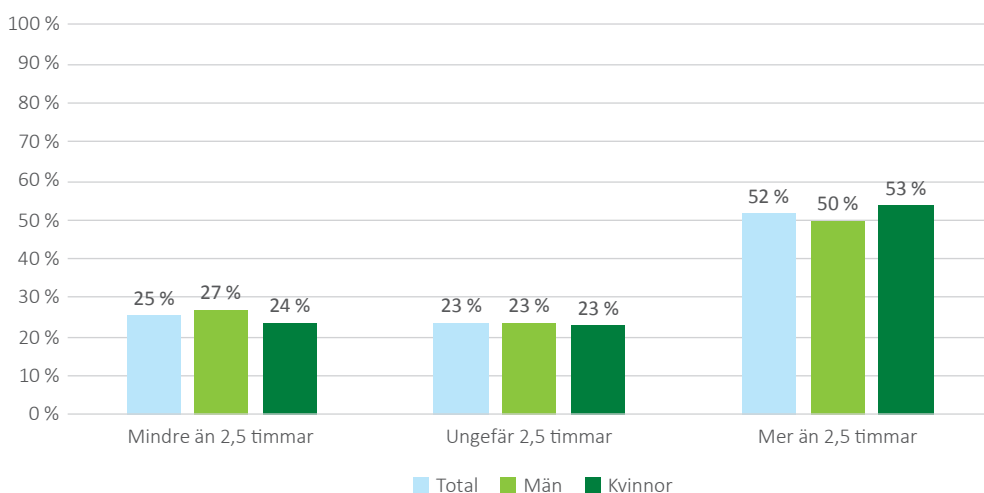


Uppnår WHO:s rekommendationer

76 procent av kvinnorna får en sammanlagd tid av vardagsmotion och fysisk träning som är i nivå med eller överstiger 2,5 timmar per vecka. Motsvarande siffra för männen är ungefär på samma nivå, 73 procent.

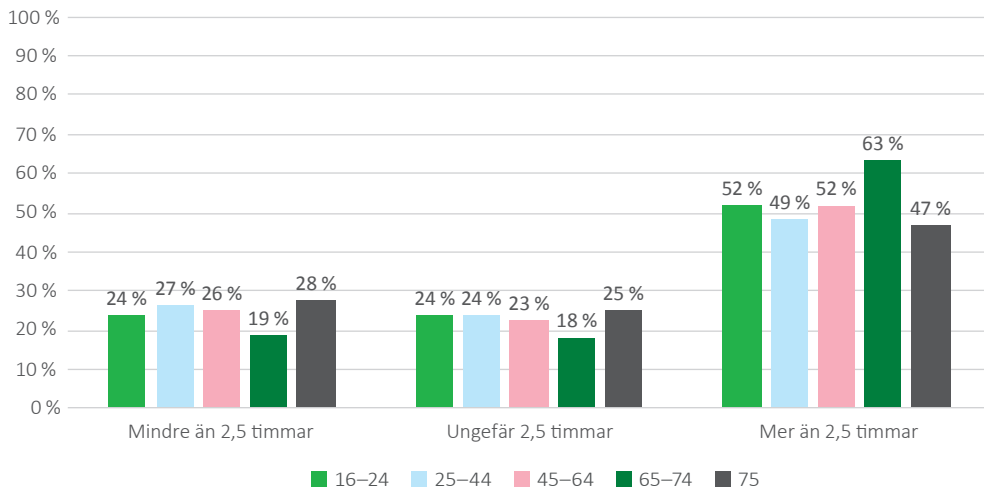
Var fjärde person, eller 25 procent, når inte upp till WHO:s rekommendationer av tillräcklig motion.

Figur 101. Hur många timmar vardagsmotion och fysisk träning uppskattar du att du får sammanlagt varje vecka? Efter kön.



Andelen som inte uppnår WHO:s rekommendationer är relativt jämnt fördelat mellan de olika åldersgrupperna.

Figur 102. Hur många timmar vardagsmotion och fysisk träning uppskattar du att du får sammanlagt varje vecka? Efter ålder.



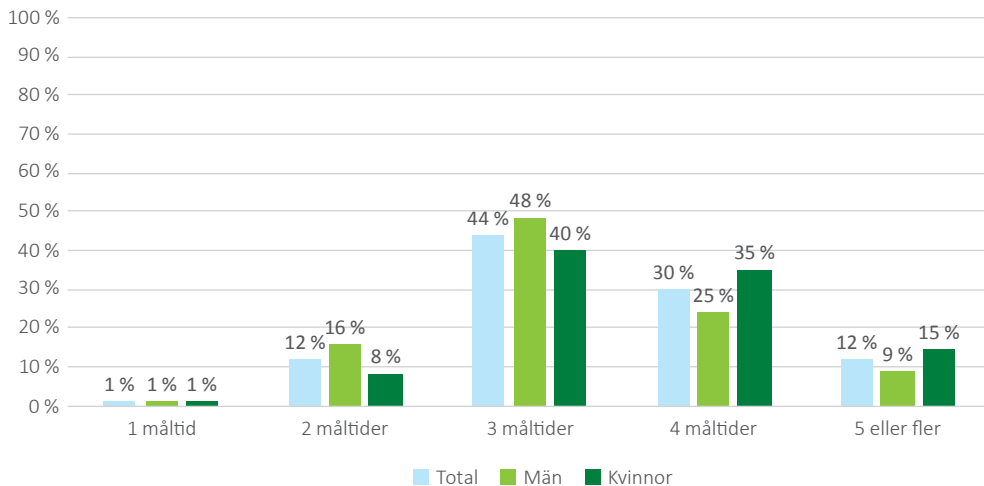
Matvanor

Under avsnittet med matvanor redovisas hur många måltider man vanligtvis äter och vad som styr ens matvanor.

Måltider

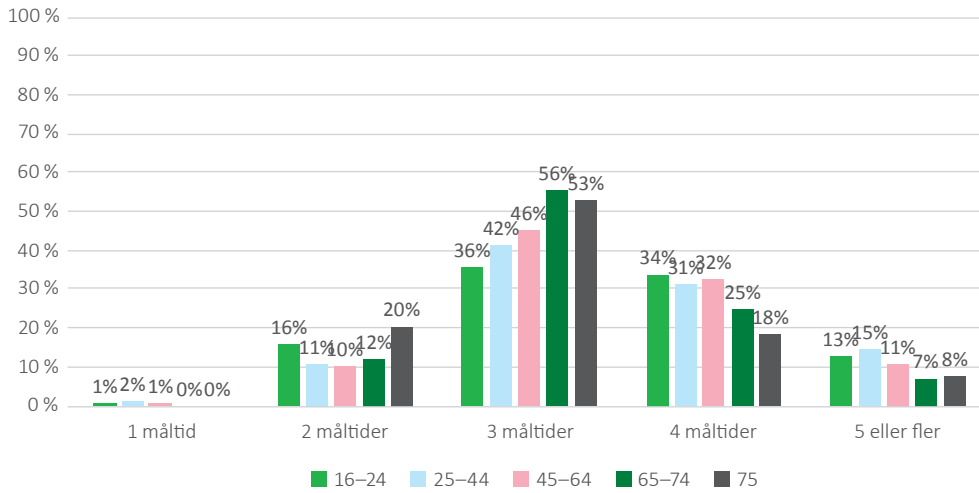
Majoriteten av umeborna, eller 74 procent, äter mellan 3 och 4 måltider per dygn. Det finns inga märkbara skillnader mellan könen.

Figur 103. Hur många måltider äter du vanligtvis per dygn? Med måltid menas frukost, mellanmål, lunch, middag och kvällsmat. Bortse från tidsbegränsade dieter. Efter kön.



Det är något vanligare att umebor i åldern 45–74 år äter mellan 3 och 4 måltider per dag, jämfört med övriga åldersgrupper.

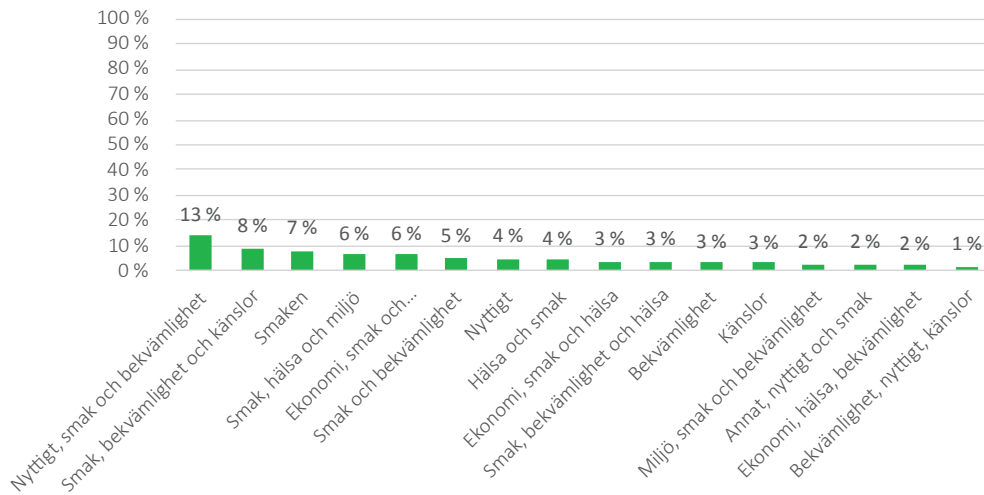
Figur 104. Hur många måltider äter du vanligtvis per dygn? Med måltid menas frukost, mellanmål, lunch, middag och kvällsmat. Bortse från tidsbegränsade dieter. Efter ålder.



Styr matvanor

På frågan om vad som mest styr och påverkar en individs matvanor visar det sig att de vanligaste kombinationerna som man väljer sin kost utifrån är matens antagna nyttighet, dess smak, enkelheten att tillaga, miljön och priset.

Figur 105. Vad styr dina matvanor? Nedan redovisas vanligaste skäl till valet av kost. När respondenterna har svarat på frågan har de kunnat välja flera olika orsaker till sina matvanor. Nedan redovisas de kombinationer som mest frekvent förekommer.

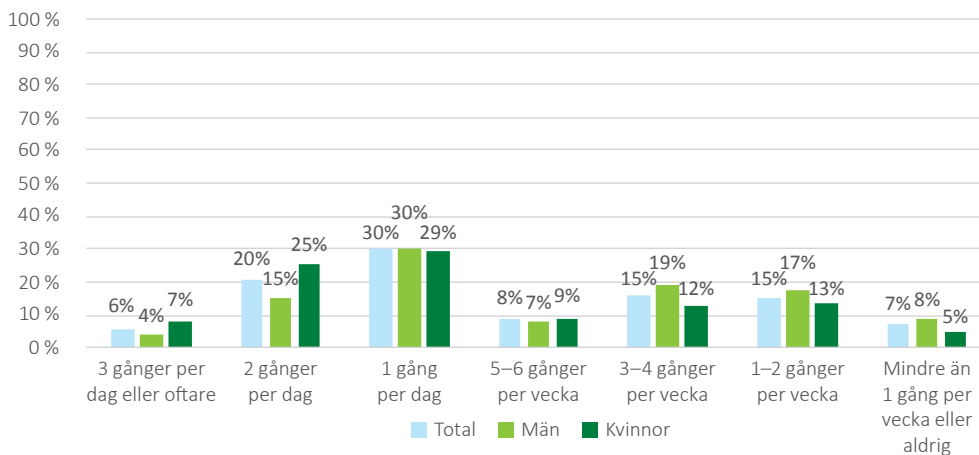




Frukt och bär

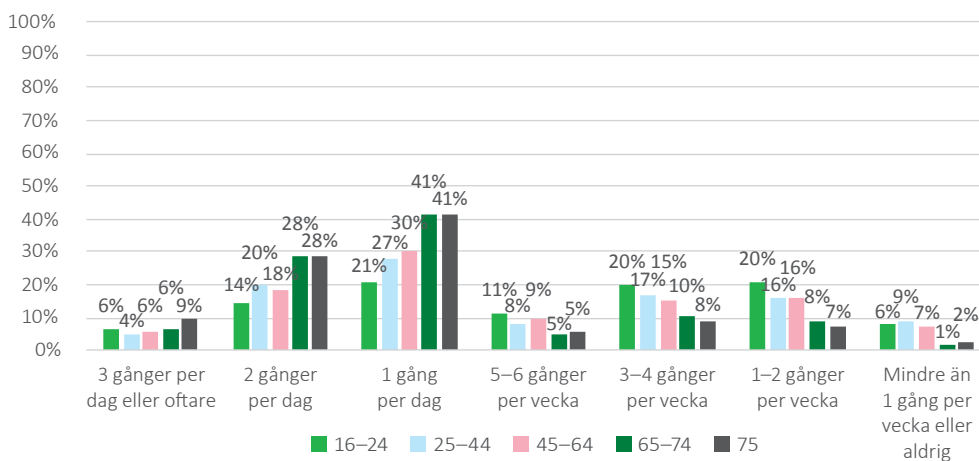
Svaren visar att kvinnor äter något större antal frukt och bär per dag. Rekommendationen av frukt och grönsaker är att äta 5–6 och gärna minst 500 gram om dagen.

Figur 106. Ungefär hur ofta äter du frukt och bär? Gäller färska, frysta, konserverade, juicer, kompott, m.m. Efter kön.



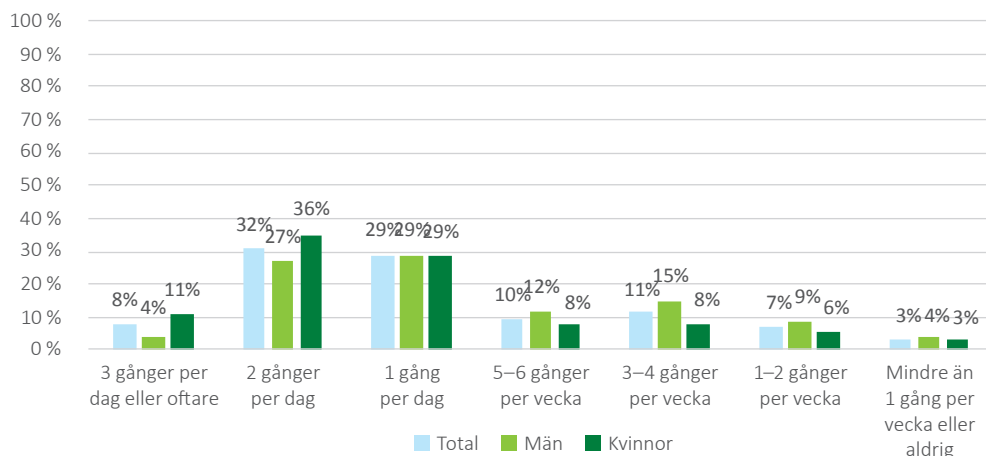
Majoriteten äter 1–2 frukter/bär per dag och det är något vanligare bland äldre personer att äta frukt ofta.

Figur 107. Ungefär hur ofta äter du frukt och bär? Gäller färska, frysta, konserverade, juicer, kompott, m.m. Efter ålder.



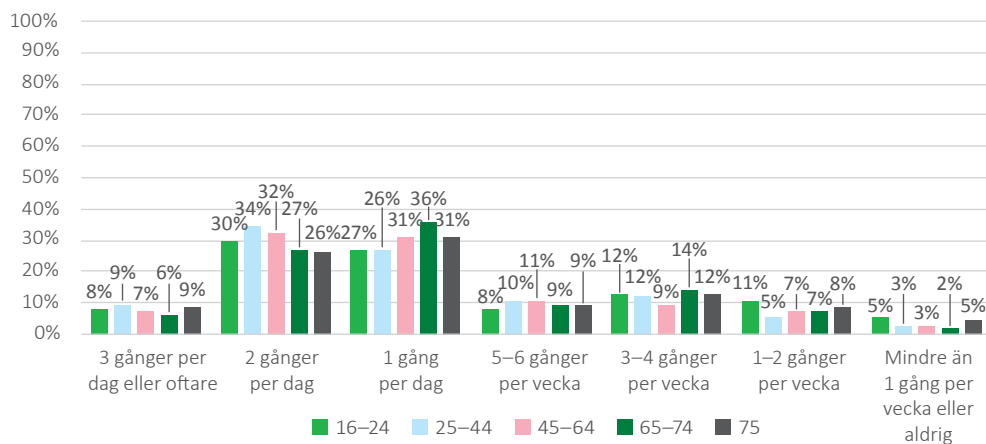
Svaren visar att kvinnor äter något större antal grönsaker, baljväxter och rotfrukter per dag.

Figur 108. Ungefär hur ofta äter du grönsaker, baljväxter och rotfrukter (förutom potatis)? Gäller färska, frysta, konserverade, stuvade, grönsaksjuicer, grönsakssoppor m.m. Efter kön.



Indelat i de olika ålderskategorierna är svaren relativt lika och visar övergripande att majoriteten äter 1-2 grönsaker, baljväxter och rotfrukter per dag.

Figur 109. Ungefär hur ofta äter du grönsaker, baljväxter och rotfrukter (förutom potatis)? Gäller färska, frysta, konserverade, stuvade, grönsaksjuicer, grönsakssoppor m.m. Efter ålder.



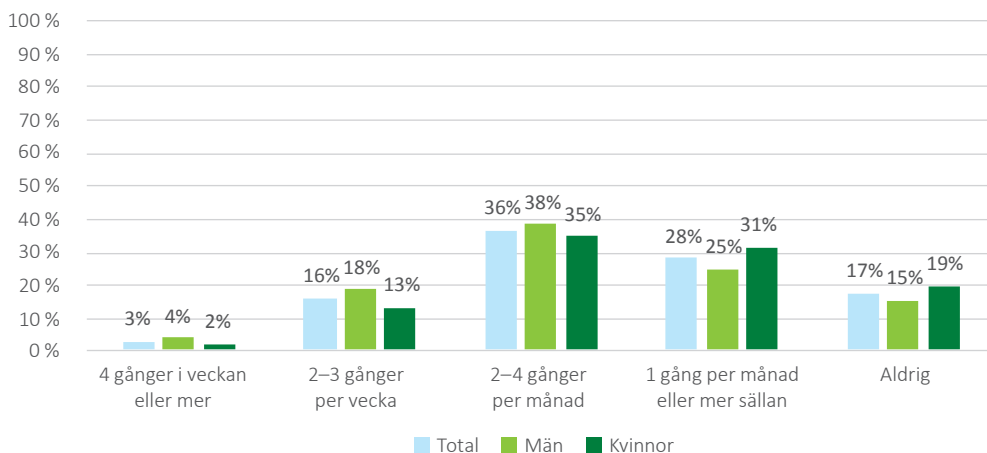
Alkoholvanor

Under avsnittet alkoholvanor redovisas alkoholkonsumtion, oro för överkonsumtion och alkoholproblem i släkten.

Alkoholkonsumtion

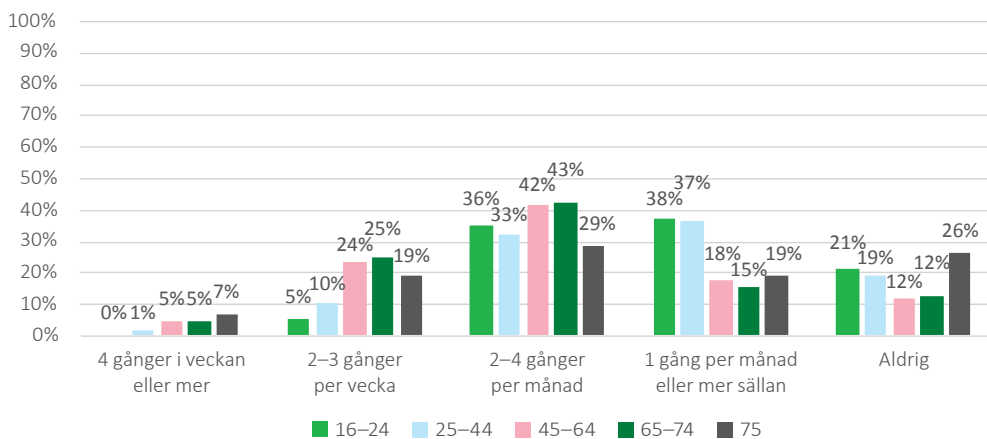
Majoriteten, eller 55 procent, dricker alkohol mer än 1 gång i månaden. 19 procent av kvinnorna och 15 procent av männen dricker aldrig alkohol. 4 procent av männen och 2 procent av kvinnorna uppger att de dricker 4 ggr i veckan eller mer.

Figur 110. Hur ofta har du druckit alkohol under de senaste 12 månaderna? Med alkohol menas folköl, mellan- eller starköl, alkoholstark cider, alkoholäsk vin, starkvin och sprit. Efter kön.



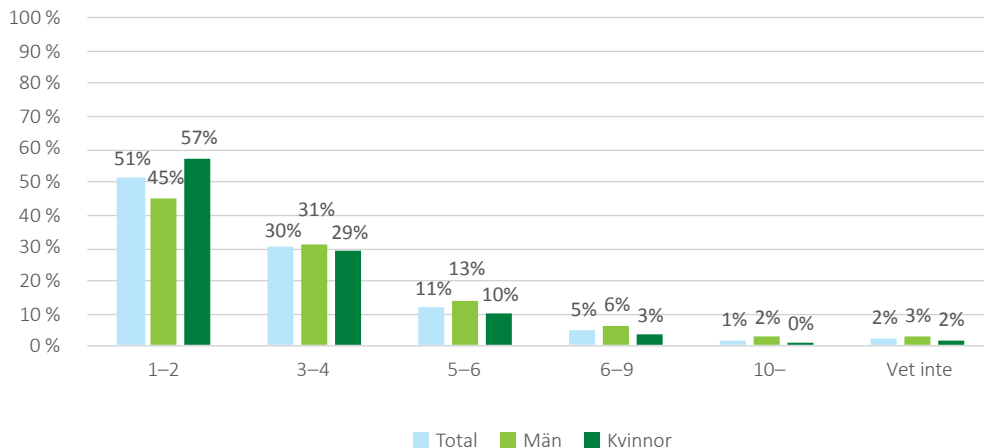
Drygt 5 procent av umebor över 45 år dricker alkohol 4 gånger i veckan eller mer.

Figur 111. Hur ofta har du druckit alkohol under de senaste 12 månaderna? Med alkohol menas folköl, mellan- eller starköl, alkoholstark cider, alkoholäsk vin, starkvin och sprit. Efter ålder.



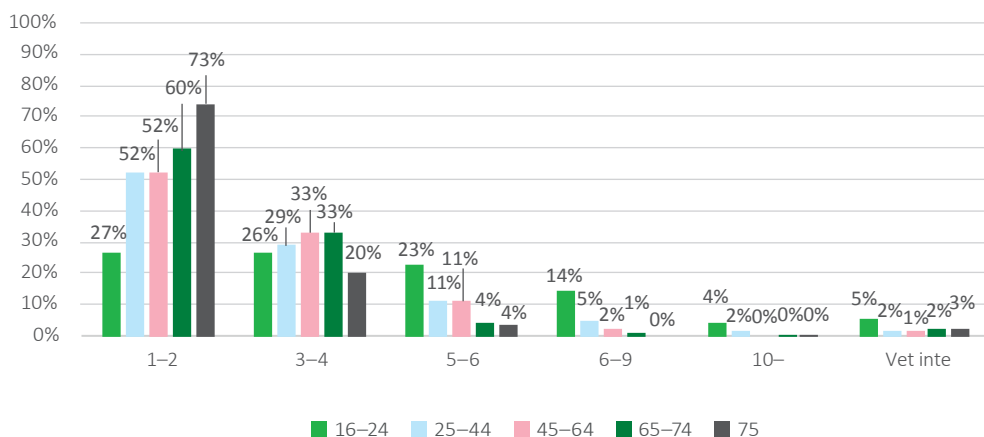
När umeborna dricker alkohol är det vanligast att de dricker mellan 1 och 4 glas. Dock dricker 13 procent av kvinnorna och 21 procent av männen mellan 5 och 10 glas vid varje tillfälle.

Figur 112. Hur många "glas" (se nedan) drack du en typisk dag då du drack alkohol under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



Cirka 19 procent inom den yngsta åldersgruppen, 16–24 år, svarar att de dricker flera glas alkohol vid varje tillfälle när de dricker.

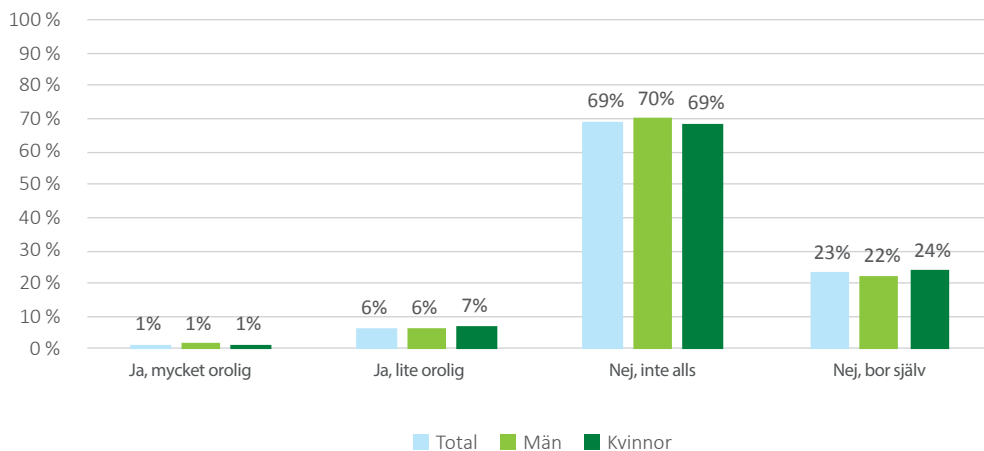
Figur 113. Hur många "glas" (se nedan) drack du en typisk dag då du drack alkohol under de senaste 12 månaderna? Efter ålder.



Oro för överkonsumtion

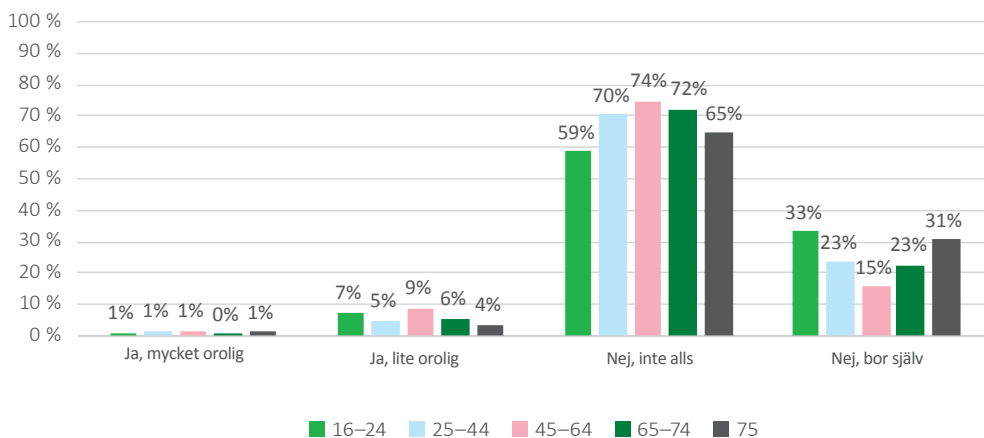
Cirka 7 procent av kvinnorna och 6 procent av männen är lite oroliga för överkonsumtion av alkohol i hushållet. Cirka 1 procent av både män och kvinnor svarar att de är mycket oroliga för att någon i hushållet dricker för mycket.

Figur 114. Är du orolig att någon i ditt hushåll dricker för mycket alkohol? Efter kön.



Det är främst personer i åldrarna 16–24 år och 45–64 som svarar att de är oroliga. 10 procent av personer i åldern 45–64 år känner sig lite oroliga eller mycket oroliga för någon i hushållets alkoholkonsumtion.

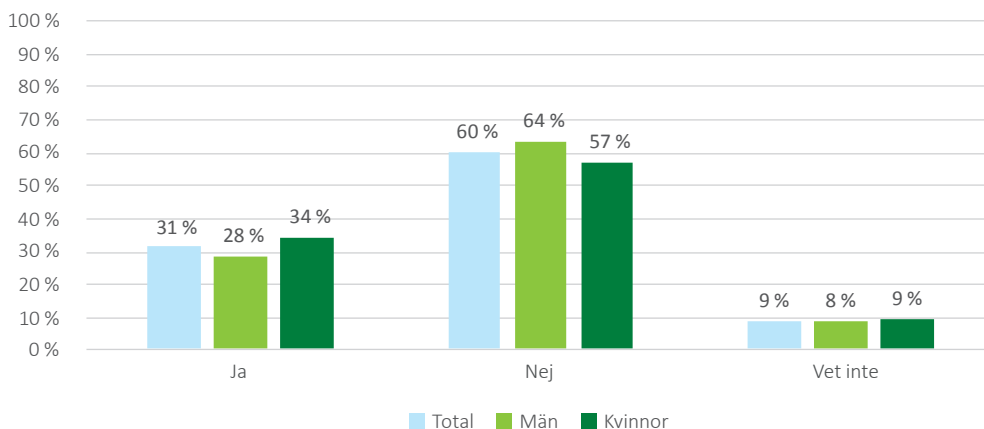
Figur 115. Är du orolig att någon i ditt hushåll dricker för mycket alkohol? Efter ålder.



Alkoholproblem i släkten

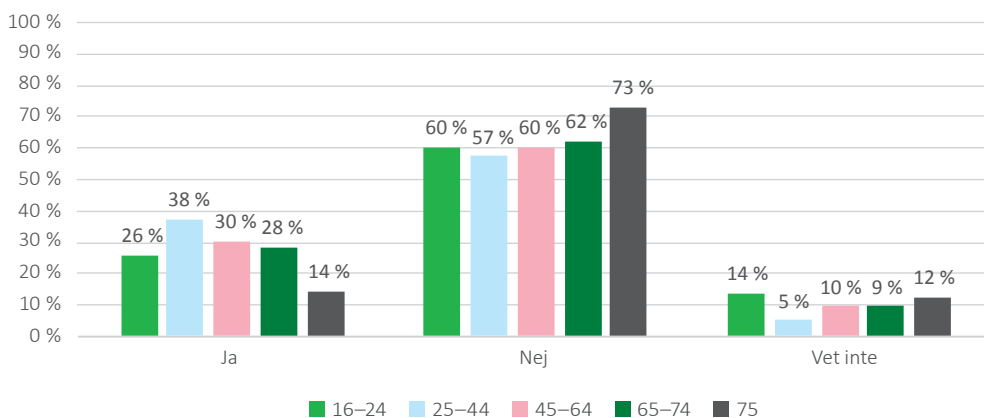
Cirka 34 procent av kvinnorna och 28 procent av männen anser att någon av sin nära släkt har problem med alkohol eller narkotika.

Figur 116. Anser du att någon i din nära släkt har eller haft problem med alkohol eller narkotika? Efter kön.



Det är något vanligare att personer i åldern 25–44 år anser att någon i deras släkt har alkoholproblem jämfört med andra åldersgrupper.

Figur 117. Anser du att någon i din nära släkt har eller haft problem med alkohol eller narkotika? Efter ålder.



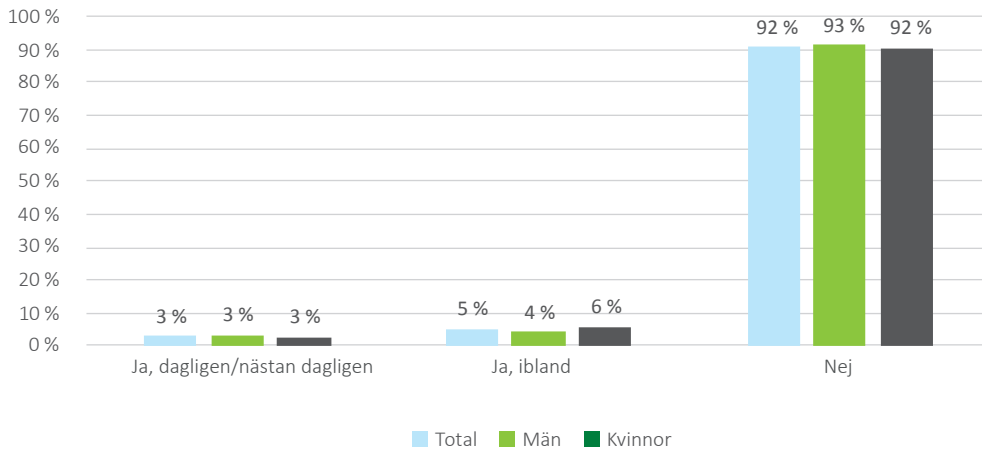
Tobaksvanor

Under avsnittet om tobaksvanor redovisas dagligrökning och dagligsnusande.

Dagligrökning

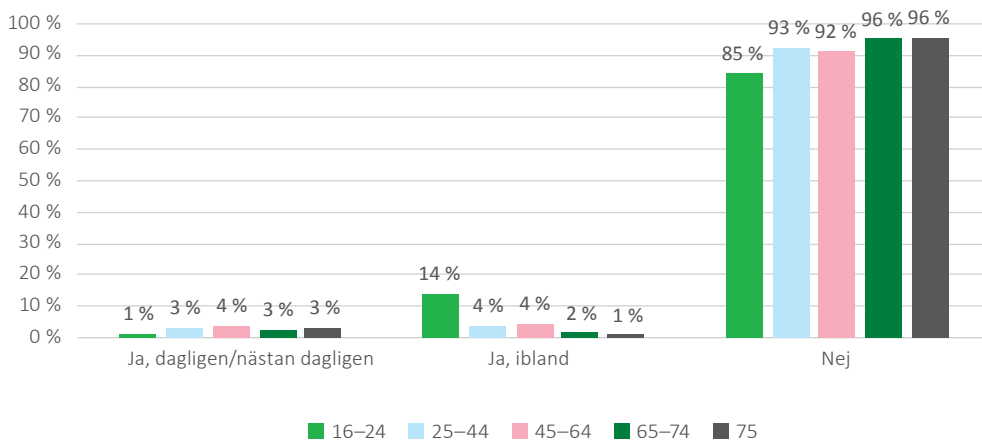
3 procent av både kvinnor och män svarar att de röker cigaretter, vattenpipa eller liknande, dagligen. 6 procent av kvinnorna och 4 procent av männen uppger "ibland". I riket uppger 7 procent att de röker dagligen (2018).

Figur 118. Röker du cigaretter, vattenpipa, e-cigaretter eller liknande? Efter kön.



Dagligrökandet är ganska jämnt fördelat mellan de olika åldersgrupperna och ligger på mellan 3 och 4 procent förutom för den yngsta gruppen där andelen dagligrökare är 1 procent.

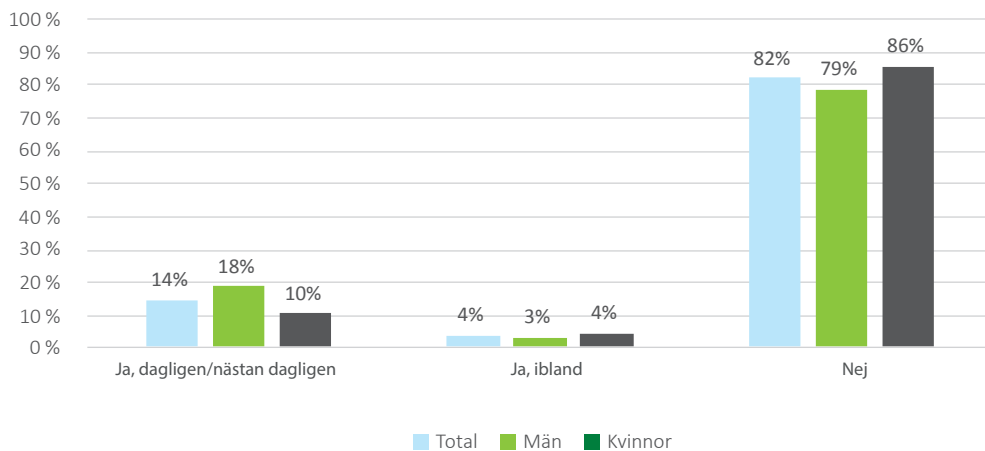
Figur 119. Röker du cigaretter, vattenpipa, e-cigaretter eller liknande? Efter ålder.



Dagligsnusande

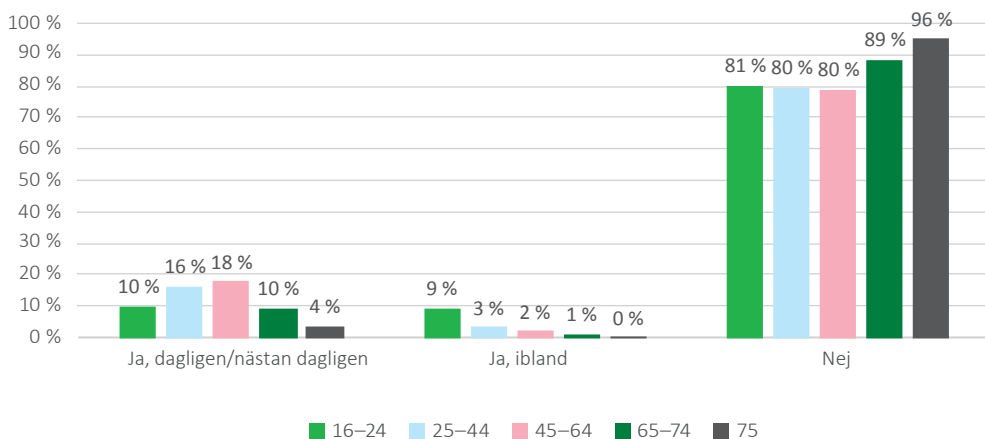
10 procent av kvinnorna och 18 procent av männen uppger att de snusar dagligen. Dagligsnusandet är högre bland kvinnor i Umeå än i övriga riket.

Figur 120. Snusar du? Efter kön.



I åldern 25–64 år dagligsnusar cirka 16–18 procent vilket är den högsta andelen bland alla åldrar.

Figur 121. Snusar du? Efter ålder.



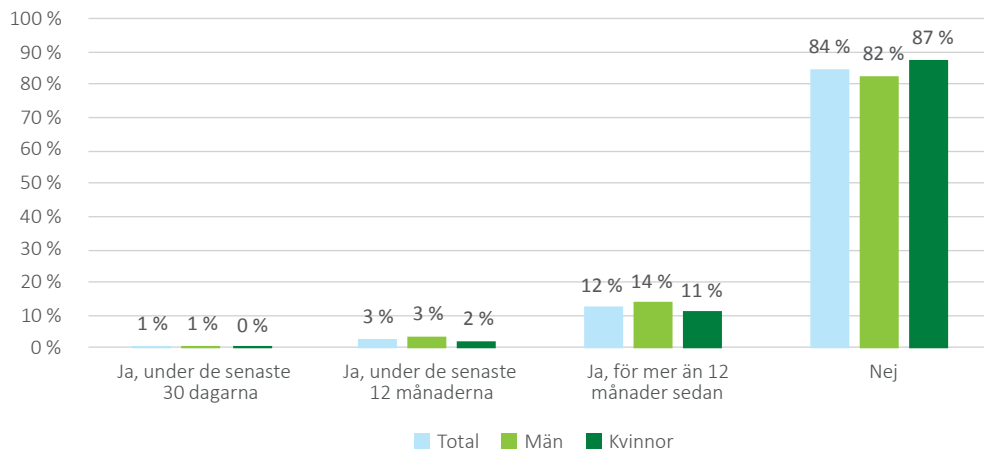
Doping

Cirka 0,5 procent av umeborna uppger att de någon gång använt doping under de senaste 12 månaderna. Det motsvarar cirka 500 individer. Det är nästan uteslutande män som har uppgett att de tagit dopingpreparat men uppskattningsvis använder upp till 40 kvinnor också doping.

Narkotika

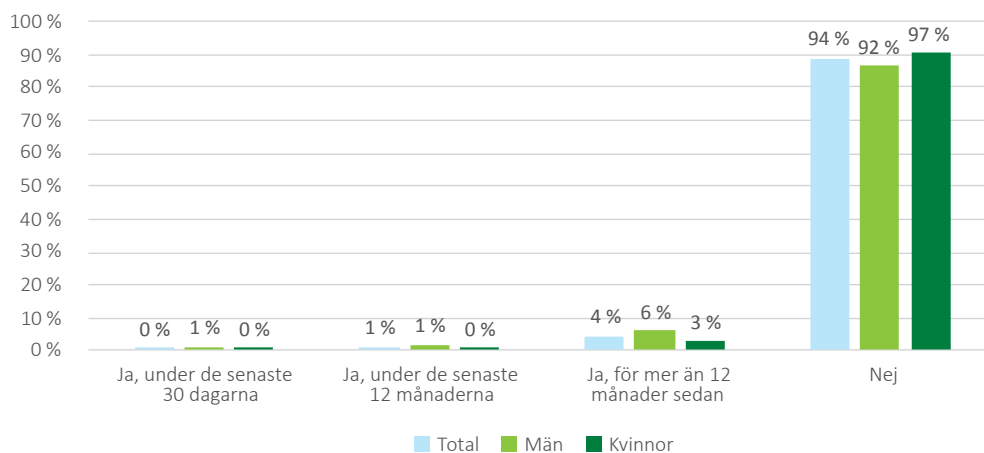
11 procent av kvinnorna och 14 procent av männen har använt cannabis för mer än 12 månader sedan. Cirka 3 procent av både kvinnor och män uppger att de använt cannabis under det senaste året.

Figur 122. Har du någon gång använt cannabis (hasch eller marijuana)? Efter kön.



Majoriteten eller 94 procent av de svarande har uppgett att de inte använt amfetamin, kokain eller ecstasy m.m. 3 procent av kvinnorna och 6 procent av männen svarar att de använt amfetamin, kokain, ecstasy m.m. för mer än 12 månader sedan. 0,6 procent av männen uppger att de använt det under de senaste 12 månaderna.

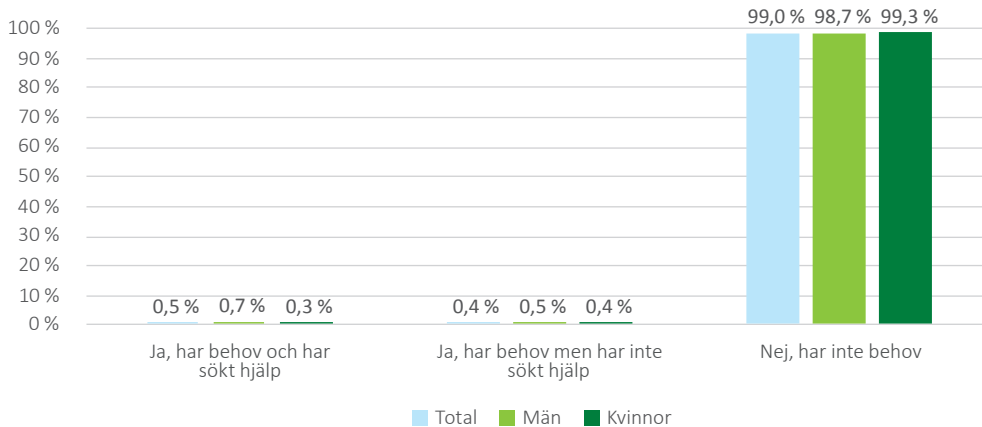
Figur 123. Har du någon gång använt amfetamin, kokain, heroin, ecstasy, LSD eller liknande? Efter kön.



Stöd för alkoholavvänjning, droger med mera

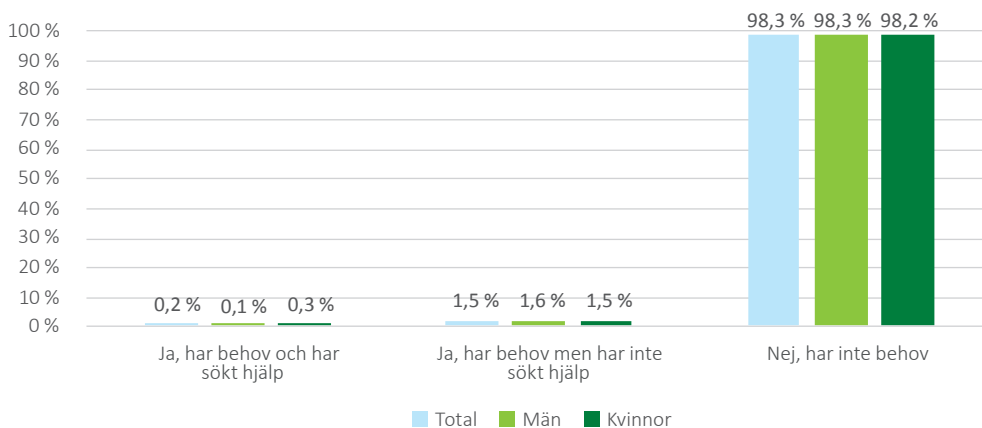
99 procent av umeborna svarar att de inte har några behov av hjälp när det gäller sin alkoholkonsumtion. 1 procent svarar att de har behov av hjälp och 0,4 procent har behov av hjälp men har inte sökt hjälp. Av de svarande är det främst inom åldersgrupperna 25–44 år och inom 65–74 år som uppger att de har behov av, och har sökt, hjälp.

Figur 124. Har du ansett dig vara i behov av vård/hjälp/stöd för alkohol under de senaste 12 månaderna? Efter kön.



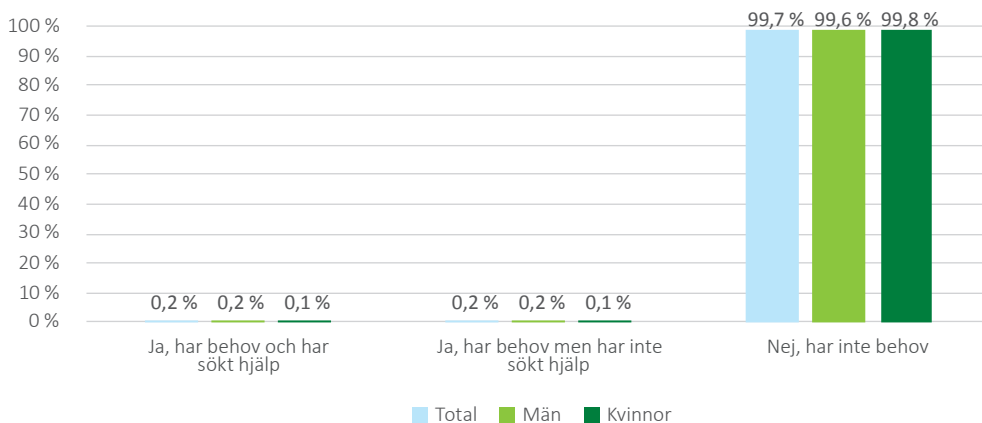
Totalt uppger 1,5 procent av umeborna att de anser sig behöva hjälp att sluta med sina rökvanor. Några märkbara skillnader mellan könen finns inte. Behovet av hjälp fördelar sig relativt jämnt mellan de olika åldersgrupperna.

Figur 125. Har du ansett dig vara i behov av vård/hjälp/stöd. Tobak. Efter kön.



På frågan om man behöver hjälp med sitt narkotikamissbruk svarar totalt cirka 0,4 procent, eller 400 personer, att de anser sig behöva hjälp.

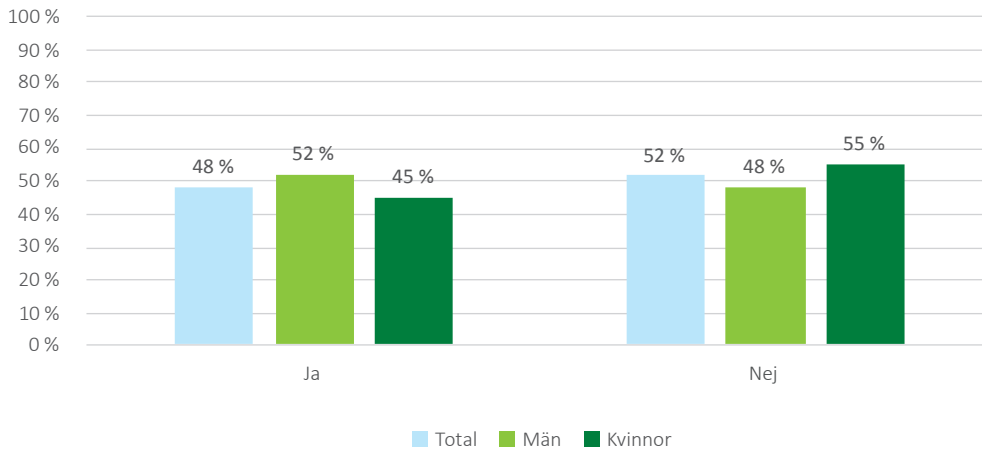
Figur 126. Har du ansett dig vara i behov av vård/hjälp/stöd. Narkotika. Efter kön.



Spelvanor

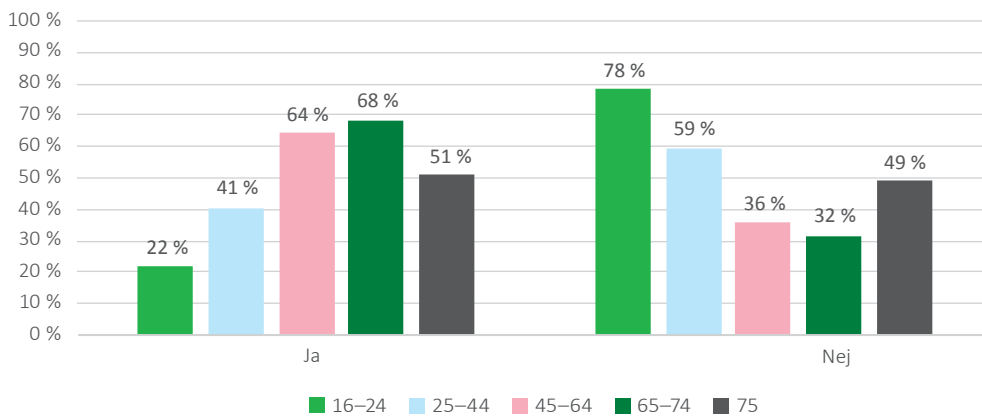
45 procent av kvinnorna och 52 procent av männen svarar att de spelat med pengar eller köpt lotter under de senaste 12 månaderna.

Figur 127. Har du köpt lotter eller satsat pengar på spel under de senaste 12 månaderna. Efter kön. *Exempelvis trisslotter, Bingolotter, kasinospel, tips, spel på hästar eller liknande, samt spel om pengar över internet som t.ex. poker eller vadslagning.*



Vanligaste åldrarna att spela om pengar är mellan 45 och 74 år. Cirka 64–68 procent spelar i dessa åldrar.

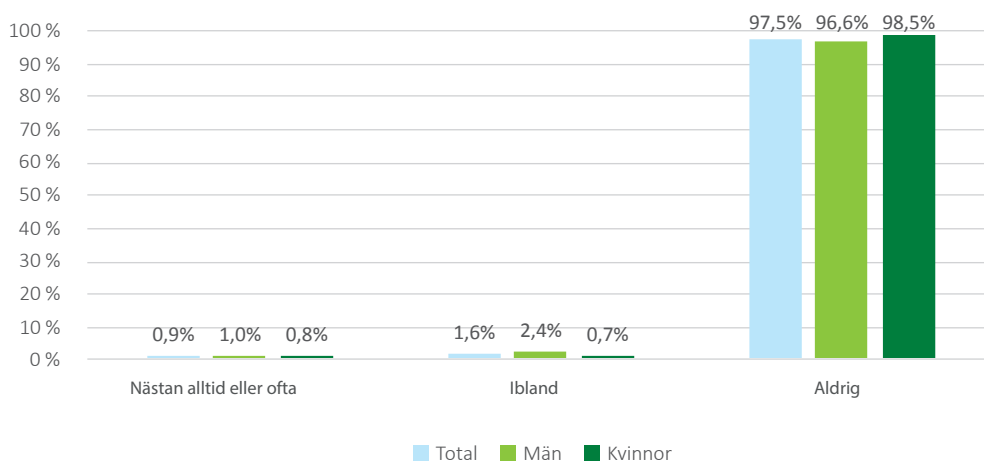
Figur 128. Har du köpt lotter eller satsat pengar på spel under de senaste 12 månaderna. Efter ålder.



Flertalet av de som spelar, spelar inte med mer än de har råd att förlora. 2,4 procent av männen och 0,7 procent av kvinnorna uppger att de ibland spelar för mer än de har råd med, och 0,9 procent svarar att de ofta eller nästan alltid gör det.

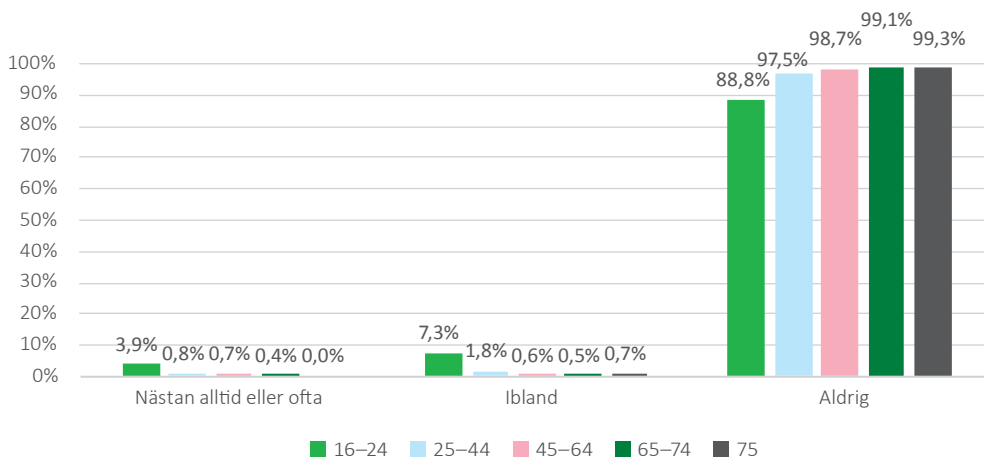
Riskabelt spelande

Figur 129. Har du spelat för mer än du har råd att förlora under de senaste 12 månaderna. Efter kön.



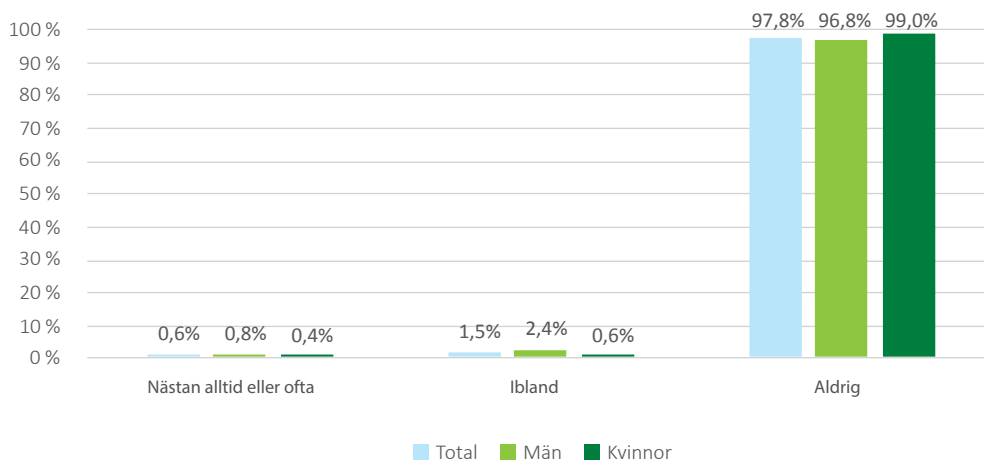
Största andelen som spelar för mer än de har råd med återfinns i åldrarna 16–24 år.

Figur 130. Har du spelat för mer än du har råd att förlora under de senaste 12 månaderna. Efter ålder.



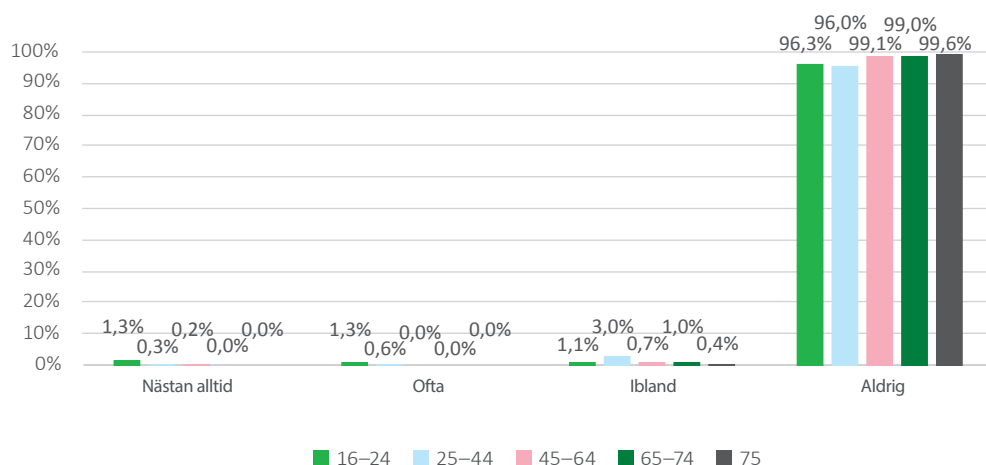
Majoriteten, eller 98 procent av dem som spelar, uppger att de aldrig spelar för större summor för att känna spänning men noterbart är att 2,4 procent av männen ibland gör det. Totalt uppger 0,6 procent att de ofta eller nästan alltid gör det.

Figur 131. Har du spelat för större summor för att känna spänning. Efter kön.



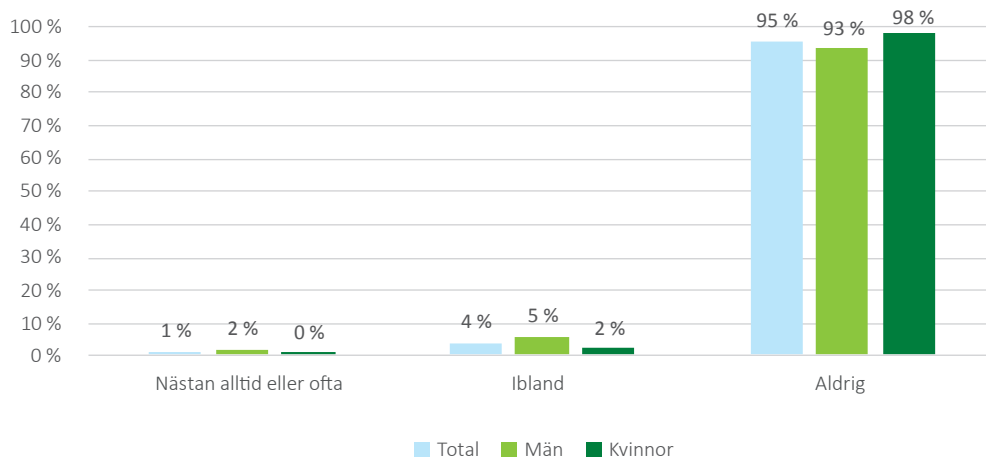
Det är främst umebor inom åldern 16–44 som spelar för att känna spänning ofta, ibland eller nästan alltid.

Figur 132. Har du spelat för större summor för att känna spänning. Efter ålder.



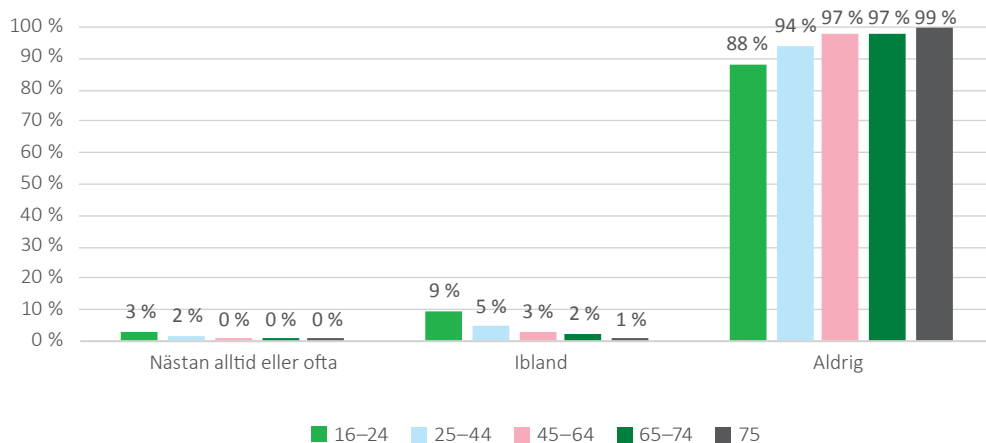
De flesta, eller cirka 95 procent, svarar att de inte ägnar mycket tid att tänka på tidigare och framtida spelande men 5,2 procent av männen ägnar ibland mycket tid och 1,6 procent ägnar ofta eller alltid mycket tid till sådant tänkande.

Figur 133. Ägnar du mycket tid åt att tänka på tidigare eller framtida spelande? Efter kön.



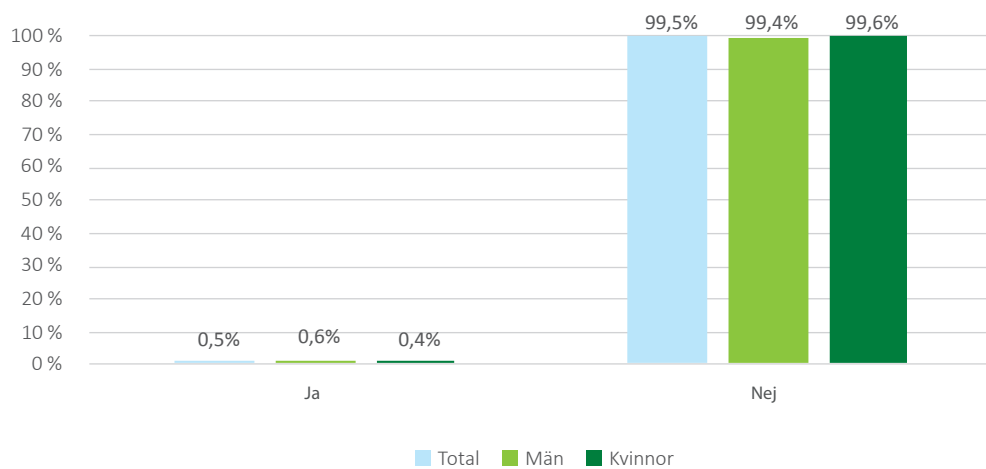
Det är främst inom de yngre åldersgrupperna som man ägnar tid åt att tänka på tidigare och framtida spelande.

Figur 134. Ägnar du mycket tid åt att tänka på tidigare eller framtida spelande. Efter ålder.



0,5 procent av de som spelar anser sig ha behov av hjälp med sitt spelande, men avstått från att söka hjälp. Svaren visar att de som sökt hjälp återfinns inom ålderskategorin 16–44.

Figur 135. Har du under de senaste 12 månaderna ansett dig vara i behov av vård/stöd på grund av ditt spelande men ändå avstått från att söka vård/hjälp? Efter kön.



Socioekonomiska typområden

Den geografiska indelningen i denna fördjupning består av sju områden. Områdena har grupperats efter en statistisk klusteranalysmetod och benämns här socioekonomiska typområden. Områden som liknar varandra ingår i samma typområde och kan finnas spridda över hela kommunen. Fördelarna med att gruppera områden på detta sätt är att vi kan göra en bättre analys av hur olika demografiska förutsättningar påverkar umebornas hälsa. Givetvis finns det variationer inom varje typområde och resultaten ska ses som generaliseringar.

Typområdenas gruppering baseras på ett antal socioekonomiska variabler. Dessa är: andel unga (20–29 år), andel äldre (65+), hushållens disponibla inkomst, andel utrikes födda och andel ensamboende. Nedan följer några karaktäristiska beskrivningar om varje område:

Figur 136. Socioekonomiska typområden

Klustergrupp	Andel unga	Hushållsinkomst	Andel ensamboende	Andel äldre 65+	Summa bef	Utrikes
1	6 %	643 099	6 %	17 %	19 533	6 %
2	13 %	450 649	27 %	38 %	7 323	9 %
3	21 %	449 589	25 %	17 %	47 631	13 %
4	31 %	349 341	28 %	10 %	11 377	26 %
5	10 %	586 347	11 %	15 %	18 908	6 %
6	9 %	547 155	14 %	23 %	13 689	6 %
7	60 %	205 085	55 %	0,02 %	8 564	32 %
Medelvärde kommun	18,80 %	493 876	17 %	16,70 %	127 025	12,00 %

Typområde 1: kännetecknas av en mycket liten andel unga (20–29 år), höga hushållsinkomster, mycket få ensamboende och en andel äldre som är nära kommunens genomsnittliga nivå. Man har också få utrikes födda i dessa områden generellt sett jämfört med kommunens genomsnitt, ungefär hälften så stor andel.

Exempel på områden inom Typområde 1 är: Rödäng, Ersmark, Brännland, Sörfors, Söderslätt, Ön, Carlslid, Innertavle, Yttertavle, Berghem NO, Västerslätt (villaområde).

Typområde 2: Kännetecknas av en andel unga (20–29 år) som ligger något under medelvärdet för kommunen, hushållsinkomster ligger något under kommunens genomsnittliga nivå, man ligger en bit över medel gällande andelen ensamboende, en hög andel äldre och en andel utrikes födda som ligger något under kommunens genomsnittliga nivå.

Exempel på områden inom Typområde 2 är: Fridhem, Centrum NV, Norrbyn, Mariestrand, Holmön, Karlsborgområdet, Brinkvägen, Dragonfältet.

Typområde 3: Kännetecknas av hushållsinkomster som ligger lägre än kommunens genomsnitt, en andel yngre som är ungefär i likhet med kommunens genomsnitt, andelen ensamboende ligger en bit över medlet för kommunen, andelen äldre ligger på genomsnittlig nivå för kommunen, andelen utrikes födda är också ungefär på kommunens genomsnittliga nivå.

Exempel på områden inom typområde 3 är: Berghem SV, Sandbacka, Haga NV, Ytterhiske, Väst på stan, Centrum S, NO, O, Östermalm, Öbacka, Ersboda, V, O, S, Sandåkern, Kronoparken, Böleäng, N.

Typområde 4: Kännetecknas av att de har en stor andel unga, låga hushållsinkomster ganska långt under kommunens genomsnittliga nivå, andelen ensamboende ligger en bit över medlet för kommunen, en ganska låg andel äldre och en stor andel utrikes födda.

Exempel på områden inom typområde 4 är: Berghem SO, nordöstra Ersboda, Ålidbacken, Ålidhem S, Ålidhöjd, Carlskem V, Mariehemshöjd, Olofsdal.

Typområde 5: kännetecknas av en ganska liten andel unga (20–29 år), höga hushålls-inkomster men lägre än i grupp 1, ganska få ensamboende, andel äldre i likhet med kommunens genomsnitt. Man har också få utrikes födda i dessa områden generellt sett.

Exempel på områden inom typområde 5 är: Sandabrånet, Sanbacka Ö, Kyrkogatan S, Grubbe S, Baggböle, Flurkmark, Hissjö, Överboda, Rådåsel, Böleäng V, Röback, Hössjö, Stöcke.

Typområde 6: Kännetecknas av en ganska liten andel unga, hushållsinkomster som ligger över kommunens genomsnittliga nivå, andel ensamboende ligger strax under kommunens genomsnitt, något fler äldre än kommunens genomsnitt och en låg andel utrikes födda i likhet med område 1 och 5.

Exempel på områden inom typområde 6 är: Kungsänget, Västerhiske, Tavelsjö, Mariedal, Obbola, Sävar V, Sävar omland Ö.

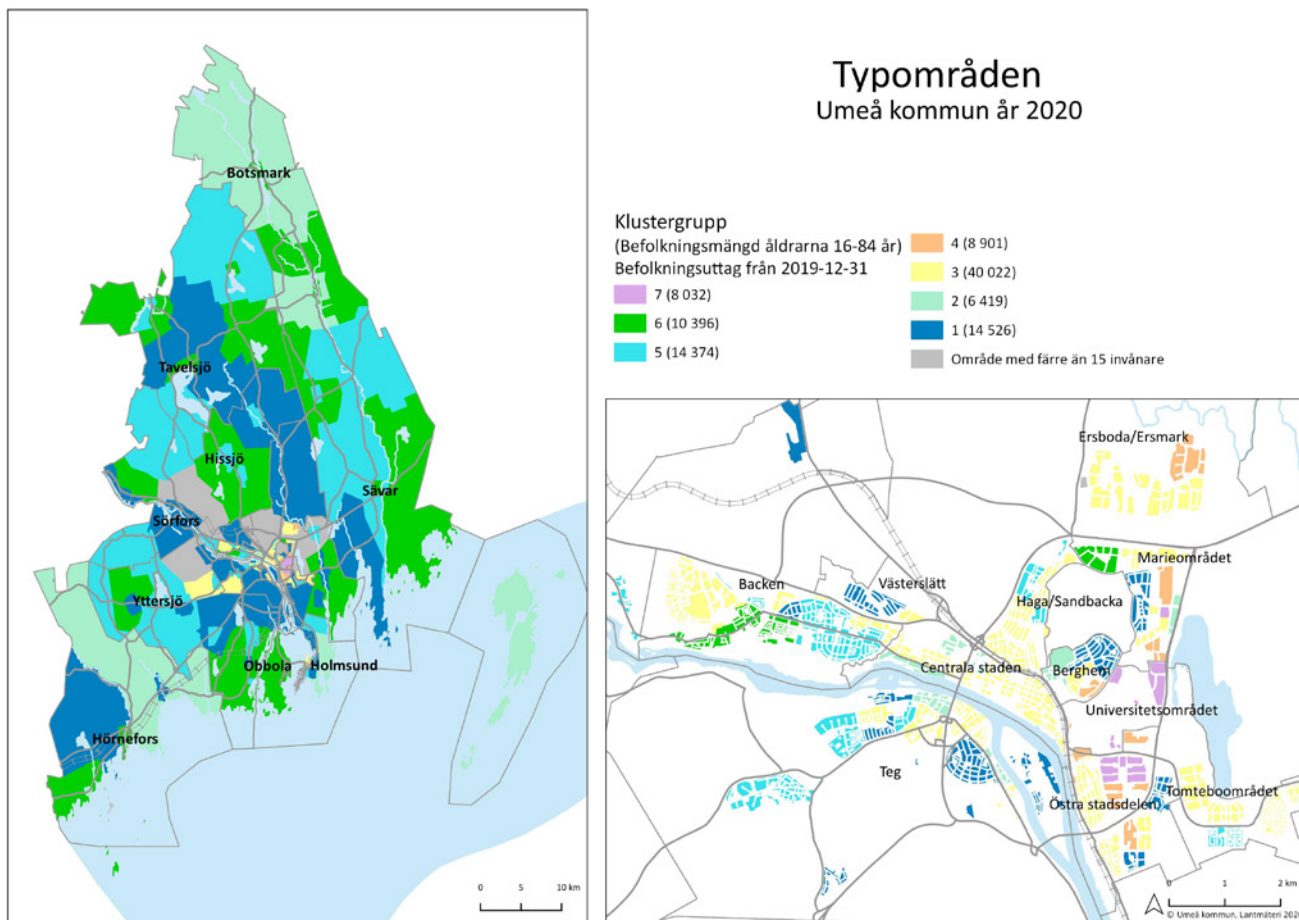
Typområde 7: Kännetecknas av huvudsakliga studentområden med en mycket stor andel unga, mycket låga hushålls-inkomster, mycket stor andel ensamboende, en mycket liten andel äldre och en mycket stor andel utrikes födda.

Exempel på områden inom typområde 7 är: Ålidhem V, Ålidhem Ö, Mariehem (studentbostäder), Universitetsområdet, Nydalahöjd, Lill-Jans berget.

Komplett tabell över vilka områden som tillhör respektive 1–7 typområde. Se bilaga 2.

Karta över typområden 1–7: Se figur 151.

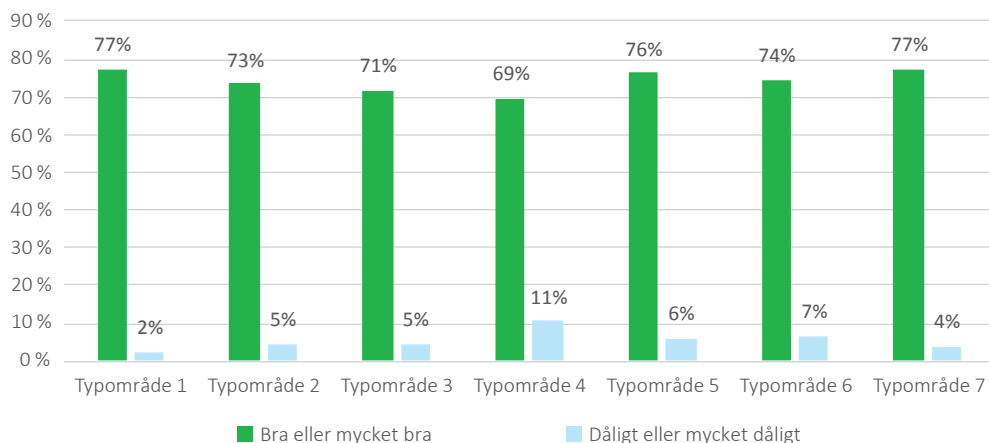
Figur 137. Umeå kommun, typområde 1–7



Hälsan i befolkningen

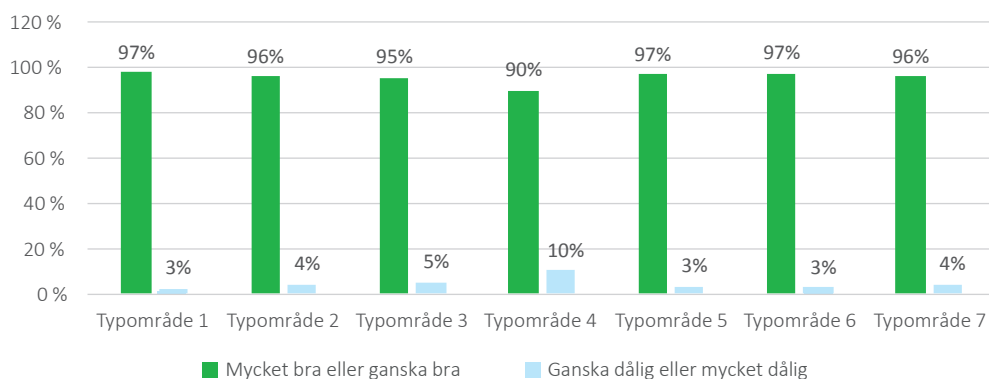
På frågan om hur man bedömer sitt allmänna hälsotillstånd visar svaren att majoriteten hos alla områden uppger ett gott eller mycket gott allmänt hälsotillstånd. I typområde 4 finns dock fler, 11 procent, som anger dåligt eller mycket dåligt hälsotillstånd.

Figur 138. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?



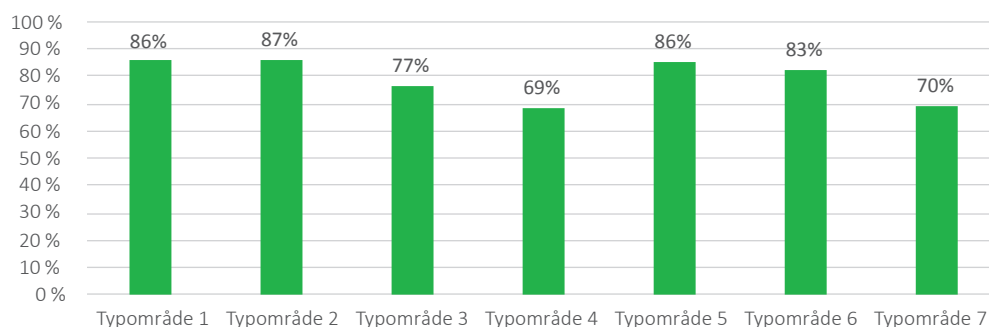
Majoriteten inom samtliga typområden tycker att deras familjesituation är mycket bra eller ganska bra. Fler, eller 10 procent, inom typområde 4 tycker dock att den är ganska dålig eller mycket dålig medan bara cirka 2 procent inom typområde 1 uppger att deras hälsa är dålig eller mycket dålig.

Figur 139. Hur är din familjesituation i allmänhet?



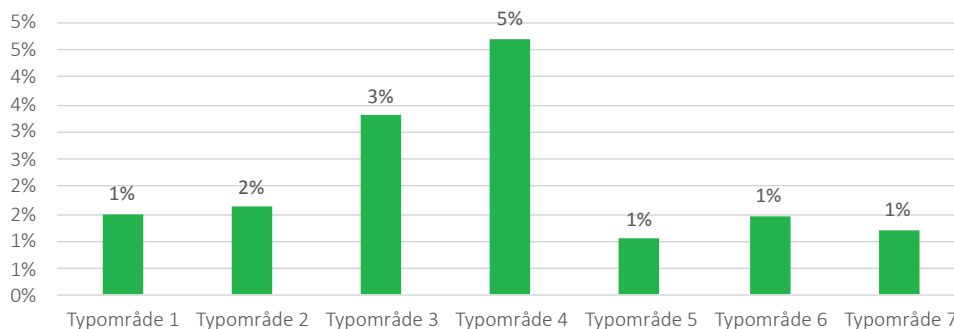
De flesta umebor litar på varandra och det gäller även inom de socioekonomiska typområdena. Minst tillit till andra återfinns inom typområde 4 och 7. I dessa områden är det cirka 30 procent som inte känner tillit till andra.

Figur 140. Tycker du att du i allmänhet kan lita på de flesta människor? Svar ja.



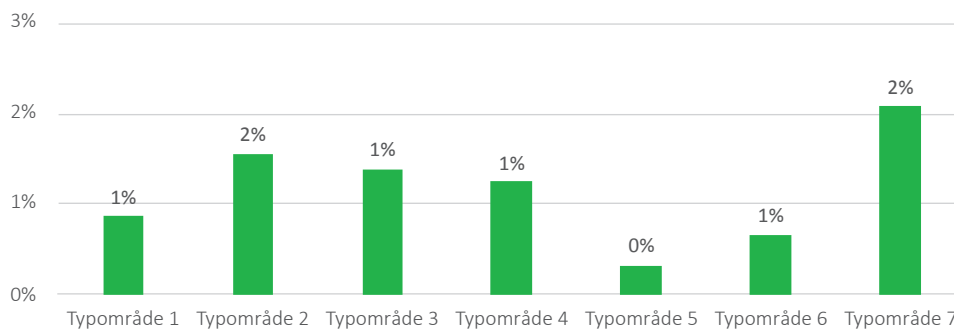
5 procent av boende inom typområde 4 uppger att man utsatts för hot eller våld under de senaste 12 månaderna. 3 procent från typområde 3 uppger samma svar.

Figur 141. Har du blivit utsatt för hot om våld så att du blev rädd de senaste 12 månaderna?



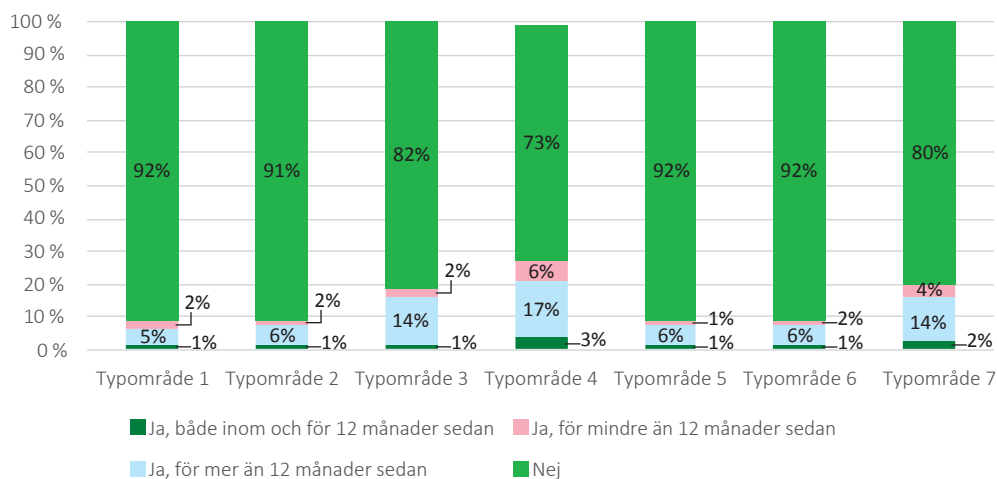
2 procent av boende inom typområde 7 har utsatts för fysiskt våld under de senaste 12 månaderna. Inom typområde 2 ligger svaret på cirka 1,5 procent.

Figur 142. Har du blivit utsatt för fysiskt våld under de senaste 12 månaderna? Andel som svarar ja.



Inom typområde 4 svarar hela 17 procent att de övervägt självmord under de senaste 12 månaderna och 9 procent att de övervägt det för mindre än tolv månader sedan, vilket är anmärkningsvärt mycket högre än andra områden.

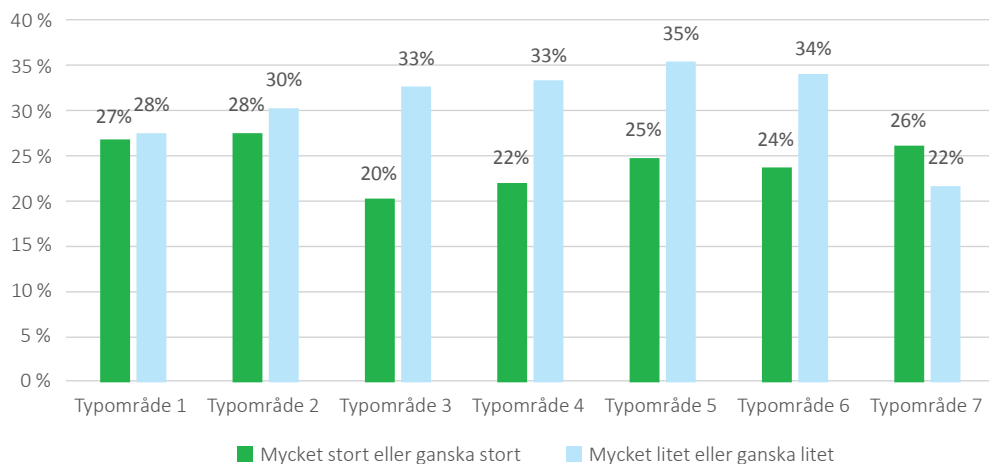
Figur 143. Har du någon gång allvarligt övervägt att ta ditt liv?



Förtroende för samhällsfunktioner

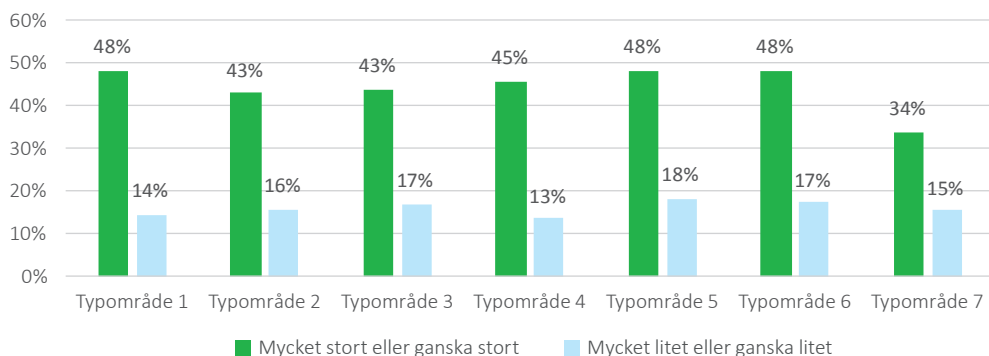
Förtroendet för politiker fördelar sig på ett liknande sätt mellan de olika socioekonomiska typområdena. Inom typområde 1 och 2 har man högst förtroende om än på en låg nivå.

Figur 144. Hur stort eller litet förtroende har du för sätttet följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun?
Politiker.



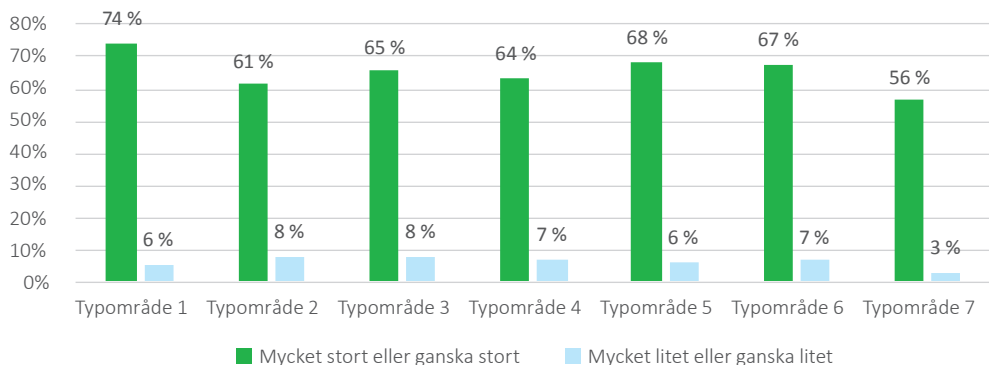
Förtroendet för massmedia fördelar sig också ganska jämnt mellan de olika områdena. Område 7 utmärker sig något med lägre förtroende men där är det också fler som inte har någon åsikt vilket utgör en del av förklaringen.

Figur 145. Hur stort eller litet förtroende har du för sätttet följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun?
Medier (VK, VF, m.m.).



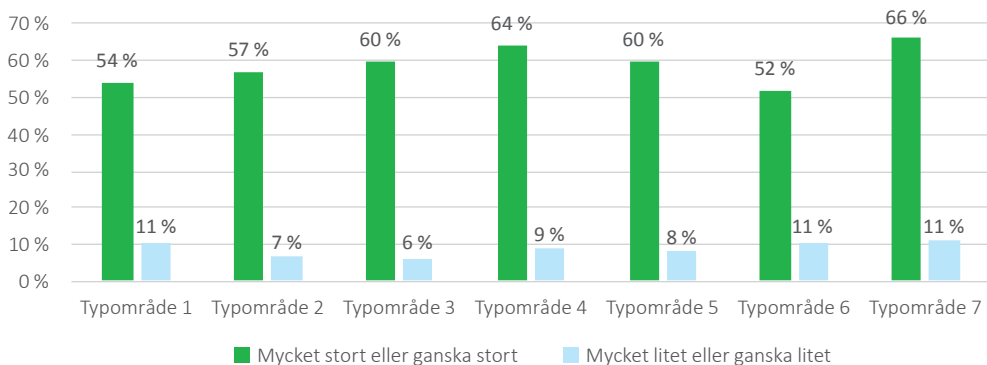
Majoriteten i Umeå kommun har mycket stort eller ganska stort förtroende för skolan. Inom typområde 7 är det 56 procent som har ganska stort eller mycket stort förtroende. Andelen som har mycket litet eller ganska litet förtroende för skolan ligger relativt lika mellan typområdena.

Figur 146. Hur stort eller litet förtroende har du för sätttet följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun? Skola.



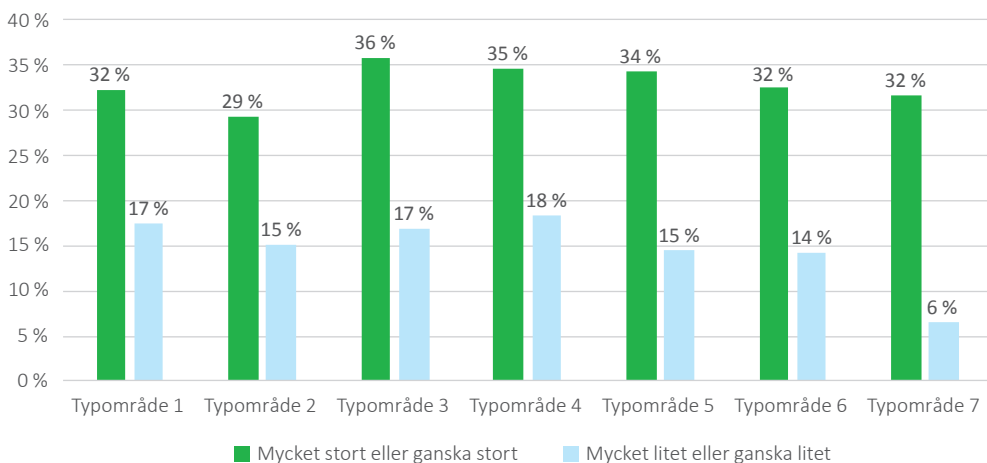
Fler inom typområde 4 och 7 har stort eller mycket stort förtroende för kollektivtrafiken jämfört med övriga områden.

Figur 147. Hur stort eller litet förtroende har du för sättest följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun? Kollektivtrafik.



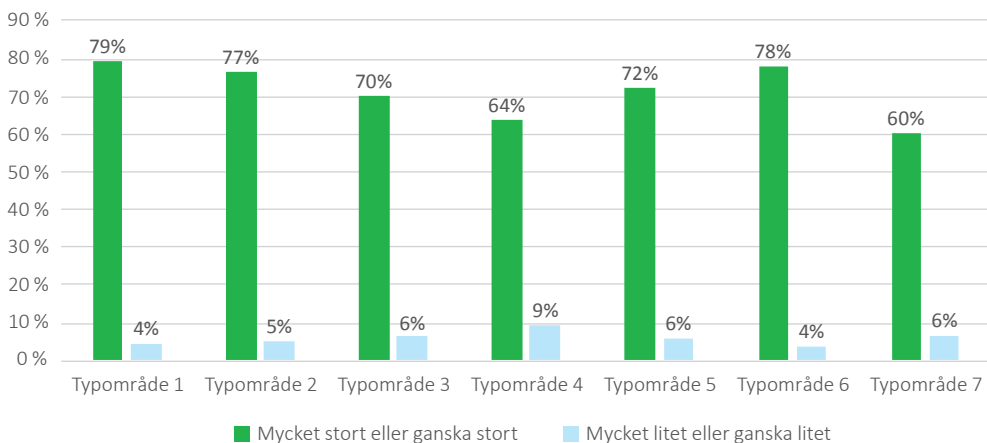
De som har ganska högt eller mycket högt förtroende för socialtjänsten i Umeå kommun är ganska jämnt fördelat mellan områdena. Inom typområde 3, 4 och 5 har mellan 34–36 procent mycket högt eller ganska högt förtroende för socialtjänsten.

Figur 148. Hur stort eller litet förtroende har du för sättest följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun? Socialtjänsten.



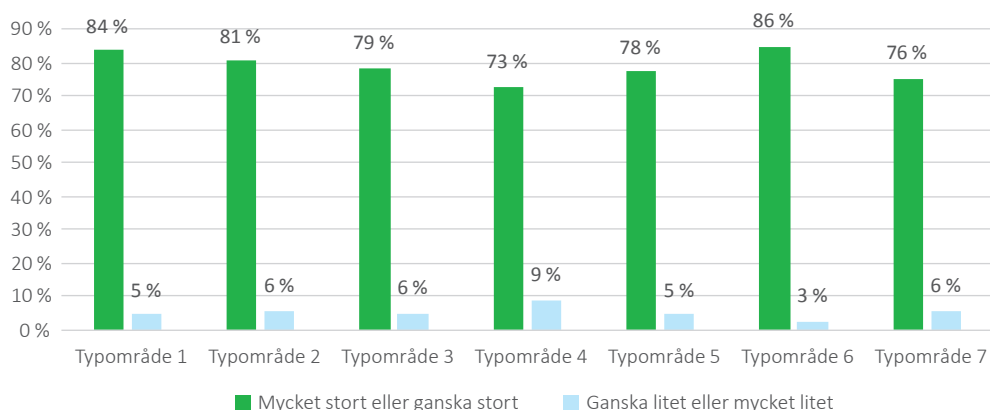
Majoriteten av de svarande inom de olika typområdena har mycket stort eller ganska stort förtroende för polisen. Lägre andelar med ganska stort eller mycket stort förtroende finns dock inom typområde 4 och 7.

Figur 149. Hur stort eller litet förtroende har du för sättest följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun? Polisen.



Boende i typområde 1 och 6 har något högre förtroende än övriga typområden. Lägst förtroende återfinns inom område 4.

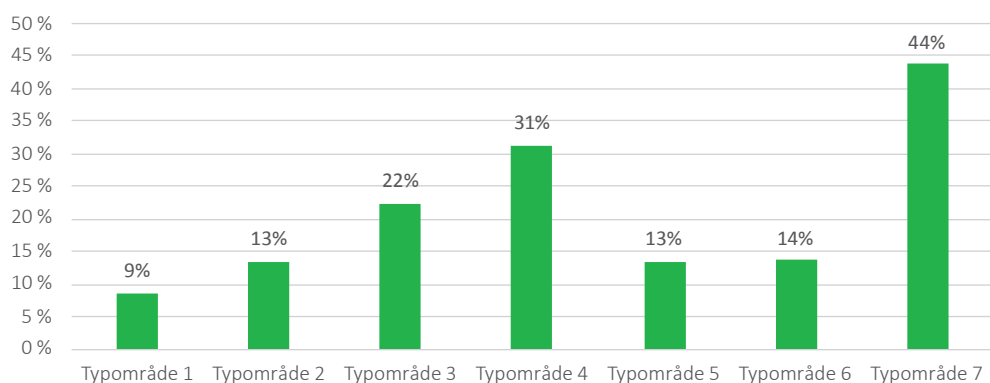
Figur 150. Hur stort eller litet förtroende har du för sättet följande grupper sköter sitt arbete i Umeå kommun? Sjukvården.



Livsvillkor och levnadsförhållande

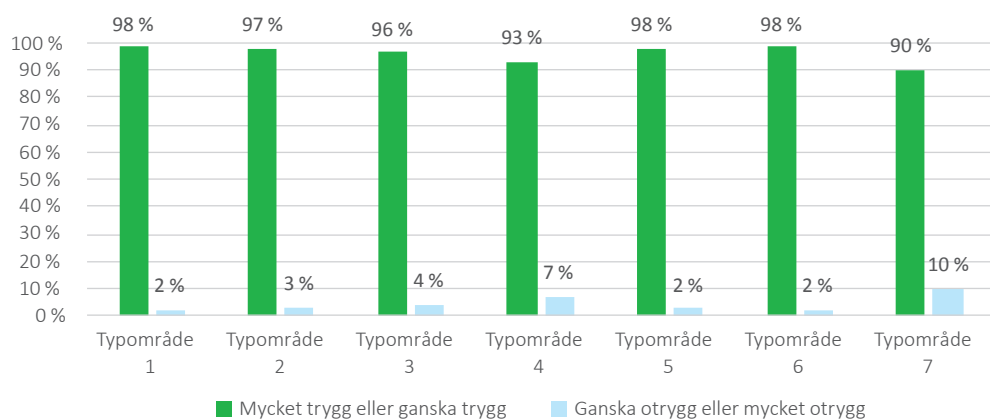
På frågan om man överväger att flytta från sin nuvarande bostad inom de 12 närmaste månaderna är typområde 7 det område där flest antal svarande uppger att de överväger att flytta. Typområde 1 är det område där minst antal svarande överväger en flytt.

Figur 151. Överväger du att flytta från din nuvarande bostad inom de närmaste 12 månaderna?



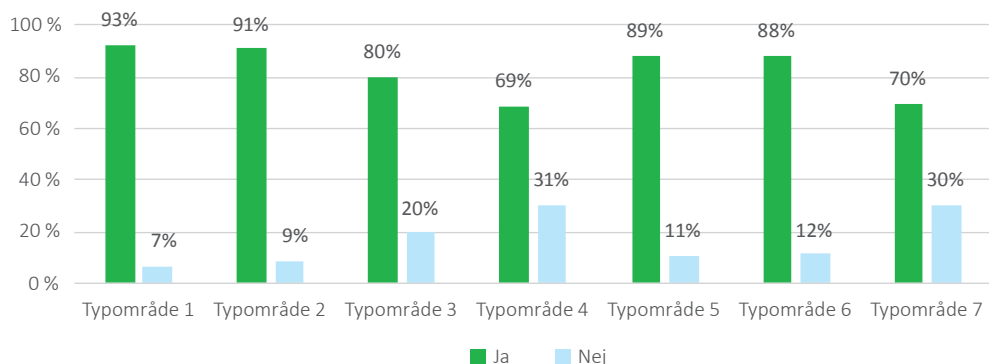
Generellt uppger majoriteten av de svarande att de känner sig mycket trygga eller ganska trygga i sitt bostadsområde. 10 procent i typområde 7 uppger att de känner sig ganska otrygga eller mycket otrygga. 7 procent i typområde 4 uppger samma svar. De svarande som uppger högst trygghet återfinns inom typområde 1, 5 och 6 och lägst inom område 7 och 4.

Figur 152. Hur trygg eller otrygg känner du dig i ditt bostadsområde?



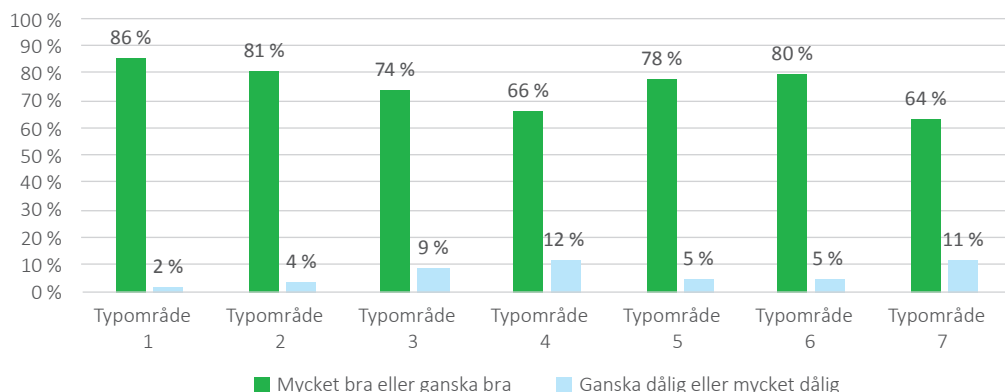
De flesta av de svarande uppger att de skulle klara en oväntad utgift på 10 000 kr inom en månad utan att låna eller be om hjälp. 31 procent i typområde 4 och 30 procent i typområde 7 uppger att de inte skulle klara en sådan oväntad utgift. Svar från boende i typområde 1 uppger att 7 procent inte skulle klara en sådan oväntad utgift.

Figur 153. Skulle ditt hushåll klara av att betala en oväntad utgift på 10 000 kr inom en månad utan att låna eller be om hjälp.



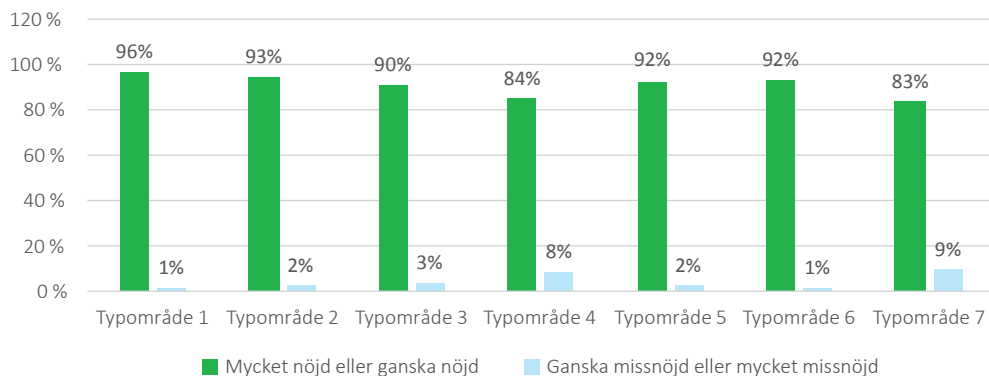
Generellt sett svarar de flesta av hushållen att deras ekonomiska situation är mycket bra eller ganska bra. 12 procent i typområde 4 och 11 procent från typområde 7 uppger att deras hushålls ekonomiska situation är ganska dålig eller mycket dålig.

Figur 154. Hur är ditt hushålls ekonomiska situation i allmänhet?



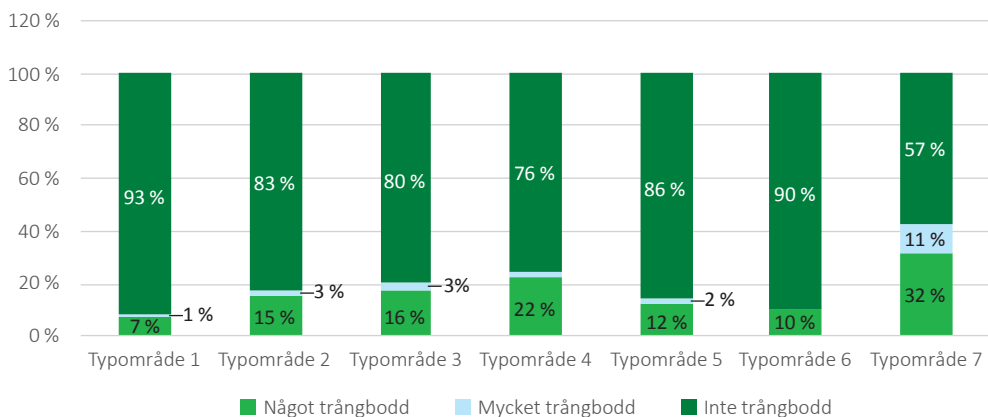
Majoriteten av de svarande är mycket nöjda eller ganska nöjda med sitt boende där de bor idag. 9 procent inom typområde 7 och 8 procent inom typområde 4 uppger att de är ganska missnöjda eller mycket missnöjda.

Figur 155. Hur nöjd eller missnöjd är du med hur du bor idag? Självva bostaden allmänt sett.



Trångboddhet är vanligast förekommande i typområde 7 där 32 procent uppger att de bor något trångt och 11 procent att de bor mycket trångt. Lägst trångboddhet uppges inom typområde 1 där 1 procent uppger mycket trångbodd och 7 procent något trångbodd. Inom typområde 6 uppges 10 procent bo något trång.

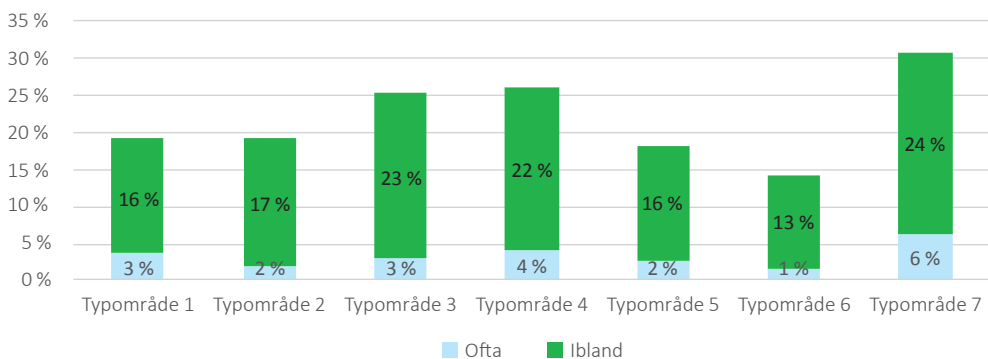
Figur 156. Upplever du att hushållet bor trångt?



24 procent inom typområde 7 svarar att de ibland avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli rånad, överfallen eller på annat sätt ofredad. 6 procent inom samma område uppger att de ofta avstår från det.

Lägst andel uppges inom typområde 6, där 1 procent ofta avstår och 13 procent ibland avstår från att gå ut ensam.

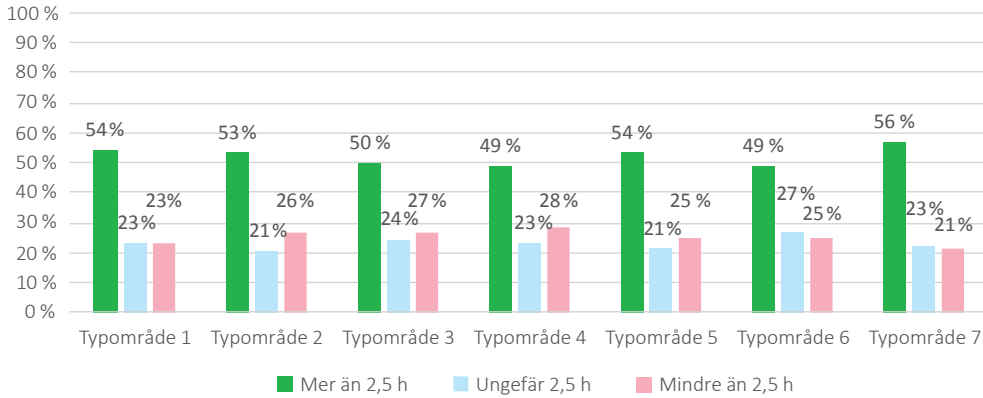
Figur 157. Händer det att du avstår från att gå ut ensam av rädsla för att bli rånad, överfallen eller på annat sätt ofredad?



Levnadsvanor

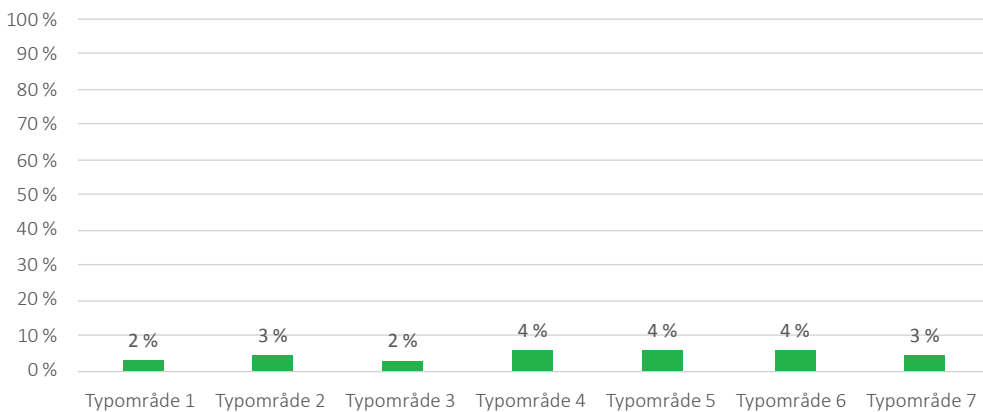
Svaren på frågan om antal timmar med vardagsmotion och fysisk träning fördelar sig mycket lika mellan de olika typområdena. Lägst siffrorna återfinns inom typområde 4 uppger. Där svarar 28 procent att de rör sig mindre än 2,5 timmar i veckan.

Figur 158. Hur många timmar vardagsmotion och fysisk träning uppskattar du att du får sammanlagt varje vecka?



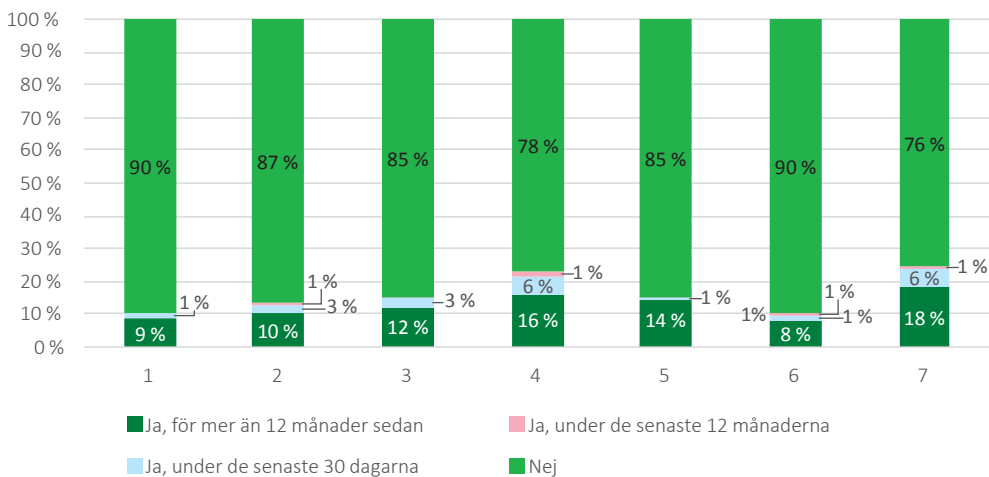
Andel dagligrökare av cigaretter, vattenpipa, e-cigarett eller liknande är störst med cirka 5 procent i typområde 4. Lägst andel återfinns i typområde 1 och 3.

Figur 159. Röker du cigaretter, vattenpipa, e-cigarett eller liknande? Andel dagligrökare.



Andel som använder cannabis är störst i typområde 4 och 7.

Figur 160. Har du någon gång använt cannabis (hasch eller marijuana)?



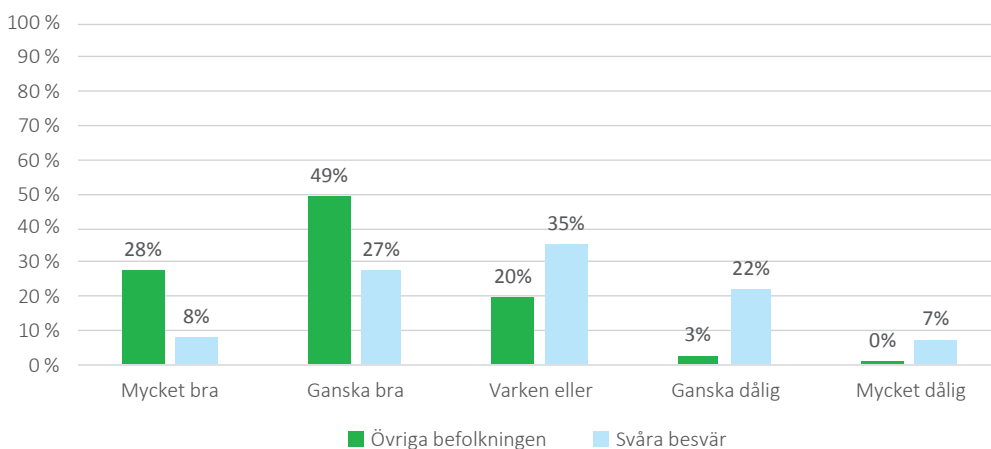


Funktionsnedsättning

I Umeå ska alla kunna delta i samhällslivet fullt ut. Därför behöver vi ta hänsyn till att människor är olika och att vi har olika behov. Nedan redovisas svar från personer som har uppgett en funktionsnedsättning och som också upplever besvär av den. Totalt utgör den gruppen cirka 9 100 personer.

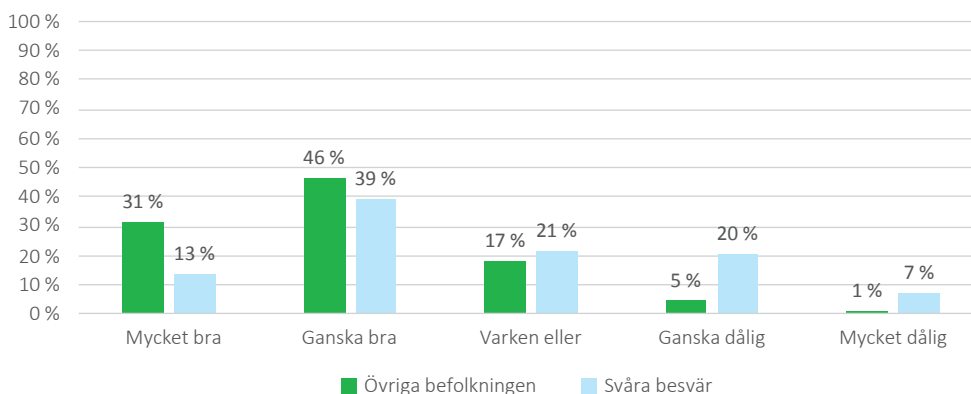
Hela 29 procent, eller cirka 2600 personer, med funktionsnedsättning och svåra besvär svarar att deras hälsotillstånd är dåligt eller mycket dåligt. Det kan jämföras mot cirka 3 procent av den övriga befolkningen som inte upplever några besvär.

Figur 161. Funktionsnedsättning. Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?



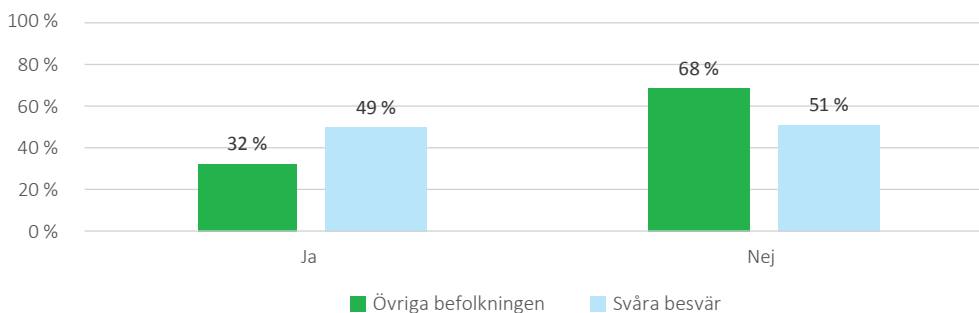
52 procent inom gruppen med svår funktionsnedsättning svarar att deras ekonomiska situation är bra eller mycket bra. Det kan jämföras med 77 procent för den övriga befolkningen.

Figur 162. Funktionsnedsättning. Hur är ditt hushålls ekonomiska situation i allmänhet?



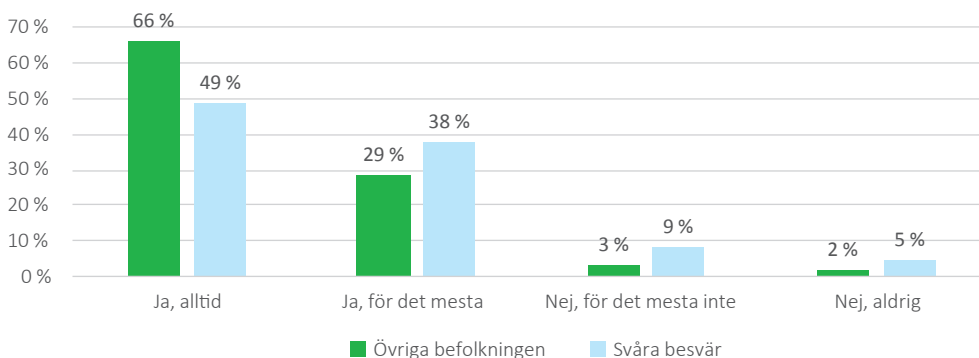
49 procent inom gruppen med svår funktionsnedsättning är beroende av sin sambos, makes eller partners inkomst familjen ska kunna leva under acceptabla ekonomiska förhållanden. Det kan jämföras mot 32 procent av den övriga befolkningen.

Figur 163. Funktionsnedsättning. Är du beroende av din sambos/makes/makas/partners inkomst för att du och eventuella barn ska kunna leva under vad du anser vara acceptabla ekonomiska förhållanden?



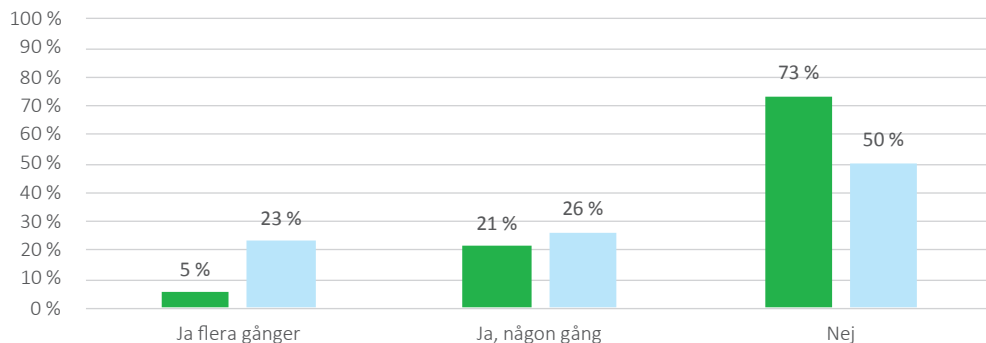
En något större andel inom gruppen med svår funktionsnedsättning upplever att de mer sällan får hjälp om de har praktiska problem eller är sjuka, än övriga befolkningen.

Figur 164. Funktionsnedsättning. Kan du få hjälp av någon/några personer om du har praktiska problem eller är sjuk, t.ex. få råd, låna saker, hjälp med matinköp eller reparationer?



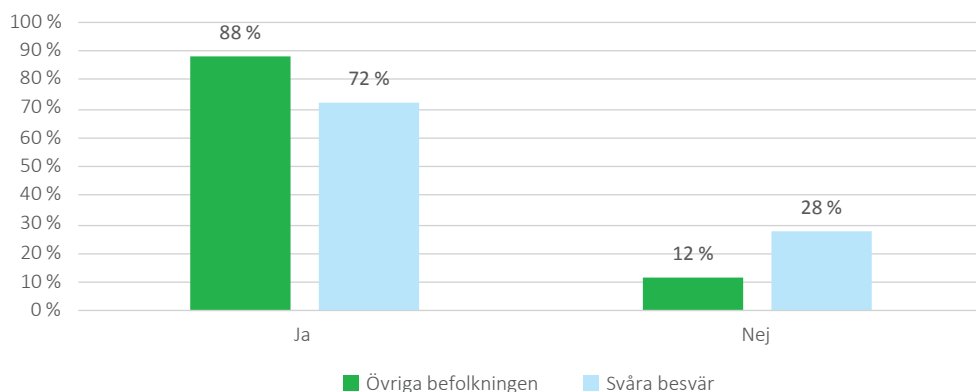
23 procent av personer med svåra besvär av sin funktionsnedsättning har blivit orättvist behandlade under de senaste 12 månaderna. Motsvarande svarssiffra från övriga befolkningen är 5 procent.

Figur 165. Funktionsnedsättning. Har du upplevt att du blivit orättvist behandlad under de senaste 12 månaderna?



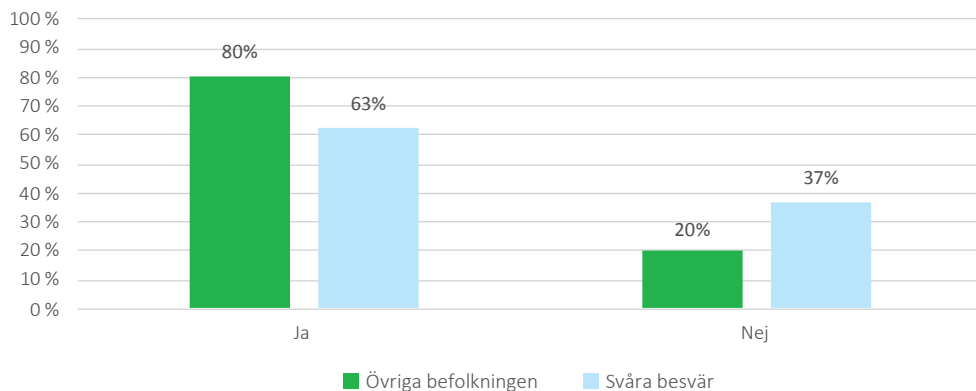
72 procent av gruppen personer med funktionsnedsättning har någon att dela sina innersta känslor med och anförtro sig åt. Motsvarande siffra från övriga befolkningen är 88 procent. 28 procent av personer med funktionsnedsättning och 12 procent av övriga befolkningen har inte någon att anförtro sig åt.

Figur 166. Funktionsnedsättning. Har du någon du kan dela dina innersta känslor med och anförtro dig åt?



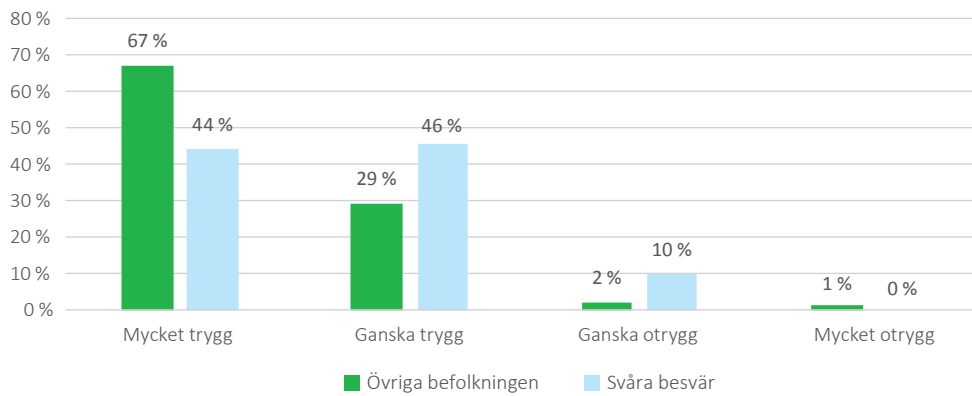
Förtroendet för andra människor är lägre inom gruppen med funktionsnedsättning med svåra besvär än hos övriga befolkningen. 63 procent av de med funktionsnedsättning och 80 procent utan funktionsnedsättning känner tillit till andra.

Figur 167. Funktionsnedsättning. Tycker du att du i allmänhet kan lita på de flesta människor?



90 procent av personer med svår funktionsnedsättning känner sig mycket trygga eller ganska trygga i sitt bostadsområde. Motsvarande siffra från övriga befolkningen är cirka 97 procent. 10 procent av personer med svår funktionsnedsättning uppger att de känner sig ganska otrygga eller mycket otrygga jämfört med övriga befolkningen där siffran är cirka 3 procent.

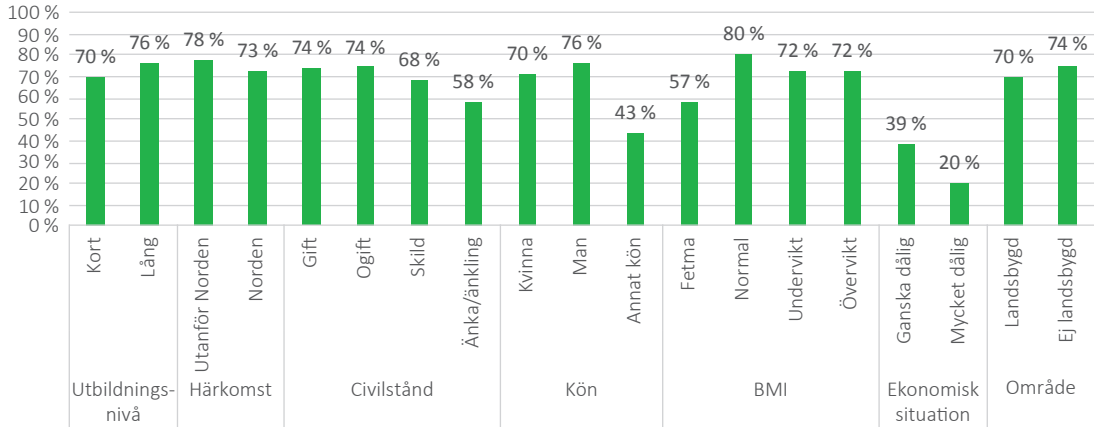
Figur 168. Funktionsnedsättning. Hur trygg eller otrygg känner du dig i ditt bostadsområde?



Allmänt hälsotillstånd utifrån olika faktorer

Svaret på om man mår bra eller mycket bra, indelat i olika kategorier som utbildning/härkomst, civilstånd, kön, BMI och ekonomisk situation visar att personer som inom kategorin änka/änkling, fetma, annat kön och ganska dålig eller mycket dålig ekonomisk situation, är de parametrar där personerna uppgett lägst andel.

Figur 169. Mår bra eller mycket bra uppdelat i utbildningsnivå, härkomst, civilstånd, kön, BMI och ekonomisk situation.



Bilaga 1 Typområde 1–7

Kod	Områdesnamn	Kluster
10101	Berghem, nordost	1
40702	Västerslätt (villor)	1
40704	Rödäng	1
50808	Ersmark	1
50809	Ersmarks omland	1
61009	Grubbe norra, V. Kronoparksv.	1
61210	Västerslätt industriområde	1
71402	Brattby	1
71403	Brännland	1
71406	Sörfors	1
71514	Flurmarks omland	1
71517	Brännlands omland	1
71519	Sörfors omland	1
81811	Tavelsjö omland, östra	1
81812	Tavelsjö omland, norra	1
92001	Böleäng, södra	1
92012	Bölesholmarna, Böleå boställe	1
92205	Söderslätt	1
92206	Ön	1
92307	Röbäcks omland, norra	1
92320	Röbäcks omland, östra	1
102401	Degernäs	1
102402	Djäkneböle	1
102404	Kasamark	1
102405	Klabböle	1
102407	Stöcksjö	1
102413	Ström	1
102610	Stöcksjö och Ansmarks omland, östra	1
102610	Stöcksjö och Ansmarks omland, västra	1
102620	Degernäs omland	1
112907	Carlslid	1
112911	Carlshöjd	1
123002	Mariehem (radhus)	1
123205	Mariehemsgård	1
154001	Lövön	1
154004	Eriksdal	1
154009	Lövöbacken, södra	1
154012	Lövöbacken, norra	1
164404	Sörmjöle	1
164608	Hörnefors omland, västra	1
174606	Täfteå	1
174912	Täfteå omland	1
193506	Innertavle	1

Kod	Områdesnamn	Kluster
193507	Yttertavle	1
193611	Bergsboda	1
92110	Röbäcksdalen	1
92219	Flygfältet	1
10103	Fridhem	2
30403	Brinkvägen	2
30405	Dragonfältet	2
30508	Centrum, nordvästra	2
92104	Böleå, norra	2
92217	Obbolavägen	2
123501	Mariestrand	2
154007	SCA	2
164402	Norrbyn	2
164605	Sörmjöles omland	2
164607	Hörnefors omland, östra	2
174908	Botsmarks omland	2
174910	Gravmarksomland, nedre	2
184901	Holmön	2
154010	Karlsborgsområdet	2
10104	Berghem, sydväst	3
20200	Sandabrånet, södra	3
20202	Sandbacka V, Ö. Kyrkog., norra	3
20203	Sandbacka Ö, Ö. Kyrkog., norra	3
20208	Sandbacka V, Ö. Kyrkog., södra	3
20304	Haga nordväst	3
20305	Haga nordost	3
20306	Haga sydväst	3
20307	Haga sydost	3
30402	Ytterhiske	3
30404	Väst på stan	3
30504	Centrum, södra	3
30509	Centrum, nordöstra	3
30605	Centrum, östra	3
30607	Rosendal	3
30608	Östermalm	3
30609	Öbacka, västra	3
30610	Öbacka, östra	3
40701	Västerslätt (hyreshus)	3
40703	Västerslätt (industriområde)	3
50803	Ersboda, västra	3
50804	Ersboda, mellersta	3
50807	Ersboda Östra industriområde	3
50812	Östra Ersboda, södra	3
61003	Kv. Eken m.fl.	3
61004	Sandåkern	3

Kod	Områdesnamn	Kluster
61205	Kronoparken	3
61308	Umedalen, västra	3
61309	Umedalen, östra	3
92011	Böleäng, norra	3
92103	Böleå, östra	3
92113	E4 - Riksvägen	3
92114	E4 - Tegsvägen	3
92115	Tegsberg - kyrkan	3
92209	Östtegs industriområde	3
92216	Söder tegsvägen	3
92322	Röbäcks omland, södra	3
102618	Skravelsjöes omland	3
112702	Sofiehem	3
112703	Gimonäs	3
112909	Carlshem, östra	3
123001	Mariehem (hyresbostäder)	3
123307	Marieberg	3
143703	Tomtebo, norra	3
143704	Tavleliden	3
143705	Tomtebo, nordvästra	3
143706	Tomtebo, västra	3
154003	Kassjöbergsområdet	3
154006	Djupvik/Sandvik	3
10105	Berghem sydost	4
50811	Östra Ersboda, norra	4
112701	Ålidbacken	4
112713	Gimonäs industrområde	4
112805	Ålidhem, södra	4
112814	Ålidhöjd	4
112908	Carlshem, västra	4
123104	Mariehemshöjd	4
123408	Olofsdal	4
133403	Sjuksköterskeskolan	4
193612	Anumarks omland	4
20201	Sandabrånet, norra	5
20209	Sandbacka Ö, Ö. Kyrkog., södra	5
60901	Grubbe, södra	5
61002	Grubbe, norra exkl. Kv. Eken m.fl.	5
61207	Kläppen	5
71401	Baggböle	5
71404	Flurkmark	5
71405	Hissjö	5
71407	Överboda	5
71408	Kassjö	5
71412	Håkmark	5

Kod	Områdesnamn	Kluster
71413	Kåddis	5
71520	Överbodas omland	5
71521	Kassjös omland	5
81702	Rödåsel	5
81708	Rödånäs	5
81807	Mickelsträsk's omland	5
81810	Tavelsjö omland, södra	5
92002	Böleå, västra	5
92021	Böleäng, västra	5
92308	Röbäck	5
102403	Hössjö	5
102406	Stöcke	5
102408	Yttersjöområdet	5
102411	Ansmark	5
102412	Strömbäck	5
102414	Skravelsjö	5
102609	Yttersjös och Djäkneböles omland	5
102615	Hössjös omland, norra	5
102615	Hössjös omland, södra	5
143702	Tomtebo, södra	5
154002	Omberget	5
154005	Svenskbyområdet	5
174601	Bodbyn	5
174603	Bullmark	5
174713	Sävar, östra	5
174909	Bullmarks omland	5
174911	Sävars omland, västra	5
193505	Anumark	5
61104	Kungsänget	6
61306	Västerhiske	6
71516	Brattbys omland	6
71518	Hissjös och Håkmars omland	6
81701	Tavelsjö	6
81703	Mickelträsk	6
81704	Kroksjö	6
81806	Kroksjös omland	6
81809	Rödåsels och Rödånäs omland, östra	6
81809	Rödåsels och Rödånäs omland, västra	6
102616	Stöckes, Ströms och Strömbäcks omland	6
102619	Kasamarks omland	6
123306	Mariedal	6
154108	Obbola	6
164300	Hörnefors, östra delen	6
164301	Hörnefors, västra delen	6
164506	Norrbyns omland	6

Kod	Områdesnamn	Kluster
174602	Botsmark	6
174604	Gravmark	6
174705	Sävar, västra	6
174907	Bodbyns omland	6
174914	Sävars omland, östra	6
174915	Gravmarks omland, övre	6
193613	Innertavles och Yttertavles omland	6
50806	Ersboda industriområde	7
102617	Klabböle omland	7
112804	Ålidhem, västra	7
112806	Ålidhem, östra	7
123003	Mariehem (studentbostäder)	7
133401	Universitetet	7
133501	Nydalahöjd	7
133502	Lill-Jans berget	7
193610	Nydalsjön	7

Bilaga 2. Teknisk beskrivning och kvalitet

Inledning

Övergripande planering vid Umeå kommun har under 2020 genomfört en enkätundersökning Jämlika liv 20. Syftet med undersökningen var att ta reda på hur Umeås befolkning mår och lever.

Undersökningen genomfördes som en postenkät i kombination med webbenkät. Urvals-personerna hade möjlighet att välja om de ville besvara frågeblanketten på papper eller på webben. Totalt var det 2 588 personer som besvarade frågeblanketten, vilket är 37 procent av urvalet. Antalet webbsvar var 1 584 vilket är 23 procent av urvalet. Pappersblanketterna registrerades via skanning, varefter datafil framställdes. 14,3 procent eller 1 004 personer svarade via pappersenkät.

Andelen svarande skiljde sig mycket mellan olika stratum. I stratum 2 svarade 47,8 procent medan i stratum 7 svarade endast 24 procent. Det blev totalt 148 returerna på grund av okänd adress eller på grund av att respondenten flyttat ut.

Population och urval

Populationen, d.v.s. de objekt som man vill kunna dra slutsatser om, utgörs i denna undersökning av samtliga personer i Umeå kommun i åldern 16–84 år. För att kunna dra ett urval från populationen skapas en urvalsram som avgränsar, identifierar och möjliggör koppling till objekten i populationen. Urvalsramen i denna undersökning har skapats utifrån kommuninvånarregistret och består av samtliga folkbokförda i Umeå i åldern 16–84 år.

Antalet individer i ramen var 102 271 den 5/2 2020.

Från urvalsramen drogs ett stratifierat, icke proportionellt, urval om 7000 personer med hjälp av programvaran R. Ett stratifierat urval innebär att alla objekt i respektive stratum har samma sannolikhet att komma med i urvalet men sannolikheten varierar sinsemellan strata om det inte är ett proportionellt urvalsförfarande.

Sekretess och utlämnande

Tillsammans med frågeblanketten skickades ett informationsbrev där uppgiftslämnarna kunde läsa om undersökningens bakgrund och syfte. Det informerades om vilka uppgifter som hämtas och att samtliga uppgifter är skyddade av GDPR. Det framgick även att det är frivilligt att delta. Kopplingen till personuppgifterna tas bort tre månader efter undersökningens avslutande.

Variabler

Umeå kommun har utformat frågorna i frågeblanketten i samarbete med SCB. 2020 års version av frågeblanketten Jämlika liv genomgick en granskning hos SCB:s mättekniska laboratorium.

Datainsamling

Vid första utskicket, som var respondenterna tillhanda 11/3 (vecka 11), skickades ett följebrev med inloggningsuppgifter för att besvara undersökningen digitalt. Det framgick i följebrevet att man också har möjlighet att svara via pappersenkät. Pappersenkäten skickades ut cirka 2 veckor efter utskicket av följebrevet och skickades enbart till personer som innan 16/3 inte hade besvarat enkäten via webben.

Bortfall

Bortfallet består dels av objektsbortfall som innebär att frågeblanketten inte är besvarad alls, dels av partiellt bortfall som innebär att vissa frågor på blanketten inte är besvarade. Om bortfallet skiljer sig åt från de svarande med avseende på undersökningsvariablerna så kan skattningarna som grundar sig på enbart de svarande vara skeva. För att reducera bortfallsrisken har vikter beräknats med hjälp av kalibrering.

Objektsbortfall kan bland annat bero på att uppgiftslämnaren inte är villig att delta i undersökningen, att uppgiftslämnaren inte går att nå eller att uppgiftslämnaren är förhindrad att medverka, till exempel på grund av sjukdom. Objektsbortfallet blev 63 %.

Databeredning

Databeredningen genomfördes av Övergripande planering vid Umeå kommun. Samtliga inkomna frågeblanketter prickades av i ett särskilt avregistreringssystem.

Viktberäkning och estimation

Vikter har tagits fram för att kunna räkna upp resultatet till populationsnivå. Uppräkning med vikter medför att resultatet kan redovisas för hela populationen och inte bara för de svarande. Om vikterna inte används så kan resultaten bli mycket missvisande. Vikterna kompenserar för objektsbortfallet men inte för det partiella bortfallet. De hjälpvariabler som har använts för att justera resultaten är kön, ålder (16–24; 25–44; 45–64; 65–74; 75-) och födelse land (norden, utanför nordn).

Påminnelser och hushållning

En vecka efter ordinarie utskick gjordes en avstämning och ett nytt utskick förbereddes. Av 7 000 tillfrågade hade 1059 svar inkommit inom en vecka, inklusive cirka 50 retur. Påminnelser skickades därmed ut till 5 941 personer. En uppskattning ger att 70–85 procent av dem som svarar via nätet svarar inom en vecka. Marginalnyttan att vänta in ytterligare svar minskar exponentiellt med tiden.

Kvalitet

Nedan beskrivs de kvalitetsbegrepp som har betydelse för denna undersökning.

Ramtäckning

Ett problem som kan uppstå är täckningsfel. Det innebär att urvalsram och population inte helt stämmer överens. Täckningsfelen kan delas in i två typer, dels undertäckning som innebär att vissa enheter som ingår i populationen saknas i urvalsramen, dels övertäckning som innebär att enheter som inte ingår i populationen ändå finns i urvalsramen. Ett sätt att minska täckningsfelen är att ha bra och uppdaterade register.

Urval

Denna kvalitetskomponent avser fel som uppkommer på grund av att man endast undersöker en del av populationen, det vill säga att ett urval har dragits. Urvalsfel är således den avvikelse mellan ett skattat värde (estimat) och det faktiska värdet (parametern) som beror på att man inte undersöker alla objekt i populationen. Urvalsfelets storlek minskar med en ökad urvalsstorlek. Vid ett korrekt urvalsförfarande kan urvalsfelets storlek skattas och bland annat anges med osäkerhetsintervall i form av konfidensintervall.

Mätning

Ett fel som kan uppstå vid mätning är att lämnade uppgifter skiljer sig från faktiska uppgifter. Felet kallas mätfel och kan uppkomma då respondenten inte minns de faktiska uppgifterna, missförstår frågan eller medvetet svarar felaktigt. För att försöka minimera mätfelen har frågeblanketten granskats av SCB:s mättekniska laboratorium och kontroller har genomförts

Bearbetning

Vid den manuella och maskinella bearbetningen av datamaterialet kan fel uppstå, så kallade bearbetningsfel. Som exempel på bearbetningsfel kan registreringsfel och kodningsfel nämnas. Dessa fel kan förhindras och upptäckas i de kontroller som genomförs vid dataregistreringen. Vanligtvis är denna typ av fel försumbara.

Bortfall

De eventuella fel som bortfallet kan ge upphov till kallas bortfallsfel. Det inträffar om objekten i bortfallet och de svarande skiljer sig åt (har en annan fördelning) avseende undersökningsvariablerna.

Klusterområden

Innan urvalet drogs skapades klusterområden som representerar varje stratum. Klusterområdena är baserade på en agglomerativ hierarkisk klusteranalys av de geografiska sexsifferområdena. De variabler som ingick vid klusteranalysen var: andel unga (20–29 år), andel äldre (65+), hushållens disponibla inkomst, andel utrikes födda, andel ensamboende. Grunddata hämtades från SCB:s mikrostatistikdatabas MONA, med senaste uppgifter från 2018-12-31. För små befolkningsområden där data saknades imputerades värden. Klusteranalysen resulterade i sju olika kluster.

Totalt sett bestod urvalsramen av 102 271 personer varav 50 867 kvinnor och 51 404 män. Detta var antalet folkbokförda individer i Umeå kommun i åldrarna 16–84 år i februari 2020.

Antalet individer i varje stratum är olika och i stratum 1 bor 14 388 personer, i stratum 2 bor 6 290 personer, i stratum 3 bor 39 434 personer, i stratum 4 bor 9 470 personer, i stratum 5 bor 14 221 personer, i stratum 6 bor 10 425 personer och i stratum 7 bor 8 043 personer.

Delar man upp individerna efter olika åldersgrupper fanns det 14 766 st 16–24-åringar; 39 666 st 25–44-åringar, 28 045 st 45–64-åringar, 12 012 st 65–74-åringar och 7 782 st 75–84-åringar.

Övergripande planering

Besök: Stadshuset, Skolgatan 31A

Postadress: 901 80 Umeå

090-16 10 00

umea.kommun@umea.se

www.umea.se/kommun