

Erfarenhets- information från unga 2026

Helsingfors

**Datainsamlingen Ungas Helsingfors
2026**

Helsinki



Hur utnyttjas den erfarenhetsinformation som samlats in från unga?

I Ungdomsbudgeten-verkstäder.

Målet är att ta fram förslag som så bra som möjligt motsvarar behoven hos de unga i området. Tack vare uppgifterna från enkäten består grunden för idéskapande av åsikter hos en större grupp unga.

Som en del av planeringen och ledningen av ungdomstjänsterna.

Informationen delas med andra sektorer och tjänster.



Ungdomsbudgeten är ungas egen deltagande budget, genom vilken unga varje år kan påverka hur ungdomstjänsternas resurser används och vilka fritidsaktiviteter som erbjuds för unga i olika områden i Helsingfors.

Verkstäder

I höstens verkstäder går unga igenom enkätresultaten och ger förslag på hur fritidsaktiviteter och ungas välbefinnande kan förbättras.

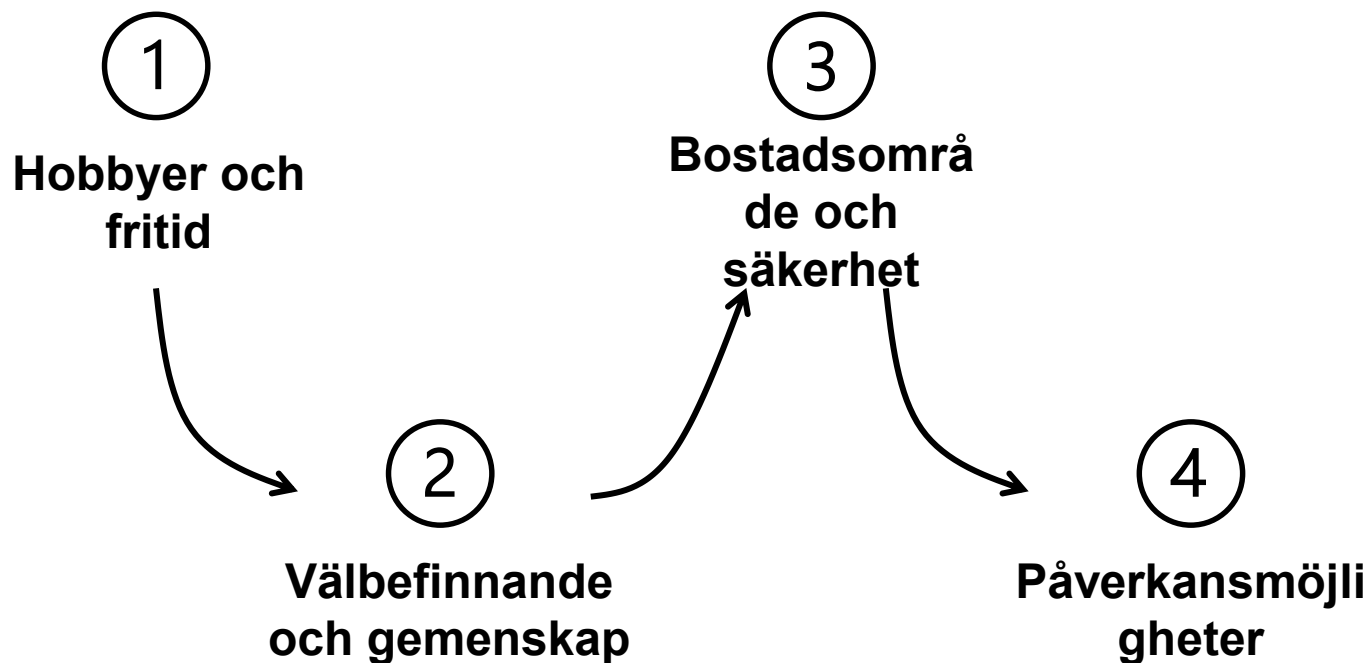
Förhandlingar

Om genomförandet av de förslag som fått flest röster beslutas i regionala förhandlingar där de unga som kommit med idéerna och andra intresserade deltar.



Enkäten Ungas Helsingfors 2026

Vad tillfrågades de unga?



Helsinki



10 167
respondenter

13



enheter för
ungdomsarbete



23
frågor

+

3 bakgrundsfrågor
Skola, årskurs och kön

+

2 responsfrågor

Tillgänglig version av enkäten

Ungas Helsingfors 2026

Vad är det fråga om?

År 2026 testades för första gången två olika versioner av enkäten:

- En basenkät som innehöll både flervalsfrågor och öppna frågor
- En kortare och mer tillgänglig lättläst version som enbart innehöll flervalsfrågor

Exempelvis specialskolor och -grupper samt grupper inom den förberedande undervisningen uppmuntrades att använda den tillgängliga versionen.

Den tillgängliga versionen av enkäten Ungas Helsingfors besvarades av 226 unga.

En separat sammanställning har gjorts av den tillgängliga versionen.

Helsinki



226

respondenter

13



enheter för
ungdomsarbete



20 frågor

+

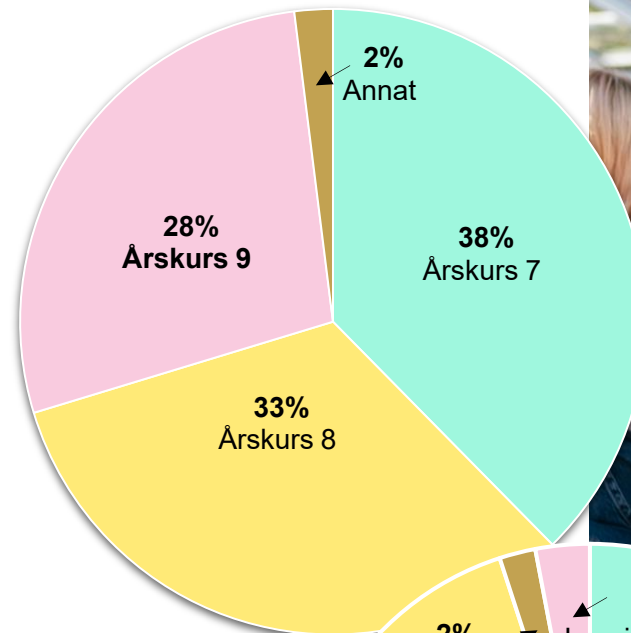
3 bakgrundsfrågor
Skola, årskurs och kön

+

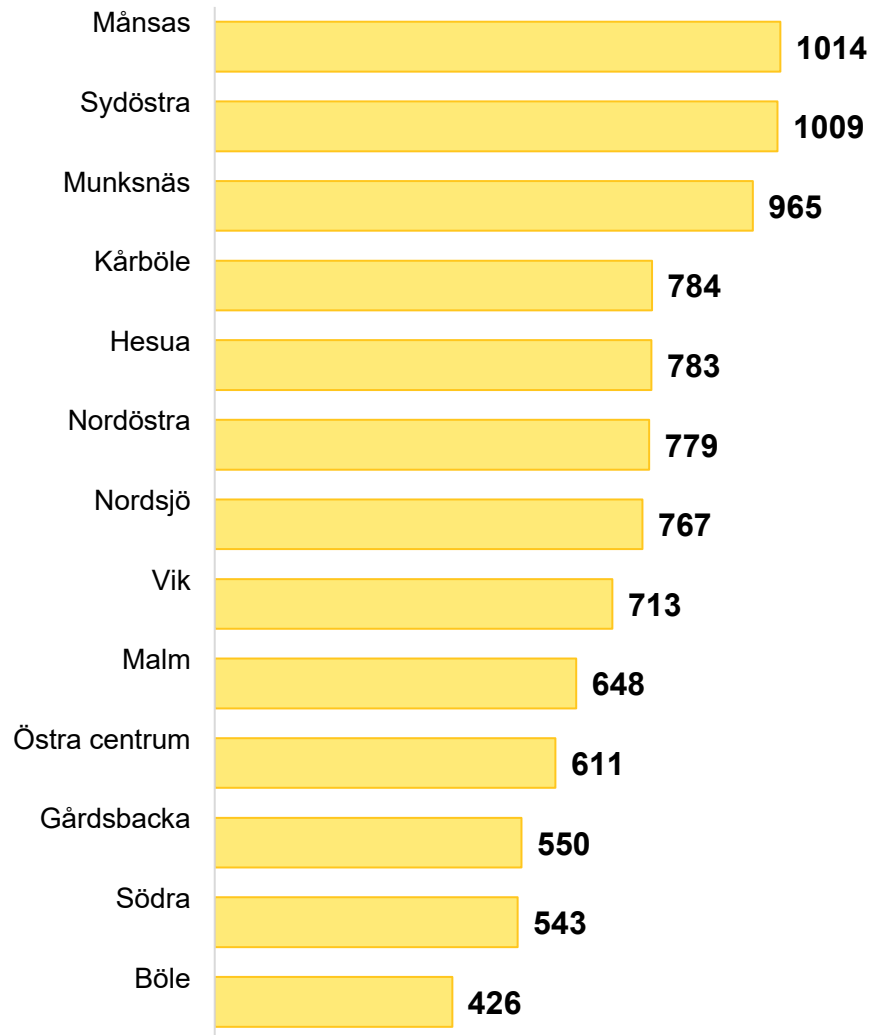
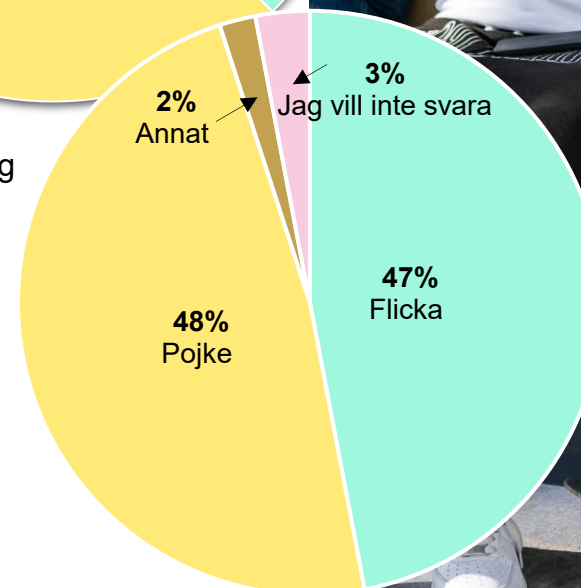
2 responsfrågor

Respondenter år 2026

Respondenter enligt årskurs

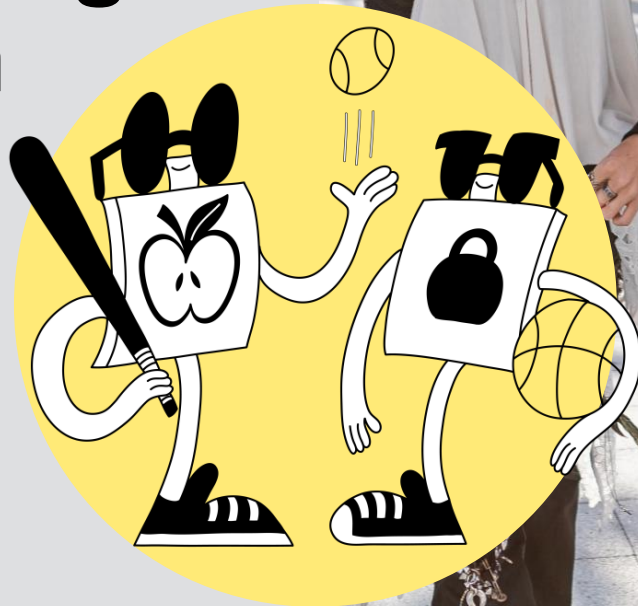


Könsfördelning



Vad pratar de unga om?

De viktigaste ämnena och önskemålen som de unga i Helsingfors pratar om



Vad pratar de unga om?

De viktigaste ämnena och önskemålen som de unga pratar om:



1

Vänner, gemenskap och att bli hörd

De unga talar mycket om behovet av att bli bemötta, accepterade som sig själva och hörda såväl i sina egna gemenskaper som i stadens beslutsfattande.

Önskemål: Likabehandling, acceptans av olikheter, trygga vuxna och mötesplatser, stöd och handledning för framtiden, att verkligen lyssna och inkludera i gemenskapen.

Hobbyer, fritid och meningsfulla aktiviteter

2

Detta är ett av de starkaste och mest omfattande temana i hela materialet. I de ungas uttalanden betonas motion och idrott, kreativa hobbyer och kulturevenemang, turneringar och gemensamma aktiviteter, hobbyernas tillgänglighet och avgiftsfrihet, vistelseplatser, brist på aktiviteter särskilt för äldre unga, möjligheter att prova på nya hobbyer utan något större engagemang.

Önskemål: Fler mångsidiga, tillgängliga och förmånliga hobby- och fritidsmöjligheter nära de ungas vardag.

Säkerhet – otrygghet och trygghetskänsla

3

Säkerhet lyftes fram i nästa alla frågor och områden som en av de mest centrala teman som de unga pratar om.

Önskemål: Fler trygga vuxna, synlig närvaro, ingripande vid störningar samt trygga offentliga miljöer.

4

Välbefinnande, psykisk hälsa och ork

De unga pratar mycket om sitt eget välbefinnande samt om faktorer som belastar dem i vardagen. Vanliga bekymmer är: psykisk hälsa, stress, ork, press i skolan, ensamhet, interaktionsfärdigheter och emotionella färdigheter.

Önskemål: Lättillgängligt stöd, lättillgängliga tjänster samt vuxna som bryr sig, lyssnar och hjälper i tid.

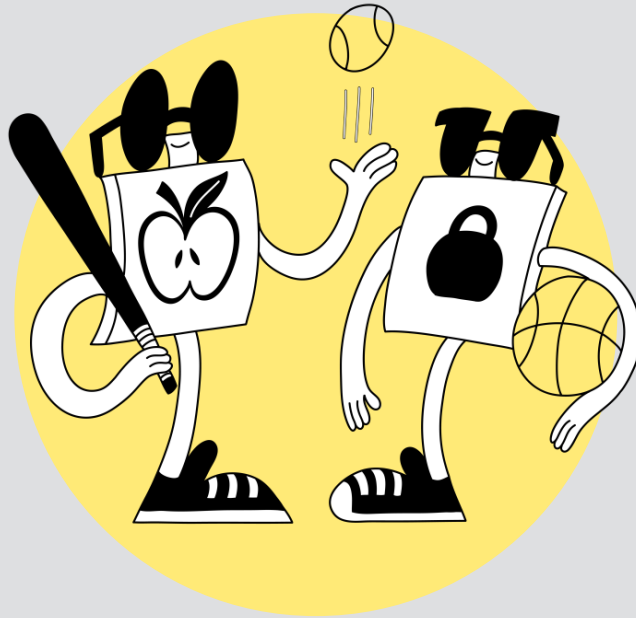
5

En trivsamt och fungerande boendemiljö

De unga granskar sitt eget område ur ett mycket praktiskt perspektiv. I de ungas uttalanden betonas: idrotts- och hobbyplatser, parker, natur och grönområden, ren miljö, belysning, cykelvägar och transportmöjligheter, säkerhet i offentliga rum, ungas egna vistelse- och mötesplatser.

Önskemål: En livsmiljö som är trivsammare och tryggare, möjliggör en mer aktiv fritid och där ungas behov beaktas bättre än i nuläget.

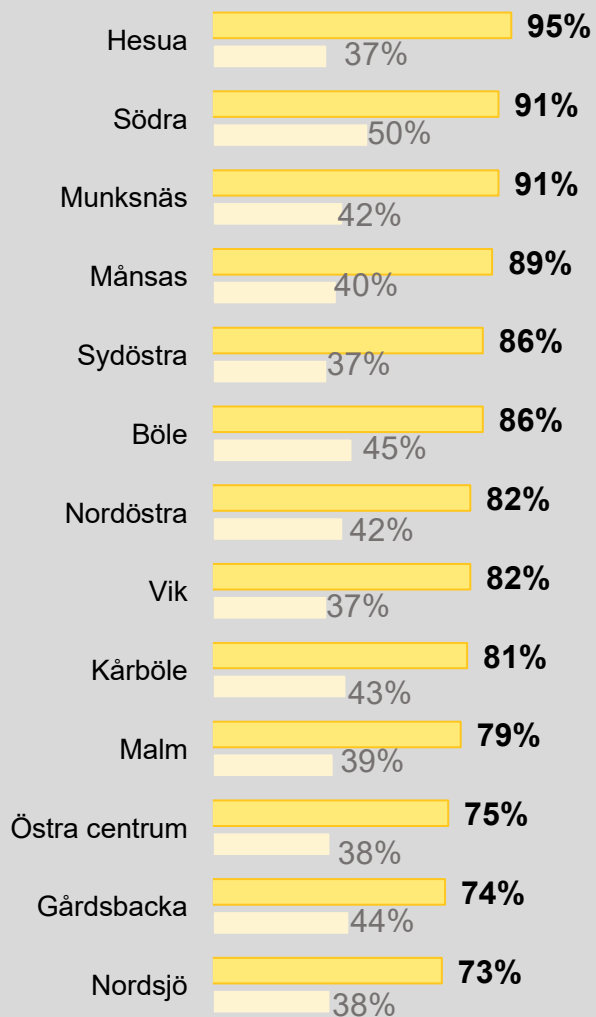
Hobbyer och fritid



Önskemål gällande hobbyer

 Har du minst en hobby som du gillar?

 Vill du pröva på någon ny hobby eller aktivitet?



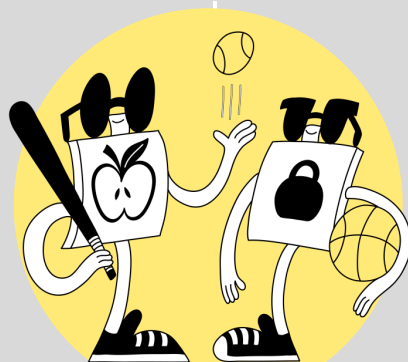
Andel ja-svar i procent

De mest efterfrågade idrotts- och motionsgrenarna:

1. Basket
2. Badminton
3. Fotboll
4. Boxning och kampsporter
5. Dans
6. Tennis/padel
7. Volleyboll
8. Gym
9. Klättring
10. Ridning

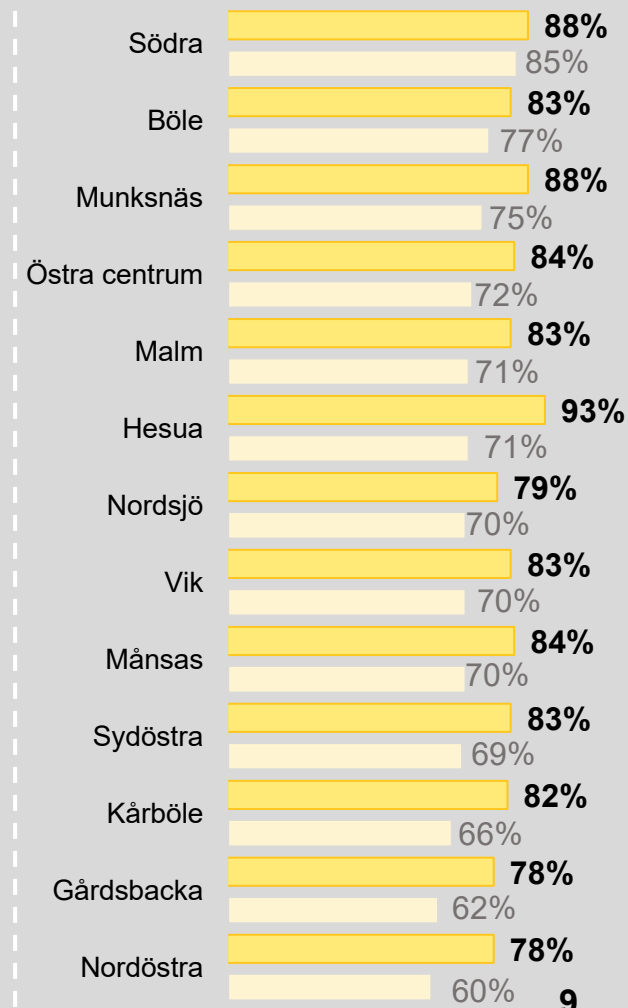
De mest efterfrågade övriga hobbyerna och aktiviteterna:

1. Musik
2. Konst och hantverk
3. Matlagning och bakning
4. Teater och scenkonst
5. Spel och spelverksamhet
6. Evenemang och tävlingar
7. Film och medieverksamhet
8. Djurhobbyer
9. Läsning och litteratur
10. Grupper och klubbar



 Finns det trevliga sätt för dig att motionera i ditt bostadsområde?

 Har du trevliga möjligheter till kreativa aktiviteter och andra hobbyer?



Andel ja-svar i procent

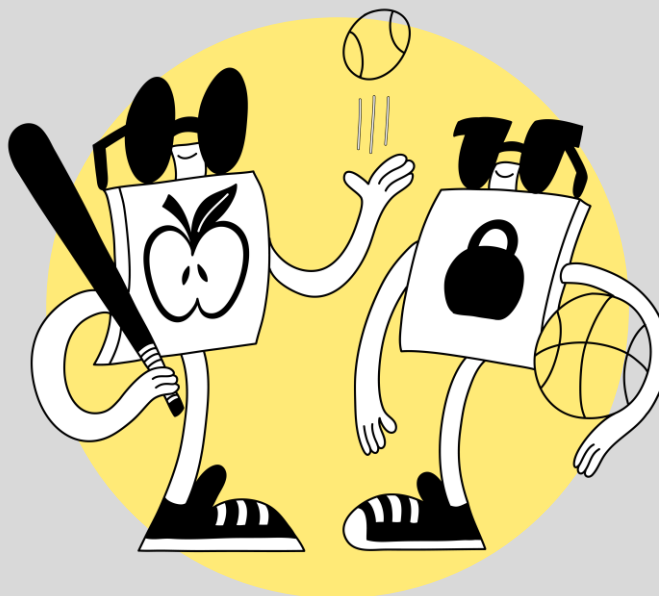
Ungas önskemål gällande hobbyutbud

Vilka möjligheter för motion önskar du att det skulle finnas mer?

- 1 **Idrottsplaner och -turer, konstgräsplaner och lokaler för vinterträning**
- 2 **Gratis eller förmånliga gym och utomhusgym**
- 3 **Boxnings- och kampsportsverksamhet**

Övriga önskemål:

- K-pop-, hiphop- och andra dansgrupper
- Egna idrotts- och bollspelsgrupper för flickor
- Cykel-, jogging- och vandringsleder samt -utflykter
- Skejt- och parkourplatser
- Klättrings- och boulderingsplatser samt -utflykter
- Möjligheter, prova-på-tillfällen och lektioner i ridning
- Simhallar och simutflykter



Vilka andra hobbyer eller kreativa aktiviteter önskar du att det skulle finnas mer?

- 1 **Musik, studio- och bandverksamhet**
- 2 **Konst-, hantverks- och gatukonstverksamhet**
- 3 **Matlagnings- och bakningsklubbar**

Övriga önskemål:

- Teater-, musikal- och spelklubbar samt -grupper
- Filmklubbar och filmskapande
- Fotograferings- och videoklubbar
- Spel, spelande och spelkulturverksamhet
- Fan- och subkulturverksamhet
- Introduktion i djur- och naturhobbyer
- Egna tävlingar, turneringar och evenemang för unga
- Bokcirklar, -klubbar och -kurser

En stark och genomgående önskan:

- Kostnadsfria eller mycket förmånliga hobbyer,
- Möjlighet att prova utan att binda sig till något
- Ungas självständiga verksamhet, egna grupper och evenemang.

Ungdomsgårdar

Orsaker till besök på ungdomsgårdar:

- 1 Kompisar och trevliga människor** – De unga besöker ungdomsgårdar framför allt för att träffa sina egna kompisar, nya människor och tillbringa tid med andra.
- 2 Intressanta aktiviteter och hobbyer** – De unga uppskattar att ungdomsgårdarna erbjuder ett mångsidigt utbud av aktiviteter som inte nödvändigtvis finns någon annanstans.
- 3 Trevliga och trygga vuxna** – De unga uppskattar: tillgängliga vuxna, säkerhet, en avslappnad atmosfär samt att vuxna är vänliga och behandlar de unga väl.
- 4 Trygg plats att tillbringa fritiden** – Ungdomsgårdarna erbjuder en trygg och avgiftsfri vistelseplats där man kan vara sig själv.

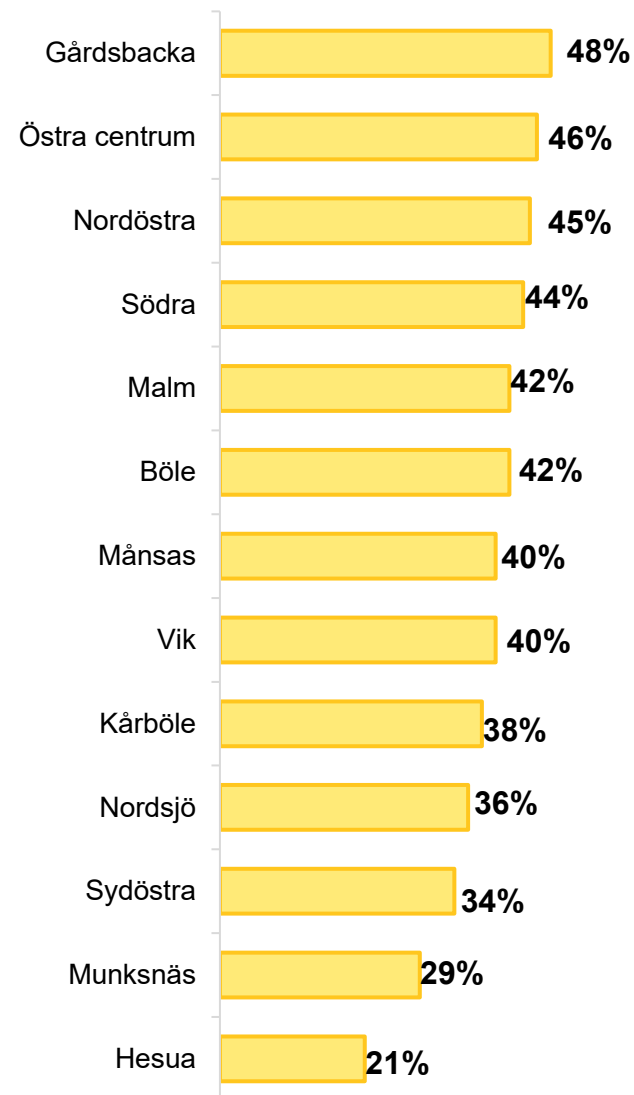
Hinder för att besöka ungdomsgårdar:

- 1 Det finns ingen tid eller ork** – Skolan, hobbyerna och den övriga fritiden fyller redan vardagen.
- 2 På ungdomsgården finns personer som man inte vill umgås med** – Störande beteende, otrevliga personer, rastlös atmosfär, upplevelse av att inte passa in i gruppen.
- 3 Aktiviteterna känns inte lämpliga eller intressanta för den unga** – Man vill hellre tillbringa tid med kompisar någon annanstans. Vissa upplever att det inte finns några lämpliga aktiviteter för dem på ungdomsgårdarna.
- 4 Läge, avstånd eller öppettider** – Praktiska hinder: avståndet är för långt, dåliga trafikförbindelser, icke-lämpliga öppettider, den egna åldersgruppen finns inte på plats vid en lämplig tidpunkt.

En ungdomsgård är en trygg och gemenskaplig plats där unga kan träffa kompisar, tillbringa tid och delta i meningsfulla aktiviteter.



Personer som har besökt en ungdomsgård under det senaste året



Procentandelarna representerar svaren "flera gånger i veckan", "en gång i veckan", "ett par gånger i månaden" och "mera sällan än en gång i månaden".

Ungdomsgårdarnas verksamhet – de ungas önskemål

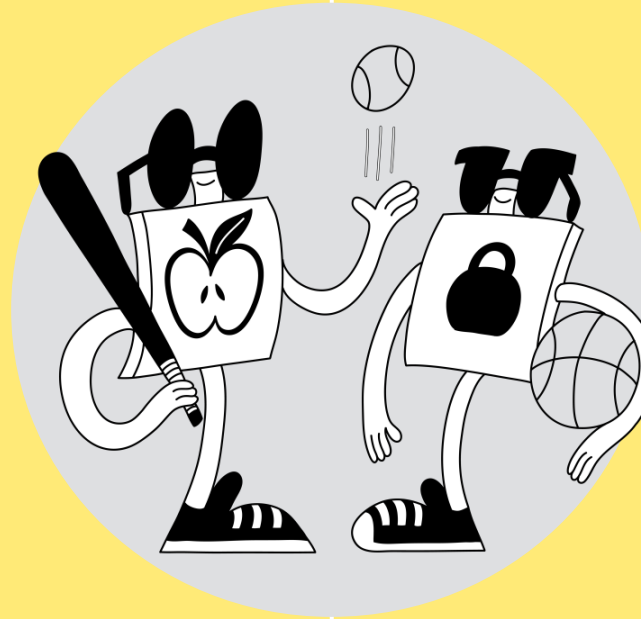
Hurdana aktiviteter skulle du vilja ha på ungdomsgården?

- 1 **Spel och spelverksamhet**
- 2 **Mat, matlagning och bakning**
- 3 **Evenemang, turneringar, tävlingar**

Övriga önskemål:

- Motion och bollsporter
- Utflykter och upplevelser
- Musik, studior och bandverksamhet
- Bildkonst, pyssel och hantverk
- Vistelse, gemenskap och att träffa nya vänner
- Filmkvällar och medieverksamhet
- Dansverksamhet och uppträdande

➡ De unga önskar inte bara hobbyer, utan **gemensamma aktiviteter, lätt deltagande, evenemang samt möjligheter att träffa kompisar och nya människor.**



Hurdana aktiviteter skulle du själv vilja vara med om att ordna?

- 1 **Motion och idrott**
- 2 **Turneringar och tävlingar**
- 3 **Matlagning, bakning och mat**

Övriga önskemål:

- Spel, spelande och e-sport
- Utflykter, läger och upplevelser
- Konst och kreativa verkstäder
- Musik, dans och uppträdande
- Gemensamma evenemang och kompisaktiviteter
- Teater, scenkonst och fankultur
- Natur-, djur- och miljöaktiviteter

➡ **Att delta är mer lockande än att ordna verksamhet.** Många unga vill delta, i synnerhet när verksamheten utgår från deras egna intressen och ger möjlighet att göra något tillsammans med andra unga. **Arrangörens roll känns däremot mer främmande.**

Välbefinnande och gemenskap

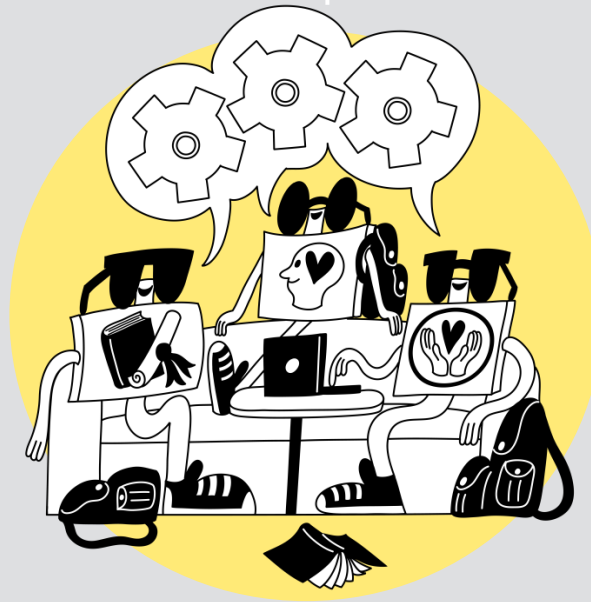


Gemenskap

Vad borde man göra för att alla ska kunna bli en del av gruppen och få vara sig själva?

Hur ska vuxna agera?

- 1 **Bemöta alla vänligt och jämlikt**
- 2 **Acceptera olikheter och acceptera alla som de är**
- 3 **Se till att ingen lämnas ensam – inkludera alla**
- 4 **Ingripa i mobbning, diskriminering och uteslutning**
- 5 **Lyssna, visa intresse och förståelse**
- 6 **Uppmuntra och skapa en trygg atmosfär**



➡ **Vuxnas viktigaste uppgift är** att skapa en accepterande, trygg och jämlik atmosfär där alla bemöts jämlikt. De unga hoppas att vuxna aktivt skulle ta med alla i verksamheten, lyssna på unga, ingripa i mobbning och diskriminering samt uppmuntra alla att vara sig själva utan rädsla för att bli kritiserad eller lämnad utanför.

Hur skulle du själv kunna agera?

- 1 **Ta alla med i verksamheten och gruppen**
- 2 **Vara vänlig, trevlig och snäll mot andra**
- 3 **Acceptera olika människor så som de är**
- 4 **Inte döma eller kritisera andra**
- 5 **Bete sig respektfullt och rättvist**
- 6 **Hjälpa och stödja andra**

➡ **De unga upplever att var och en kan främja gemenskap** genom att inkludera andra, vara vänlig, agera på ett respektfullt sätt samt acceptera olika människor så som de är. De unga anser att det är särskilt viktigt att inte diskriminera någon och att unga som blivit ensamma uppmärksammas, hjälps och kallas in till verksamheten.

Behov av stöd och information

1 Framtid och skolgång

Arbetsliv och jobsökande:

Många vill ha information om arbetslivet, sommarjobb, yrken och arbetslivsfärdigheter.

Skolgång och lärande: En del av de unga behöver stöd för att studera, lära sig och klara sig i skolan.

Fortsatta studier: De unga funderar på sin egen framtid, sina utbildningsval och vad det lönar sig att göra efter grundskolan.

2 Psykisk hälsa och ork

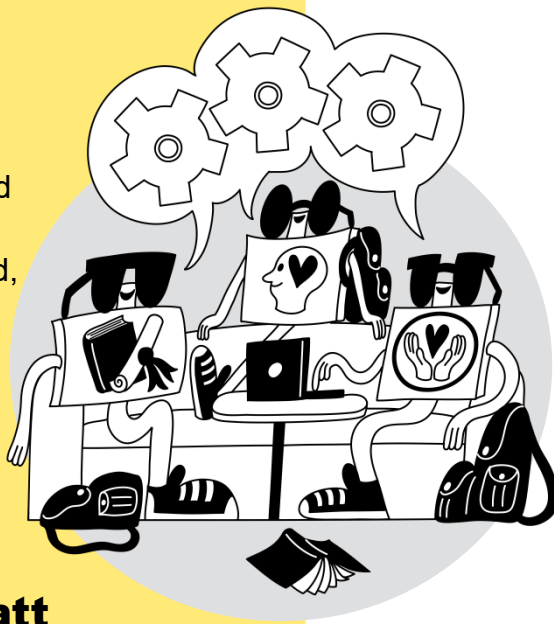
Stress, ångest, ensamhet, återhämtning och ork i vardagen. De unga har ett behov av att hantera känslor och diskutera bekymmer.

3 Hobbyer, vänskapsrelationer och att hitta sin plats

Hur hittar man aktiviteter som passar en själv och hur blir man en del av en grupp, att hitta en egen hobby, skaffa vänner, komma in i gruppen och agera i sociala situationer.

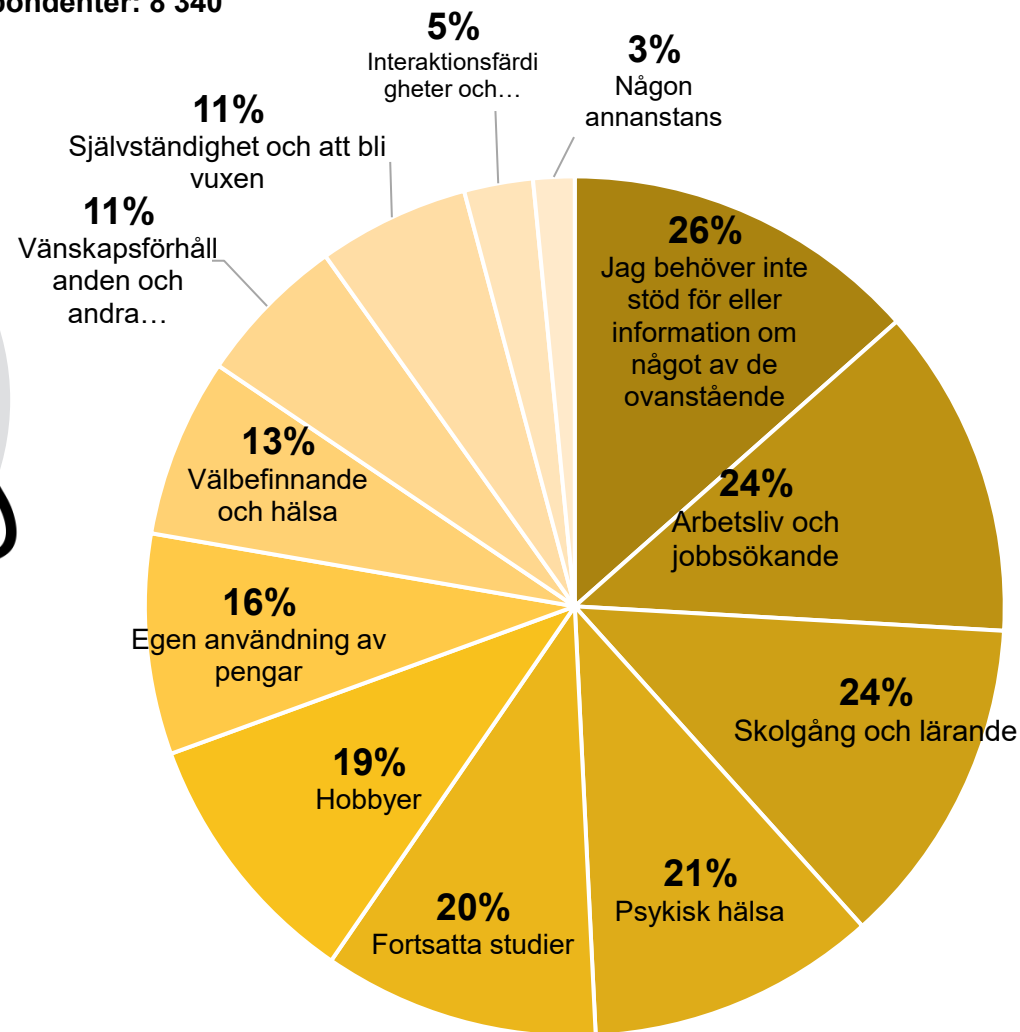
4 Hantering av vardagen samt självständighetsprocessen

Praktiska färdigheter för det egna livet, hantering av pengar, att bli självständig och ta ansvar för sina egna angelägenheter. Praktiska färdigheter på vägen mot vuxenlivet.



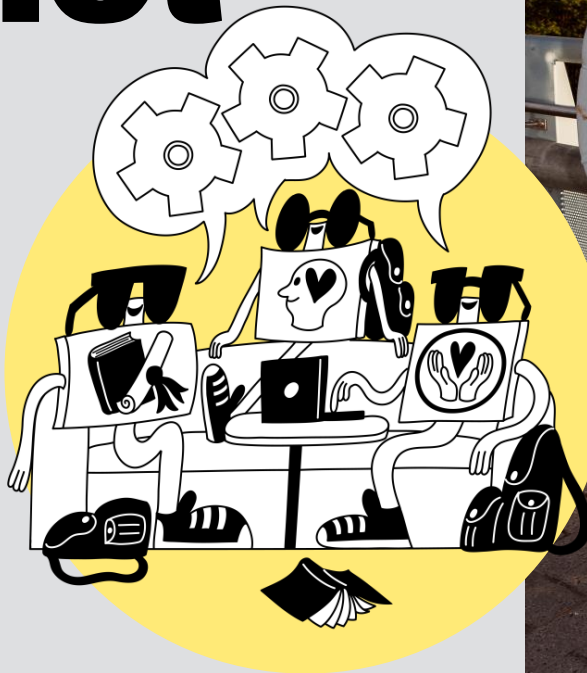
I vilka slags frågor behöver du mest stöd eller information?

Respondenter: 8 340



Möjlighet att välja 1–3 alternativ

Bostadsområde och säkerhet



Vad bör förbättras i Helsingfors?

1 Fler aktiviteter, vistelseplatser samt möjligheter till hobbyer och fritidsaktiviteter för unga

Hobbyer, idrottsplatser, -planer och -salar, ungdomsgårdar, vistelseplatser, evenemang, mötesplatser, platser dit man kan gå med kompisar, avgiftsfria och förmånliga fritidsaktiviteter

2 Ökad säkerhet och mindre störande beteende

Mindre rusmedelsbruk, droger, brottslighet och störande beteende – ökad säkerhet

3 Mer trivsel, renlighet och natur

Mer natur, fler parker och träd, renare miljö, fler sopkärl, bortplockning av skräp, fler sittplatser

4 Bättre tjänster och tillgänglighet

Cykelvägar, belysning, kollektivtrafik, utveckling av skolgårdar och utomhusområden, olika närtjänster och förbättrad tillgänglighet

5 Fler evenemang och mer gemenskapsanda

Regionala evenemang, ungas egna kampanjer, gemenskapsaktiviteter, möjligheter att träffa nya människor



"Mindre droger"

"Mer natur"

"Fler evenemang"

"Utrymmen för
umgänge utanför
ungdomsgården"

"Fler aktiviteter
och mer
underhållning"

"Fler sopkärl"

"Fler butiker
och närmare"

"Säkerhet"

"Jag tycker att det finns
alla möjligheter i mitt
bostadsområde"

"Ja, jag tycker att
läget är bra"

Otrygghet och störande beteende

Unga upplever mest otrygghet:

- 1 I närheten av berusade personer
- 2 I mörker och på kvällen
- 3 I kollektivtrafiken

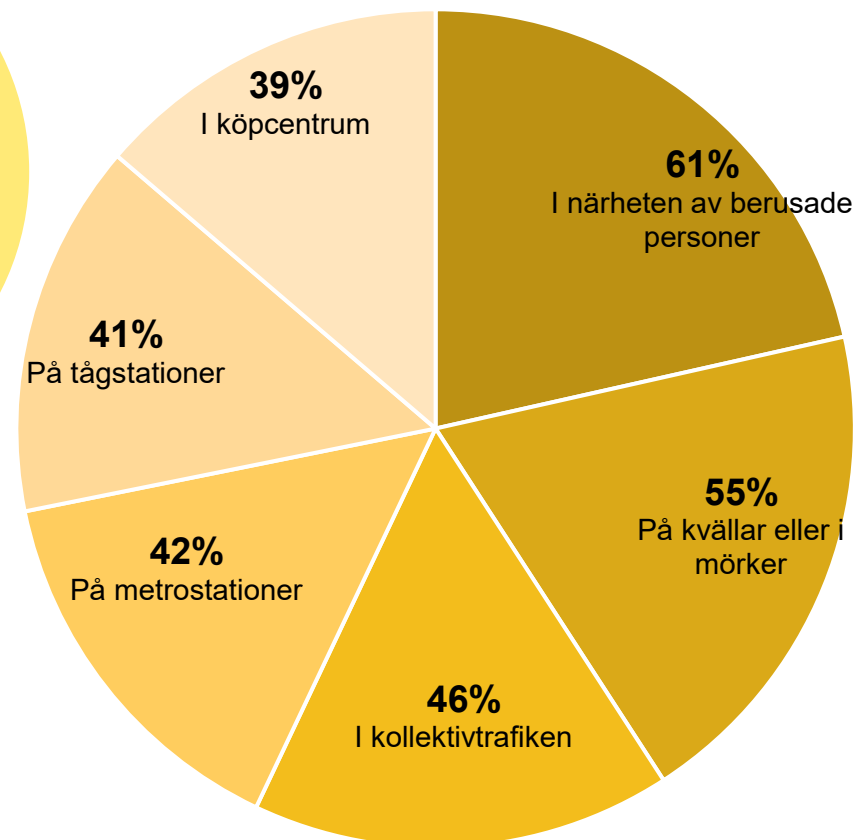
Minst otrygghet och störande beteende upplevs i köpcentrum.

De unga fick möjlighet att precisera sina svar. Upplevelsen av otrygghet är klart vanligast förknippad med i **synnerhet människors oförutsägbara beteende**. Rädslan hänger ofta samman med att någon okänd person börjar följa en, närma sig en eller tala aggressivt.

De unga känner sig otrygga särskilt **på kvällarna och i mörker i kollektivtrafiken, på stationer samt på livliga mötesplatser i centrumområden**, där det förekommer störande beteende, trakasserier eller beteende som upplevs som hotfullt.



På vilka ställen eller i vilka situationer har du varit rädd eller upplevt otrygghet eller störande beteende? Respondenter: 8 620



Procentandelarna representerar svaren "ofta" och "ibland".

Otrygghet och störande beteende

De mest nämnda stadsdelarna – direkta platsomnämnan:

- 1 Malm
- 2 Östra centrum
- 3 Gårdsbacka
- 4 Centrum
- 5 Böle/Tripla
- 6 Sörnäs

Omnämnan av köpcentrum:

Itis – 272
Tripla – 150
Kamppi – 131
Columbus – 53
Redi – 41
Forum – 22
Hertsu – 15
Kaari – 12

Övriga enskilda platsomnämnan:

Järnvägstorget
Degerö
Parkstad
Malmgård
Mellungsbacka
Igelkottsvägen
Jakobacka
Botby gård
Rastböle
Arabia
Kottby
Drumsö
Lillhoplax
Kajsaniemi
Kvarnbäcken
Östra Helsingfors



Hur kan man förbättra säkerheten i ditt bostadsområde?

- 1 **Renare miljö**
- 2 **Noggrannare övervakning av rusmedelsbruk på offentliga platser**
- 3 **Snabb reparation av nerkladdade och sönderslagna platser**



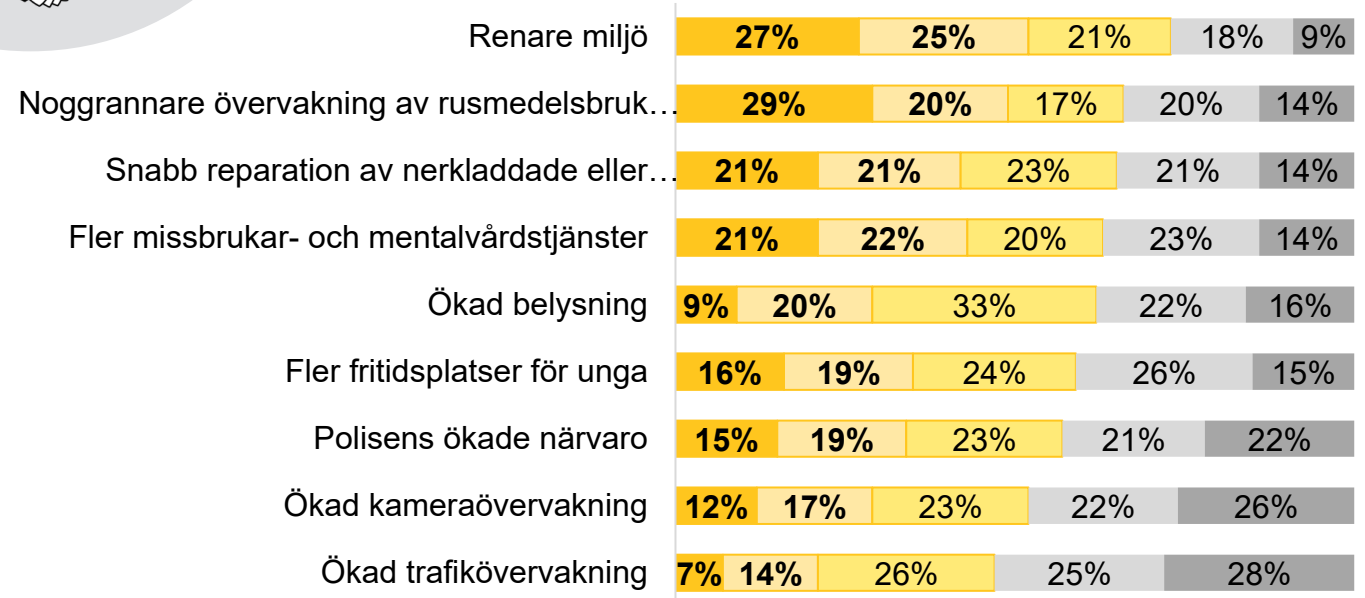
Även utökningen av missbruks- och mentalvårdstjänsterna bedömdes ha en relativt stor effekt.

Det är viktigt att notera att även en ökning av belysningen har fått ganska stort stöd på skalan – *det skulle förbättra situationen lite – det skulle förbättra väldigt mycket.*

Alternativet **Fler fritidsplatser för unga** väckte störst osäkerhet bland unga när det gäller åtgärdens effekt, i form av "jag kan inte säga"-svar.

Alternativet **Ökad trafikövervakning** fick flest "skulle inte förbättra alls"-svar.

Vad skulle förbättra trivseln och säkerheten i ditt bostadsområde?
Respondenter: 8 593



■ Skulle förbättra väldigt mycket ■ Skulle förbättra ganska mycket ■ Skulle förbättra lite
■ Jag vet inte ■ Skulle inte förbättra alls

Hur kan vuxna förbättra ungas känsla av trygghet?

Känslan av trygghet skulle framför allt stärkas om vuxna ingrep mer aktivt i trakasserier, mobbning och andra hotfulla situationer. Unga önskar att det på offentliga platser skulle finnas fler synliga, tillgängliga vuxna som är redo att hjälpa och ingripa i problemsituationer. Unga önskar att vuxna skulle vara mer närvarande och ge mer stöd än i nuläget särskilt när det gäller situationer med berusade personer, störande beteende och den otrygghet som unga upplever på stationer, i köpcentrum och på kvällar.

1

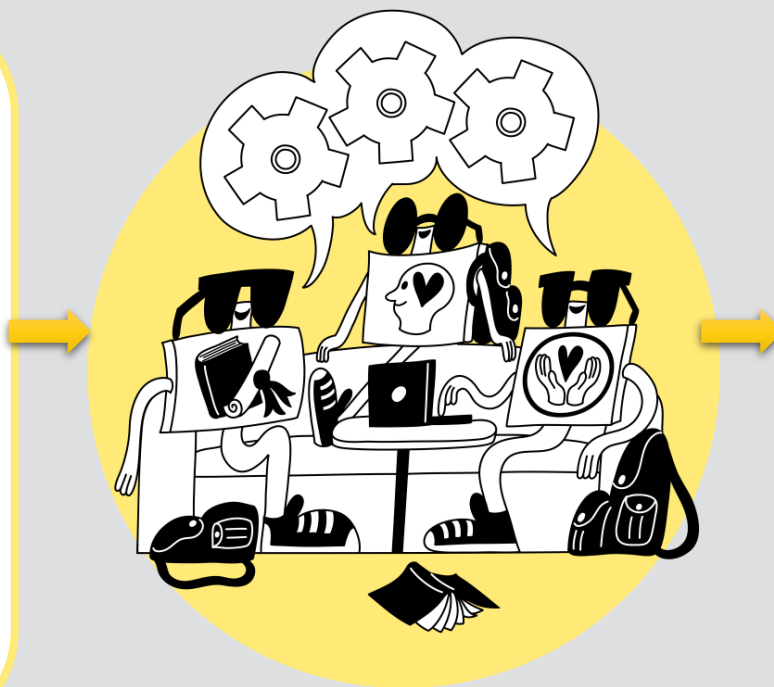
Aktivt och modigt ingripande i situationer

2

Närvaro, trygga och tillgängliga vuxna

3

Ökad säkerhet och övervakning på offentliga platser



Ingripande i trakasserier, mobbning och farliga situationer

- Snabbt och modigt ingripande – inte att stå och titta på från sidan

Aktiv, synlig och äkta närvaro.

- Att lyssna och bry sig om hur de unga mår
- Pålitliga vuxna och vänliga möten

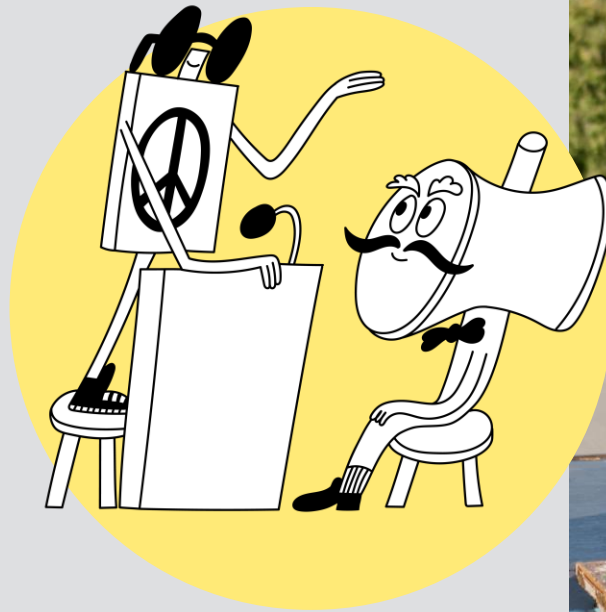
Mer övervakning och trygga vuxna

Färre olägenheter orsakade av rusmedel samt reagerande på rusmedel

Ökad övervakning och större uppmärksamhet på unga på livliga offentliga platser

Stärkande av känslan av trygghet på kvällarna

Påverkans- möjligheter



Påverkan i saker som är viktiga för en själv

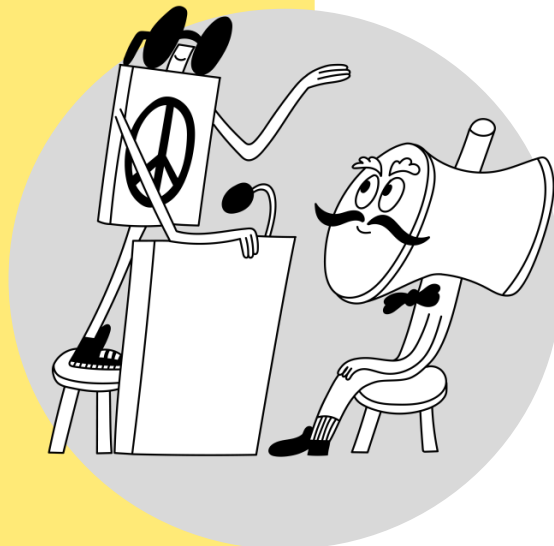
I genomsnitt 55 procent av de unga i Helsingfors upplever att de kan påverka saker som är viktiga för dem *mycket bra* eller *i någon mån*.

– en ökning med 14 % jämfört med 2025

Jag kan påverka saker som är viktiga för mig själv:

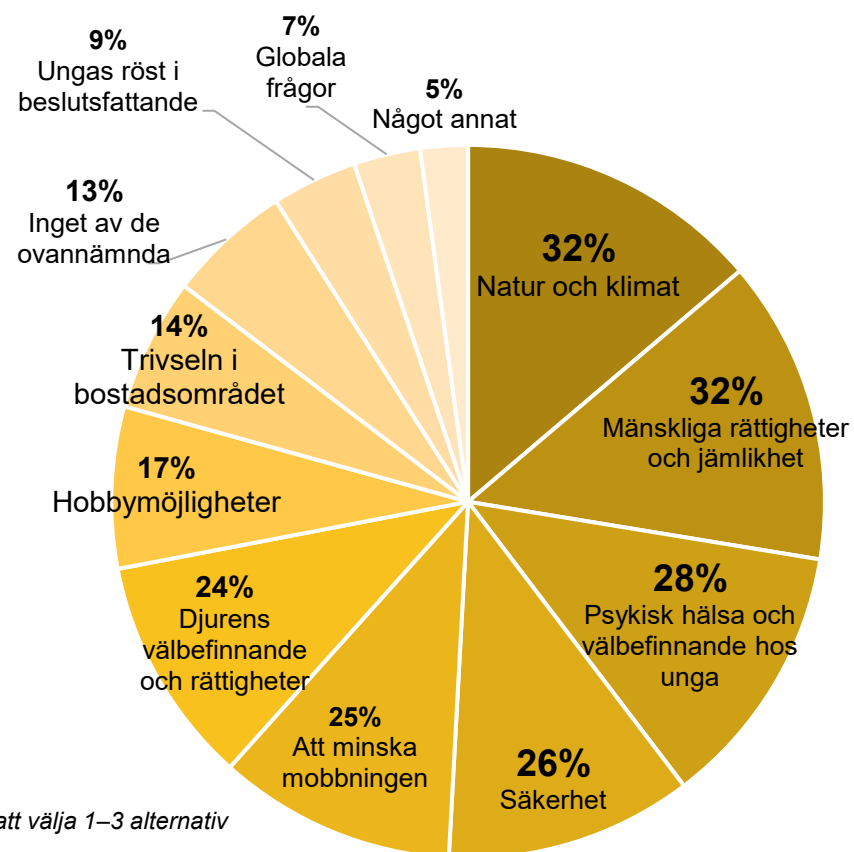
1. Södra	61 %*
2. Östra centrum	59 %
3. Gårdsbacka	59 %
4. Hesua	57 %
5. Nordsjö	56 %
6. Nordöstra	56 %
7. Munksnäs	56 %
8. Sydöstra	55 %
9. Malm	54 %
10. Vik	53 %
11. Månsas	53 %
12. Kårböle	53 %
13. Böle	50 %

*procentandelarna representerar svaren: "mycket bra" och "i någon mån".



Saker som jag är beredd att agera för:

- 1 **Natur och klimat**
- 2 **Mänskliga rättigheter och jämlikhet**
- 3 **Psykisk hälsa och välbefinnande hos unga**



Möjlighet att välja 1–3 alternativ

Hur kunde de unga höras när man fattar beslut i stadens ärenden?

Respondenter: 3 188

1 Beakta ungas åsikter på riktigt

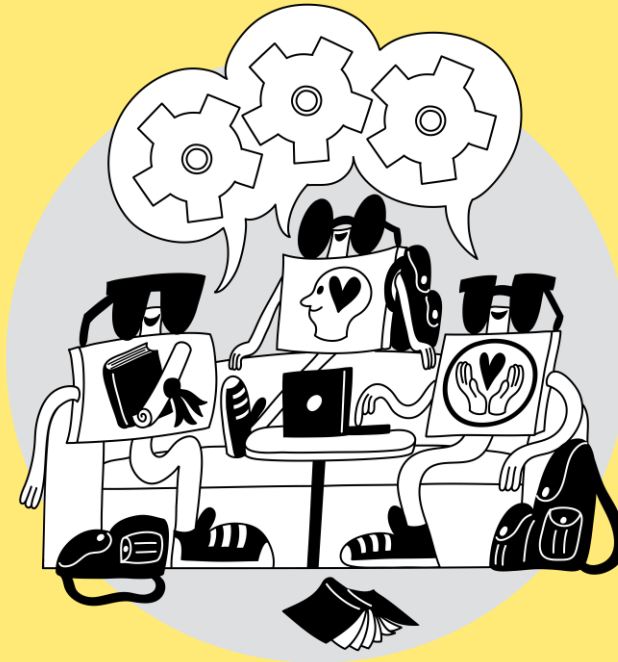
Det vanligaste budskapet är att unga hörs, men att effekterna inte alltid syns. De unga vill att deras åsikter på riktigt uppskattas och att hörandet också leder till synliga ändringar. Förtroendet för beslutsfattandet skulle stärkas om unga fick veta hur deras åsikter har beaktats.

2 Enkäter, omröstningar och enkla sätt att delta.

De unga anser att enkäter och omröstningar är de viktigaste och lättillgängligaste sätten att påverka. Man hoppas på fler av dem, både i skolorna och på nätet. Påverkan ska vara lätt verksamhet där man kan delta utan särskild erfarenhet eller engagemang.

3 Kanaler för påverkan och ungas delaktighet i beslutsfattande

De unga vill inte bara svara på enkäter utan också delta i beredningen och planeringen av ärenden. Elevkårer i skolor, ungdomsråd, ungas påverkansgrupper, verkstäder och diskussionstillfällen ses som viktiga kanaler. De unga vill påverka där de redan befinner sig i vardagen och komma med redan innan besluten har fattats.



4 Hörande av unga i vardagen – skolor, ungdomsgårdar och sociala medier

Många betonade tanken om att unga borde höras på platser där de redan rör sig. Skolor anses vara den mest naturliga platsen för att nå ut till unga, men även ungdomsgårdar, hobbyer, evenemang och sociala medier ansågs vara viktiga kanaler.

5 Samtal och interaktion ansikte mot ansikte

Många unga önskade att det vid sidan av enkäterna skulle finnas möjligheter att diskutera frågor direkt med vuxna och beslutsfattare. De unga önskar fler möten, verkstäder, diskussionstillfällen och situationer där de kan utbyta tankar ansikte mot ansikte och inte bara svara på någon blankett.

6 Öppenhet och respons om beslut

Många unga funderar på vad som händer med deras svar. De önskar få mer information om hur beslut fattas, hur deras åsikter har beaktats och varför man har kommit fram till vissa lösningar. Det räcker inte enbart med att höra de unga om de inte får se effekterna av deras påverkan.

Hur får de unga sin röst hörd på bästa sätt?

Sociala medier är det överlägset viktigaste sättet för unga i Helsingfors att få sin röst hörd. Dess popularitet har ökat med 13 procent sedan 2025, då 39 procent ansåg att de kunde påverka bäst via sociala medier.

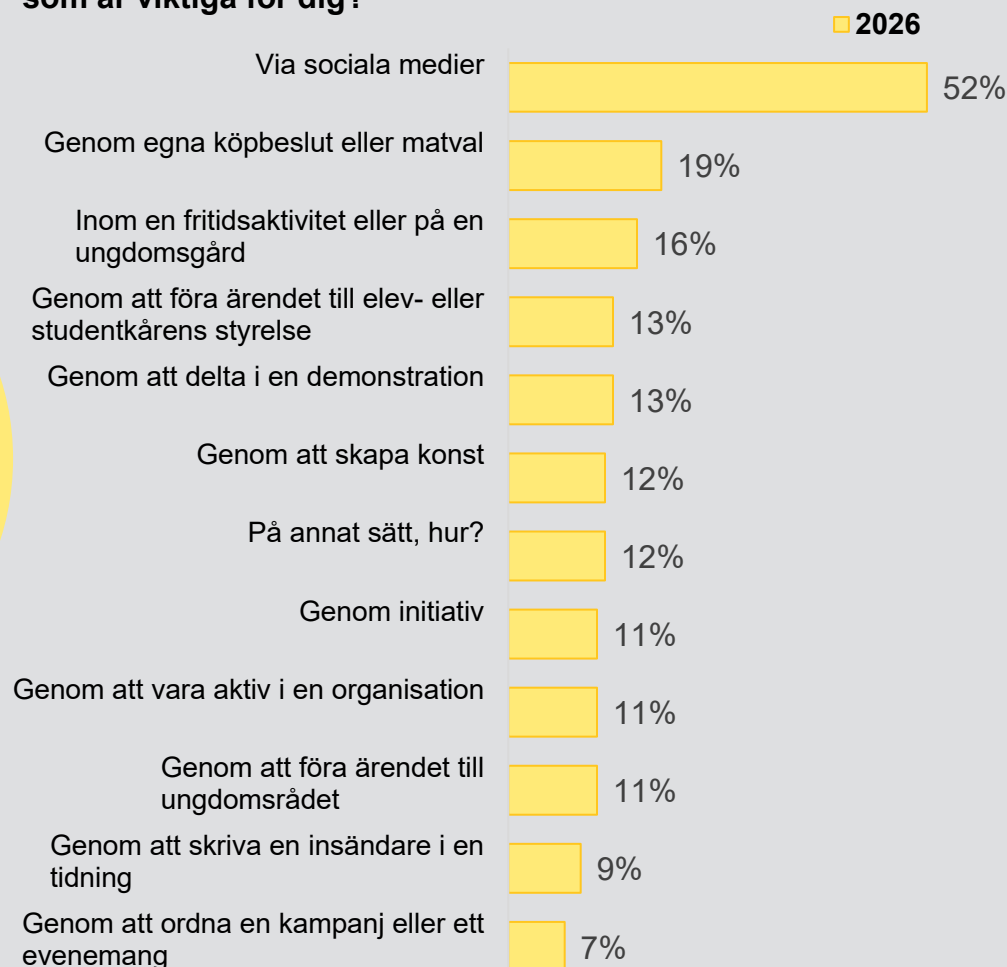
Populariteten för alla påverkanssätt har i princip ökat något under det gångna året. Den största förändringen gäller sociala mediers popularitet som påverkanssätt.

Bland de tre populäraste sätten framhävs påverkan i vardagen genom medvetna köpbeslut och via hobbyer.

Som ett nytt alternativ i 2026 års enkät hade de unga möjlighet att välja skapande av konst som ett påverkanssätt.



På vilket sättet tycker du att du bäst kan påverka ärenden som är viktiga för dig?



**Möjlighet att välja flera alternativ*

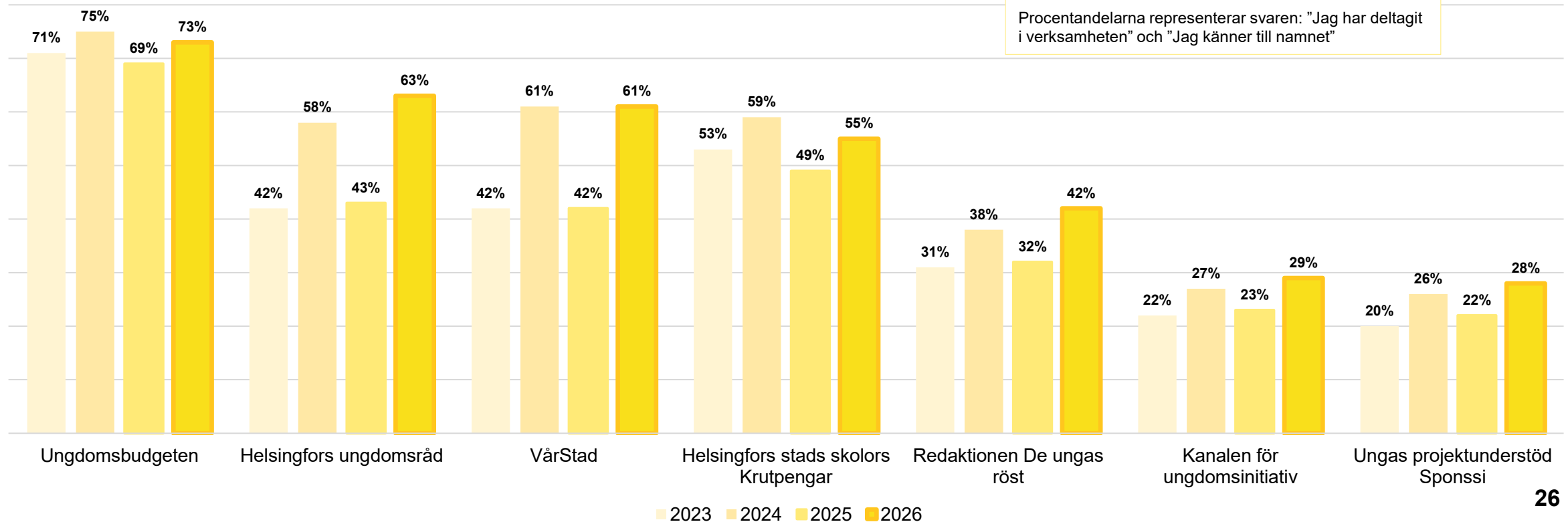
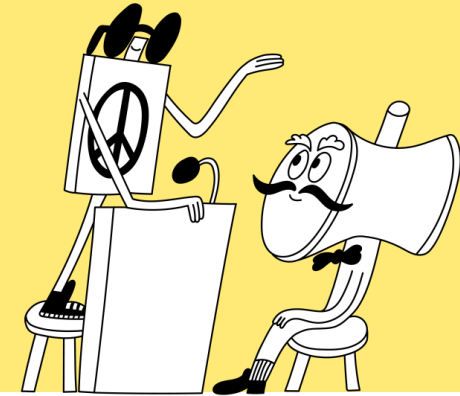
Känner du igen något av dessa...?

Den mest kända kanalen för påverkan är Ungdomsbudgeten. Kännedomen har ökat en aning jämfört med 2025 och hållit sig på en hög nivå redan i flera år.

De största förändringarna under året gäller kännedomen om Ungdomsrådet och VårStad.

- Ungdomsrådet + 20 %
- VårStad + 19 %
- Redaktionen De ungas röst + 10 %

Kännedomen om påverkanskanalerna har ökat kraftigt sedan 2025. Den genomsnittliga kännedomen var som högst 2024, men **2026 är det nya toppåret!**





Den nästa Ungas Helsingfors-datainsamlingen

→ 2028

Helsinki