

Visionsaftale Herning Kommune

Resume

Bevæg dig for livet er DIF og DGI's fælles vision om, at Danmark skal være verdens mest fysisk aktive nation. Herning Kommune har valgt at tage aktivt del i denne vision og indgå i et ambitiøst samarbejde med Bevæg dig for livet, der skal sikre, at flere borgere i kommunen finder vej til en aktiv livsstil.

Borgerne i Herning Kommune er mindre fysisk og psykisk sunde og dyrker mindre motion ifølge undersøgelsen i 2017 end ved sidste undersøgelse i 2012. Tendensen er generel for alle borgere, men den rummer også en tydelig social slagside og slår generelt mere markant igennem i særlige områder af kommunen samt for mennesker med kort uddannelse og lav indkomst.

Foreningslivet i Herning står rigtig stærkt, og det betyder, at forudsætninger for at lykkes er gode. Der er flere end 53.000 medlemmer i godkendte foreninger i Herning Kommune,¹ og 39.551 unikke medlemmer i 232 idrætsforeninger. Dette svarer til en vækst i medlemstal på 1.150 fra 2017 til 2018.²

Ved at gøre en aktiv indsats for at fremme sundhed og trivsel blandt borgerne gennem involverende partnerskaber og med øje for social bæredygtighed, bliver Bevæg dig for livet også en vigtig hjørnesten i at understøtte FN's 17 Verdensmål.

Målsætning

- **Antallet af borgere i Herning Kommune, der lever op til WHO's anbefaling om fysisk aktivitet skal stige fra 69% til 75% i 2025. Dette vil betyde, at ca. 5.300 flere borgere skal aktiveres.**
- **Ud af de ca. 5.300 nye motionsaktive borgere, er målet, at minimum 50 % af disse inkluderes i foreningsregi.**

Strukturelle greb

Med baggrund i kommunens vision, politikker og strategier er det vigtigt, at der er fokus på nedenstående centrale strukturelle forhold:

- At udvikle en klar strategisk tilgang til udvikling af rum og rammer for idræt og bevægelse.
- At skabe de nødvendige strukturer, der sikrer en optimal brobygning mellem de kommunale sundheds- og beskæftigelsestiltag og civilsamfundet.
- At fortsætte udviklingen af struktur og strategi, der skaber et udbytterigt samarbejde mellem skole- og daginstitutionsområdet og foreningslivet i forhold til børn og unges lige adgang til idræt og bevægelse.
- At have et klart strategisk fokus på, hvordan idræt, bevægelse og foreningsliv skal spille sammen med de sociale helhedsplaner i forhold til udvikling af boligområderne i kommunen.
- At sikre, at intentionerne i aftalen er tydelige i forhold til kommuneplan, byplanlægning og udvikling af større anlægsinitiativer således, at idræt og bevægelse tænkes ind, når der udvikles og bygges nyt.

¹ Kilde: Det Centrale Foreningsregister, på baggrund af foreningernes egne medlemstalsindberetninger.

² Kilde: CFR-registret, <https://www.dif.dk/da/politik/vi-er/medlemstal>

Temaer og indsatser

Visionsaftalen for Bevæg dig for livet i Herning Kommune tager sit afsæt i tværgående temaer, vi har observeret på tværs af data om borgerne i kommunen. Temaerne har til formål at vise, hvor der kan gøres nogle meningsfulde indsatser, når vi vil gøre en forskel med Bevæg dig for livet. Vi forsøger med temaerne at skabe en fælles indgang til de udfordringer, vi kender til i dag. Temaerne er således retningsgivende, og under hvert enkelt tema har arbejdsgruppen forsøgt at anvise eksempler på indsatser, der i særlig grad vil medvirke til at løse udfordringer med inaktivitet og dermed hjælpe aftalens målsætning på rette vej.

Det skal være lettere at blive del af et aktivt fællesskab

Når vi ser på de borgere i Herning Kommune, der bevæger sig mindst eller slet ikke, så er det gældende for dem alle, at vejen til øget aktivitet af den ene eller den anden årsag kan ses som en (for) stor barriere at skulle forcere. Derfor skal vi arbejde for, at det er nemt at blive en del af et aktivt fællesskab. Og det skal vi gøre, ved at faciliteterne er let tilgængelige, at der tilbydes fysiske aktiviteter, som kræver et minimum af forhåndskendskab at udføre, og at disse kommunikeres som lette at tilgå.

Eksempler på indsatser, der arbejdes med:

Samarbejde med breddeidrætten og foreningslivet om at skabe en kultur, der kan favne bredere målgrupper og aktiviteter.

Brobyggende forløb mellem de steder, borgeren allerede befinder sig (skoler, dags- og uddannelsesinstitutioner, arbejdsplads, offentlige tilbud, boligområder) og foreningslivet: Foreningslivets ramme og kvaliteter afprøves af udvalgte målgrupper.

Understøtte landsbysamfund og frivillige gennem tiltag som f.eks. byggeri af mountainbike-spor, stier mv. Velkomstposer til tilflyttere, seniorer og studerende med oplysningsmateriale om og invitation til aktive fællesskaber og foreningsliv.

Bruge erfaringerne fra vellykkede indsatser i Bevæg dig for livets øvrige visionskommuner som indsatser i enkeltidrætten

Eksempler på målgrupper:

Den store gruppe af voksne, herunder forældre, som ikke er fysisk aktive, men efterspørger det rette tilbud, der kan passes ind i deres livssituation.

Udsatte målgrupper, som vi kan se af data er over gennemsnittet inaktive³, og som måske oplever barriererne mod at indgå i bevægelse som særligt vanskelige at forcere.

Selvudøvere, fordi den selvorganiserede idræt kan være en indgang til at nå målet om flere foreningsaktive
Den voksende gruppe seniorer. Det er dem, der står for de største fremgange i foreningerne, men fremgangen i foreningerne korrelerer ikke med stigningen af seniorer.

Overgange mellem livsfaser og livssituationer

Vi kan se af data, at når mennesker oplever en overgang til en ny fase i deres liv, så falder det målbare aktivitetsniveau, herunder især deres engagement i en forening. Det er, fordi skiftet for nogle enten afstedkommer et decideret fald i aktivitet, eller fordi aktiviteten sker på andre måder end i foreningsregi. Men vi ved også, at det at være aktiv i en forening kan være afgørende for, at man fortsætter med at holde sig aktiv.

³ Kilde: Sundhedsprofil

Eksempler på indsatser, der arbejdes med:

Samarbejde med arbejdspladser om bevægelsestilbud til ansatte
Samarbejde mellem rehabilitering og foreningsliv
Samarbejde mellem jobcentre og foreninger om aktivering af arbejdsløse
Samarbejde med ungdomsuddannelser for at fastholde de idrætsaktive unge
Fortsat udvikling af Åben Skole og PlayMaker-funktionen

Eksempler på målgrupper:

Unge borgere på ungdomsuddannelser, fordi vi ser et stort frafald blandt disse, og at en fastholdelse her kan være afgørende for deres foreningsengagement gennem resten af livet
Nye forældre, fordi vi ser et frafald i foreningsaktiviteterne her
Den voksende gruppe af 60+ seniorer. Det er dem, der står for de største fremgange i foreningerne, men fremgangen i foreningerne er ikke lige så stor, som stigningen i antallet af seniorer. Det betyder, at der er et stort potentiale i at tiltrække og fastholde seniorerne i foreningslivet.
Borgere uden for arbejdsmarkedet
Rehabiliteringspatienter, som med fordel kan fortsætte rehabiliterende aktivitet i foreningsregi, når de overgår fra den rehabiliterende enhed

Engagerende fællesskaber og foreningsliv for alle

Hvis vi skal lykkes med at få flere inaktive i gang med fysisk aktivitet, så er Herning Kommunes foreninger og fællesskaber centrale nøglespillere. Vi ved at fællesskab og sociale relationer er med til at fastholde mennesker i en aktiv livsstil. Flere undersøgelser peger på, at det sociale både motiverer den enkelte til at komme ud ad døren til træning, men at det sociale fællesskab ofte også er et mål i sig selv. Derfor skal vi arbejde med at synliggøre og åbne fællesskaberne og foreningerne endnu mere op for de inaktive, så vejen til fællesskaberne bliver kortere.

Eksempler på indsatser, der arbejdes med:

Fællesskaber, der inddrager fysisk aktivitet.
Lokaludvikling og nærmiljøindsatser, fx understøtte frivillige processer i boligområder, foreninger mv.
Intensiveret samarbejde med etablerede BDFL aktiviteter som floorball, svømning, gang/løb, cykling etc.
Videreudvikling af Fritidspas
Partnerskabsforeninger, der åbner foreningens hold op og tager imod inaktive borgere.
Foreningsudvikling via nye aktiviteter, nye samarbejder, kommunikation og øget synlighed etc.
Fokuseret indsats til påklædning af foreninger: Den gode velkomst og indbydende klubmiljø.

Eksempler på målgrupper:

Voksne, der søger en ny aktivitet.
Borgere, der særligt oplever sig som ensomme: f.eks. seniorer, unge og socialt udsatte
Nye forældre, hos hvem frafaldet af (målbar) aktivitet falder markant, og som måske i mindre grad har tiden til at opsøge sociale fællesskaber.

Bevægelsesglæde, kropsbevidsthed og motorik gennem hele livet

Vi ser på tværs af aldersgrupper hos såvel børn som voksne en tendens til mere stillesiddende arbejde og stillesiddende fritidsaktiviteter, og det har unægteligt en betydning for den motoriske formåen og oplevelse af egen krop. Konkret ved vi, at 1/3 af alle børn har for dårlig motorik, når de starter i skole og at en god motorik øger evnen til at lære⁴. Ved at sætte tidligt ind, sikrer vi, at voksne kan forcere barriererne og leve et aktivt voksen- og seniorliv. Bevæg dig for livet-indsatsen adresserer disse problematikker og potentialer og kan i høj grad supplere og forstærke de indsatser, kommunen allerede arbejder med.

Eksempler på indsatser, der arbejdes med:

Fællesskab og bevægelsesglæde skal værdisættes som udgangspunkt for Herning Kommunes foreningsliv. Arbejde for, at et mindset om bevægelse i fællesskab og kropslig dannelse forankres i de arenaer, hvor alle børn færdes.

Samarbejde med uddannelsesinstitutioner og arbejdspladser om at skabe miljøer med fokus på bevægelsesglæde.

Opkvalificering af relevant personale i Herning Kommune, fx på aktivitetscentre og plejehjem for at skabe øget bevægelsesglæde hos de ældre og andre relevante målgrupper

Eksempler på målgrupper:

Forældre, som primære omsorgspersoner, der kan understøtte dannelsen af motoriske færdigheder, bevægelsesglæde og kropsbevidsthed blandt de yngre borgere.

Fagpersoner: pædagoger, lærere, sundhedspersonale, social- og sundhedshjælpere omkring borgerne.

Forenings- og fritidsliv, som vigtige, dannende fællesskaber omkring borgerne.

HR-ansatte og ledere af virksomheder, som kan opfordre til bevægelse på arbejdspladsen

Rum og rammer

Et af de store potentialer i Bevæg dig for livet befinder sig i arbejdet med rum og rammer, som et tværgående tema.

Eksempler på indsatser, der arbejdes med:

Udvikle nye adgange til vores haller, som sikrer højere udnyttelse og nemmere adgang for borgerne

Partnerskaber med idrætscentre og haller

Arbejde målrettet med at gøre naturen mere tilgængelig som træningsarena, fx via mountainbikespor, gå- og løberuter, forbedret skiltning mm.

Forbedre stiforbindelserne

Mødesteder, der animerer til bevægelse

Eksempler på målgrupper:

Borgere, der er uden for arbejdsmarkedet og kan benytte halfaciliteter i dagtimerne, f.eks. seniorer og arbejdsløse

Selvudøvere, der anvender andre bevægelsesarenaer end halfaciliteter, f.eks. naturen

⁴ Kilde: Databasen Børns Sundhed: Motoriske vanskeligheder

Den almene, inaktive borger, for hvem naturen er den korteste vej til en bevægelsesarena.

Organisering

Politisk følgegruppe:

Den politiske følgegruppe mødes to gange årligt for at drøfte status på indsatserne og sikre den fornødne politiske forankring.

Fra Herning Kommune deltager:

- Borgmesteren
- Formanden for Kultur- og Fritidsudvalget
- Formanden for Børne- og Familieudvalget
- Suppleret af Direktør for By, Erhverv og Kultur samt Kultur- og Fritidschefen.

Fra Idrætten:

- Formanden for DGI
- Næstformanden for DIF
- Formanden for DGI Midtjylland
- Formanden for Herning Idrætsråd
- Suppleret af lederen af den fælles kommunale enhed for DIF og DGI samt direktøren for DGI Midtjylland.

Projektlederen for visionskommunen deltager i mødet som referent.

Administrativ styregruppe

Den administrative styregruppe har ansvaret for, at aftalen forankres og implementeres. Gruppen mødes 3 til 4 gange årligt, og bliver sammensat ud fra indsatserne i handleplanen.

Faste medlemmer fra Herning Kommune:

- Kultur- og Fritidschefen
- Sundheds- og Ældrechefen
- Øvrige kommunale chefer inddrages efter behov.

Faste medlemmer fra idrætten:

- Lederen af den fælles kommunale enhed for DIF og DGI
- Direktøren for DGI Midtjylland.
- Sekretariatslederen for Herning Idrætsråd

Projektlederen for visionskommunen.