



**BEVÆG
DIG FOR
LIVET**

Kommunalpolitisk topmøde

12. november 2020



IDRÆTTSVANER UNDER CORONAKRISEN *– trussel eller mulighed for foreningslivet?*

Jakob Rathlev, direktør, ph.d.

En kæmpe trussel
for foreningslivet...



...men også en
kæmpe mulighed

Coronaundersøgelserne

Dataindsamlinger

1. runde: 16.-23. april 2020
2. runde: 24.-30. juni 2020*
3. runde: 4.-11. september 2020*

*Geninterviewet panel

Med støtte fra

TrygFonden

Herefter blev
"**Danskerenes
motions- og
sportsvaner**"
søsat i oktober
– denne gang som
et **forløbsstudie**
henover et helt år.



Notat 1 udgivet 7.5.2020:

https://idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2020/b312_markant-faerre-har-dyrket-sport-og-motion-under-coronanedlukningen/

Notat 2 udgivet 13.5.2020:

https://idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2020/b314_uden-foreninger-og-faellesskaber-falder-danskernes-idraetsdeltagelse/

Notat 3 udgivet 26.5.2020:

https://idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2020/b319_danskerne-ser-optimistisk-paa-egne-motions-og-sportsvaner-efter-coronanedlukningen/

Notat 4 udgivet 6.7.2020:

https://idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2020/b329_coronakrisen-paavirker-stadig-danskernes-idraetsvaner/

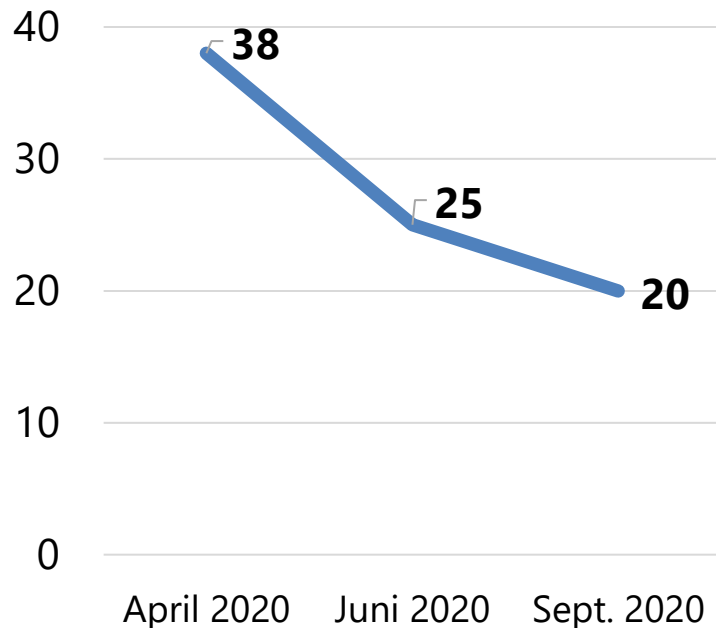
Notat 5 udgivet 29.9.2020:

https://idan.dk/nyhedsoversigt/nyheder/2020/b349_nye-aktive-traekker-idraetsdeltagelsen-op-efter-genaabningen/

Den dårlige nyhed

- I april var **38 pct.** af de aktive før nedlukningen gået i stå – og i september var tallet **20 pct.**
- Frafaldet er i **alle aldersgrupper**, men især **70+ år**
- Der er et frafald i de organiserede sammenhænge dvs. **idrætsforeninger** og **fitnesscentre**
- **Nedlukkede aktiviteter** (20 pct.) er ikke længere den dominerende forklaring på frafald. Nu også:
- **Manglende overskud** (23 pct.)
- **Holder pause** (20 pct.)
- **Smittefrygt** (14 pct.) – især blandt ældre

Andel af de AKTIVE FØR nedlukningen, som er FRAFALDNE NU



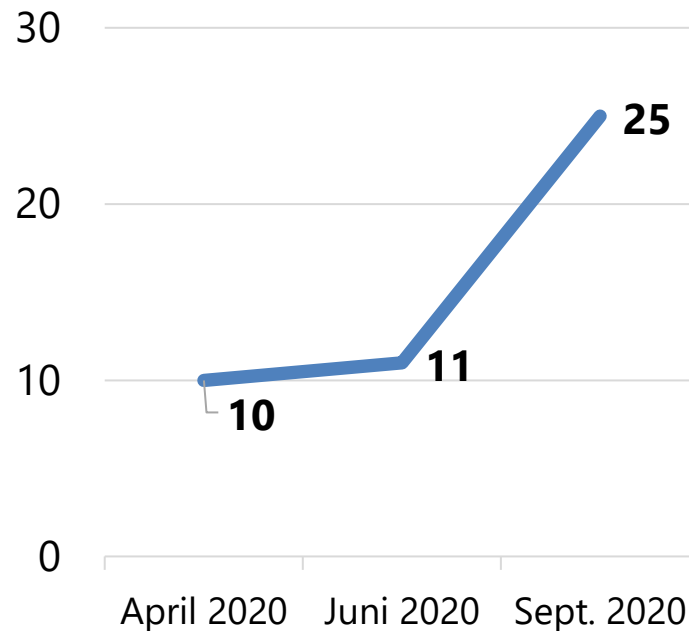
Den gode nyhed

- **25 pct. af de inaktive er kommet i gang** under krisen
- Springet fra juni til september er reelt pga. **paneldata**
- En del kan nok tilskrives en **sæsoneffekt** (sommerferie)
– hvor meget kan det nye **forløbsstudie** opklare

Karakteristisk for **de nye aktive** er, at de:

- Er i **alle aldersgrupper**, men især de **18-39 årige**.
- Dyrker især **selvorganiserede** aktiviteter som **vandreture, fitness og løb**
- Er især drevet af en **indre motivation** for et forbedret **helbred** (48 pct.) og **større overskud** (29 pct.)
- Har **været mere hjemme** og fået **mere fleksibilitet** under krisen

Andel af de INAKTIVE
FØR nedlukningen, som
er blevet NYE AKTIVE



Det samlede aktivitetsniveau er tæt på normalt igen...

Den gode og den dårlige nyhed udligner næsten hinanden:

- Den samlede **idrætsdeltagelse er nu næsten på niveauet før** nedlukning (61 pct. mod 65 pct.).

Dem, der er forblevet aktive under krisen, har undervejs dyrket mindre motion, men **de aktive er nu lige så aktive som før** nedlukningen:

- 67 pct. dyrker lige så meget motion som før nedlukningen, mens 17 pct. dyrker mere og 16 pct. dyrker mindre.





...men krisen har skabt forskydninger i idrætslandskabet

Der er ikke kun sket forskydninger i HVEM, der er **gået i stå** og **kommet i gang**.

Vi ser også kvalitative **tegn på forandring** i HVORDAN, danskerne er aktive:

- 22 pct. forventer at **dyrke nye aktiviteter** efter krisen
- 21 pct. af de aktive har i højere grad brugt **apps, streaming osv.**
- 22 pct. forventer at benytte **hjemmetræning i højere grad** end før
- 17 pct. af alle har investeret i **hjemmetræningsudstyr** (især de nye aktive)



Læringspunkt #1

Nedlukningen i marts ramte primært dem i de organiserede tilbud:

- **Dem, der forblev aktive** trods lukning af deres forening/center, var dem, som var i stand til at **substituere til noget selvorganiseret** – fx hjemmetræning
- **Dem, der gik i stå** som følge af lukning af deres forening/center, var dem, som **ikke** var i stand til at substituere og **'satte sig i sofaen'**

→ *De **organiserede tilbud spiller en afgørende rolle** for én gruppe af borgere, for uden dem gik de helt i stå – og mange er ikke vendt tilbage endnu.*

Coronakrisen er et naturligt eksperiment, og vi har **ikke før kunnet afprøve**, hvor afgørende de organiserede tilbud egentlig er.

Men nu kan vi for alvor se, **hvor vigtige de mange f'er er** for nogle borgere: Fællesskabet, faciliteter, faste træningstider, følelsen af at høre til osv.



Læringspunkt #2

Nedlukningen i marts gjorde med ét **arbejdslivet mere fleksibelt** for mange, som fik **mere fritid** pga. sparet transport ved hjemmearbejde.

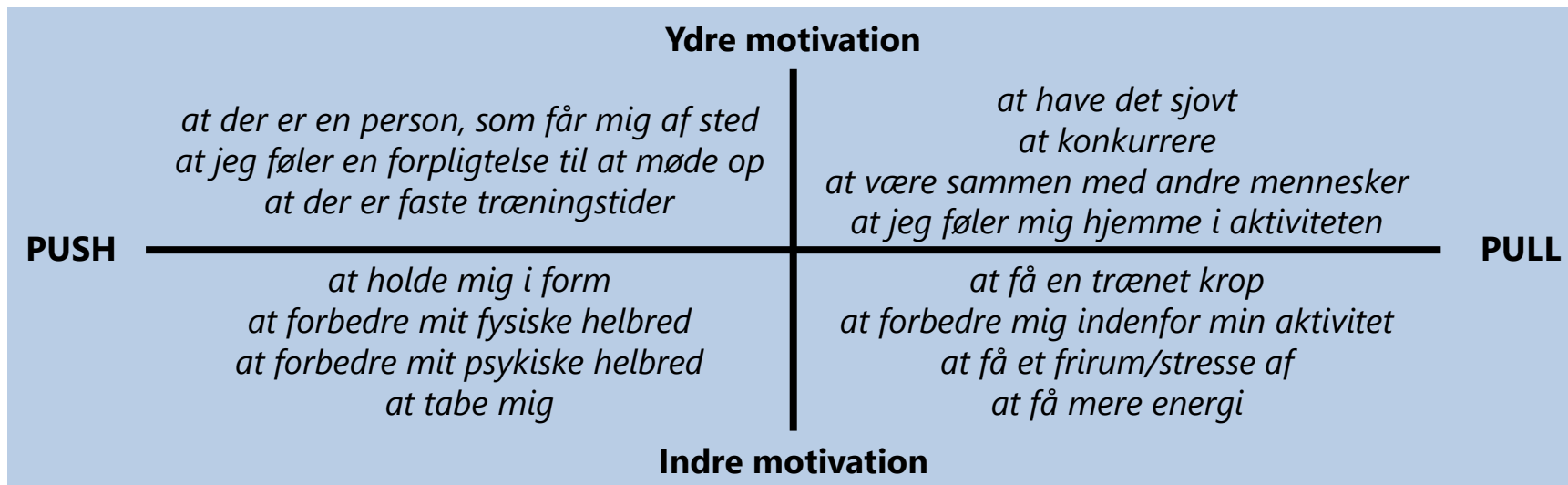
*→ **Tid og fleksibilitet er afgørende barrierer** for en anden gruppe af borgere, som bliver aktive helt af sig selv, når barriererne bliver mindre.*

Coronakrisen er et naturligt eksperiment, og vi har **ikke før kunnet afprøve**, om folk rent faktisk ville **reagere på mindskede barrierer**, som tid og fleksibilitet i hverdagen. Det indikerer, at et **fleksibelt** arbejdsliv har potentiale til at blive et **sundere** arbejdsliv, hvilket kan være en væsentlig pointe for politikudviklingen ift. **folkesundhed**.

Læringspunkt #3

Dem, der er **gået i stå**, er en anderledes gruppe end dem, der er **kommet i gang**

→ Det handler grundlæggende om **forskel i motivation**. Nogle har stærk **indre** motivation, mens andre animeres af **ydre** motivation (jf. figureksempel).





Læringspunkt #4

Paneldataene afslører, at **idrætsdeltagelsen løbende svinger** for den enkelte:

- Blandt de **inaktive før nedlukningen er 25 pct.** aktive nu, men **yderligere 6 pct.** har været aktive undervejs og er stoppet igen.
- Blandt de **aktive før nedlukningen er 80 pct.** aktive nu (frafaldet er 20 pct.), men **yderligere 10 pct.** har været aktive undervejs og er stoppet igen.

→ *Når vi ser på den aggregerede idrætsdeltagelse i et øjebliksbillede, får vi ikke øje på den **løbende udskiftning i gruppen af aktive.***

Er **idrætsvaner** i det hele taget **mere bevægelige**, end vi tror...? Vi bliver meget klogere på løbende forskydninger med **forløbsperspektivet** i den store idrætsvaneundersøgelse.



Perspektiver – konkret

Der bliver et kæmpe arbejde med at få de **frafaldne op af sofaen igen**:

- **Manglende overskud** påvirker og gør det svært at genstarte
- **Smittefrygt** afholder især ældre – stiller **højere krav til hygiejne** i fremtiden
- Sandsynligvis var mange **frafaldne på kanten af foreningerne** i forvejen

NB: Det er formentlig de **ydre motivationsfaktorer**, der skal stilles skarpt på.

De **nye aktive fastholdes** ikke af sig selv, når en travl hverdag vender tilbage:

- Hvordan griber og fastholder vi **hjemmetræningsbølgen**?
- Hvordan griber og fastholder vi **digitaliseringspotentialerne**, der også rykker generelt i samfundet?

NB: Nogle ser hjemmetræning og digitalisering som **konkurrent til foreningslivet**, men i stedet for at se det som tabt terræn, skal vi **omfavne udviklingen**.

Perspektiver – overordnet

Coronakrisen er ikke kun en stor trussel for foreningslivet:

- Krisen rummer **potentialet til at løfte idrætsdeltagelsen til et nyt højdepunkt**
- Det er **ikke let** – men **det er muligt** – hvis vi både kan få de frafaldne tilbage og fastholde de nye aktive.

Hæng derfor ikke fast i **krirehåndtering**:

- Der er **ikke noget, der er så skidt**, at det ikke er godt for noget.
- Slå det lange lys til og **se mulighederne, som krisen også producerer**.





Tak for opmærksomheden