

# Resume af visionsaftalen med Kolding Kommune:

## Baggrund:

"Kolding – Vi designer livet" er Kolding Kommunes vision frem til 2022. Det betyder blandt andet, at Kolding Kommune udvikler kommunen i tæt samarbejde med borgerne. Kolding Kommune ønsker at være visionskommune i samarbejde med DGI og DIF for at være firstmover i forhold til at designe nye måder at være aktiv på og få flere i bevægelse. Det vil Kolding Kommune blandt andet gøre ved at styrke og udbygge foreningslivet, ved at facilitere samarbejder mellem forskellige aktører på tværs af forvaltninger, skabe bedre muligheder for at rekruttere flere frivillige samt udnytte faciliteterne i kommunen bedst muligt.

Kolding Kommune, DIF og DGI ønsker at skabe rammerne for, at alle borgere gennem hele livet har mulighed for at deltage i et aktivt fritids- og idrætsliv. Vi ønsker at få endnu flere med – og arbejder ud fra en fælles vision om at sætte Danmark i bevægelse. Sundhedsprofilundersøgelsen "Hvordan har du det?" fra 2017 fra Region Syddanmark viser, at 66,3 procent af Kolding Kommunens borgere er fysisk aktive, da de lever op til WHO's minimumsanbefaling for fysisk aktivitet. Alle skal have mulighed for at deltage i meningsfulde fællesskaber, og derfor ønsker vi at øge antallet af aktivitetsmedlemmer i kommunens foreninger. I 2017 var 42,3 procent af de samlede antal borgere i Kolding Kommune aktive i en forening.

## Målsætning:

For at underbygge målsætningen om, at 75 procent af danskerne i 2025 skal være fysisk aktive har visionsaftalen i Kolding nedenstående målsætning som ramme:

- **At hæve antallet af fysisk aktive til 70 procent i 2023, hvilket betyder, at cirka 6.500 flere borgere skal leve op til anbefalingerne.**

For at underbygge målsætningen om, at 50 procent af befolkningen skal være idrætsaktive i en forening, er målsætningen i Kolding:

- **At hæve antallet af idrætsaktive i forening til 46 procent i 2023, hvilket betyder, at der skal optages minimum 5.000 flere medlemmer.**

Efter aftaleperioden arbejdes der fortsat på at nå den overordnede målsætning for 'Bevæg dig for livet', idet der er tale om en fortsat ambitiøs udvikling.

## Indsatsområder

### Rum og rammer

Brugen af de fysiske rammer på fritids- og idrætsområdet er under forandring. Det gælder både brugen af

bygninger, offentlige rum og naturen. Mennesker mødes på nye måder, og der opstår nye behov for samvær og nye fællesskaber. Især den voksne befolkning dyrker i stigende grad aktiviteter udendørs, hvilket betyder, at offentlige rum, udendørs faciliteter, natur, vand, skov mv. skal medtænkes som steder for idræt og bevægelse. Fokus skal rettes mod, hvordan rum og rammer kan udvikles, så de optimeres i forhold til at være arena for idræt og bevægelse og i højere grad passer til den måde, befolkningen dyrker fritids- og idrætsaktiviteter på nu og i fremtiden.

Indsats:

- Udarbejde en facilitetsstrategi, der adresserer såvel den fysiske udvikling af idrætsfaciliteter som underum, tilskudsvilkår, rammebetingelser for faciliteterne, at sikre en høj tilgængelighed og udnyttelse af faciliteterne samt samarbejde og vidensdeling mellem faciliteterne.

### Lokaludvikling

Kolding Kommune består af hovedbyen Kolding, tre centerbyer Christiansfeld, Lunderskov og Vamdrup, 15 byzonelandsbyer samt 11 landzonelandsbyer. Byrådet ønsker at sikre en god balance mellem områderne og med udgangspunkt i borgerens centrum, at understøtte og aktivere de ressourcer, som lokalsamfundene rummer, så hele kommunen bliver et endnu bedre sted at bo og leve.

Indsats:

- Arbejde for at udvikle en strategi for, hvordan foreningslivet i mindre lokalområder kan opkvalificeres og udvikles, som det centrale omdrejningspunkt for et aktivt liv. Strategien bør have fokus på de lokale netværk, der kan etableres mellem faciliteter, foreningslivet, skolen og de øvrige kommunale initiativer i forhold til at få flere borger til at være aktive.

### Skole- og institutionsområdet

Kommunens folkeskoler og daginstitutioner er oplagte arenaer for motion og bevægelse. Med skolereformen er der taget hul på en ny æra inden for idræt og bevægelse i folkeskolen. Målsætningen er, at alle elever skal være fysisk aktive i gennemsnit 45 minutter om dagen. Skolerne skal samtidig i højere grad end tidligere åbne sig mod det omgivne samfund; herunder mod de lokale idrætsforeninger.

Indsats:

- Understøtte skolerne i en øget erfaringsudveksling, så bevægelse og motion bliver en integreret del af deres hverdag.
- Styrke samarbejdet mellem folkeskoler og foreningsliv.
- Videreføre og udvikle det gode arbejde på dagtilbudsområdet yderligere.

### Foreningsudvikling og frivillighed

I arbejdet med foreningerne skal der være fokus på at motivere og mobilisere foreninger til at udbyde aktiviteter målrettet grupper, som endnu ikke er aktive. I den forbindelse skal foreningerne tilbydes kompetenceudvikling og løbende understøttes, så de føler sig parate til opgaven og agerer hensigtsmæssigt i forhold til at tilbyde de "rette" aktiviteter.

Indsats:

- Motivere og mobilisere foreningslivet til at udbyde aktiviteter målrettet grupper, der er inaktive.
- Understøtte rekruttering, uddannelse, opkvalificering og netværk for frivillige ledere og træner.
- Undersøge muligheden for etablering af administrative og udviklingsmæssige støttefunktioner til gavn for foreningerne.

## Samspil om sundhedsindsatser

Samspelet mellem den offentlige sundhedssektor og civilsamfundet skal have fokus i visionsaftalen. Helt specifikt skal der fokuseres på, hvordan overgangen fra et kommunalt tilbud til et fritidstilbud kan gøres så "glidende" som muligt, for at sikre, at borgere bliver fastholdt i en aktiv livsstil.

Indsats:

- Understøtte overgangen fra et kommunalt tilbud til et fritidstilbud i andet regi.
- Engagere og støtte foreninger, aftenskoler og andre fællesskaber til at udbyde aktivitetstilbud til målgruppen.
- Tilbyde kompetenceløft og uddannelse af frivillige trænere.
- Aktivt undersøge mulighederne for at medvirke i den kommende nationale indsats omkring "motion og fællesskab på recept".

## Målgrupper

Visionsaftalen henvender sig til alle borgere i Kolding Kommune, men udvalgte målgrupper får ekstra fokus.

### Inaktive voksne

Fysisk inaktivitet øger risikoen for tidlig død og en lang række sygdomme som hjertekarsygdomme, type-2 diabetes, apopleksi, depression og en lang række kræftformer. Tal fra Idans rapport "Danskernes motions- og sportsvaner 2016" viser, at mænd og kvinder er lige tilbøjelige til at dyrke sport og motion. Opdelt på køn finder man dog, at idrætsdeltagelsen falder jævnt med stigende alder blandt mænd, mens kvinders deltagelse er lavest i 30-39-års alderen.

Den lavere idrætsdeltagelse for yngre kvinder i alderen 30-39 år kædes sammen med, at kvinderne er i en fase af livet, hvor familielivet har 1. prioritet. Løsningen kan være en kobling mellem familieliv og fysisk aktivitet – f. eks. i form af aktivitetstilbud for hele familien eller træningstilbud til kvinderne, mens deres børn dyrker idræt i foreningen.

Tal fra sundhedsprofilen fra Region Syddanmark 2017 viser endvidere, at Kolding Kommune har oplevet en stigning i andelen af moderat eller svær overvægtige på 6,2% således, at 55,5% er moderat eller svært overvægtige (BMI $\geq$ 25). Især mænd i alderen 45-74 år ligger højt, da 70% i denne gruppe er moderat eller svært overvægtige i hele Region Syddanmark. Der skal derfor i arbejdet med inaktive voksne være et særskilt fokus på at udvikle og etablere aktivitetstilbud, der er attraktive for overvægtige - og i særdeleshed midaldrende/aldrende og/eller overvægtige mænd.

Indsats:

- Videreføre 'Projekt Ligevægt', der er et tilbud til overvægtige i Kolding Kommune med fokus på det brede sundhedsbegreb.

- Hjælpe foreninger, aftenskoler, fællesskaber og andre relevante aktører med at skabe tilbud, der henvender sig til målgruppen, der er inaktive og/eller motionsuvede, herunder:
  - Udvikle og etablere attraktive tilbud til midaldrende/aldrende og/eller overvægtige mænd.
  - Sikre, at forældre har gode tilbud om idræt og motion, når deres børn er til træning i de lokale foreninger, så de kan motionere sammen med eller på samme tid som deres børn.

## Seniorer

Fysisk aktivitet er medvirkende til at forlænge livet, øge funktionsevnen, forebygge ensomhed og sikre en bedre livskvalitet. Kolding Kommune har en ambition om, at andelen af borgere over 65 år, der er selvhjulpne stiger. Der skal derfor laves en struktureret indsats i forhold til at gøre flere seniorer aktive i idræt og bevægelse – i samarbejde med foreninger, Ældre Sagen, råd og institutioner. Et særligt fokus skal rettes mod de ældre mænd, der halter efter kvinderne, når det kommer til deltagelse i sport og motion.

En indsats, der allerede er startet op, er projekt 60+FRISK, der er et samarbejde mellem Seniorområdet, Sundhedsområdet og Fritid og Idræt. Projektets formål er at få flere seniorer til at være fysisk aktive i et socialt fællesskab.

Indsats:

- Videreføre og udvikle 60+FRISK.
- Bistå foreningslivet, aftenskoler og andre fællesskaber med opstart af senioraktiviteter.

## Børn og unge

Kolding Kommune vil gerne være den kommune, hvor flest mulige børn og unge er aktive på fritids- og kulturområdet. I Danmark er der en social skævhed i idrætsdeltagelsen. Af "Danskernes motions- og sportsvaner 2016" fremgår det, at børns idrætsdeltagelse er præget af deres forældres sociale- og kulturelle baggrund. Det kommer til udtryk ved en lavere idrætsdeltagelse for børn, hvis forældre ikke er i arbejde (60%) i modsætning til børn, hvis forældre er i arbejde (85%). Børn, hvis forældre er født uden for Europa (61%) har ligeledes en lavere idrætsdeltagelse end børn, hvis forældre er født i Danmark (84%).<sup>5</sup> Forældrenes egen idrætsaktivitet spiller ligeledes en rolle for børnenes deltagelse i sport og motion. Børn (85%) af idrætsaktive forældre, er mere aktive end børn (57%) af idrætsligt inaktive forældre.

Kolding Kommune arbejder for at oprette et Ungdomsråd, der ligeledes vil blive inddraget i indsatsen.

Indsats:

- Udarbejde konkrete indsatser der, hvor den kommende analyse af børn og unges fritidsliv viser, der er behov.
- Videreføre og videreudvikle DIF Get2Sport og Aktiv Fritid.
- Styrke børn og unges lige adgang til foreningslivet, hvilket DGI prioriterer i en fokuseret indsats fra 2019 til udgangen af 2023. Initiativer herfra kan indgå i indsatser for målgruppen.

## Teenagere og studerende

Tal fra Idans rapport "Danskernes motions- og sportsvaner 2016" viser, at ca. 85% af de 7-12 årige børn dyrker sport og motion, frafaldet begynder allerede fra 13-års alderen, og blandt de 16-29 årige er tallet nede på 61%, hvor de unge mænd er mere aktive end kvinderne. Unge er dermed en målgruppe, der kan

være svære at fastholde i foreningsidrætten og i den aktive livsstil generelt. Derfor skal der tænkes både rekruttering og fastholdelse i nogle af de arenaer, hvor de unge færdes eksempelvis foreninger, skoler og uddannelser.

Unge er vilde med frivilligt arbejde – og de vil rigtig gerne være frivillige, hvis bare de bliver spurgt. Dermed er der blandt de unge ligeledes et stort potentiale for at rekruttere frivillige for andre målgrupper. At være frivillig er en anden, men mindst ligeså vigtig måde at have et aktivt fritidsliv.

Indsats:

- Fastholde teenagere i foreningslivet og en aktiv livsstil.
- Udvikle og designe nye fritids- og idrætstilbud tilpasset unge og studerende i Kolding Kommune i samarbejde med foreningslivet og uddannelsesinstitutionerne i Studieby Kolding.
- Rekruttere unge til at udføre frivilligt arbejde samt tilbyde relevant kompetenceløft og uddannelse.

### Mennesker med en funktionsnedsættelse eller sindslidelse

I Danmark anslås det, at ca. 20% af befolkningen vil have psykiske symptomer i løbet af et år. Ligeledes skønnes det, at 10% af befolkningen har en funktionsnedsættelse. Mennesker med en fysisk funktionsnedsættelse eller sindslidelse er personer der i højere grad end resten af befolkningen har en usund livsstil og dårligt helbred.

Hvis alle mennesker med en funktionsnedsættelse eller psykisk lidelse skal blive mere fysisk aktive, skal der skabes attraktive rammer for det, hvilket visionsaftalen vil have som mål. Her skal også overvejes, hvordan tilbuddene kan nytænkes - eksempelvis viser studier, at ophold i naturen har positiv effekt på den mentale sundhed og styrker individets velvære. Endelig skal der fokuseres på, hvordan foreningslivet og de frivillige bliver klædt på til opgaven, samt hvordan kommunale medarbejdere hjælper med rekrutteringen og overgangen fra et kommunalt tilbud til et foreningstilbud.

Indsats:

- Undersøge muligheden for at indgå i visionsaftalen BDFL Parasport og Idræt for Sindet.
- Understøtte og udvikle eksisterende foreninger og klubber i oprettelse af nye afdelinger og tilbud målrettet målgruppen samt understøtte oprettelse af nye idrætsforeninger for målgruppen.
- Understøtte information til og uddannelse af fagpersonale inden for handicap og psykiatriområdet om foreningsidrættens muligheder i relation til målgrupperne.
- Tilbyde kompetenceløft og uddannelse af frivillige trænere til målgruppen.

## Kontakt

Anette Hvidtfeldt

[anhvi@kolding.dk](mailto:anhvi@kolding.dk)