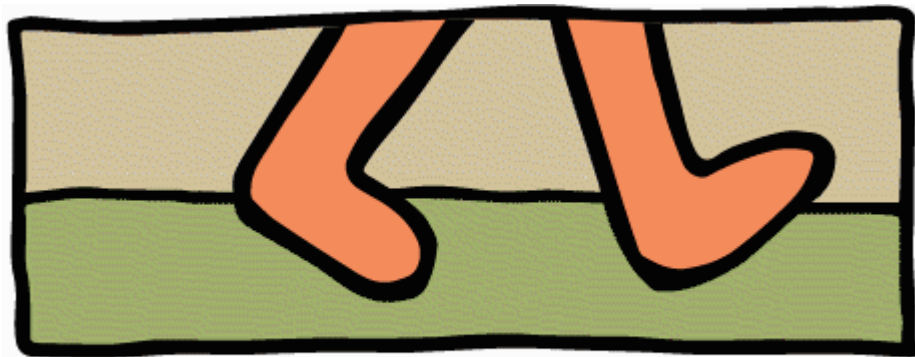




Frederikssund Kommune i Bevægelse

10. maj 2022

Den største og bredeste undersøgelse af BEVÆGELSESVANER



DANMARK I BEVÆGELSE

☐ Alle former for fysisk bevægelse

- I hjemmet
- på arbejde og uddannelse
- under transport
- og i fritiden (idræt og motion)

☐ Spørgeskemaundersøgelsens størrelse

- Besvaret i oktober og november 2020
- Svar fra godt 163.000 borgere (15 år og ældre)
- Fordelt på alle landets kommuner
- 1526 borgere svar (41 %) fra borgere i Frederikssund Kommune

☐ Meget omfattende formidling

- Rapport til alle kommuner
- Præsentation i de fleste kommuner (pt. 75)
- En række tema-rapporter
- Mere end 200 artikler og omtaler i trykte og digitale medier

Sammenligning med lignende oplandskommuner

- Favrskov
- Frederikssund
- Hedensted
- Ikast-Brande
- Lejre
- Middelfart
- Odder
- Rebild
- Skanderborg
- Stevns
- Syddjurs
- Gribskov
- + Halsnæs, Egedal og Hillerød

BEVÆGELSESVANER i
Frederikssund Kommune

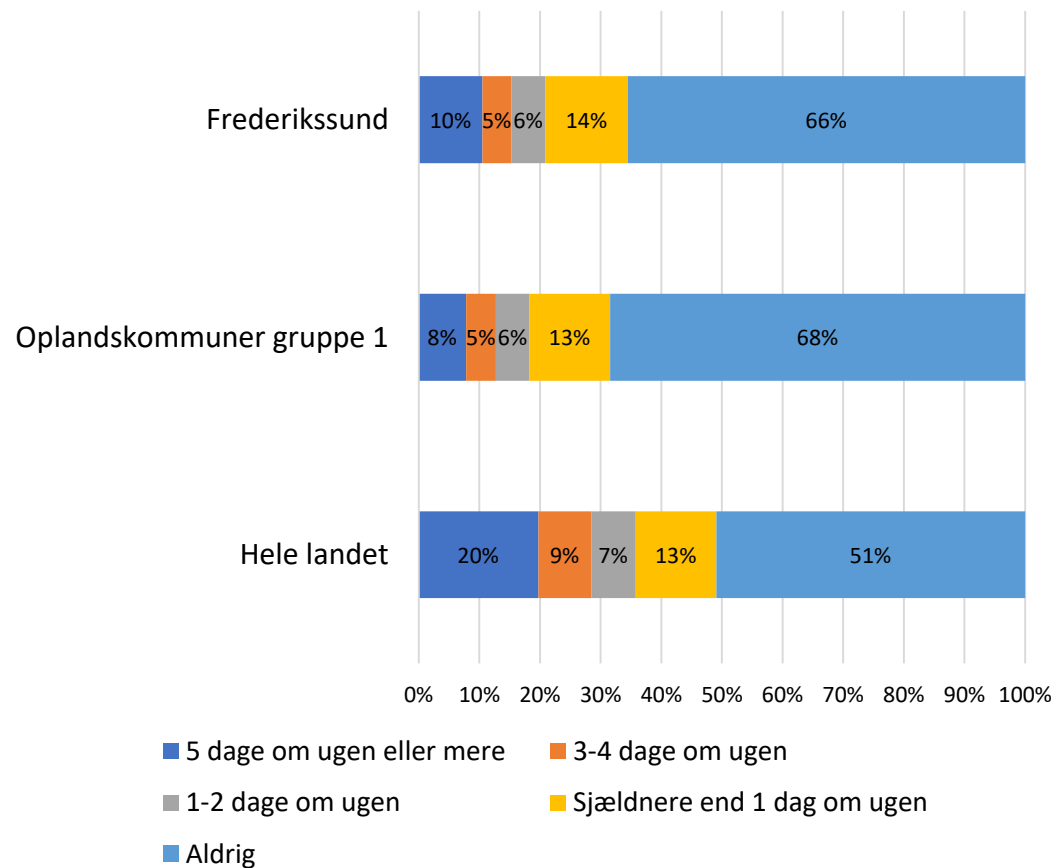


Hvor aktive er voksne borgere i Frederikssund Kommune i sammenligning med

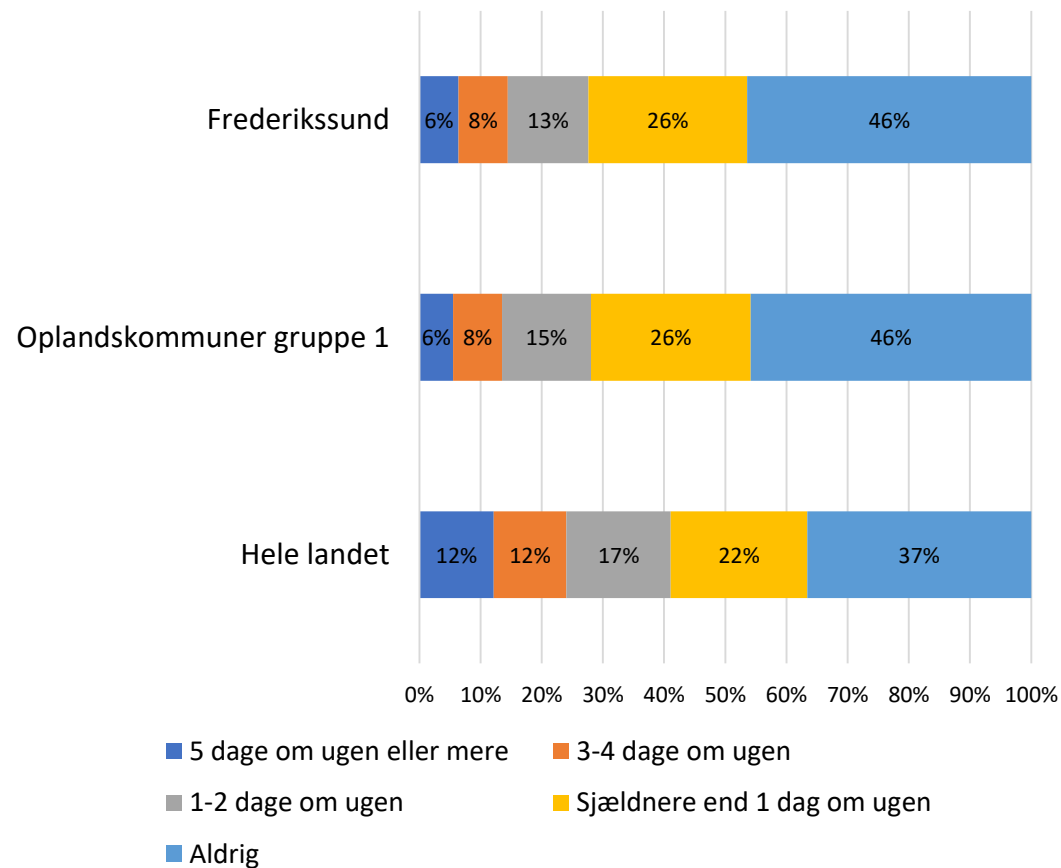
Områder for fysisk bevægelse	Lignende kommuner	Hele landet
HJEMME (rengøring, havearbejde mv.)	SAMME	LIDT MERE
PÅ ARBEJDE ELLER UDDANNELSE (grad af fysisk anstrengelse)	SAMME	LIDT MERE
UNDER TRANSPORT (især cykling)	SAMME	MEGET MINDRE
I FRITIDEN (idræt og motion)	LIDT MINDRE	LIDT MINDRE

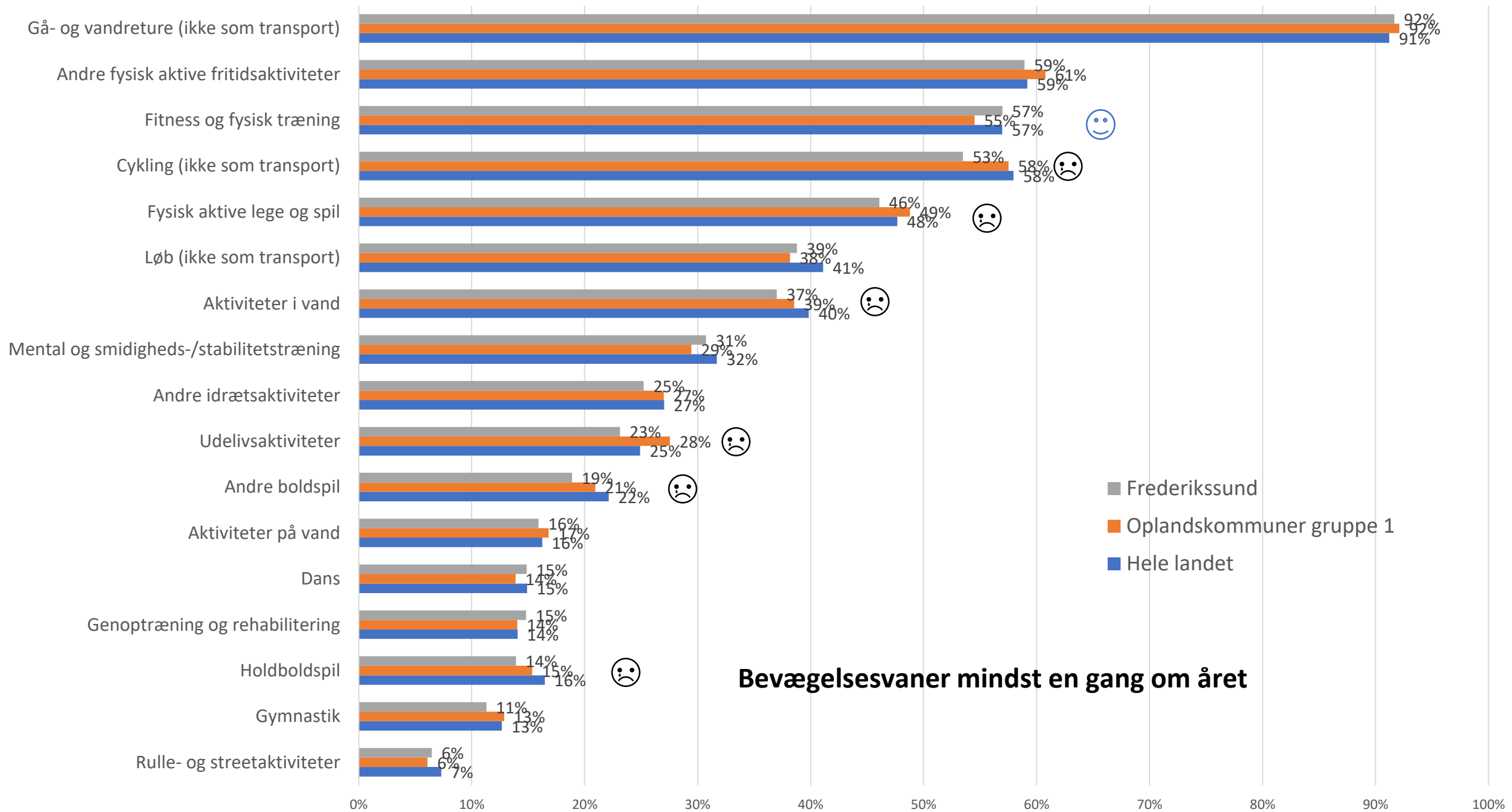
Cykling som transport

Til og fra arbejde eller uddannelse

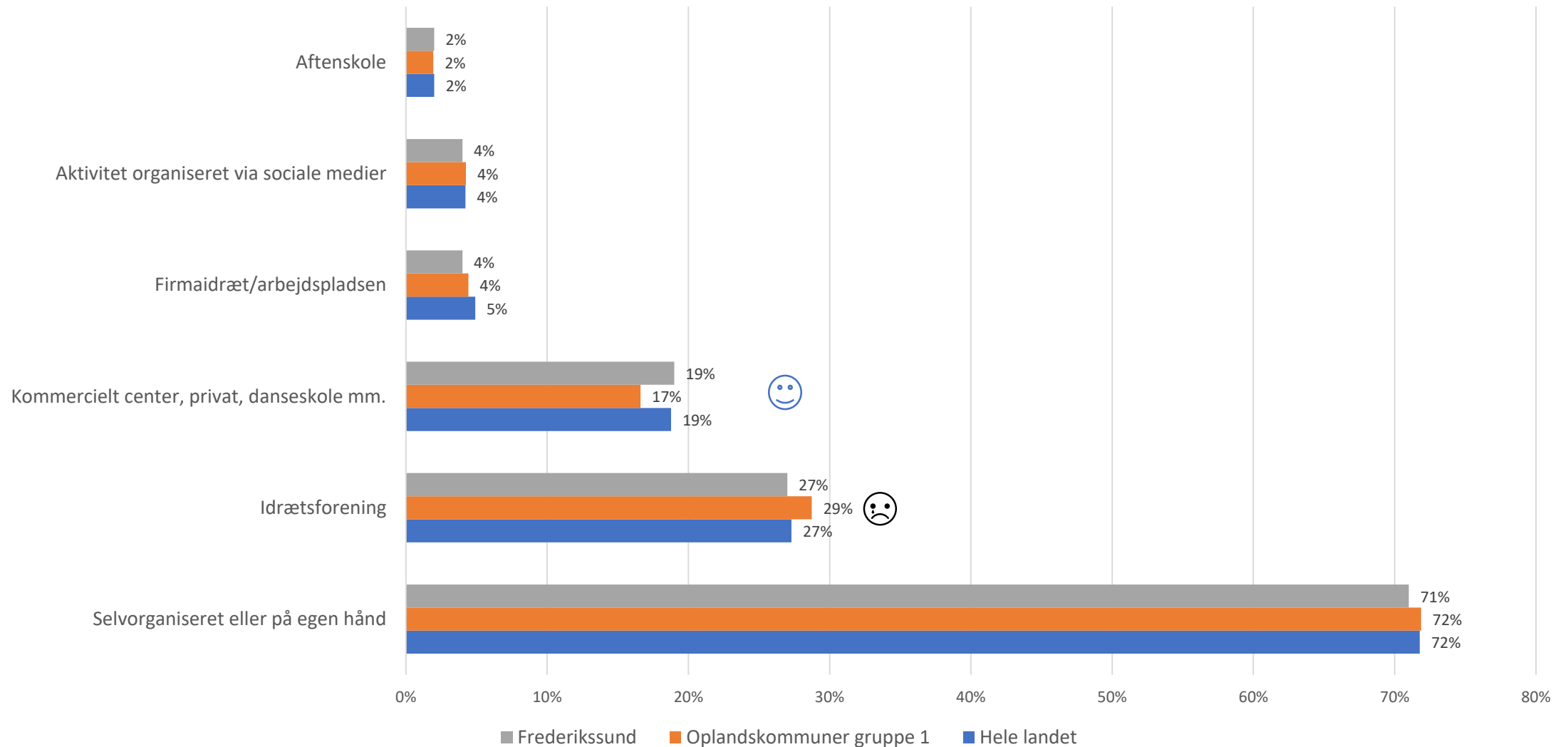


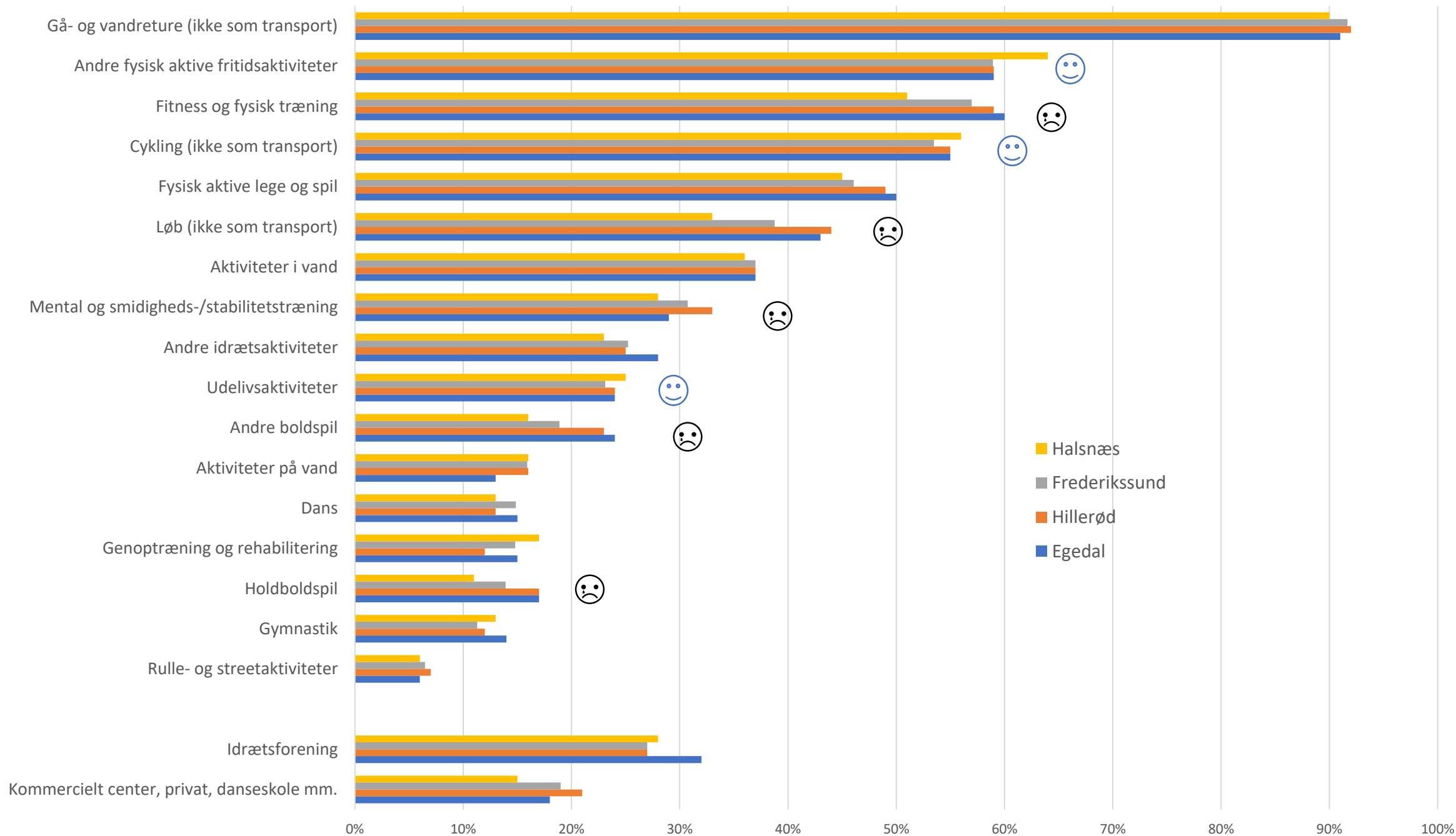
Til og fra indkøb, besøg, institution mv.





Deltagelse i idræt, motion eller anden fysisk bevægelse i forskellige organiserede og selvorganiserede sammenhænge en dag om ugen eller oftere.





Aktiv mindst én gang om ugen i sammenligning

Aktivitet	Frederikssund Kommune (placering blandt 98 kommuner)	Kommunen med forholdsvis flest aktive
Gåtur i moderat tempo	40	Fanø
Cykling som fritidsaktivitet	84	Fanø
Løbetur	25	København
Styrketræning	27	København
Yoga	41	Frederiksberg
Fodbold	69	Hvidovre
Motionsgymnastik	67	Kerteminde
Friluftsliv	50	Læsø
Svømning i bassin	67	Stevns
Idræts- og motionsaktiv	28	Gentofte
Bevægelsesaktiv i fritiden	57	Fanø
I forening	63	Rebild (og Allerød)

Hvorfor ser billedet af de voksnes bevægelser i Frederikssund Kommune ud, som det gør?



- Beboer-sammensætningen
 - Især den socioøkonomiske baggrund
- Mulighederne for at være aktiv
 - Den subjektive vurdering deraf
 - De reelle muligheder
- Motiver og barrierer

Beboer- sammensætningen



- Uddannelse
- Beskæftigelse
- Herkomst

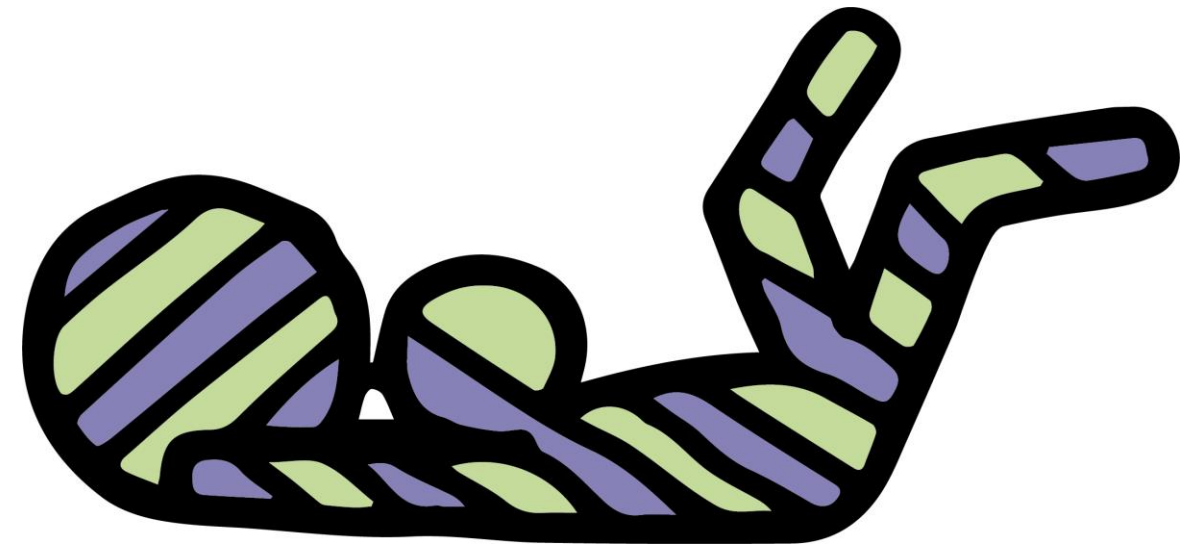
De næste tabeller viser landstal, men tendensen er den samme i Fredensborg Kommune

Uligheder i deltagelse i bevægelsesaktiviteter

		Bevægelses- aktiv	Idræts- og motionsaktiv	Forenings- aktiv	Aktiv i kommerciel	Aktiv på egen hånd
UDDANNELSE	Grundskole	84	57	22	12	62
	Videregående uddannelse	93	77	30	23	82
BESKÆFTIGELSE	Kontanthjælpsmodtager	82	56	11	13	59
	I arbejde	91	73	28	20	77
HERKOMST	Ikke-vestlig	86	69	15	16	61
	Dansk	90	70	29	19	75
HELBRED	Kronisk sygdom	87	61	26	17	72
	Kan ikke klare trapper	51	41	12	10	29
	Ingen sygdom / handicap	90	71	29	20	75

Motions- mulighedernes betydning

- Hvor man bor
- Mulighederne for at være aktiv
- Den subjektive vurdering af mulighederne



Facilitetsdækningen har lille betydning (i sammenligning med andre kommuner)

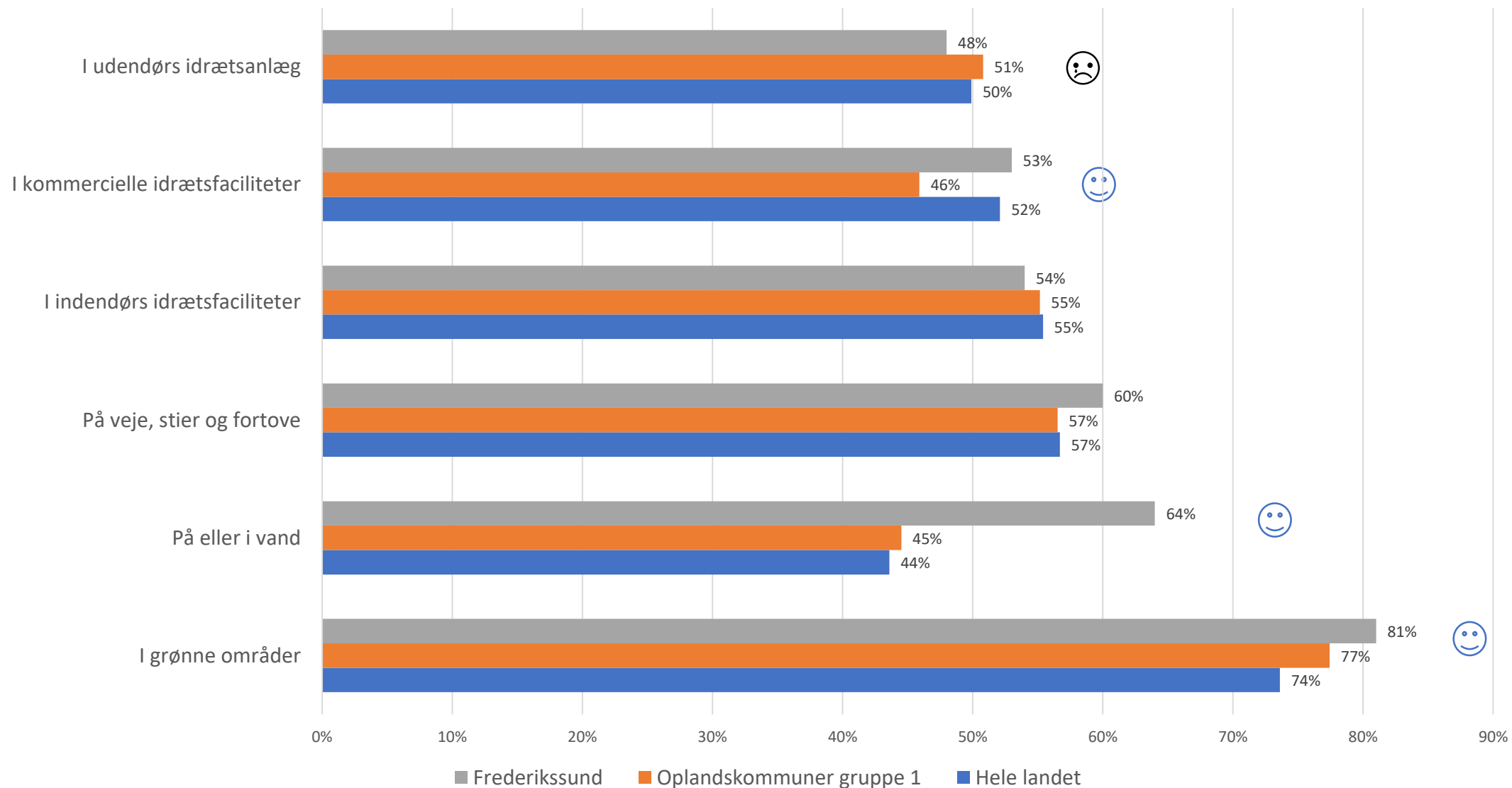
Aktivitet	Facilitetsdækning (indb. pr. facilitet)	Betydning
Overordnede bevægelsesniveau	Generelle facilitetsdækning	Ingen betydning
Overordnede idrætsdeltagelse	Generelle facilitetsdækning	Meget lille betydning
Fodbold	Fodboldbaner	Lille betydning
Styrketræning	Fitnessfaciliteter	Lille betydning
Badminton	Idræts- og badmintonhaller	Lille betydning
Tennis	Udendørs tennisbaner	Lille betydning
Svømning i bassin	Svømmehaller	Lille betydning
Golf	Golfanlæg	Lille betydning
Cykling i terræn	Mountainbike spor	Lille betydning
Løb	Løberuter	Ingen betydning

Hvordan skal dette forstås?

- Analysen omfatter kun voksne
 - Hovedparten af voksnes idræts- og motionsaktivitet foregår ikke i faciliteter
 - Voksnes bevægelsesaktiviteter er i mindre grad bestemt af nærhed til facilitet
- Selvfølgelig har faciliteter betydning, men ...
 - i langt de fleste kommuner kan man komme til, hvis de ønsker det,
 - andre undersøgelser viser en vis sammenhæng med foreningsdeltagelse,
 - vi ved ikke hvilken betydning faciliteterne har for idræts- og motionskvaliteten
 - tallene godt skjule forskelle internt i kommunen på faciliteternes betydning
- Den subjektive vurdering af mulighederne har imidlertid stor betydning

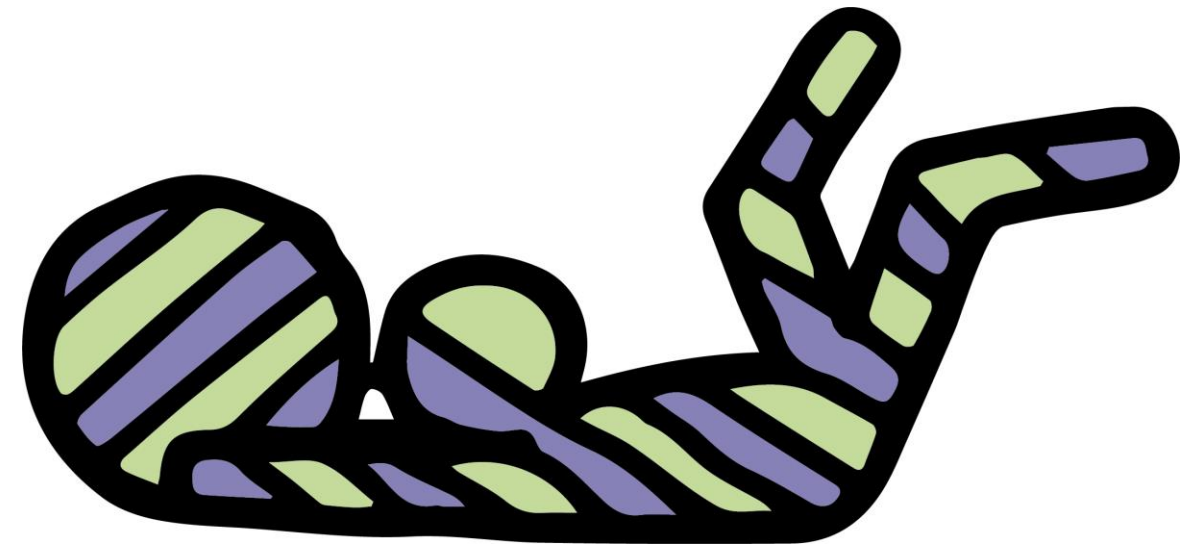
Den subjektive vurdering af mulighederne for at være fysisk aktiv:

Andel af borgere (15 år og ældre) i Fredensborg Kommune, som angiver at være 'helt enig' i at forskellige fysiske rammer giver dem gode muligheder for at være fysisk aktiv og dyrke idræt, der hvor de bor (pct.).

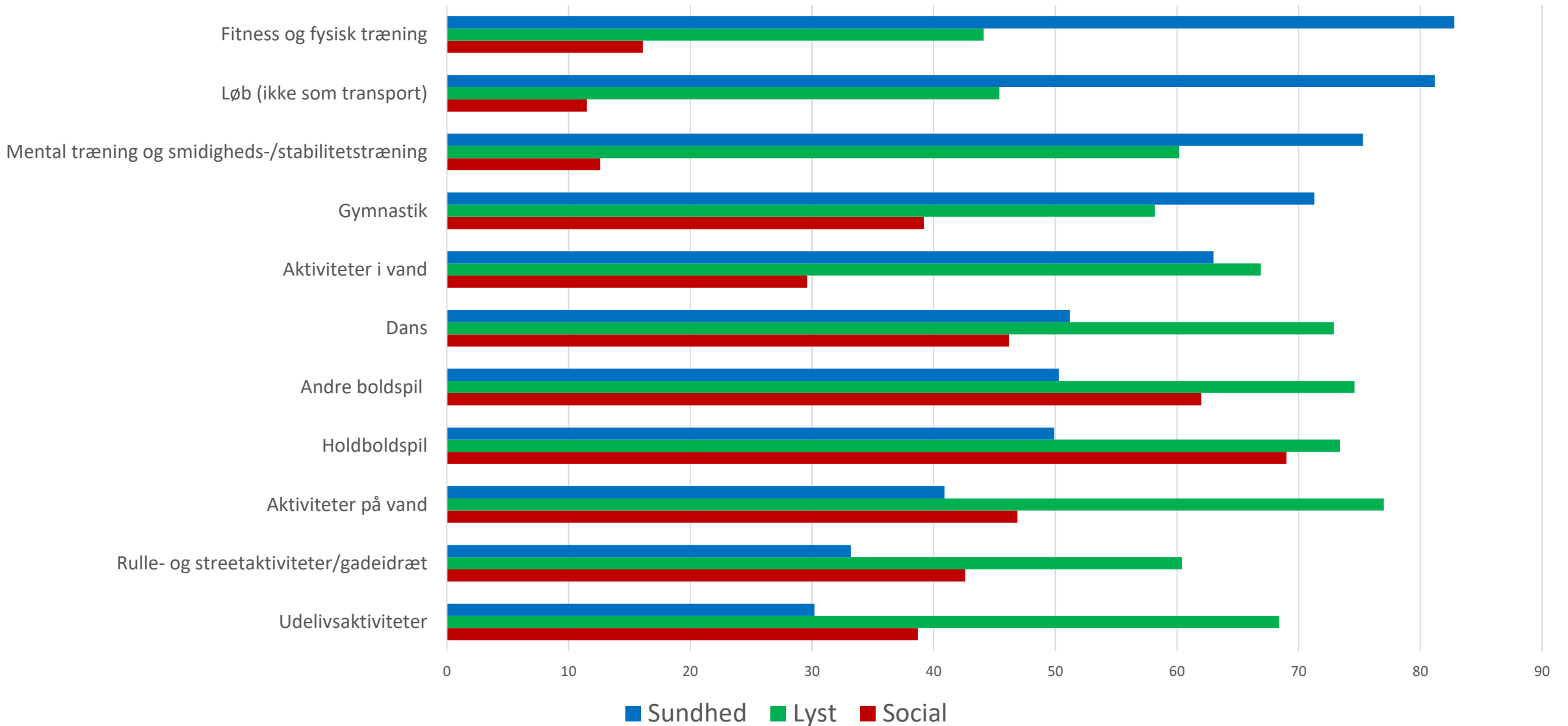


- MOTIVER

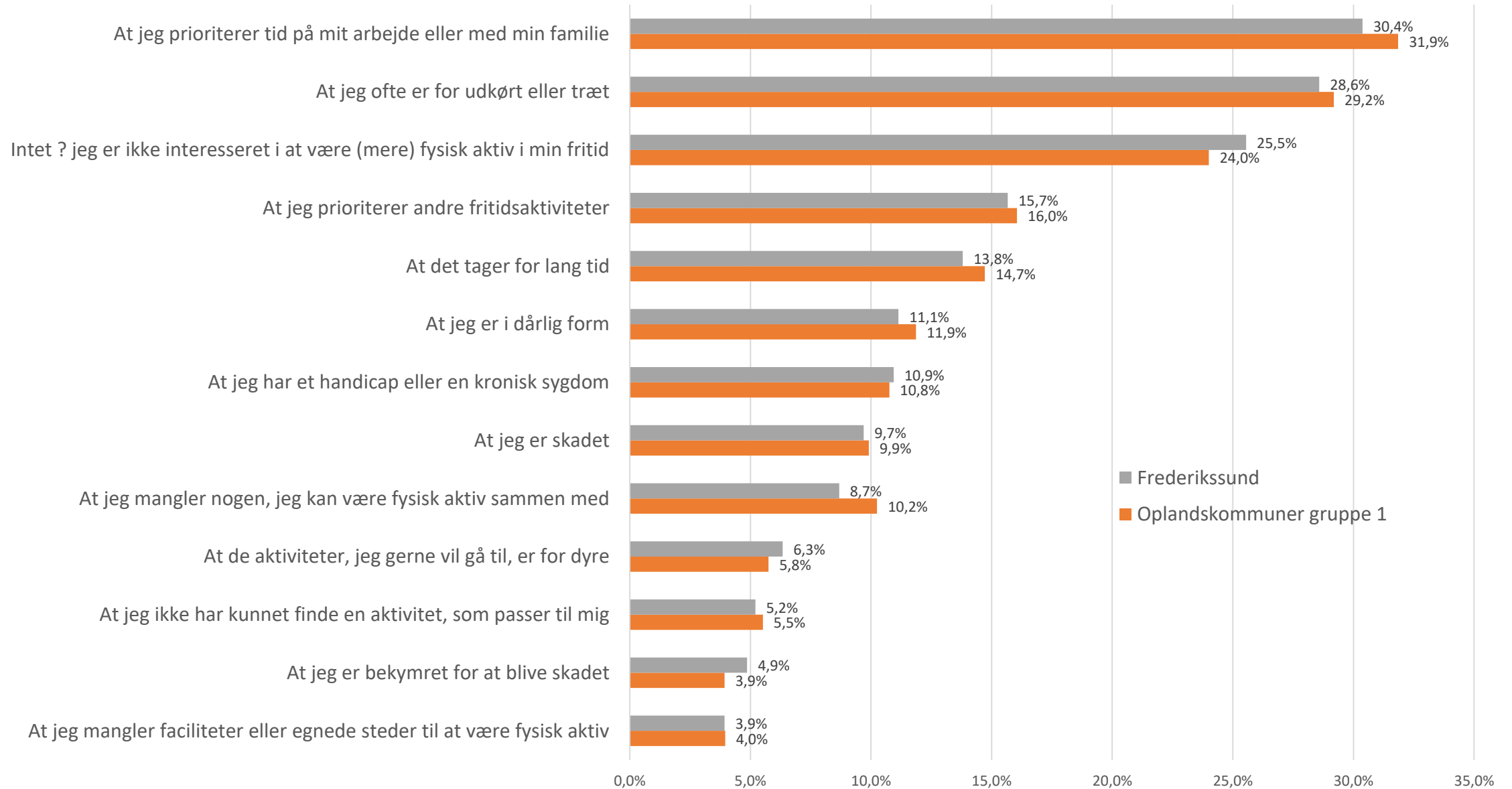
- BARRIERER



Motiverne afhænger af aktiviteten (andel 'helt enig')



Oplevede barrierer for at være mere fysisk aktiv

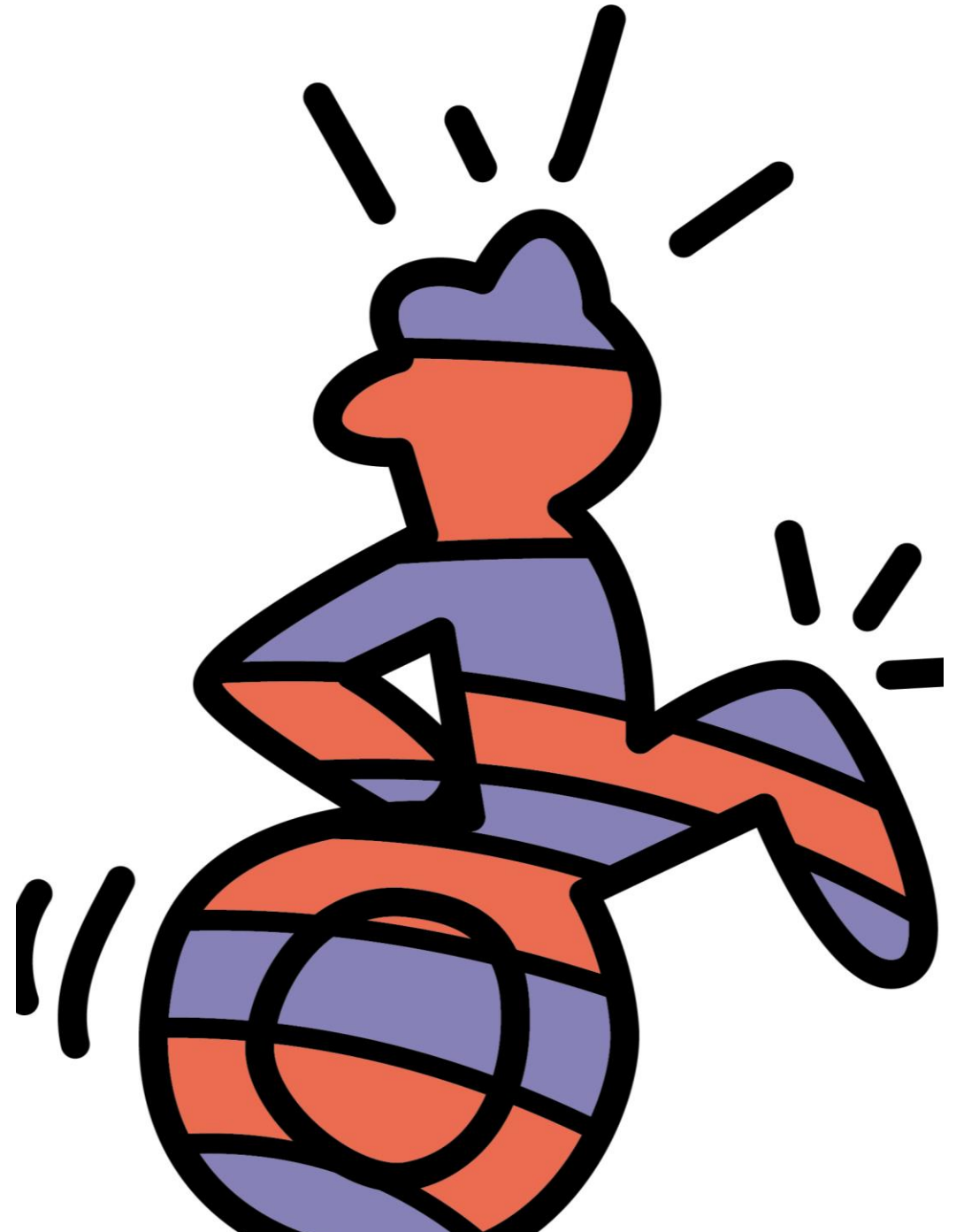


Forskelle på de oplevede barrierer

	Jeg er ikke interesseret i at være (mere) fysisk aktiv i min fritid	Jeg prioriterer tid på mit arbejde eller med min familie	Jeg er i dårlig form	At jeg mangler nogen, jeg kan være fysisk aktiv sammen med
Uddannelse				
Grundskole	28	18	14	10
Videregående uddannelser	19	40	12	12
Beskæftigelse				
Kontanthjælpsmodtager	15	11	32	23
I arbejde	18	44	12	12
Herkomst				
Ikke vestlig indvandrer	16	33	12	14
Dansk	24	31	12	11

Anbefalinger

- Aktivitets-indsats
- Målgruppe-indsats
- Ramme-indsats



Aktivitets-indsats

- Gør mere for at inspirere flere til at være aktive på områder, hvor voksne i Frederikssund kommune er mindre aktive end lignende kommuner, bl.a.
 - Cykling som fritidsaktivitet
 - Udelivsaktiviteter
 - Aktiviteter i og på vand
- Aktiviteter med 'lave krav til færdigheder og 'lave krav til fysisk anstrengelse' er lette at komme i gang med, men kan være svære at bevare interessen for på længere sigt
 - Mange krævende aktiviteter kan tilpasses dertil, og derved tiltrække borgere
- Tænk på mangfoldigheden i aktivitetsmulighederne
 - 'Mange bække små gør en stor å'
 - Ikke alle har 'smag' for det samme
 - Et bredt 'bevægelses-repertoire' har stor betydning for fortsat fysisk aktivitet gennem livet
- Overvej hvordan hverdagslivets fysiske aktivitet kan styrkes
 - Mange kan godt lide at være fysisk aktiv i hjemmet, under transport og på arbejde.

Målgruppe-indsats

- Meget få er fysisk inaktive, men mange kunne godt være mere aktive
- Målrettede indsatser i forhold til de grupper, som er mindst aktive:
 - Kontanthjælpsmodtagere
 - Førtidspensionister
 - Visse indvandrergupper
 - Borgere med funktionsnedsættelse
 - Borgere uden erhvervsuddannelse
- Den lave deltagelse blandt udsatte grupper skyldes ikke manglende lyst til bevægelse. Det skyldes primært den sociale situation (med større barrierer).
- Selvom fysisk bevægelse er sundt, så er det 'lysten' til bevægelse og de andre oplevelser, det er forbundet med, som betyder noget.
- Vær bevidst om, at 'aktiviteter', 'organiseringer' og 'barrierer' varierer mellem forskellige grupper

Ramme-indsats

- Skab gode rammer for flere typer af aktivitet
- Gør faciliteter og anlæg mere tilgængelige for de mindst aktive grupper og for forskellige organisationsformer
- Åbne for en bedre udnyttelse af eksisterende faciliteter og anlæg, der ikke benyttes i det omfang de kunne
- Styrk borgernes viden om og oplevelser af de forskellige steder, hvor man kan dyrke idræt og motion i kommunen
- Vær opmærksom på de 'oplevede barrierer' og forskellene mellem grupper derpå



DANMARK I BEVÆGELSE

TAK FOR
OPMÆRKSOMHEDEN

