

A woman with long brown hair, wearing a white hood, is holding a puppet with bright orange hair. She has a surprised or concerned expression on her face. The puppet is wearing a light-colored shirt. The background is blurred, showing green foliage and a building.

Forskere: Breddekultur skal ind i kulturpolitikken

Prioritér breddekultur, amatøraktiviteter og børn og unges deltagelse, råder kulturforskere.

SIDE 12

Hver tredje bookede haltid bruges ikke

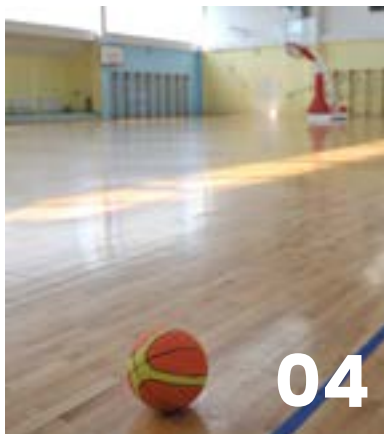
Opgørelse i 500 haller viser masser af ledig tid.

SIDE 4

Tema: Få flere mænd med

Fællesskaber og udeaktiviteter trækker mænd til.

SIDE 14



04



12



14



08

3 LEDER

4 **DATA:** Selv om idrætshaller er booket helt ud, står de reelt tomme i mange timer i primetime, viser en ny opgørelse.

8 **FORSKNING:** Bliv klogere på bevægelsesvaner i hver eneste kommune i gratis rapporter fra Danmark i bevægelse, SDU.

12 **POLITIK:** Amatører og breddekultur skal ind i kulturpolitikken, påpeger forskere i ny antologi.

14 **TEMA: FÅ FLERE MÆND MED**
- Sæt fællesskabet først.
- Læs om Skalborg Mandeklub.

19 **INSPIRATION:** Læs de gode råd om brobygning mellem kommuner og aftenskoler.

21 **KURSER:** Bliv fristet – se viften af kurser om det folkeoplysende område.

KOLOFON:

Kultur&Fritid udgives af
Landsforeningen Fritid & Samfund,
Mediedokken, Filmbyen 21, 4. sal,
8000 Aarhus C.

Redaktion: **Jonna Toft** (ansv. red.),
sekretariatschef.
Design og layout: **Kathrine Egemar**
Forsidefoto: Colourbox.

Fritid & Samfunds holdning udtrykkes
i lederen. Øvrige artikler og indlæg
udtrykker ikke nødvendigvis Fritid &
Samfunds synspunkter.

ISSN 2795-0158

Medlemsbladet kan downloades på
hjemmesiden www.fritid-samfund.dk,
hvor der også kan tegnes medlemskab af
foreningen eller købes et abonnement.

Norge samarbejder mod 'udenforskab' – og vi kan lære af det

Hvis vi vil have flere med i aktive fællesskaber, kan vi skele til Norge; Her samarbejder 36 nationale civilsamfundsorganisationer mod 'udenforskab' og fattigdom.



AF JONNA TOFT,
Sekretariatschef og journalist,
Fritid & Samfund

HVORDAN FÅR VI flere børn med i foreningslivet og i andre aktive fællesskaber?

Spørgsmålet er aktuelt, efter at Danmark i Bevægelse, Syddansk Universitet, for nylig påviste, at i nogle kommuner er kun 58-60 pct. af børnene aktive i en forening mindst en gang om måneden. I andre kommuner gælder det over 80 pct. af børnene.

Socioøkonomiske forhold som uddannelsesniveau, etnicitet og privatøkonomi spiller ind på foreningsdeltagelsen.

Det betyder, at kommunerne står med vidt forskellige udfordringer – og børnene med vidt forskellige muligheder for at få et aktivt fritidsliv.

Det er vigtigt, at alle børn har en reel mulighed for at være med i et aktivt fællesskab. Om det er fodbold, karate eller showdance, er mindre afgørende. Det vigtige er muligheden for at høre til – og for at bevæge sig. Kun 27 pct. af børnene er fysisk aktive den time om dagen, som Sundhedsstyrelsen anbefaler.

Se mod Norge

I Norge har man arbejdet systematisk med at få alle børn og unge med i fritidslivet i over ti år i indsatsen ALLEMED – og vi kan lære af nordmændene.

I et indlæg på Altinget Idræt har Aske Tybirk Kvist, postdoc på SDU og analyse- og projektudviklingsmedarbejder i Brobold, beskrevet, hvordan 36 nationale civilsamfundsorganisationer på tværs af idræt, kultur, det idébaserede, det humanitære, handicapområdet, friluftsliv m.v. i 2013 gik sammen for at arbejde mod 'udenforskab' og fattigdom hos børn.

I stedet for at kæmpe om relativt små bevillinger har organisationerne sammen sat en bred dagsorden, som giver mandat til at følge problemerne på tværs af de skel, der måtte være. De har skabt et samarbejde, der forpligter sig på et sammenhængende problem, som ingen kan løse alene.

På tværs af de mange organisationer, regeringen og kommunesektoren indgik man i 2016 en fælles Fritidserklæring, som bygger på FN's Børnekonvention. Den mundedede ud i en værktøjskasse med

navnet ALLEMED. Satsningen støttes solidt med en tilskudsordning på 758 mio. norske kr. i 2026.

Skal vi nøjes med en trepart?

I det lys virker en dansk 'foreningstrepert' med kun idrættens hovedorganisationer for snæver. Den overser de mange foreninger og organisationer, som arbejder tæt på udsatte børn og unge, og som har værdifuld viden om de barrierer, der kan holde børnene udenfor fællesskaber.

Samtidig arbejder mange projekter og organisationer parallelt med de samme udfordringer – uden nødvendigvis at samarbejde, og nogle gange ligefrem i konkurrence om de samme midler.

Det norske eksempel viser en anden vej: Saml aktørerne om problemet frem for hver deres løsning. Hvis vi for alvor vil have flere børn med i aktive fællesskaber, er det værd at kigge mod nord.

(Læs Aske Tybirk Kvists indlæg på Altinget Idræt: 'Regeringens trepart for foreningslivet overser dét, Norge har forstået for længst'.)

Hver tredje bookede haltid bliver ikke brugt

Idrætshaller landet over står tomme i 32 pct. af den bookede tid i det attraktive tidsrum fra kl. 16 til 22 på hverdage, viser en ny opgørelse fra HallMonitor.

AF JONNA TOFT, journalist



På hverdage mellem kl. 16 og 22 bliver hallerne kun brugt i 52 pct. af tiden.
Foto: Colourbox

MED SENSORER REGISTRERER

HallMonitor, om der er liv og bevægelse i idrætsfaciliteterne i 42 kommuner.

En ny opgørelse fra virksomheden viser, at på tværs af lidt over 500 idrætshaller og multihaller spredt over hele landet, både i landområder og byer, er der masser af ledig haltid:

I det tidsrum, som er mest attraktivt for foreninger, nemlig hverdage kl. 16-22, bliver hallerne kun brugt i 52 pct. af tiden.

Hvis man kun ser på de mest attraktive haltider mandag-torsdag kl. 16-22, altså uden fredag, er benyttelsen lidt højere, nemlig 57 pct. af tiden.

De godt 500 haller udgøres især af 20x40m-haller og lidt mindre multihaller, men ikke sale eller aktivitets-specifikke faciliteter som svømmehaller, tennishaller eller dansehaller.

Bookede tider står ofte tomme

Den haltid, som er booket til aktiviteter, bliver ikke benyttet fuldt ud, viser opgørelsen. Kun 68 pct. af de bookede tider mandag-fredag kl. 16-22 bliver rent faktisk benyttet til aktivitet. I resten af de bookede tider er hallerne tomme.

Uden fredag er benyttelsen lidt højere, nemlig 70 pct. af de bookede tider.

"Det burde jo umiddelbart være al den bookede tid, som blev benyttet.



← Men det er nok ikke realistisk,” siger direktør Susanne Ingemann fra HallMonitor.

“Der kan være mange forskellige forklaringer på, at bookede tider ikke bliver brugt. Måske er der booking-systemer eller procedurer, som gør

RESULTATER FRA GODT 500 HALLER

Opgørelsen fra HallMonitor bygger på data om booking og benyttelse fra lidt over 500 idrætshaller og multihaller spredt over hele landet, både i by- og land-områder.

Der indgår hovedsagelig 20x40-haller og lidt mindre multihaller, men ikke sale eller aktivitetsspecifikke faciliteter som svømmehaller, tennishaller eller dansehaller.

Alle faciliteterne i opgørelsen benytter HallMonitors aktivitetsregistrering.

det besværligt at aflyse en haltid.

Eller brugerne mangler viden om, at andre står i kø til tiderne og kunne få glæde af dem. Eller måske er brugerne bekymrede for at miste deres haltider fremover, hvis de aflyser for mange gange,” siger hun.

Hun peger på, at opgørelsen kan bruges som et konkret oplæg til en dialog om, hvordan hallerne bruges bedre.

Inddrag brugerne fra start

Hvis en kommune eller idrætsfacilitet gerne vil optimere brugen af hallen, skal man inddrage foreningerne fra starten, anbefaler Susanne Ingemann.

“Alene det, at der bliver sat fokus på, hvordan hallen kan komme flere til gavn, kan få foreningerne til at give deres tider videre til andre ved aflysninger,” forklarer hun.

Det er en god ide at tage snakken helt lokalt i den enkelte hal. Der kan trækkes data om hver enkelt forenings bookinger og benyttelse af hallen i HallMonitor, og når de kommer på bordet, kan foreningerne ofte selv flytte rundt på tiderne, så der f.eks. bliver plads til det fodboldhold, der gerne vil træne indendørs. Netop dét

var tilfældet i Bramming Kultur- og Fritidscenter, hvor man fik øget aktiviteten med 40 pct. i vinterhalvåret, ifølge en casebeskrivelse på HallMonitors hjemmeside.

“Mange lokale forhold kan spille ind på brugen af hallen. Måske ligger hallen i en landsby, hvor borgerne ikke kan fylde al tiden ud. Så kan man i stedet klarlægge, om åbningstiderne skal justeres, og dermed kan der eventuelt optimeres på driften f.eks. rengøring energi- og varmemeforbruget,” foreslår hun.

Data giver transparens

Hvis en kommune vælger at sætte sensorer op i hallerne for at overvåge, hvor meget de bruges, kan nogle borgere godt føle, at de bliver overvåget – selv om resultaterne er anonymiseret. Derfor er det en god ide at være meget specifik om, at man ikke kan identificere de enkelte personer, og hvad data skal bruges til.

“Vend dialogen konstruktivt: Kan der skabes nye tiltag - og dermed måske også udvikling af foreningerne - som får nye brugergrupper ind på de tomme tidspunkter? Vi har en voksende

→



Foreninger og haller kan samarbejde om at få nye brugere ind i hallerne i de ledige tider, foreslår Susanne Ingemann.

Foto: Colourbox

AKTIVITET I IDRÆTSHALLER, 2025

Opgørelse udført af HallMonitor på baggrund af data fra lidt over 500 idræts- og multihaller i 2025.

Mindre sale og aktivitetsspecifikke haller indgår ikke i opgørelsen.

	Aktivitet i hallen:	Anvendelse af booket tid:
Mandag-fredag kl. 16-22	52 pct. af tiden	68 pct.
Mandag-torsdag kl. 16-22	57 pct. af tiden	70 pct.
Mandag-fredag kl. 8-16	30 pct. af tiden	41 pct.
Lørdag-søndag kl. 8-16	30 pct. af tiden	54 pct.

← gruppe af ældre, - måske kan seniorhold bruge hallen om formiddagen?" råder Susanne Ingemann.

"Data om den faktiske brug af faciliteterne giver en transparens, som både kommuner og foreninger ofte er glade for. Så er dialogen baseret på fakta," siger hun.

"Pointen er ikke at kontrollere den enkelte forening, men at skabe et fælles og faktabaseret grundlag for at få flere mennesker i aktivitet i de faciliteter, der allerede findes."

Erfaringen hos HallMonitor er, at kommuner og faciliteter, der arbejder struktureret med data, ofte kan løfte benyttelsen markant; i flere tilfælde med omkring 10 procentpoint.

Masser af plads i skoletiden

I mange haller er tiden fra kl. 8 til 16 på hverdage reserveret til skoler. Men HallMonitors opgørelse viser, at kun 30 pct. af tiden reelt bliver brugt til aktivitet. Kun 41 pct. af de bookede tider benyttes.

Det arbejder man på at udnytte i mange kommuner. F.eks. har Holbæk Kommune fået frigjort 181 skoletimer om ugen til andre aktiviteter i kommunens haller ved at arbejde med aktivitetsdata ifølge en casebeskrivelse på HallMonitors hjemmeside.

I weekender kl. 8-16 bliver idræts-haller heller ikke brugt særlig meget: 30 pct. af tiden benyttes. Og kun 54 pct. af den bookede tid bliver reelt

brugt til aktivitet.

Hos HallMonitor oplever man, at der også er fokus på kunstgræsbaner i kommunerne. Banerne er dyre, og med data om benyttelsen kan flere måske få glæde af dem.

Folk booker tider hurtigt

Det er ikke alle bookingsystemer, der er lige smidige, hvis en træner er nødt til at aflyse sit hold og dermed også aflyse haltiden. Og det er heller ikke alle foreninger og trænere, der er lige gode til at få det gjort.

Men spørgsmålet er også, om den ledige tid overhovedet kan nå at komme i spil for andre brugere?

Det ved de noget om hos Wanasport, en platform, som netop arbejder med at stille ledige tider i idrætsfaciliteter til rådighed for borgerne.

"Ca. 50 pct. af brugerne booker inden for 24 timer før aktivitetsstart. Og 25 pct., altså hver fjerde, booker 5 timer eller mindre før aktivitetsstart," fortæller Jacob Lau Larsen fra Wanasport.

Tallene er baseret på statistik over 180.000 bookinger, som er foregået inden for det seneste år.

"Jeg tror, at faciliteter skal omstille deres måde at tænke på. Normalt arbejder de med bookinger en sæson frem, eller bookingændringer to til fire uger frem. Men der findes også brugere, som er hurtige til at slå til, hvis man har en ledig tid. Det giver faciliteterne

en mulighed for at 'fylde huller', som de ikke kunne få udfyldt tidligere," siger han.

Viden frem for traditioner

Hos HallMonitor peger Susanne Ingemann på, at hvis man arbejder datadrevet med booking og benyttelse af faciliteter, bliver det lettere at se, hvor der mangler faciliteter, og hvilke typer

KAN RESULTATERNE OVERFØRES?

Selv om der indgår godt 500 haller i opgørelsen, kan man ikke konkludere, at resultaterne kan overføres til at gælde alle haller og multihaller, påpeger idrætsforsker Jens Høyer-Kruse fra Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund på Syddansk Universitet. Han har tidligere undersøgt idrætsfaciliteters benyttelse i forskningsprojektet Fremtidens Idrætsfaciliteter og har selv arbejdet med denne type kamera-data.

"Opgørelsen kan bruges som et fingerpeg om, at der er mere ledig tid i mange idrætsfaciliteter, end bookingsystemet giver indtryk af," siger han.

← af faciliteter, der reelt er behov for.

Det er ikke altid historik eller de mest synlige behov, der giver det bedste billede af kapacitetspresset. Data kan give et mere nuanceret grundlag for at vurdere, hvor behovet faktisk er størst.

"Idrætten er meget påvirket af følelser og traditioner. Det giver et nyt blik at få data om, hvordan faciliteterne reelt bruges. I min optik handler det også om bæredygtig brug af de faciliteter, vi allerede har. Før man bygger nyt, bør man vide, hvordan den eksisterende kapacitet faktisk bliver brugt – samt hvor og hvad behovet reelt er, hvilket også er relevant i en ESG-sammenhæng," siger hun. ■



DIALOG OM DATA ER VÆSENTLIG

En ny undersøgelse fra Linköpings Universitet og Centrum för Idrottsforskning i Sverige, "Kommunala strategier för effektiv användning av lokaler – aktivitetsmätningar i idrottshallar", anbefaler, at kommuner bruger aktivitetsdata som grundlag for en mere faktabaseret planlægning af idrætsfaciliteternes drift.

Rapporten understreger, at åbenhed, dialog med foreningerne og indsigt i den lokale kontekst er afgørende for, at data kan omsættes til bedre beslutninger. I undersøgelsen er HallMonitor i øvrigt anvendt som måleværktøj.

Kilde: Centrum för Idrottsforskning



Foto: Colourbox

Kulturpas bliver mest brugt i biffen

Kulturpasset, som blev sat i gang for snart et år siden, har ikke ligefrem fået de modtagerberettigede unge til at storme ind i idrætslivet.

Et kulturpas giver hver ung bruger, ofte 15-29-årige uden job eller uddannelse, 1.000 kr. til kulturaktiviteter.

Ifølge Idrætsmonitor er der brugt 5,94 mio. kr. på aktiviteter, hvoraf 67,5 pct. er blevet brugt til biografbilletter og 16,8 pct. er brugt til koncerter, teaterforestillinger, shows mv. Kun 2,6 pct. af pengene er brugt i kategorien 'Idræt og friluftsliv'.

Kulturminister Zenia Stampe (R) peger på, at det er oplagt at tage en diskussion af, hvad pengene skal bruges til.

I august havde 10.721 unge fået tildelt et kulturpas, hvoraf 8.138 er blevet aktiveret. Indtil videre har det kostet over 3.000 kr at aktivere hvert eneste kulturpas.

Målgruppen er på 54.000 mennesker.



Foto: Pexels.com

Ny pulje støtter den demokratiske samtale

Nordea-fonden har åbnet en ny Medborgerpulje, hvor aftenskoler, folkeuniversiteter og biblioteker kan søge op til 1 mio. kr. til aktiviteter, der fremmer den demokratiske samtale, skaber nye fællesskaber og bygger bro mellem mennesker.

Medborgerpuljen er på i alt 40 mio. kr. og kan søges frem til 26. oktober 2026.

Læs mere på www.nordea-fonden.dk

98x2 rapporter:

Se, hvordan borgerne er aktive i din kommune

Danmark i Bevægelse har kortlagt bevægelsesvanerne kommune for kommune. Nu kan du hente to rapporter om din kommune – én om børns og én om voksnes bevægelse i hverdagen.

AF JONNA TOFT, journalist

BEFOLKNINGSUNDERSØGELSEN

Danmark i Bevægelse tegner nu et nærbillede af, hvordan borgerne i de danske kommuner er aktive. Det sker i 98 kommunerapporter; ja, faktisk er der to rapporter for hver enkelt kommune:

1. Rapport om voksnes bevægelsesvaner i fritiden i hver kommune
2. Rapport om børns bevægelsesvaner, 3-14 år, i hver kommune.

Rapporterne ligger til gratis download på hjemmesiden www.danmarkibevægelse.dk. Find dem under menupunktet 'Publikationer'.

Et værktøj til udvikling

Godt 198.000 deltog i Danmark i Bevægelses spørgeskemaundersøgelse i efteråret 2025, heraf ca. 143.000 voksne på +15 år og ca. 55.000 børn på 3-14 år. Det er disse besvarelser, der ligger til grund for kommunerapporterne.

Bag Danmark i Bevægelse står Syddansk Universitets Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund. Projektleder Michael Lejbach Bertelsen, der står bag kommunerapporterne, siger:

"Kommunerapporterne giver kommunalpolitikere og -forvaltninger, foreninger, organisationer og andre interesserede et klart og databaseret indblik i, hvordan borgerne er fysisk



Foto: Jens Astrup for Danmark i Bevægelse

aktive i kommunen. Rapporterne er et værktøj, der kan bruges til at udvikle mere målrettede indsatser for at få flere til at være aktive."

Undersøgelsen er støttet af Norda-fonden.

Se udvikling over fem år

I kommunerapporterne om voksnes bevægelsesvaner sammenlignes besvarelserne med den tidligere Danmark i Bevægelse-undersøgelse fra

efteråret 2020, så kommunerne kan følge, hvordan billedet har ændret sig fra 2020 til 2025.

Undersøgelsen medtager i 2025 for første gang børn på 3-14 år, og resultaterne for børn kan derfor endnu ikke sammenlignes med tidligere.

Bør ses i lokal kontekst

Michael Lejbach Bertelsen fremhæver, at billedet af indbyggernes bevægelsesvaner i en kommune bør sættes



← ind i en lokal kontekst:

"Hvis rapporten fx viser, at færre borgere svømmer i kommunen end i sammenlignelige kommuner, kan det give anledning til at undersøge, om lokale forhold spiller ind, fx svømmehallens åbningstider, foreningstilbud, svømmeundervisning, prissætning, omklædningsforhold, transportmuligheder eller demografi," siger han.

"Samtidig kan det være oplagt at hente inspiration fra kommuner, hvor svømning er mere udbredt, og undersøge, hvilke lokale rammer og tilbud der understøtter aktiviteten dér."

Kommunerapporterne kan altså bruges til at identificere, om der er idræts- og motionsaktiviteter, som aktiverer flere eller færre borgere i kommunen end i andre kommuner, eller om bestemte aktiviteter fylder mere eller mindre i 2025 end i 2020. Rapporterne giver et vidensgrundlag, som gør drøftelserne mere konkrete og målrettede, fordi de tager udgangs-

punkt i data, der kan sammenlignes på tværs af kommuner.

Man kan dog ikke finde svar på, hvad der er årsag til forskellene mellem kommuner. Men rapporterne kan pege på emner, som det er relevant for kommunen at undersøge nærmere.

For eksempel: Hvad får mange borgere til at være aktive på bestemte måder? Hvorfor er nogle aktiviteter mindre udbredte end i sammenlignelige kommuner? Og hvad kan ligge bag ændringer fra 2020 til 2025?

Undersøger bevægelse bredt

Mens de fleste andre undersøgelser af fysisk aktivitet typisk handler om idræt og motion i fritiden, er blikket bredere i Danmark i Bevægelse: Her er de fleste former for bevægelse med, ikke blot idræt og motion, men også gåture i fritiden, cykelturen til supermarkedet, fysisk aktivitet på jobbet og bevægelse i hjemmet, fx når vi går i haven. Fordi al denne bevæ-

gelse også tæller.

"Ved at kortlægge bevægelse på tværs af forskellige dele af borgernes liv giver kommunerapporterne et mere dækkende billede af borgernes aktivitetsniveau. Det gør det muligt at prioritere og målrette indsatser, der styrker bevægelsen der, hvor behovet er størst," siger Michael Lejbach Bertelsen.

Undersøgelsen udmærker sig også ved sin størrelse: Med 198.292 svar er Danmark i Bevægelse blandt de største på sit felt, både i Danmark og internationalt. ■

(Jonna Toft er kommunikationsmedarbejder på Danmark i Bevægelse – ud over at være sekretariatschef i Fritid & Samfund).



BEVÆGELSESMØDE I DIN KOMMUNE?

Fra efteråret 2026 tager forskerne bag Danmark i Bevægelse ud til et 'bevægelsesmøde' eller borgermøde i hver kommune, hvor de gennemgår undersøgelsens resultater om borgernes bevægelsesvaner i netop den kommune. Desuden giver de gode råd om, hvordan der kan sættes ind, så flere får mulighed for at være mere fysisk aktive.

Er I interesserede i at afholde et bevægelsesmøde, så kontakt projektleder Jens Høyer-Kruse, jhkruse@health.sdu.dk.

Foto: Jens Astrup for Danmark i Bevægelse



Foto: Jens Astrup for Danmark i Bevægelse

HVAD KAN DU LÆSE OM I KOMMUNERAPPORTERNE?

Voksne på +15 år:

- Hvor mange dyrker forskellige bevægelsesformer i din kommune i forhold til lignende kommuner, regionen og hele landet?
- Hvilke bevægelsesformer er vokset mest eller har tabt terræn i kommunen fra efteråret 2020 til 2025?
- Organiseringsformer: Hvilke aktiviteter dyrkes især i foreninger, på egen hånd, i et kommercielt center eller i en aftenskole?
- Hvem er borgerne fortrinsvis aktive sammen med?
- Hvordan vurderer borgerne mulighederne for at være fysisk aktive og dyrke idræt i nærheden af deres bolig?
- Hvor mange cykler til arbejde eller uddannelse, og hvor langt har de?
- Hvor lang tid bruger borgerne på rengøring og havearbejde hver uge?
- Hvor mange har et fysisk belastende arbejde?
- Hvor aktive er borgerne i kommunen samlet set i forhold til lignende kommuner, regionen og hele landet?

Børn på 3-14 år:

- Hvordan er børn aktive i dagtilbud, skole og skolefritidstilbud?
- Hvor mange børn deltager i forskellige former for aktiv leg, fx boldlege, lege på hjul, trampolin, legeplads og bevægelseslege?
- Hvor mange børn går eller cykler til dagtilbud og skole, og hvilke barrierer kan stå i vejen?
- Hvordan vurderer børnene idrætsundervisningen i skolen?
- Hvor ofte er børn fysisk aktive i frikvartererne?
- Hvilke aktiviteter dyrker børn i fritiden, og hvordan varierer deltagelsen efter køn og alder?
- Organisering: Hvilke fritidsaktiviteter dyrker børn især i foreninger, i kommercielle tilbud eller på egen hånd?
- Hvem er børn fysisk aktive sammen med i fritiden, fx forældre, søskende, bedsteforældre eller venner?
- Hvordan vurderer børn og forældre muligheder og barrierer for bevægelse i nærområdet, dagtilbud, skole og fritid?

Danmark i Bevægelse

Ballerup Kommune i Bevægelse – Voksnes bevægelsesvaner 2025



Michael Lejbach Bentsen, Jens Høyer-Kruse og Karsten Elmose-Østerlund
Syddansk Universitet
april 2025



Danmark i Bevægelse

Odense Kommune i Bevægelse – Børns bevægelsesvaner 2025



Michael Lejbach Bentsen, Jens Høyer-Kruse og Karsten Elmose-Østerlund
Syddansk Universitet





Nyt Demokrativærn vil give borgerne mere medindflydelse

AOF har taget initiativ til et nyt Demokrativærn, et partnerskab, som samler en række aktører på tværs af samfundet for at skabe en demokratisk infrastruktur, som skal sikre, at flere borgere får mulighed for at deltage, blive hørt og tage medansvar.

"Tillid og engagement er ujævnt fordelt, og flere borgere oplever afstand til beslutninger og manglende indgange til at deltage i demokratiet. Samtidig er der mange gode indsatser – skoler arbejder med demokratisk dannelse, kommuner eksperimenterer med borgerinddragelse, foreninger skaber lokale fællesskaber – men de står ofte alene uden fælles rammer for læring og skalering," skriver Demokrativærnet på sin hjemmeside.

"Vi mangler rammer, der sikrer bred rekruttering og systematisk opbygning af demokratisk kapacitet. Vi mangler redskaber til den demokratiske samtale – evnen til kritisk tænkning, håndtering af misinformation og konstruktiv dialog på tværs af uenigheder. Og vi mangler viden om, hvad der faktisk virker, og hvordan det forankres lokalt."

Demokrativærnet vil samle og forstærke det, der virker, og skaber flere indgange til demokratiet for borgere, der i dag oplever afstand.

Frem mod 2028 opbygges Demokrativærnet i samarbejde med en bred kreds af organisationer, hvorefter en valgt bestyrelse – Demokratirådet – overtager.

Læs mere:

www.demokrativaernet.dk

Unge ønsker reel indflydelse

"De unge efterspørger ikke færre forpligtelser – de efterspørger mere mening, mere reel indflydelse og mere ejerskab over det, de bruger deres tid og energi på. Når unge mødes med tillid, stærke fællesskaber og en oplevelse af, at deres bidrag faktisk betyder noget, tager de mere ansvar, ikke mindre," skriver Naima Yasin fra ungdomsorganisationen Saga i et debatindlæg på Altinget Civilsamfund.

Hun reagerer på, at regeringen skriver i det nye regeringsgrundlag, at frivilligheden er under forandring, fordi færre ønsker at påtage sig faste roller, mens flere vil bidrage fleksibelt og ad hoc.

"Det er en fortælling, vi har hørt mange gange, og den er ikke uden hold i virkeligheden, men den fortæller ikke hele historien," påpeger hun.

"Gennem de seneste fire år har vi i Saga arbejdet tæt med unge frivillige på tværs af landet, og vores erfaring peger konsekvent i en anden retning end den gængse fortælling," skriver hun.

"Udfordringen er ikke, at unge har ændret sig til det værre. Udfordringen er, at alt for mange af vores institutioner og organisationer ikke har formået at ændre sig i takt med dem."

I indlægget peger hun på, at en foreningstrepert, der alene inviterer de store og veletablerede paraplyorganisationer til at nikke til løsninger, som andre i forvejen har formuleret, ikke vil løse udfordringen om at styrke den demokratiske deltagelse, foreningslivet og lokale fællesskaber. Den vil blot tilføje et nyt og glansfuldt lag af legitimering oven på de eksisterende strukturer.

"Demokratiet bliver ikke stærkere, fordi vi beder flere mennesker om at løse flere af de opgaver, regeringen ikke selv magter. Det bliver stærkere, når flere mennesker får reel og meningsfuld mulighed for at forme de fællesskaber og det samfund, de er en del af," skriver hun.

Læs indlægget på Altinget Civilsamfund: ['Er regeringens trepart for foreningslivet et løfte eller en fælde? Jeg frygter det sidste'.](#)

Kulturforskere: Breddekulturen skal tilbage på den kulturpolitiske dagsorden

Breddekultur, amatøraktiviteter og børn og unges deltagelse fortjener større opmærksomhed i fremtidens kulturpolitik, mener forskerne bag en ny kulturpolitisk antologi.

AF JONNA TOFT, journalist

BREDDEKULTUR og amatøraktiviteter er gledet i baggrunden, og børn og unges kulturtilbud bør spille en langt større rolle i fremtidens kulturpolitik.

Det var nogle af hovedbudskaberne, da professor i kulturøkonomi Trine Bille fra Copenhagen Business School præsenterede nogle af anbefalingerne fra antologien 'Verdens bedste kulturpolitik? Status og fremtidsperspektiver' på KL's kulturpolitiske kon-



Professor i kulturøkonomi Trine Bille efterlyser et bedre datagrundlag om kulturområdet, ligesom vi efterhånden har om idrætsområdet. Uden data og specialiseret viden er det svært at lave prioriteringer.



ference i maj. Bogen har hun skrevet og redigeret sammen med Anja Mølle Lindelof, lektor i kulturledelse og kulturformidling på Roskilde Universitet, og den er udgivet på Forlaget Samfundslitteratur i 2025.

Et mormor-kludetæppe

I bogen rejser forfatterne blandt andet spørgsmålet, om kulturpolitikens mål, prioriteringer og virkemidler trænger til et grundlæggende eftersyn.

"Kulturpolitikken er meget stabil.

Det er en lag-på-lag-politik, hvor nye områder er kommet til, men grundlæggende er visionerne ikke ændret. Lidt som et mormor-kludetæppe, der har fået syet nye firkanter på, så det bliver svært at se helheden. Det er rigtig svært at nedlægge noget i kulturpolitik," sagde hun på konferencen.

"De kulturpolitiske målsætninger er lidt uklare, og nogle er modstridende – og der er rigtig mange af dem. Og da det er svært at måle kvalitet, effekt og betydning, er det svært at prioritere på kulturområdet," forklarede hun.





Børn og unges kulturaktiviteter skal sættes mere i fokus, mener forskerne og fremhæver, at kultur giver mulighed for medskabelse.

Foto: Colourbox

← **Styrer vi efter det, der er vigtigt?**

"Den tidligere kulturministers vision var, at der skulle være mere kultur til flere. Men hvis deltagelse er midlet – hvad er så målet? At et kulturtilbud har mange brugere, bør ikke i sig selv legitimere, at det skal have offentlig støtte. Vi risikerer at styre efter dét, der kan tælles, i stedet for efter dét, der er vigtigt," sagde hun og medgav, at det er vanskeligt at måle kulturens betydning og værdi.

Generelt er der høj deltagelse i kulturtilbud i Danmark, men de offentligt støttede kulturinstitutioner benyttes især af de privilegerede grupper.

"Vi har måske ikke verdens bedste kulturpolitik, men næsten. Vi har et meget stærkt fundament. Kommunerne har vide muligheder for at lade eksperimenter blomstre. Men det kræver et bedre datagrundlag, hvis man skal kunne prioritere mere bevidst – og vi skal interessere os for kulturens betydning: Kultur kan åbne horisonter, og kultur kan give os ord for det, der er svært at sætte ord på," påpegede hun.

"Offentligt støttet kultur skal have fokus på demokrati og sammenhængskraft. Den skal supplere markedet, ikke konkurrere med det."

Fokus på breddekultur og børn

Antologien rummer seks anbefalinger til fremtidens kulturpolitik.

En af dem lyder: "Sæt fornyet politisk fokus på breddekultur og amatøraktiviteter". For, som Trine Bille fortalte: Her findes stærke oplevelser af mening og samhørighed. Breddekulturen og amatøraktiviteter er gledet i baggrunden til fordel for professionalisering på kulturinstitutionerne, påpegede hun.

En anden anbefaling lyder: "Sæt børn og unges kulturaktiviteter mere i fokus".

"Hvis vi vil noget med at øge deltagelsen i kulturaktiviteter, så skal vi begynde her. Kultur giver mulighed for medskabelse. Musikskoler og kulturskoler er rygraden i den kulturelle fødekæde. Her opdages talenterne, og her formes fællesskaber," sagde hun. ■



Få flere mænd med: Sæt fællesskabet først

Hvis der skal flere mænd med på sundheds- og bevægelsestilbud, skal fokus flyttes fra forebyggelse til meningsfulde fællesskaber og aktiviteter på mændenes præmisser, lyder det fra Forum for Mænds Sundhed.

AF JONNA TOFT, journalist

MÆNDS SUNDHED ER markant dårligere end kvinders, fortæller direktør Mie Møller Nielsen i Forum for Mænds Sundhed. Der kan være meget at hente ved at få flere mænd til at deltage i sociale aktiviteter og på bevægelseshold, både for den enkelte mand og set i et samfundsmæssigt perspektiv.

Alligevel er der langt flest kvindelige deltagere på f.eks. aftenskolors sundheds- og bevægelseshold.

Mie Møller Nielsen har bl.a. holdt oplæg om 'Mænd – hvordan får vi flere med?' på Idrætsmødet i Aalborg i en af de sessioner, som Fritid & Samfund

og Folkeoplysningsamvirket i Aalborg stod bag.

Overdødelighed hos mænd

Flere mænd end kvinder rammes af sygdomme, og ved alvorlig sygdom er der en overdødelighed hos mændene; der er altså flere mænd, der dør af sygdommen, end kvinder.

Mænd har også en mere usund livsstil: Flere ryger og drikker, og flere er overvægtige.

"Men mændene synes selv, at det går fint. Mænd angiver at have en bedre mental sundhed end kvinder, og det gælder i alle aldersgrupper," fortæller

Mie Møller Nielsen og tilføjer, at når man spørger til ensomhed, er der flere kvinder end mænd, som føler sig ensomme.

"Men når vi går lidt mere ind i emnet, ser det anderledes ud. Ca. dobbelt så mange mænd som kvinder har ingen at tale fortroligt med. Hele 45 pct. af de ufaglærte mænd lever



HVORFOR SÆTTE FOKUS PÅ MÆND?

- Mænd lever kortere end kvinder
- Mænd rammes oftere af de fleste sygdomme
- Mænd har højere dødelighed ved alvorlige sygdomme end kvinder
- Mænd ryger og drikker mere end kvinder
- Flere mænd end kvinder er overvægtige
- Ufaglærte/kortuddannede og økonomisk dårligt stillede mænd er særligt sårbare: Her er flere enlige, flere uden børn, flere med helbreds mæssige udfordringer og flere, der sjældent har kontakt med sundhedsvæsenet.

Kilde:
Forum for Mænds Sundhed



Foto: Colourbox

← alene. Men samtidig lægger 68 pct. af alle mænd vægt på at leve livet med en partner – så der er altså nogle mænd, der ikke ønsker at leve alene,” siger hun.

Hun tilføjer, at både mænd og kvinder, der lever sammen med en anden person, lever længere. De har en, der sender dem til lægen.

”Relationer har afgørende betydning. Særligt i overgangen fra arbejdslivet til pensionisttilværelsen oplever nogle mænd at være meget alene. Her kan det have stor betydning, at de mødes med nogle andre – på deres egne præmisser.”

Lav en mandeklub

Hvis aftenskoler og foreninger gerne vil sætte et tilbud i gang for mænd, kan de med fordel fokusere på det sociale element i stedet for at fokusere på, at holdet fx skal give bedre sundhed eller forebygge ensomhed, fortæller Mie Møller Nielsen.

”Hvem gider at gå til noget, der er for ensomme, tykke mænd? Det er mere tiltrækkende at gå i mandeklub,” siger hun.

Rundt om i landet har Forum for Mænds Sundhed og lokale arrangører lavet en række mandeklubber under overskriften ’Mænds Mødesteder’, og her er erfaringer at bygge videre på, fortæller hun:

- Lav tilbud kun for mænd
- Fokusér på din målgruppe: Hvor færdes mændene?
- Ryk udenfor, eller ud af de vante rammer
- Lav en god velkomst
- Præsenter indholdet tydeligt
- Brug en aktivitet som indgang
- Priorité det sociale element
- Vær opmærksom på barrierer, fx pris, transport, tilmelding, tilgængelighed.

Alle kan starte en mandeklub under Mænds Mødesteder, www.mmdanmark.dk (dog ikke politiske partier og religiøse institutioner). På hjemmesiden kan man downloade en drejebog til opstarten og forskellige materialer.

Se også www.netvaerket.dk. Her kan alle, der har et mandefællesskab, lægge deres aktiviteter ind, så de kan nå en større udbredelse. ■



Foto: Colourbox

KOMMUNIKÉR KLART OG DIREKTE TIL MÆND

Hvis man vil have flere mænd med på fx sundheds- og bevægelseshold, skal man arbejde med at skrue holdene sammen, så de opleves som relevante for mænd, anbefaler Mie Møller Nielsen fra Forum for Mænds Sundhed.

Organisationen giver ind imellem kommuner og andre gode råd om at tilrette kommunikationen, så den i højere grad retter sig mod mænd.

”Fotos af kvinder eller marker med kornblomster rammer altså ikke mænd. Ofte vil mænd gerne være udenfor, og de vil hellere lave en aktivitet sammen end at være nødt til at tale sammen og muligvis blive afkrævet svar. Så fotos af mænd og aktiviteter – bål, fiskeri eller hvad det nu er – kan fungere godt,” forklarer hun.

Desuden er det vigtigt at skrive kort og klart, så det er let at finde de vigtigste informationer: Hvor, hvornår, og hvordan tilmelder man sig, – eller kan man bare møde op?

”Hvis man kommunikerer direkte til mændene og ikke til ’alle’, kan det have en meget stor effekt. Jeg har flere gange oplevet, at deltagerkaren blev fuldstændig ændret, fordi kommunikationen blev lagt om,” fortæller hun.

Gode råd:

- Mød manden, hvor han er – både i ord og billeder
- Brug tydeligt og klart sprog
- Gå direkte til sagen: Det skal være let at finde de vigtigste informationer
- Undgå fokus på sundhed eller ensomhed
- Undgå løftede pegefingre
- Skriv tydeligt, hvad han får ud af det
- Prøv nye veje
- Lav en let tilmelding

Kilde: Forum for Mænds Sundhed

"Bare mød op": I Skalborg Mandeklub er fællesskab vigtigere end medlemskab

Der er ikke mødepligt, ingen registrering og ingen forventning om, at man siger noget. Alligevel finder mange mænd vej til Skalborg Mandeklub, hvor fællesspisning, billard og en kop kaffe ofte er nok til at skabe kontakt.

AF JONNA TOFT, journalist

MANGE AF MÆNDENE i 'Skalborg Mandeklub - Mænds Mødesteder Aalborg' ville ikke sætte deres ben i en idrætsforening eller på et aften-skolehold. Men de kommer gerne i mandeklubben. Her er fællesskabet bygget op omkring kaffe, billard, fællesspisning, håndværk og friheden til bare at møde op og se, hvad de andre laver.

"Vi rækker ud efter de sårbare ved at gøre vores tilbud uforpligtende. De skal ikke registreres eller meldes ind, det er okay blot at møde op," fortæller kasserer Brian Rohde.



Brian Rohde,
kasserer i
Skalborg Mandeklub.

"Nogle af de mænd, der kommer til vores fællesspisninger, siger ikke ret meget i løbet af aftenen. De sidder og kigger, følger med i snakken, og bagefter synes de, det har været en rigtig god aften," fortæller han.

Selv har han været med i mandeklubben i seks år, heraf to i bestyrelsen. Med en baggrund som brobygger i Aalborg Kommune og rygestopvejleder på Center for Sundhedsfremme, er det ham, der på nu 10. år står for at afholde rygestopkurser i mandeklubben.

Frivilligt kontingent

Mandeklubben har netop haft ti års jubilæum og har 40-50 betalende medlemmer, som giver 200 kr pr år.

"Vi sender nyhedsbrev ud til ca. 200 modtagere og har en facebookgruppe, som er meget brugt. Mange mænd er med i vores aktiviteter uden at være meldt ind. Det er frivilligt, om man vil betale kontingent her, og der bliver ikke gjort forskel på betalende og ikke-betalende deltagere," fortæller Brian Rohde.

Klubben har sit eget klubhus på den gamle dyrskueplads i Aalborg, og deltagerne kan få en låsebrik og komme,

når de har lyst.

Økonomien i klubben sikres primært af overskud fra caféen. Dertil kommer indirekte støtte fra kommunen via gratis husleje. Ind imellem søges der også midler fra sponsorer og fra Forum for Mænds Sundhed.

Billard og Gå med Åge

Ud over rygestopkurser har mandeklubben bl.a. Onsdagscafé hver uge, og her er petanque, hele tre billardhold, og hver tirsdag kan man 'Gå med Åge' og i øvrigt tage konen med, hvis man vil. Hver uge er der klubaften, og den tredje mandag hver måned er her fællesspisning – traditionel dansk mad med brun sovs.

"Vi har prøvet at lave bevægelseshold, men det er svært at få mændene til at være med. Så nu har vi petanque, billard og fælles gåture som vores 'bevægelsestilbud'. Vi har også drejebænke og håndværktøj, så der kommer nogle og laver reparationer og håndværk. Men fællesspisningen er det store trækplaster med nogle gange 30-40 deltagere," fortæller Brian Rohde.

Alkohol og andre rusmidler er forbudt. Hans oplevelse er, at for





Mandeklubben fungerer godt, fordi alt kører på mændenes præmisser, påpeger Brian Rohde. Man bliver ikke afkrævet hverken kontingent eller svar på en masse spørgsmål. Man må godt bare være der. (Privatfoto)

← nogle giver det ro, at de ikke skal tage stilling til øl.

"I det hele taget er ro vigtigt. Selv om der kan være mange mænd til stede, betyder det ikke, at alle snakker. Nogle mænd har ikke brug for at sige noget. Det skal man kunne være i. Lad pausen stå – ligesom i en Anders Agger tv-udsendelse. Bare lad der være stille. Nogle gange har de alligevel noget at fortælle, når man giver plads og ro til det."

Begynder med det sociale

Nogle af deltagerne kommer, fordi aktiviteterne præsenteres i facebook-gruppen eller på Boblberg.dk. Andre kommer til at kende klubben gennem kommunens brobyggere.

"De nye starter ofte med bare at gå lidt rundt og kigge, snakke lidt, og opleve, at det ikke er så farligt. Tredje eller fjerde gang, de kommer, er de måske med til en aktivitet. I virkelig-

heden var det vel sådan, vi lavede ungdomsklubber for 50 år siden," smiler Brian Rohde.

Rygestopkurserne forsøger han altid at afholde udenfor. De laver bål og går rundt og snakker. "Mændene bliver ikke placeret ved et bord med en sundhedsfaglig kvinde for bordenden med en masse plancher og skriftligt materiale. Det ville få mændene til at stoppe på stedet," vurderer han.

"Vi gør nogle ting, der lykkes, fordi vi fungerer på mændenes præmisser. Men der er også meget, vi bøvlrer med. Vi har stadig ikke for alvor fået gang i bevægelseshold. Og det kan være tungt at få dem til selv at tage initiativ og sætte aktiviteter i gang. Nogle vil fx gerne på fisketur en gang imellem, men det bliver ofte de samme få, som arrangerer. Derfor forsøger vi os nu med et aktivitetsudvalg," forklarer han.

Foreningskulturen er langt væk

De fleste af de mænd, der kommer i Skalborg Mandeklub, er ikke vant til at være en del af foreningslivet, fortæller Brian Rohde.

"Klubben har klart en berettigelse; De ville ikke komme, hvis aktiviteterne foregik i en idrætsforening eller på en aftenskole. Foreningskulturen ligger langt væk for dem. Nogle af vores medlemmer er aktive pensionister, men vi har også nogle, der ikke har ret stor omgangskreds. Det er mit indtryk, at mandeklubben udgør størstedelen af deres kontaktflade til omverdenen," siger han.

"Nogle er langt væk fra arbejdsmarkedet. Andre taler meget om deres gamle arbejdsliv og har en tydelig identitet fra dengang. Det er ikke så stereotyp – her er mange forskellige mænd med forskellige baggrunde og forskelligt levede liv. Det er det smukke ved det, faktisk. ■

Spørgsmål er velkomne

Sidder I med et spørgsmål om noget, der vedrører folkeoplysningsloven, så skriv til os på fritid@fritid-samfund.dk.

Hvis spørgsmålet kan have interesse for andre, vil vi formentlig gerne udgive det på hjemmesiden i vores Vidensbank. Her er, ud over en række faglige artikler om emner inden for folkeoplysningsområdet, en brevkasse, 'Spørg og få svar'. Spørgsmål kan godt være anonyme.





Servering af mad, alkoholbevilling, telte, toiletter, nødudgange ... Kulturarrangører har ofte mange andre opgaver end 'blot' at lave det kulturelle indhold. Modelfoto: Colourbox

Frederiksberg: Arrangørguide gør livet lettere for frivillige

IT-system samler ansøgninger, tilladelser, kort over områder mv. ét sted.

I Frederiksberg Kommune har man udviklet en arrangørguide, som hjælper frivillige med at holde overblik over fx de mange ansøgninger, der er brug for, hvis man vil lave en festival, et uden-dørs teaterarrangement eller andet.

"Når man skal lave et arrangement, skal man forholde sig til meget, fx vejloven, lyd, bygningsreglementet, brandmyndigheder og andet. Det kan være både tungt og kringlet for frivillige at finde ud af det, og det var vores indtryk, at vi gik glip af nogle kulturmuligheder, fordi systemet var for tungt," siger Lotte Kofoed (SF), rådmand og formand for Kultur- og Fritidsudvalget i kommunen. Hun fortalte om arrangørguiden på KL's kultur- og fritidskonference i maj.

Udvalget afsatte 950.000 kr til udvikling af it-systemet og 150.000 kr til driften, og siden januar 2026 har systemet været i gang.

Arrangørguiden kan bl.a.:

- vise et interaktivt kort over området, så brugerne kan placere toiletter, foodtrucks mv.
 - gemme ansøgninger undervejs i processen, så brugerne kan genoptage arbejdet senere,
 - gemme tidligere ansøgninger
 - vise status for de enkelte ansøgningsprocesser
 - give digital adgang til de tilladelser, der er givet.
- Systemet optimeres stadig, men allerede nu er der gode resultater, fortæller Lotte Kofoed:

"Det her giver en masse 'gratis kultur' for kommunen, fordi arrangørerne ikke går kolde undervejs," siger hun.

"Den største udfordring? At få de mange forskellige enheder i kommunen, som er involveret, til at samarbejde om projektet. Mange af dem har aldrig mødt hinanden. Så her har været meget silo-nedbrydning," smiler hun.

Der bor 104.000 borgere i Frederiksberg Kommune.

- jo



Foto: Det Danske Spejderkorps

Flere vil være spejdere

Det Danske Spejderkorps har fået 1700 flere medlemmer det sidste år, en vækst på 6 pct. Det er det foreløbige resultat af en særlig indsats for at få flere børn og unge med, fortæller generalsekretær Morten Gade på LinkedIn:

"Børn vil nemlig gerne det her. De vil gerne sove i telt, fryse lidt, tænde bål og grine højt. De vil gerne have udfordringer, der ikke kan løses med et swipe. De vil gerne høre til et sted - og mærke, at de betyder noget for hinanden," skriver han.

"Det er ikke noget, der opstår af sig selv. Det kræver spejderledere, der møder op om torsdagen, også i regnvejr. Ledere, der planlægger lejr, mens alle andre holder weekend. Frivillige, der bruger ferien på skønne spejderunger. Og medarbejdere, der sørger for, at rammen er der."

Udviklingen afspejler en tydelige tendens, hvor friluftsliv hitter, og flere søger meningsfulde fritidsfællesskaber med udeliv, nærvær og udfordringer i naturen.

"Spejder er fællesskab, friluftsliv og sjove udfordringer. Det er noget, vi oplever, børnefamilierne lykkeligvis prioriterer langt højere for tiden. Det er meget glædeligt at få endnu flere børn med i skoven, lege vildt og prøve noget nyt," siger Morten Gade.

Det Danske Spejderkorps har over 36.000 medlemmer fordelt på mere end 380 lokale grupper.

NY ADRESSE

Fritid & Samfund er flyttet
1. september 2026 til adressen:
c/o Mediedokken,
Filmbyen 21, 4. sal,
8000 Aarhus C.

Broer bygger man med kaffe

Der er et stort potentiale i partnerskaber mellem kommuner og aftenskoler, og det bliver endnu mere aktuelt med en ny folkesundhedslov. "Det er nu, aftenskolerne skal invitere sig selv på kaffe," opfordrer Bettina Bisp Jensen fra Center for Mental Sundhed i Aalborg Kommune.

AF JONNA TOFT, journalist

"KOMMUNERNE KAN IKKE løse de store udfordringer på sundhedsområdet alene. Der er brug for, at civilsamfundet træder til. Aftenskolerne har uddannede undervisere og mulighed for at lave små, særligt tilrettelagte hold, og de kan komme til at spille en særlig rolle som en trædesten for borgere, der skal tilbage efter eksempelvis et stressforløb," sagde Bettina Bisp Jensen, der er leder for Center for Mental Sundhed i Aalborg Kommune, på Idrætsmødet i Aalborg.

Her gav hun og Marie Stockmarr, der er kommune- og partnerskabskonsulent hos FOF Danmark, de 50-55 fremmødte en række gode råd til, hvordan man kan bygge broer mellem kommunernes forskellige sundheds tiltag og de aftenskoler, der står klar med bevægelses- og sundhedshold for f.eks. kronisk syge eller folk i genoptræning.

Sessionen var sat i værk af Fritid & Samfund i samarbejde med Folkeoplysningssamvirket i Aalborg.

"Det er nu, i aftenskolefolk skal invitere jer selv på kaffe inde på kommunekontorerne," opfordrede Bettina Bisp Jensen.

"Folkesundhedsloven kommer til at lægge vægt på, at der skabes partnerskaber mellem kommuner og civilsamfundet, så I har en brændende platform," sagde hun og fortsatte:

"I må ikke gå ud fra, at vi i kommunerne kender aftenskoleområdet i

forvejen – i hvert fald ikke udenfor Fritidsforvaltningen. I Aalborg Kommune har vi sådan set de bedste forhold for samarbejde, for Kultur, Klima og Sundhed ligger i samme forvaltning. Men alligevel er det svært. Selv om jeg er leder for Center for Mental Sundhed i Aalborg, ved jeg ikke noget om, hvad der foregår på det folkeoplysende område i kommunen – og hvad aftenskoler egentlig laver. I kommunerne vil vi meget gerne vide, hvad I kan byde ind med i et partnerskab."

Kan give forbundethed

Center for Mental Sundhed har på 10. år gang i projektet 'Kulturvitaminer', hvor borgere, der er uden for arbejde eller uddannelse og samtidig har mentale helbredsproblemer, indgår i forskellige kulturelle tiltag tre gange om ugen i ti uger. Det foregår i et bredt samarbejde med en lang række kulturinstitutioner, bl.a. Kunsten og Aalborg Teater, og aftenskolerne Den Rytmske i Nordkraft og Fokus Folkeoplysning er også med.

Centret samarbejder også med Fokus Folkeoplysning om yoga for stressramte.

Men hvad er det, kulturtilbud og hold på aftenskoler kan – i forhold til personer med stress, angst eller psykisk sygdom?

"Modgiften mod mental mistrivsel er forbundethed. Dét kan de folkeoplysende foreninger tilbyde. At →

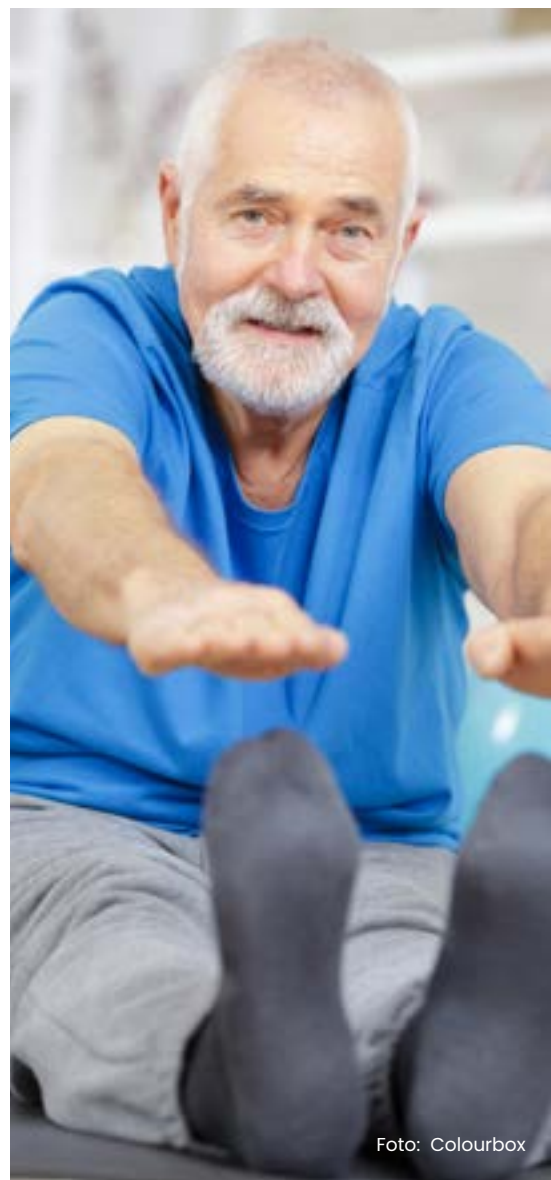


Foto: Colourbox

← synge i kor er for eksempel - ifølge forskningen - den aktivitet, der hurtigst giver en følelse af forbundethed med andre mennesker," siger Bettina Bisp Jensen.

"Fællessang kuréerer ikke folk. Men glæden fra den time, hvor de sang i kor, varer måske dagen ud. De op-dager, at korsang kan bruges til at regulere følelser."

Det kan også spille ind, at man i aftenskolerne har et andet syn på deltagerne, end man har i kommunens behandlingstilbud. Deltagerne går fra at være 'borgere' eller 'patienter' til at være deltagere på lige fod med alle andre.

Et samarbejde med løbende dialog

Aftenskolerne kan være med til at skabe trygge rammer, og det har både personer med mentale udfordringer og fysiske skavanker og sygdomme brug for.

I FOF Danmark har man flere års erfaring med at skabe samarbejde mellem aftenskoler og sundhedscentre, for eksempel om hold for mennesker med diabetes, KOL, gig, rygproblemer, nye hofter eller knæ, eller for brystopererede eller stressramte.

Marie Stockmarr, kommune- og partnerskabskonsulent i FOF Danmark, fortalte ved Idrætssmødet:

"Brobygning fungerer bedst, når der er en tæt og løbende dialog mellem parterne, altså f.eks. et sundhedscenter og en aftenskole. Begge parter skal sætte tid og ressourcer af til den daglige dialog, - måske kommer der en ny borger, som aftenskolen skal kunne tage godt imod, eller måske har nogle borgere et ønske om et nyt hold, som aftenskolen kan prøve at få op at stå," fortalte hun.

"Det er klart lettest at samarbejde med de kommuner, der har en decideret brobygningskonsulent, eller som har en vedtaget strategi om at samarbejde med civilsamfundet. Nogle gange skal der mange kaffemøder til, før det lykkes - timingen er afgørende," sagde hun.

de," sagde hun.

"Som aftenskole skal man ikke miste modet, selv om kommunerne kan være svære at komme i kontakt med. Der er et stort potentiale i brobygning. Vi kan hjælpe nogle borgere, som ikke vælger foreningernes tilbud - fordi vi kan noget andet."

Kommuner, gør jer spilbare

Marie Stockmarrs anbefalinger til kommunerne lyder:

- Se aftenskolerne som samarbejdspartnere, når I arbejder med forebyggelse - vi kan noget andet end de store idrætsorganisationer.

- Vær ikke bange for uforpligtende dialog. Gør jer spilbare på hjemmesiden og til kaffemøder. Sørg f.eks. for at det er muligt at se på hjemmesiden, hvem man skal tale med om et samarbejde.

Aftenskoler, vis hvad I kan

Hun har også gode råd til aftenskoler:

- Invitér jer selv til kaffe på kommunen. Start for eksempel med at kontakte lederne på sundhedsområdet.

- Gør opmærksom på, hvad vi kan i aftenskolerne. Vi er enormt fleksible: Vi kan oprette hold med kort varsel, og de behøver ikke at følge en sæsonplanlægning. Desuden kan vi lave ret små hold, hvis blot der følger penge med til det.

- Tal ind i kommunernes behov.

- Vær tålmodig - timing betyder alt.

Når et konkret samarbejde er aftalt, skal der laves en samarbejdsaftale, hvor mål, rammer og ansvar bliver beskrevet.

Artiklen blev udgivet på www.fritid-samfund.dk i maj 2026. ■



DET KREATIVE KAN NOGET SÆRLIGT

Bag mental mistrivsel ligger ifølge forskningen især tre faktorer, forklarer Bettina Bisp Jensen fra Center for Mental Sundhed i Aalborg Kommune:

- Hastigheden i samfundet,
- et øget fokus på præstation,
- indre psykologisering, hvor man ofte retter skyld mod sig selv.

Et fag som keramik er vældig populært, også blandt de sårbare unge, hun har kontakt med gennem centret.

"De glemmer tid og sted, når de sidder med en klump ler. Her er ingen forventninger om, at resultatet bliver perfekt, og hvis det ikke lykkes, kan man lave det om. I den tid, hvor borgerne laver keramik, har de det bedre," fortæller hun.

Generelt får centrets borgere, som deltager i kreative forløb, mere selvtillid, energi og overskud, og de oplever i højere grad at kunne mestre deres liv.

DATO	KURSUS	UNDERVISER	STED	TILMELDINGSFRIST
22. sept. kl. 16-21	Sådan skaber I udvikling i Folkeoplysningsudvalget	Kai Raun	Toftlund	11. sept.
30. sept. kl. 16-21	Sådan skaber I udvikling i Folkeoplysningsudvalget	Kai Raun	Holstebro	22. sept.
1. okt. kl. 10-15	Kommunalfuldmagten: Forstå reglerne bag støtte til idrætsfaciliteter	Henrik Koch Rasmussen	Glostrup	22. sept.
6. okt. kl. 10-15	Kom godt rundt om administrationen af aftenskoler	Henrik Koch Rasmussen	København	20. sept.
7. okt. kl. 16-21	Sådan skaber I udvikling i Folkeoplysningsudvalget	Kai Raun	Ringsted	14. sept.
4. nov. kl. 16-21	Sådan skaber I udvikling i Folkeoplysningsudvalget	Kai Raun	Ubberud/ Odense	1. okt.
12. nov. kl. 11-16	Kommunalfuldmagten: Forstå reglerne bag støtte til idrætsfaciliteter	Henrik Koch Rasmussen	Brønderslev Hallerne	18. okt.
17. nov. kl. 10-15	Kursus om lokaletilskud og anvisning af lokaler	Kai Raun	Glostrup	8. nov.
26. nov. kl. 12-17	Kommunalfuldmagten: Forstå reglerne bag støtte til idrætsfaciliteter	Henrik Koch Rasmussen	Aarhus	27. okt.

TAG PÅ KURSUS HOS FRITID & SAMFUND

Vores kurser er både for medlemmer af §35.2-udvalg i kommunerne, kommunale medarbejdere og for bestyrelsesmedlemmer og medarbejdere hos folkeoplysende aktører som aftenskoler, oplysningsforbund, foreninger mv.

Medlemmer får rabat på kursussen. Er I tre eller flere fra samme medlemsorganisation, der tilmelder jer samlet, får I yderligere 15 pct. rabat.

Du kan læse mere om kurserne på de næste sider.
Tilmeld dig: www.fritid-samfund.dk/kurser



Foto: Pexels.com



Foto: Colourbox

KURSUS:

KOM GODT RUNDT OM ADMINISTRATIONEN AF AFTENSKOLER

5-TIMERS KURSUS:

- 6. okt. kl. 10-15 i København (tilm. 20. sept.)

Målgruppe

Kommunale medarbejdere med fokus på voksenundervisningen. Ledere, medarbejdere og bestyrelsesmedlemmer i aftenskoler og oplysningsforbund.

Hvad handler kurset om?

Du får en grundlæggende indføring i de regler og krav, som folkeoplysningsloven stiller til den folkeoplysende voksenundervisning.

Vi ser blandt andet på tilskudsformer, lokaletilskud, udviklingspuljer og den mellemkommunale udligning samt på centrale spørgsmål om fleksibelt tilrettelagt undervisning, debatskabende aktiviteter og handicapundervisning.

Undervisningen kombinerer lovgivning, praksis og konkrete eksempler.

Hvad får du ud af det?

Du får et bedre overblik over reglerne og større sikkerhed i administrationen af aftenskoleområdet.

Kurset giver dig praktiske redskaber til at håndtere tilskud, lokaler og udviklingsmuligheder samt indsigt i, hvordan lovgivningen kan anvendes i praksis.

Samtidig får du mulighed for at drøfte konkrete udfordringer og udveksle erfaringer med andre, der arbejder med området.

TILMELD DIG: www.fritid-samfund.dk/kurser.



Foto: Colourbox

KURSUS:

SÅDAN SKABER I UDVIKLING I FOLKEOPLYSNINGSUDVALGET

5-timers kursus, der afholdes fem steder:

- 22. sept. kl. 16-21 i Toftlund (tilm. 11. sept.)
- 30. sept. kl. 16-21 i Holstebro (tilm. 22. sept.)
- 7. okt. kl. 16-21 i Ringsted (tilm. 14. sept.)
- 4. nov. kl. 16-21 i Ubberud/Odense (tilm. 1. okt.)

Målgruppe:

Medlemmer af Folkeoplysningsudvalg og andre §35.2-udvalg, også kommunalpolitikere. Medarbejdere i kultur- og fritidsforvaltninger.

Hvad handler kurset om?

Hvordan kan Folkeoplysningsudvalget få større indflydelse og bidrage til udviklingen af kommunens fritids- og kulturliv? På kurset ser vi nærmere på udvalgets rolle, muligheder og arbejdsformer. Du får indsigt i folkeoplysningspolitikken, armslængdeprincippet, lovgivningen generelt og samspillet mellem de forskellige aktører på området.

Vi sætter også fokus på partnerskaber mellem foreningsliv, voksenundervisning og de kommunale sektorer, forenkling af administration og hvordan kommunen kan skabe bedre rammer for organiserede og selvorganiserede aktiviteter. Undervisningen veksler mellem oplæg, dialog og erfaringsudveksling.

Hvad får du ud af det?

Du får inspiration, konkrete værktøjer og et stærkere grundlag for at bidrage til arbejdet i folkeoplysningsudvalget. Kurset giver dig indsigt i, hvordan udvalget kan arbejde mere strategisk og skabe synlige resultater lokalt. Samtidig får du mulighed for at udveksle erfaringer med deltagerne fra andre kommuner og opbygge et værdifuldt netværk. Målet er, at du går hjem med nye idéer, et fælles afsæt for det videre arbejde – og lyst til at omsætte gode intentioner til konkret udvikling.

TILMELD DIG: www.fritid-samfund.dk/kurser



Foto: Colourbox

KURSUS:**LOKALETILSKUD OG ANVISNING AF LOKALER****5-timers kursus:**

- 17. nov. kl. 10-15 i Glostrup (tilm. 8. nov.)

Målgruppe

Medarbejdere i kultur- og fritidsforvaltninger. Medlemmer af Folkeoplysningsudvalg og andre §35.2-udvalg. Ledere, medarbejdere og bestyrelsesmedlemmer i foreninger, aftenskoler og andre folkeoplysende organisationer.

Hvad handler kurset om?

Hvordan håndterer kommunen lokaleanvisning og lokaletilskud til folkeoplysende aktiviteter?

På kurset får du et overblik over reglerne i folkeoplysningsloven og de praktiske udfordringer, der følger med. Vi ser blandt andet på anvisning af lokaler, krav til egnede lokaler, lokalefordeling, tilskudsregler og samarbejdet mellem kommune og folkeoplysende aktører.

Kurset kommer også omkring grænsefladen mellem folkeoplysende og kommercielle aktiviteter.

Hvad får du ud af det?

Du får indsigt i de regler og hensyn, der ligger bag kommunernes arbejde med lokaleanvisning og lokaletilskud. Kurset giver dig konkrete redskaber til at håndtere prioriteringer, gråzoner og udfordringer i praksis.

Samtidig får du mulighed for at drøfte erfaringer og dilemmaer med andre deltagere og få inspiration til arbejdet i din egen kommune eller organisation.

TILMELD DIG: www.fritid-samfund.dk/kurser.



Foto: Colourbox

KURSUS:**KOMMUNALFULDMAGTEN – FORSTÅ REGLERNE BAG STØTTE TIL IDRÆTSFACILITETER****5-timers kursus, der afholdes to steder:**

- 1. okt. kl. 10-15 i Glostrup (tilm. 22. sept.)
- 12. nov. kl. 11-16 i Brønderslev Hallerne (tilm. 18. okt.)
- 26. nov. kl. 12-17 i Aarhus (tilm. 27. okt.)

Målgruppe:

Ledere, medarbejdere og bestyrelsesmedlemmer i idrætsfaciliteter. Medarbejdere i kultur- og fritidsforvaltninger. Medlemmer af Folkeoplysningsudvalg.

Hvad handler kurset om?

Kommunalfuldmagten giver kommuner mulighed for at støtte anlæg og drift af idrætsfaciliteter, men støtten kan medføre en række regler og begrænsninger. På kurset ser vi bl.a. nærmere på den seneste tilsynspraksis og hvordan man undgår konkurrenceforvridning. Vi kommer også ind på, hvordan en selvejende idrætsfacilitet er stillet ved hhv. kommunalt driftstilskud og anlægstilskud. Der tages afsæt i aktuelle afgørelser og konkrete eksempler fra praksis.

Hvad får du ud af det?

Du får et solidt overblik over reglerne på området og indsigt i, hvad de betyder for både kommuner og idrætsfaciliteter. Kurset giver dig en opmærksomhed på områdets gråzoner, så du bedre kan træffe beslutninger om drift, støtte og udvikling. Samtidig får du mulighed for at drøfte udfordringer og erfaringer med andre, der arbejder med området.

ARRANGØR: Bag kurset står Fritid & Samfund i samarbejde med HI/IKF.

TILMELD DIG: www.fritid-samfund.dk/kurser

Få nye ideer til arbejdet i Folkeoplysningsudvalget

Nogle kommuner sætter gang i arbejdet i Folkeoplysningsudvalget med et internt kursus, bl.a. Haderslev og Stevns. I Fritid & Samfund hjælper vi gerne med inspiration og ideer.

AF JONNA TOFT, journalist

I FRITID & SAMFUND tager vi gerne ud til vores medlemskommuner og -organisationer og holder et oplæg eller et minikursus om, hvordan man kan skabe udvikling på fritidsområdet netop dér. Det har flere kommuner benyttet sig af den seneste tid.

Som regel er det vores underviser Kai Raun, der står for oplægget. Han afklarer i god tid med en repræsentant fra fritidsforvaltningen, hvad der specifikt skal fokuseres på.

25 på kursus i Haderslev

Haderslev Kommune havde i august besøg af Kai Raun fra Fritid & Samfund til et fem timer langt internt kursus for omkring 25 deltagere fra kommunens idræts-, kultur- og fritidsforummer samt fællesforum.

Kurset satte fokus på Folkeoplysningsloven, samarbejde og udvikling, og deltagerne gik hjem med både ny viden, konkrete værktøjer og inspiration til det videre arbejde i forummerne, fortæller idrætskoordinator Lene Autzen Holm fra Haderslev Kommune.

"Vi havde et virkelig inspirerende og velgennemført kursus. Til-

bagemeldingerne fra deltagerne har været meget positive, og flere fremhævede både det høje faglige niveau og Kai Rauns engagerende måde at formidle på. Hele samarbejdet med Kai var en fornøjelse fra start til slut, og vi er meget taknemmelige for den store indsats, han lagde både i forberedelsen og på selve kursusaftenen," siger hun.

Stevns Kommune: Godt startskud

Også Stevns Kommune har i august haft besøg af Fritid & Samfunds Kai Raun. Her deltog ca. 12 personer fra Folkeoplysningsudvalget og forvaltningen i et tre en halv time langt møde.

Leder af fritidsområdet Mark Stig Andersen siger:

"Kai Raun gav os lige præcis det startskud, vi havde brug for. Der var stor tilfredshed med både indhold og form, og det gav mange gode perspektiver til det videre arbejde i både Folkeoplysningsudvalget og i fritidsafdelingen. Det er bestemt ikke utænkeligt, at vi vil kontakte Kai Raun og Fritid & Samfund igen i forbindelse med nogle konkrete sager og processer fremover."

Pris og det praktiske

Hvad koster det så at afholde et kursus lokalt kun for én kommunes Folkeoplysningsudvalg, samvirker, forvaltning mv.? Det afhænger helt af, hvad behovet er – både hvad angår tidsrammen og behovet for fordybelse i de specifikke lokale forhold.

Kontakt sekretariatet på fritid@fritid-samfund.dk, så snakker vi om det. ■



Foto: Pexels.com

Bliv medlem af Fritid & Samfund

- Få rabat på kurser om folkeoplysningslovens område
- Bliv holdt ajour med de nyeste initiativer inden for lovgivningen på fritidsområdet
- Få hjælp med lovtolkninger i konkrete sager
- Få rabat på konsulenttydelser

Meld jer ind på www.fritid-samfund.dk



Foto: Istock

Landsforeningen Fritid & Samfund har både folkeoplysningslovens mange aktører og kommunernes fritidsområder som medlemmer.

Vi arbejder for at bygge bro mellem danskernes kultur- og fritidsliv og kommunerne for at fremme folkelig oplysning, frivilligt foreningsarbejde og aktivt medborgerskab.

