



# KØBENHAVN - EN BY I BEVÆGELSE

Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen

2009:7

MOVEMENTS



# København - en by i bevægelse

Evaluering af  
Københavns Kommunes motionsstrategi

Lise Specht Petersen  
Bjarne Ibsen

**København - en by i bevægelse: evaluering af Københavns Kommunes  
motionsstrategi**

Udarbejdet for Københavns Kommune af:

Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen  
Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund  
Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Udgivet 2009  
ISBN 978-87-90923-55-6

Serie: Movements, 2009:7  
Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Scanpix/Masterfile  
Forsidelayout: Anne Charlotte Mouret  
Opsætning: Lone Bolwig

Tryk: Print & Sign, Odense

# Indhold

<b>1. Indledning.....</b>	<b>5</b>
Motionsstrategiens idé og mål.....	5
Hvilken form for evaluering.....	5
Evalueringens formål og metoder.....	6
Evalueringens forløb.....	7
Rapportens indhold.....	8
<b>2. Move@school.....</b>	<b>9</b>
Indledning.....	9
Resultater fra midtvejsevalueringen.....	10
Metode for den sidste del af evalueringen.....	11
Aktiviteter og tiltag iværksat på projekt Move@school.....	14
Skolernes udbytte af - og erfaringer med projektets tiltag.....	15
Etablering af legepatruljerne og fri leg aktiviteter.....	15
Motion i klassen.....	25
Det øvrige skriftlige materiale.....	30
Folkesundhed Københavns rådgivende rolle.....	33
Er bevægelse og fysisk aktivitet kommet på skolernes dagsorden.....	33
Forankring af Move@schools tiltag i fremtiden.....	36
Konklusion.....	40
<b>3. Motionsvejledning.....</b>	<b>42</b>
Indledning.....	42
Evalueringen af den samlede Motionsvejledning.....	44
Registrering af deltagerne.....	45
Resultater fra midtvejsevalueringen.....	46
Fokusgruppeinterview – efter midtvejsevalueringen.....	49
Spørgeskemaundersøgelsen.....	50
Konklusion.....	69
<b>4. Byens Grønne Puls.....</b>	<b>72</b>
Indledning.....	72
Målsætning for projekt Byens grønne Puls.....	72
Evaluering af Byens grønne Puls.....	74
Metode.....	74
Observationer på Byens Grønne Puls samt mini-interviews ved træningspavillonerne.....	74
Spørgeskemaundersøgelsen.....	75
Observationer på Byens Grønne Puls.....	76
Spørgeskemaundersøgelsen.....	79
Konklusion.....	92
<b>5. Styrketræning for ældre.....</b>	<b>95</b>
Indledning.....	95
Målsætninger for projektet.....	95
Evaluering af projekt 'Styrketræning for ældre'.....	96
Registrering af deltagere på styrketræning for ældre samt frivillige instruktører.....	97

Spørgeskemaundersøgelsen blandt deltagere .....	97
Konklusion.....	113
<b>6. Idrætscontainere .....</b>	<b>115</b>
Indledning.....	115
Projekt mål .....	115
Evalueringen .....	116
Børnenes benyttelse og vurdering af idrætscontainerne.....	117
Interessenternes vurdering af idrætscontainerne .....	123
Status for idrætscontainerne – foråret 2009 .....	128
Konklusion.....	137
<b>7. Den tværsektorielle organisering af motionsstrategien .....</b>	<b>140</b>
Indledning.....	140
Den tværsektorielle organisering af Københavns Kommunes motionsstrategi.....	141
Det tværsektorielle samarbejde på styregruppeniveau .....	143
Det tværsektorielle samarbejde på projektniveau .....	146
Tværsektorielt samarbejde omkring 'Byens Grønne Puls' .....	146
Samarbejdet om Move@school .....	156
Samarbejdet om Idrætscontainere .....	159
Samarbejde om de øvrige projekter.....	160
Forklaringer på det vanskelige samarbejde .....	161
Konklusioner og anbefalinger.....	167
Tre organiseringsformer for Københavns Kommunes forebyggelsesindsats.....	169
Tre organiseringsformer for forebyggelse på tværs af forvaltninger.....	170
Afdeling i Sundhedsforvaltningen.....	172
Enhed knyttet til kommunens koordinerende forvaltningsenhed .....	175
Forebyggelsesenhed i alle kommunens forvaltninger .....	178
Konklusion.....	180
<b>8. Konklusioner og perspektiver.....</b>	<b>187</b>
Positiv vurdering af projekterne .....	187
Målgrupper .....	187
Lavere tilslutning end forventet.....	188
Forsinkelser og organisatoriske ændringer.....	188
Viden, muligheder og handling .....	189
Byens Grønne Puls .....	189
Move@school .....	190
Motionsvejledning .....	191
Styrketræning for ældre .....	192
Idrætscontainere .....	192
Værd at bygge videre på .....	193
Større kontinuitet .....	194
Udvikling og effektivisering af det tværsektorielle samarbejde .....	194
Forankring af aktiviteterne.....	195
Længere varighed end 'projekter' .....	195
En 'kick start' på at fremme bevægelse i København.....	195
<b>Litteratur .....</b>	<b>197</b>

# 1. Indledning

## Motionsstrategiens idé og mål

'København – en by i bevægelse' er en koordineret kommunal bestræbelse på at fremme københavnernes fysiske aktivitetsniveau med sigte på at fremme sundheden. Den følger sig til en række initiativer og projekter, som er iværksat de seneste år i kommunen, bl.a. Motion og Kost på Recept og nye idrætsfaciliteter til selvorganiseret idræt. I erkendelse af at formålet givetvis kun kan nås ved en flerstrengt indsats, som inddrager alle forvaltningerne, vedtog Borgerrepræsentationen en motionsstrategi i 2006, som omfatter en række nye aktiviteter ud over den almindelige støtte til idræt og motion.

Formålet med motionsstrategien er at sikre en langsigtet, tværsektoriel planlægning af aktiviteter, der skal gøre københavnere mere fysisk aktive og gøre København til en by i bevægelse. Strategien skal især medvirke til at fremme udsatte målgruppers muligheder for at være fysisk aktive med særlig fokus på følgende målgrupper: Børn, inaktive voksne, ældre og etniske minoriteter.

En effektiv sundhedsfremmende og forebyggende indsats på motionsområdet bygger på et samspil mellem tre grundstrategier - viden, muligheder og handling - og en række tilknyttede delstrategier. I forhold til "viden" er fx kampagner, oplysning og uddannelse delstrategier, der handler om at oplyse borgeren om vigtigheden af at være fysisk aktiv. "Muligheder" relaterer til både de *fysiske rammer* såsom idrætsfaciliteter, udendørs såvel som indendørs, samt *strukturelle rammer*, der kan handle om at udforme specifikke politikker for fysisk aktivitet på fx arbejdspladser eller politiske målsætninger, der appellerer til øget fysisk aktivitet blandt befolkningen. "Handlings" strategien sætter individet i centrum for indsatsen og omhandler både ydre og indre motivation for at vælge en fysisk aktiv livsstil og bygger således på en psykologisk forståelse (Københavns Kommune, Motionsstrategien).

## Hvilken form for evaluering

En almindelig metode ved evaluering af interventioner er at foretage en undersøgelse såvel før som efter interventionen og sammenholde resultaterne deraf med en tilsvarende undersøgelse af en såkaldt kontrolgruppe eller sammenligningsgruppe, som ikke har været udsat for samme intervention. En sådan fremgangsmåde ville i dette tilfælde have krævet en undersøgelse af aktivitetsniveauet, før de forskellige indsatser blev sat i værk og fx to år senere, kombineret med en tilsvarende undersøgelse i områder af landet, hvor man ikke sætter lignende projekter i gang (som kontrolgruppe). I lyset af de til evalueringen afsatte midler har dette ikke været muligt. For det første er det vanskeligt at gennemføre en sådan undersøgelse på en måde, der kan vise, at evt. ændringer i det fysiske aktivitetsniveau skyldes de iværksatte indsatser. For det andet ville en sådan undersøgelse ikke vise

ret meget om, hvilken effekt der har været af de enkelte projekter. For det tredje er det en forholdsvis dyr metode i forhold til den (usikre) viden, den ville kunne give.

Af disse grunde er der gennemført en specifik evaluering af hver af de gennemførte indsatser. Det har den fordel, at evalueringen mere præcist har kunnet tage bestik af karakteren af den konkrete indsats. Derved er det muligt at sige noget om styrker og svagheder ved den enkelte indsat i sammenligning med de andre tiltag. Ulempen ved denne fremgangsmåde er imidlertid, at evalueringen er blevet spredt over flere projekter, som har betydet, at der har været relativt få ressourcer til evalueringen af hvert projekt.

Motionsstrategien har koncentreret sig om fem projekter:

- Move@school.
- Motionsvejledning.
- Byens Grønne Puls.
- Containeridræt.
- Styrketræning for ældre.

Som indledning til evalueringen af disse projekter redegøres der kortfattet for deres mål og indhold.

Foruden evalueringen af disse fem projekter, omfatter undersøgelsen også en analyse af den tværsektorielle organisering af motionsstrategien.

## Evalueringens formål og metoder

Formålet med evalueringen er følgende:

- At dokumentere indsatsernes resultater.
- At vurdere om formål og succeskriterier er opnået.
- At vurdere om de prioriterede målgrupper er nået.
- At undersøge og vurdere den tværsektorielle organisering af motionsstrategien.

På tværs af projekterne er følgende metoder anvendt.

1. Registrering af aktiviteterne. Så vidt det har været muligt, er der på aktivitetsstederne foretaget en registrering af, hvor mange der har deltaget i aktiviteterne, dvs. benyttet Motionsvejledningen, deltaget i aktiviteterne på skolerne i regi af Move@school, mødt op når idrætscontainerne er åbne, benyttet Byen Grønne Puls samt deltaget i styrketræningen for ældre. Disse registreringer er foretaget af de ansvarlige for de pågældende aktiviteter. Denne del af evalueringen har dog ikke fungeret tilfredsstillende. Enten er registreringen ikke blevet gennemført som aftalt, eller også er der mangler i registreringen. Det foreliggende materiale giver dog et tilstrækkeligt grundlag for at kunne vurdere tilslutningen til aktiviteterne i forhold til forventningerne.
2. Deltagerne i aktiviteterne har modtaget et spørgeskema til belysning af, hvem der har deltaget, deres baggrund samt deres vurdering af den pågældende aktivitet. Disse ske-



maer er enten udleveret og besvaret på aktivitetsstedet eller modtaget via e-mail som elektronisk skema. I projekt Motionsvejledning har deltagerne besvaret to spørgeskemaer: Da de begyndte i motionsvejledningen og ved forløbets slutning fire måneder senere. I nogle af projekterne er det lykkedes at få de fleste af deltagerne til at besvare spørgeskemaet (Motionsvejledning og Styrketræning), mens det i de andre projekter har været svært at få besvarelsenerne i hus.

3. Endvidere har organisationer og institutioner, der har deltaget i samarbejdet om projektet, modtaget et kort spørgeskema om projektet og samarbejdet. Denne del har ikke været givende for evalueringen, fordi de eksterne relationer i flere af projekterne ikke er blevet opfyldt som oprindeligt tænkt, og derfor har det enten ikke været muligt at gennemføre denne del af evalueringen, eller der er opnået meget få besvarelser af de tilsendte spørgeskemaer.
4. I flere af projekterne er der gennemført interviews med deltagerne. Enten i form af fokusgruppeinterviews eller interviews en og en. Denne del af evalueringen har generelt fungeret godt og er sammen med de besvarede spørgeskemaer det materiale, som analysen fortrinsvis bygger på.
5. Der er ligeledes gennemført interviews med de ansvarlige for projekterne om deres erfaringer. Denne del er også gennemført som planlagt. Der er endvidere som planlagt gennemført interviews med medlemmerne af styregruppen og afholdt en workshop om organiseringen af motionsstrategien og forebyggelse generelt i Københavns Kommune, hvor repræsentanter fra de fleste af kommunens forvaltninger deltog.
6. Endelig er der foretaget en række observationer på projekterne. Denne metode er dog især anvendt i evalueringen af projekterne Move@school, Containeridræt samt Byens Grønne Puls.

I indledningen til evalueringen af de fem projekter redegøres der mere udførligt for de metoder, som er anvendt.

### **Evalueringens forløb**

Evalueringen blev opdelt i en midtvejsevaluering og en slutevaluering. Midtvejsevalueringen, som blev gennemført fra den 1. september 2006 til den 31. december 2007, tog sigte på at vurdere, hvordan indsatserne havde fungeret i den første periode og komme med anbefalinger i forhold til justeringer i projektet samt organiseringen og gennemførelsen af den resterende periode. Denne første del blev fulgt op af den afsluttende evaluering, hvor evalueringens fokus og metoderne blev tilpasset ændringer i projekterne og erfaringerne fra den første del af evalueringen. Det blev således aftalt, at den sidste del af evalueringen skulle sætte mere fokus på den tværsektorielle organisering af motionsstrategien og de enkelte projekter.

## Rapportens indhold

Efter denne indledende del indeholder denne rapport en evaluering af hver af de fem indsatser, som motionsstrategien har koncentreret sig om. Dernæst analyseres organiseringen af motionsstrategien i Københavns Kommune. Til slut samles der op på den samlede evaluering og de overvejelser og forslag, det giver anledning til.

Mange har bidraget til evalueringen, og uden deres hjælp havde det ikke været muligt at gennemføre de forskellige undersøgelser. Tak til børn og voksne, som har medvirket i interviews og besvaret spørgeskemaer, tak til projektlederne for de fem delprojekter for stor hjælpsomhed og interesse for evalueringen, og tak til den daglige ledelse af projektet og styregruppen for tillid og gode faglige diskussioner om de forskellige undersøgelser og analyser.

## 2. Move@school

### Indledning

Projekt Move@school startede i 2006 med midler fra 'København - en by i bevægelse' og var i første omgang kun berammet til at skulle vare et år til udgangen af 2007. I projektet deltog syv pilotskoler<sup>1</sup>, som alle deltog i midtvejsevalueringen. Efter midtvejsevalueringen af projekt Move@school, der blev gennemført i maj 2008, besluttede styregruppen for 'København – en by i bevægelse' at udbrede Move@school til 12 nye skoler i Københavns Kommune. Projektet er således blevet udvidet til i alt 17 skoler, hvoraf 6 skoler er (de gamle) pilotskoler, og 11 er nye skoler (se tabel 1 side 12).

Der er opstillet følgende tre formål for Projekt Move@school:

1. At flere børn er fysisk aktive i skolen.
2. At flere børn oplever bevægelsesglæde.
3. At udvikle og afprøve metoder til fremme af fysisk aktivitet i skolen<sup>2</sup>.

Projekt Move@schools overordnede mål er at udvikle og beskrive metoder til at øge børn og unges fysiske aktivitetsniveau i skoletiden. Projektet arbejder således for følgende:

- At give skoleledelse, folkeskolelærere og forældre forståelse for fysisk aktivitets betydning for børns sundhed, udvikling, trivsel og læring samt skolens afgørende rolle og muligheder heri.
- At skabe tværfaglige miljøer, der fremmer fysisk aktivitet i skoletiden.
- At skabe bedre rammer for børn og unges iboende lyst til fysisk aktivitet i skolemiljøet og dermed øge mængden samt udbredelsen af daglig bevægelsesaktivitet i skoletiden blandt børnene på de involverede skoler<sup>3</sup>.

Strategien for at øge udbredelsen og mængden af fysisk aktivitet blandt børnene på de deltagende skoler i projektet er flerstrengt. Hermed er det ønsket, at fysisk aktivitet bør være en del af hele skolehverdagen og på forskellig vis motivere alle børn. Som udgangspunkt er det ønsket at gennemføre og opnå følgende:

- At øge både den frie og organiserede leg i frikvartererne.
- At øge kvaliteten af idrætsundervisningen.
- At indføre pausegymnastik (HulaHop) som en konstruktiv pause mellem emner i undervisningstimerne.
- At øge brugen af bevægelse (praktiske erfaringer dermed) som en tværfaglig under-

---

1 Bellahøj skole, Hillerødgade skole, Rådmandsgade skole, Frederikssundsvejen skole, DIA privat skole, Guldberg skole, Bispebjerg skole.

2 Projektbeskrivelse for Move@school, 22. nov. 2006, FSK. udarbejdet af projektleder Glen Nielsen.

3 IBID.

visningsmetode (bl.a. ved at benytte udeskole konceptet og herunder områder i Byens Grønne Puls samt konditest og andre bevægelseserfaringer som udgangspunkt for undervisningen).<sup>4</sup>

I maj 2008, da det i styregruppen blev besluttet at udvide projektet til i alt 17 skoler, tilføjede man tre mål for projekt Move@school:

1. At udbrede Move@school til 12 nye skoler i Københavns Kommune.
2. At facilitere de i alt 17 skoler, der nu deltager i projektet, med materialer og viden for at sikre, at Move@school kan fortsætte på skolerne.
3. At projekt Move@school kan forankres i BUF pr. 01.01. 2010<sup>5</sup>.

## Resultater fra midtvejsevalueringen

Sammenfattende viste midtvejsevalueringen af projekt Move@school på de syv skoler, at projektets tiltag generelt var blevet meget positivt modtaget på skolerne. Projektets målsætning om at give skolelærere forståelse for, hvilken betydning fysisk aktivitet og leg har for børns sundhed, udvikling og trivsel måtte siges at være opfyldt for størstedelen af de lærere, der havde besvaret spørgeskemaet samt deltaget i interviewene. Projektets mål om at skabe bedre rammer for børns iboende lyst til fysisk aktivitet i skolemiljøet og derved øge børnenes daglige bevægelsesaktivitet i skolerne blev opfyldt på flere af skolerne, til trods for at der også var forskellige vanskeligheder forbundet med at indføre projekt Move@schools tiltag. Men trods vanskelighederne var motivationen for at tænke i nye måder at organisere tiltagene på til stede blandt lærerne.

Blandt de lærere, der deltog i midtvejsevalueringen, syntes der i høj grad at være skabt en forståelse for og praktisk erfaring med, at de fysiske rammer i skolegården samt Move@schools legepakke have været med til at sætte en dagsorden i forhold til børnenes fysiske aktivitetsniveau, og at børn og unges iboende lyst til fysisk aktivitet motiveres og øges, når de tilbydes mulighed for alsidig leg og bevægelse. Som et resultat af Move@schools tiltag med legepatruljerne og den fri leg i skolegården oplevede ca. to ud af tre af de deltagende lærere i undersøgelsen i høj eller nogen grad, at børnene var mere fysisk aktive, samt at børnene oplevede mere bevægelsesglæde. Derudover vurderede knap halvdelen af de deltagende lærere i undersøgelsen, at der opstod færre konflikter blandt børnene i skolegården end tidligere.

Midtvejsevalueringen viste, at det ikke var praktisk muligt at gennemføre længerevarende opkvalificerende kurser for lærerne i det omfang, som det oprindeligt var tænkt fra projekt Move@schools side. Således blev der kun gennemført ét længerevarende kursus (udeskole), som deltagerne imidlertid gav udtryk for, at de havde haft stort udbytte af. Derudover blev der etableret kurser af én dags varighed (legepatrulje) samt temaoplæg i

---

4 Projektbeskrivelse for Move@school, 22. nov. 2006, FSK. udarbejdet af projektleder Glen Nielsen.

5 Opgavebeskrivelse, Move@school, FSK, Lars Hansen 19. marts 2009

forskellig form og varighed. Her var det nødvendigt med en stor fleksibilitet fra projektledelsens side, for at aktiviteterne overhovedet skulle kunne passe ind i skolernes pressede hverdag.

Evalueringen omfattede bl.a. en elektronisk spørgeskemaundersøgelse, som 49 respondenter fra de syv skoler har besvaret. Der var således mange lærere, som det ikke var lykkedes at komme i kontakt med og få svar fra vedr. deres erfaringer med og vurderinger af de forskellige tiltag i Move@school. Og det var med al sandsynlighed primært ildsjælene, som havde svaret. Ikke desto mindre tegnede der sig en meget positiv tendens i forhold til hvilken virkning, projektets tiltag havde ude på skolerne.

Konklusionen på midtvejsevalueringen var således, at hvis man ville udnytte det potentiale, der ligger i at videreføre disse tiltag, som var udviklet på Move@school, ville det kræve følgende:

- At man fra skoleledelsens side vil medvirke mere aktivt til at skabe bedre rammer for, at ideerne og materialerne kan videreudvikles og tilpasses den enkelte skoles behov.
- At ledelsen signalerer, 'at det er det man vil'.
- At man fra skolens side er villig til at lægge nogle ressourcer i det - samt at man løbende opkvalificerer/genuddanner legepatruljerne.
- At man i højere grad formår at fordele opgaverne på flere lærerkræfter, således at ildsjælene fortsat kan brænde for at skabe leg og bevægelse og ikke 'brænder ud'.

## **Metode for den sidste del af evalueringen**

Midtvejsevalueringen blev gennemført på alle syv pilotiskoler i maj 2008. Den sidste del af evalueringen, gennemført i 2009, er gennemført på 8 ud af de 17 skoler, der deltager i projekt Move@school<sup>6</sup>.

Heraf er fire af skolerne pilotiskoler (som deltog i projekt Move@school fra 2006), mens de resterende fire skoler er nye skoler, som først er blevet 'tilmeldt' projektet fra august/september 2008 (se tabel 1 side 12).

---

<sup>6</sup> Til den sidste del af evalueringen udvalgte de skoler, som havde været med i projektet længst. Blandt pilotiskolerne lukkede Frederikssundsvejen skole og Bispebjerg skole blev lagt sammen med Grundtvigsskolen. Endvidere udgik Rådmandsgade skole fra evalueringen.

**Tabel 1: Oversigt over deltagende skoler**

	Deltager i Move@school	Deltog i evalueringen (2009)	Deltog i midtvejs-evaluering (2008)
Pilotskoler	Bellahøj skole	ja	ja
	Hillerødgade skole	ja	ja
	Guldberg Skole	ja	ja
	DIA Privat skole	ja	ja
	Rådmandsgade skole	nej	ja
	Bispebjerg (Tagensbo skole)*	nej	ja
	Frederikssundsvejen skole	nej	ja
Nye skoler	Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium	ja	nej
	Kirsebærhaven skole	ja	nej
	Hanssted skole	ja	nej
	Lundehus skolen	ja	nej
	Lykkebo skole	nej	nej
	Valby skole	nej	nej
	Vigerslev allé skole	nej	nej
	Alholm skole	nej	nej
	Frejaskolen (special)	nej	nej
	Randersgade skole	nej	nej
	Katrinedalsskolen	nej	nej

\*Bispebjerg skole blev slået sammen med Grundtvigskolen - nu Tagensbo skole

Til den sidste del af evalueringen er følgende metoder taget i anvendelse:

1. Fokusgruppeinterview med kontaktpersoner/idrætskoordinatorer for de deltagende skoler med skolelederne på de deltagende skoler.
2. Observation af legeaktiviteter med fokus på legepatruljeaktiviteter på skolerne i skolegården eller på skolens øvrige område (udendørs og indendørs).
3. Elektronisk spørgeskemaundersøgelse blandt alle fastansatte lærere på de deltagende skoler.

### **Fokusgruppeinterview med kontaktpersoner, idrætskoordinatorer samt skoleledere fra deltagende skoler.**

I marts 2009 gennemførte evaluatoren fokusgruppeinterview med kontaktlærere og idrætskoordinatorer fra de otte skoler. I interviewet deltog i alt fem lærere fra følgende fire skoler: Bellahøj skole, DIA Privatskole, Kirsebærhaven skole samt Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium. Ligeledes blev der gennemført fokusgruppeinterview med skolelederne fra Hillerødgade skole, Hanssted skole, Lundehusskolen, Kirsebærhaven skole samt lederen af idrætsafdelingen fra Bellahøj skole. Samlet er der således ansatte fra syv ud af de deltagende otte skoler, der har deltaget i fokusgruppeinterviewene. Det er kun Guldberg skole, som måtte meldte afbud til begge interview, hvorfor evalueringen på denne skole alene

bygger på spørgeskemaundersøgelsen samt observationer af legepatruljeaktiviteterne ude på skolerne.

Det forhold, at idrætskoordinatorerne fra tre af skolerne ikke har kunnet deltage i fokusgruppeinterviewene<sup>7</sup>, betyder, at vurderingen af projektets tiltag her alene bygger på skoleledernes vurderinger af tiltagene samt på spørgeskemaundersøgelsens resultater. Set fra et overordnet ledelsesmæssigt synspunkt er Move@school kun en ganske lille del af en meget travl hverdag, fyldt af rigtig mange andre projekter og dagsordener, hvilket i flere tilfælde har gjort, at det har været vanskeligt for skolelederne at give fyldestgørende svar på projektets konkrete indsatser.

### **Observationer af legeaktiviteter på de deltagende skoler**

Evaluators har foretaget observationer af legepatruljeaktiviteter samt aktiviteter i skolegården på syv af de deltagende otte skoler. På Hillerødgade skole har det ikke været muligt at foretage observationer, idet der har været længere pauser i gennemførelse af legepatruljen (det meste af foråret 2009). Hvor det har været muligt, har evaluator i forbindelse med observationsbesøgene talt med kontakt-personerne eller idrætskoordinatorerne på skolerne samt med de elever, der står for legepatruljen.

### **Gennemførelse af internetbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt lærere og skoleledere.**

Det tredje evalueringstiltag er en internetbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt alle fastansatte skolelærere og skoleledere, som blev gennemført på de otte skoler i løbet af april og maj 2009. Alt i alt blev skemaet sendt til 379 lærere, svarende til det antal fastansatte lærere, som evaluator har fået oplyst, at der er ansat i en fast stilling på de otte skoler. Kontaktpersonerne/idrætskoordinatorerne på hver skole har haft ansvaret for at uddele respondentnøgler med specifik information om undersøgelsens indhold og gennemførelse til alle lærere på deres skole. Denne metode blev valgt på baggrund af de vanskeligheder, der viste sig i forbindelse med gennemførelsen af midtvejsevalueringen<sup>8</sup>. Den ændrede procedure for gennemførelse af survey undersøgelsen har imidlertid ikke vist sig at være mere succesrig i forhold til at øge svarprocenten blandt lærerne på skolerne. Med sigte på at indhente flere besvarelser blev der via kontaktpersoner/ idrætskoordinatorer rettet henvendelse til skolerne af tre omgange, og svarfristen blev forlænget to gange. Trods dette lykkedes det kun at indhente 37 besvarelser. Heraf har 34 besvaret hele spørgeskemaet, mens 3 respondenter har besvaret dele af spørgeskemaet. Der er således tale om en svarprocent på knap 10 % af de ansatte på de otte skoler<sup>9</sup>.

Af tabel 2 fremgår det, at vi finder den største svarprocent på Guldberg skole, hvor lidt mere end hver fjerde lærer (27 pct.) har svaret, samt på Kirsebærskolen hvor hver femte lærer (18 pct.) har besvaret spørgeskemaundersøgelsen. På de øvrige skoler er der tale om

---

7 Dette gælder for Hillerødgade skole, Lundehus skolen samt for Hanssted Skole

8 I forbindelse med midtvejsevalueringen forsøgte SDU at indhente personlige mailadresser på de lærere, der havde haft berøring med projektet på pilotskolerne, hvilket viste sig at være en meget ressource-krævende proces, som dog alligevel kun resulterede i 49 besvarelser i alt.

9 De lærere, der har besvaret spørgeskemaet, er de, der har størst kendskab til projektet.

en ganske lille svarprocent på mellem 3 pct. og 6 pct..

Det lave antal respondenter på skolerne må begrundes i flere forhold. For det første oplever mange af skolelærerne, at der påhviler dem mange opgaver og et stort tidspres i hverdagen – også i forhold til opgaver, der ligger udenfor den normale undervisning. For det andet er der tilkendegivelser om, at der iværksættes rigtig mange projekter ude på skolerne, og at der i forlængelse heraf også gennemføres mange evalueringer og undersøgelser, som lærerne ikke kan nå at forholde sig til - eller de ser sig nødsaget til at prioritere at deltage i nogle frem for andre. Dette synes at være en del af forklaringen på, at så få har prioriteret at deltage i spørgeskemaundersøgelsen af Move@school. På baggrund af denne lave svarprocent (med 2-3 respondenter på størstedelen af skolerne) anses det for at være mest hensigtsmæssigt at gennemgå resultaterne af de tre evalueringsformer under et.

**Tabel 2: Omfanget af lærernes deltagelse i undersøgelsen**

	Oplyst antal fastansatte lærere på skolen	Antal respondenter	Andel af besvarelser i forhold til antal fastansatte lærere (%)
Guldberg Skole	44	12	27,2
Bellahøj skole	45	3	6,6
Hillerødgade skole	40	2	5,0
DIA Privat skole	33	2	6,0
Hanssted skole	30	2	6,6
Lundehus skolen	65	3	4,6
Kirsebærhaven skole	60	11	18,3
Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium	62	2	3,2
Alle	379	37	9,8

## Aktiviteter og tiltag iværksat på projekt Move@school

Det blevet besluttet at videreføre tre af projektets fire tiltag, idet tiltaget omkring udeskole blev skåret væk til fordel for en økonomisk opprioritering af projektets øvrige tiltag. Projektets tiltag omfatter således:

1. Deltagelse i legepatruljekursus samt etablering af legepatruljer.
2. Fri leg rekvisitpakke til de nye skoler, der deltager i projektet samt en opgradering af de eksisterende på de gamle skoler (pilotskolerne).
3. Præsentation/demonstration af det skriftlige materiale, der er udarbejdet i forbindelse med Move@school for alle lærerne. Der er tale om fire forskellige materialer Motion i klassen (idémappe samt tilhørende rekvisitter) Hulahop (med ideer til pausegymnastik) Legekatalog samt materialet Kondition på skoleskemaet.



## **Skolernes udbytte af - og erfaringer med projektets tiltag.**

I fokusinterviewene med kontaktlærere og idrætskoordinatorer såvel som med skolelederne er der blevet spurgt om, hvilket udbytte man på skolerne har haft af projektets forskellige konkrete tiltag. For det første; hvordan er det gået med etableringen af legepatruljen og fri leg aktiviteter på skolerne? Hvordan Motion i Klassen materialet er blevet modtaget og anvendt, hvilke vanskeligheder og succeser man har haft i forhold til organisering og gennemførelse af disse undervisningstiltag, hvordan man vurderer kvaliteten af det øvrige skriftlige materiale, som er blevet præsenteret for lærerne og sendt ud til skolerne, samt hvordan og i hvilket omfang materialet er blevet anvendt på skolerne?

Mere overordnet er skolelærere og ledere blevet bedt om at vurdere værdien af den information og rådgivning, som Folkesundhed København har ydet i form af temaoplæg og præsentationer mv. på skolerne. Er der med andre ord blevet tilført skolerne ny viden i kraft af rådgivningen fra Folkesundhed København? Derudover er det i interviewene blevet diskuteret, hvilken betydning projektets tiltag har haft i forhold til målsætningen om at sætte fysisk aktivitet og bevægelse på skolernes dagsorden, samt i hvor høj grad det er lykkedes at bringe mere bevægelse ind i undervisningen. Som et sidste punkt er deltagerne i interviewene blevet bedt om at give deres bud på, hvad de mener, der skal til, for at projektets tiltag vil kunne forankres på skolerne i fremtiden?

## **Etablering af legepatruljerne og fri leg aktiviteter**

Det er meget forskelligt, hvordan legepatruljeaktiviteterne er blevet gennemført på de enkelte skoler, hvilket de observationer, som evaluator har foretaget på skolerne, også vidner om. På et par af skolerne er legepatruljen kommet rigtig godt fra start og er gået hen og blevet en særdeles efterspurgt og attraktiv aktivitet af de elever, der deltager, og legepatruljen udgør således en vigtig del af skolens hverdag. På andre af skolerne synes legepatruljen slet ikke at være blevet rigtig etableret endnu, eller den har tabt nyhedens interesse, hvilket der er forskellige forklaringer på. De pilotskoler, hvor legepatruljen synes at fungere godt og er sat i system er Bellahøj Skole, DIA Privatskole og Guldberg Skole samt periodevis på Hillerødgade skole (pilotskoler). Af de nye skoler er Kirsebærhaven skole det sted, hvor legepatruljen er mest velfungerende. På Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium kørte legepatruljen godt i en kort periode, mens den havde nyhedens interesse, men nu synes interessen at være dalet blandt de elever, der skal deltage, således at den faktisk ikke eksisterer. På Lundehus skolen er man ikke kommet i gang med egentlig iværksættelse af legeaktiviteter, men har en slags udlånsordning af legerekvisitter. På Hanssted skole har det heller ikke været nogen let proces at få etableret legepatruljen.

Af spørgeskemaundersøgelsen fremgår det, at samtlige lærere mener, at det er en god ide at etablere legepatruljer på skolerne. Således angiver fire ud af fem lærere, at det er en rigtig god ide (79 pct.), og ca. hver femte lærer angiver, at det er en god idé, at der etableres legepatruljer (21 pct.). Nogle af de begrundelser, som lærerne angiver, handler om

1) mere bevægelse og aktivitet i skolegården, 2) sociale kompetencer, 3) større ansvarlighed overfor hinanden eleverne imellem samt 4) inspiration til nye legeaktiviteter:

*Godt med bevægelse i skolen.*

*Børnene har godt af at bevæge sig, de får sociale kompetencer og de har det sjovt.*

*Børnene trænger ofte til lidt inspiration for at komme i gang med at lege nye lege.*

*Eleverne er selv medansvarlige.*

*Det blander eleverne på kryds af årgange, altså de små bliver trygge ved de store og finder ud af at de også har noget positivt at byde på. At der kommer en fælles ansvarlighed for trivslen på skolen.*

*Det er fint med legepatruljer, da det giver de store en mulighed for at være sammen med de mindre elever på en god måde.*

*Det er rart at eleverne i de mindre klasser bliver aktiveret i frikvartererne.*

*Børnene lærer nogle gode lege. Alle kan være med.*

*Det er vigtigt med bevægelse i skolen, dels for at få sunde børn, men også for forbedret indlæring og trivsel. Der er også mulighed for børnene på tværs af alder og klasser at socialisere.*

*Legepatrulje er et godt tiltag i skolegårdsmiljøet, da det giver langt mere alsidig leg og indhold i frikvarteret.*

*Med til at åbne børnenes øjne for bevægelseslege.*

I spørgeskemaundersøgelsen er lærerne blevet bedt om at vurdere, hvordan legepatruljen fungerer på deres skole, samt hvilken betydning etableringen af legepatruljer har haft for børnenes fysiske aktivitetsniveau i frikvartererne. Her viser svarene følgende (tabel 3):

- Mere end halvdelen af respondenterne (ca. 65 pct.) oplever, at legepatruljen fungerer godt.
- Mere end halvdelen af lærerne (66 pct.) vurderer, at legepatruljekurset har klædt eleverne godt på til opgaven som legepatruljeansvarlige.
- To ud af tre lærere (76 pct.) oplever, at eleverne varetager legepatruljen godt.
- Knap to ud af tre lærere (62 pct.) oplever, at de elever, der deltager, er glade for legepatruljerne.
- Hver tredje lærer vurderer, at børnene er mere fysisk aktive i frikvartererne, end de var før man indførte legepatruljen på skolerne.
- Mere end halvdelen af respondenterne oplever, at de legepatruljeansvarlige elever også selv har glæde af at stå for legeaktiviteterne.
- Halvdelen af lærerne oplever, at det er nødvendigt, at der også er lærerkræfter tilknyttet i forbindelse med gennemførelse af legepatruljeaktiviteterne.
- Ca. hver tredje lærer oplever færre konflikter, hvilket de tilskriver etableringen af legepatruljen på skolerne.

**Tabel 3.: Respondenternes vurdering af legepatruljen på skolerne (pct.) ( N = 37)**

	Meget enig	Enig	Hverken/ eller	Uenig	Meget uenig	Ikke i stand til at svare på
Legepatruljen fungerer godt	29,7	35,1	18,9	2,7	2,7	10,8
Legepatruljen er klædt godt på til det	21,6	43,2	2,7	0,0	2,7	29,7
Eleverne kører legepatruljen godt	21,6	54,1	10,8	0,0	2,7	10,8
Deltagerne er glade for det	40,5	21,6	10,8	0,0	2,7	24,3
Børnene er mere fysisk aktive end tidligere	5,4	29,7	40,5	2,7	2,7	18,9
Legepatruljen har selv glæde af det	25,0	36,1	5,6	0,0	2,8	30,6
Nødvendigt med lærerkræfter til stede	29,7	18,9	21,6	13,5	2,7	13,5
Legepatruljen har bevirket færre konflikter	2,7	21,6	35,1	10,8	2,7	27,0

### Bellahøj skole

Bellahøj skole adskiller sig fra de øvrige skoler, der deltager i projektet, ved at være en idrætsskole. I den første del af projektføreløbet (2006-2008) havde Bellahøj skole svært ved at komme fra start. Men nu, hvor Bellahøj skole i kraft af sin status som idrætsskole har bevægelse som sit kerneområde, er der blevet brugt ressourcer på at få legepatruljen op at stå, og den havde på det tidspunkt, hvor interviewene foregik, kørt over al forventning i ca. fire måneder. Ikke mindst er legepatruljeaktiviteterne - såvel hvad angår organisering som indhold - blevet sat meget i system. Legepatruljen fungerer én gang om ugen af to omgange (dvs. i 10- og 12-frikvarteret hver tirsdag) og aktiviteterne gennemføres indendørs i skolens nyrenoverede gymnastiksal. Den lærer, der er ansvarlig for legepatruljen på Bellahøj skole, siger i interviewet:

*Vi har haft legepatrulje siden jul (2008) og til i dag (marts 2009), og der har faktisk været 600 børn i legepatruljen, bare på de tirsdage der har været, så det er faktisk sindssygt mange børn, og jeg ved ikke, hvor mange børn vi har måttet afvise, fordi vi ikke kunne have dem i hallen, altså det har været en rygende succes (Lærer med ansvar for legepatruljen på Bellahøj Skole).*

I udvælgelsen af de elever, der skal stå for legepatruljen, har man på Bellahøj skole valgt at inddrage de mindre ressourcestærke elever.

*Vi har så ikke valgt, at det er så og så mange 8. klasser (der skal stå for det), vi har simpelthen valgt nogle elever ud. Nogle gode elever har vi valgt ud, men vi har også været ude og vælge nogle elever som vi kunne se, okay, hvis vi ikke får hende eller ham rettet lidt ind, så kan det godt være det ender lidt i en forkert glidebane. Så vi har prøvet at få dem ind i sådan et projekt her og sige: "Jamen du kan faktisk godt gøre noget, du kan godt få en succesoplevelse på denne her måde" (Lærer med ansvar for legepatruljen på Bellahøj Skole).*

Udover at man på Bellahøj skole således bestræber sig på også at inddrage de ressourcsevage elever, ved at de påtager sig et ansvar for legepatrulje-aktiviteterne (hvilket kan være med til at øge selvtilliden hos disse elever), er det planen at lade legepatruljen indgå som et element på den idrætslinje, som eleverne kan vælge sig ind på - på Bellahøj skole.

*Det kører fuldstændig vanvittigt godt. Her efter påske kommer det så to gange om ugen á to gange. Så har vi valgt at køre det sådan, at for fremtiden vil vi gerne have, at alle nye, der bliver optaget på den her idrætslinje, så skal det også være en del af deres uddannelse, at de kommer i Legepatruljen. Vi vil nemlig gerne uddanne til at være rollemodeller og være ansvarshavende (Lærer med ansvar for legepatruljen, Bellahøj skole).*

Evaluator er på observationsbesøg en tirsdag i januar 2009 på Bellahøj skole:

*Legepatruljeaktiviteterne på Bellahøj Skole varetages i dag af tre 8. klasses piger. Derudover er den ene af de to legepatruljeansvarlige lærere også til stede. Der er i dag 27 elever i gymnastiksalen. Inden aktiviteterne gennemføres, er det blevet annonceret på skolens intranet, hvilke aktiviteter, der kommer til at foregå. Denne dag foregår der tre legeaktiviteter (...) Hotdog, Hospitalsleg og Jorden Rundt(...). Legepatruljepigerne kæmper med at få eleverne til at tie stille og få ro til at forklare den næste leg; hospitalsleg. En stor tyk måtte bliver slæbt midt ud i gymnastiksalen. Den skal bruges til hospital. Alle børnene skal, inden legen fløjtes i gang, gå ud til den ene endevæg i salen. Der udnævnes til at starte med én fanger. De, der bliver fanget, skal lægge sig ned på gulvet og derefter bæres over på hospitalsmatten (af de, der endnu er levende). Der er et sandt leben, de døde råber for at få opmærksomhed. Legen afbrydes, da læreren fløjter! Der er nogle af eleverne, der ikke følger legens regler. Der bliver stille i salen, da Jacob (læreren) taler; "Der er ingen, der må være på hospitalet, undtagen de syge, dvs. alle de der kaster sig rundt og er så syge, at de ikke kan være med i legepatruljen, sådan er det. Så næste gang, er døren der. De, der ikke følger reglerne, kan ikke være med i legepatruljen. Det er lidt hårdt, men sådan er det altså. De eneste der må være på hospitalet, det er de syge, er det forstået? Tak skal I have!" Legen fløjtes i gang igen, mens den udvalgte snurres rundt og er klar til at fange de andre. Børnene skrider af fryd ved at blive fanget og slæbt væk af kammeraterne i et sandt orgie af bevægelser. Legen pågår i et længere stykke tid, inden den sidste leg sættes i gang (Evaluators observation på Bellahøj skole).*

Samlet set er de økonomiske ressourcer på Bellahøj Skole i kraft af den idrætslige satsning betragtelig større, hvilket betyder, at flere muligheder står åbne i forhold til at implementere projektets tiltag, end det umiddelbart lader sig gøre på de øvrige skoler.

*Grunden til at der sker rigtig meget på Bellahøj skole er, at vi er en profilskole og derfor har haft nogle andre muligheder, både økonomisk og facilitetsmæssigt, til at kunne lave det. Men vi gjorde det, netop på grund af årstiden, at da vi havde etableret vores legepatrulje, så sørgede vi for at åbne vores ene gymnastiksal, og det var der, de lavede legepatrulje, og det har vist sig at være meget trygt, fordi det ikke har været ude i gården foran deres kammerater og venner, men det har været et sted, hvor de har følt, at der i starten var lidt læreropsyn, og så har de stået for det dernede (Leder af idrætsafdelingen, Bellahøj Skole).*

Udover legepatruljekurset har man valgt at fritage de legepatruljeansvarlige fra den almindelige skoleundervisning en hel dag for at arbejde med legepatrulje-aktiviteterne og klæde eleverne yderligere på til opgaven. Herom siger den lærer, der er ansvarlig for legepatruljen på Bellahøj skole:

*I fredags havde vi taget en hel dag ud af deres skema, og jeg havde også taget min egen 2. klasse ud af deres skema, og brugt dem som medier. Altså først taget to timer, hvor vi har snakket om det her*

*med, at du er ansvarshavende, du skal være rollemodel for de andre. Så har vi simpelthen introduceret de her lege for dem og ladet dem kigge i legepatruljemappen. Så har de fået lov til at lege alle de her lege, og til sidst har de selv fået lov til at plukke nogle lege ud og plotte dem ind i skemaet for, hvornår det skal være (Lærer med ansvar for legepatruljen, Bellahøj skole).*

### **Hillerødgade skole**

På Hillerødgade skole har legepatruljen ifølge skolelederen fungeret rigtig godt i perioder, men der har også været perioder, hvor den ikke har fungeret, og i foråret 2009 var der en pause i afholdelse af legepatrulje på skolen <sup>10</sup>. Skolelederen mener, at det er meget afhængigt af den person, dvs. den eller de lærere, der står for det, hvordan det kører.

*Vores Legepatrulje er løbet lidt forskelligt af stablen de år, hvor den har eksisteret, og det er meget personafhængigt, vil jeg sige. Der var et par ildsjæle på det første år, og vi fik uddannet legepatruljerne og det fungerede rigtig godt, både indendørs og udendørs. Der prøvede vi begge dele af. Jeg har ikke tal og statistikker i orden med hvor mange dage i ugen og sådan, men det kørte helt fint, og alle legepatruljerne blev præsenteret for alle skolens børn og reglerne for, hvordan man meldte sig, og hvordan man var med, og de havde deres tøj på, og uddelte mapperne i klasserne og de der ting. Det fungerede helt fint. Sidste år var vores skole meget præget af, at 2/3 af skolegården var væk pga. byggeri, så vi var meget trængt på plads. Så var vi jo rigtig glade for at have legepatruljerne, som havde vist sig at kunne fungere i gymnastiksalen, for vi var simpelthen nødt til at udvide det areal, vi kunne tilbyde børnene (Skoleleder, Hillerødgade skole).*

En lærer fra Hillerødgade skole giver i spørgeskemaundersøgelsen udtryk for, at der i perioder ikke har været afsat tilstrækkelige lærertimer til gennemførelse af legepatruljen, hvilket han anser for at være grunden til, at legepatruljen ikke er blevet prioriteret og gennemføres på nuværende tidspunkt.

*Legepatruljen fungerer fint, når der er lærertimer til at støtte op omkring aktiviteterne. På vores skole har der i år pga. kursusdeltagelse og oplæring af børn ikke været timer til, at legepatruljen har kunnet være et løbende tilbud i frikvartererne (Lærer fra Hillerødgade skole).*

Legerekvisitterne til den fri leg i skolegården er på Hillerødgade skole blevet brugt i stort omfang. Det har dog også været forbundet med vanskeligheder i forhold til organiseringen af udlånet af legeredskaberne og ikke mindst at få hentet dem ind igen. Dette beskriver skolelederen på følgende vis:

*Der er et godt legeniveau i skolegården. De der materialer til fri leg i frikvarteret, dem blev vi jo også kisteglade for at få. Det var simpelthen juleaften at få alle de der ting. Vi fik tømret et par kasser nede i gården, altså nagelfast mod muren, nogle kraftige kasser, som det skulle opbevares i med nogle store hængelåse, og det blev så gårdvakterne, der var der i forvejen, der skulle stå for udlevering og indsamling. Det gik til dels godt, men der var faktisk for meget legetøj til den lille gård, fandt vi ud af. (...). Men det kunne vi jo have organiseret os ud af. Men den der med at holde styr på det. Det er rigtigt, at det er en vanskelig opgave. Vi overvejer lidt, om vi skal lægge det ansvar over til pædagogerne. Der arbejder både lærere og pædagoger hos os, og pædagogerne er der fra midt på dagen. Så det er noget, vi skal finde ud af, hvordan vi gør fremover, fordi det var herligt at kunne tilbyde alle de ting til ungerne (Skoleleder, Hillerødgade skole).*

---

<sup>10</sup> Dette er således også grunden til, at det ikke har været muligt for evaluatoren at foretage observationer på Hillerødgade skole.

### **DIA Privatskole**

På DIA privatskole har legepatruljen kørt godt et par år. Legepatrulje-aktiviteterne foregår indenfor i skolens eneste gymnastiksal, og de gennemføres i to frikvarterer på alle ugens dage. Legepatruljeaktiviteterne er udelukkende tilrettelagt for indskoling (1.-4. klasse), således at de forskellige klassetrin kan deltage på skift fordelt over ugens 5 dage.

*Da jeg ankommer til DIA privatskole er det store spisefrikvarter startet, og der er en ca. 50-60 børn i skolegården. Legepatruljeaktiviteterne skal foregå inde i gymnastiksalen, men er endnu ikke gået i gang. Der er 8 store drenge, der spiller fodbold inde i salen. 4 af dem er ansvarlige for legepatruljen, men i dag er det pigegruppen, der skal stå for legepatruljen. Ved 11-tiden kommer de fire store piger. To fra 7. klasse og 2 fra 6. klasse. Sammen med dem ind ad døren spæner 18 børn fra 2. klasse. 8 piger og 10 drenge. "Husk at smide støvlerne" minder de store piger dem om, og så er der ellers gang i salen. Hvinen og hylene og forventningsfulde ansigter.*

*I starten har pigerne lidt svært ved at få forklaret, hvad legen går ud på. "Hvem af jer kender ikke legen?", spørger én af de store piger. Kinesisk rundbold forklares ved, at pigerne viser det selv. Man skal stå i en kreds og kaste bolden fra person til person. Den, der taber bolden, skal løbe uden om de andre i kredsen og tilbage til det sted, hvor man oprindeligt stod. Børnene har lidt svært ved at fordele sig, men hjælpes på vej af pigerne, der guider dem på plads i en stor cirkel. Så sættes legen i gang, og lydniveauet forhøjes igen til det dobbelte. Der er stor begejstring at spore i børnenes højro-stede men glædesfyldte stemmer. Flere af børnene synes at tabe bolden med vilje, idet det åbenbart er det sjoveste at skulle løbe rundt om de andre i kredsen. Efter en rum tid stoppes legen, og børnene kaldes igen sammen langs endevæggen i gymnastiksalen. Den næste leg, der introduceres, er hestejæger (Observation på DIA Privatskole, december 2008, evaluator).*

Pga. pladsmangel har man på DIA Privatskole valgt at gennemføre legepatrulje alene for indskoling og det er planlagt således, at ét klassetrin kan deltage af gangen. Til gengæld er man også i gang med at organisere legeaktiviteter udendørs i skolegården, hvor skolens elevråd skal være med til at påtage sig at gennemføre nogle lege for mellemtrinnet på skolen - med afsæt i Move@schools legekatalog.

### **Kirsebærhaven skole**

Når vi vender blikket mod de nye skoler, synes legepatruljen først og fremmest at være kommet godt fra start på Kirsebærhaven skole. Her fungerer legepatruljen rigtig godt, men der synes også at være blevet lagt mange ressourcer i at få det til at lykkes. På Kirsebærhaven har i alt 9 elever fra 8. klasse deltaget på legepatruljekursus. To drenge er i mellemtiden sprunget fra, og der er således 7 piger, som er ansvarlige for legepatruljeaktiviteterne, som siden november 2008 til slutningen af marts 2009 er blevet gennemført to gange dagligt alle ugens dage. Der er to hold i gang samtidig, idet to piger står for iværksættelse af lege i indskolingens skolegård, og tilsvarende er der to, der står for legeaktiviteter i mellemtrinets skolegård. Idrætskoordinatoren giver udtryk for, at det er en meget engageret og ansvarlig pigegruppe, som påtager sig et stort ansvar. Legepatruljen fungerer godt for indskoling, derimod er det både idrætskoordinatorens og legepatruljepigerens oplevelse, at det har været svært at etablere legepatrulje for mellemtrinnet. En del af forklaringen er den forholdsvist lille aldersforskel, der er mellem de legepatruljeansvarlige og de, der skal deltage.

Da evaluator er på observationsbesøg på Kirsebærhaven sker der således også rigtig meget i de mindre børns skolegård (hvor indskolingene opholder sig), mens det helt klart er sværere for legepatruljen at få gang i legeaktivitet i mellemskolens skolegård.

*To 8. klasses piger iført legepatruljeveste er kommet ud i den skolegård, hvor mellemtrinnet (4 - 6. klasserne) holder frikvarter. Udover legepatruljepigerne befinder der sig 12 andre børn i gården. Et par stykker har lånt boldene i legetasken og spiller bold op ad muren. Pigerne spørger, om der er nogen, der vil være med. De har taget et sjippetov frem, og spørger, om der er nogen, der vil sjippe. Først er der ikke rigtig nogen, der ser legelystne ud, men så "forbarmer" en mindre dreng og en større pige sig, og hopper med i tovet, som pigerne svinger. De synger en remse. Og de to børn løber rundt om den, der svinger tovet, og de hopper skiftevis ind fra den ene og anden side. Ellers er der ikke rigtig nogen aktivitet at spore i hele gården.*

*Da jeg træder ud i indskolingens gård er der en Banke Bøf leg i gang. Lidt efter introduceres "alle mine Kyllinger". To ræve skal vælges og en hønemor. De store legepatruljepiger organiserer de små og hjælper dem med at finde ud af, hvor de skal stå. Det tager lidt tid, og så skal legen forklares, inden hønemor kan kalde på sine kyllinger, og rævene kan gribe ud efter og fange de små kyllinger, når de forsøger at komme fra den ene side over på den anden til hønemor. En tredje legepatruljepige svinger et sjippetov, og et mindre barn forsøger sig i den anden ende. Et tredje barn står i midten - klar til at hoppe. Sjippeaktiviteten ville de mindre børn i gården næppe have kunnet organisere alene, endsigesvinge tovet i en bue, som var mulig at hoppe i.*

*Flere gange i løbet af frikvarteret er legepatruljepigerne henne at trøste et barn, der har slået sig eller mægle mellem nogen, der er blevet uvenner med hinanden.*

*Da klokken ringer ud, får jeg en kort snak med legepatruljepigerne. Jeg spørger dem, hvad de synes om at stå for legepatruljen. De synes, det er rigtig sjovt. Men først og fremmest er det sjovt i indskolingene. For mellemtrinnet er det mindre spændende, fordi det er svært at lokke nogen med. Den ene af pigerne siger; "Ovre i den anden gård (for mellemtrinnet) er der ikke særlig mange, der har lyst til at være med. De er meget mere aktive her. Og jeg føler mig også lidt latterliggjort, når jeg står derovre og prøver at lege med nogen, der ikke er særlig meget yngre end mig selv (Observation på Kirsebærhaven skole, januar 2009, evaluator).*

I februar 2009 er der på Kirsebærhaven skole blevet afholdt en aktivitetsuge med værkstedsworkshops, hvor alle værksteder skulle tage udgangspunkt i Move@school konceptet. Derudover nævner idrætskoordinatoren, at der har været afholdt et erfaringsudvekslingsseminar blandt alle skoler i distrikt Valby, hvor der bl.a. var fokus på projekt Move@schools tiltag.

### **Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium**

På Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium fik man legepatruljen op at stå i en kortere periode (ca. 1½ måneds tid), men trods gejst og engagement fra de elever, der står for den, samt information om legepatruljen ude i klasserne, har nysgerrigheden og interessen hos de, der skal deltage, desværre lagt sig. Det betyder, at legepatruljen ikke rigtig fungerer, og at der ikke er foregået legepatruljeaktiviteter nogle af de gange evaluator har været på observationsbesøg, til trods for, at det har været annonceret begge dage. Om legepatruljen siger idrætskoordinatoren på skolen:

*Jeg vil sige, at det der kursus, det var rigtig rigtig godt, og vores børn var meget motiveret, da de kom hjem, og havde også en stor gejst i den første måned. Der var de nysgerrige børn, som gerne ville være med, og de første par gange var der rigtig mange børn, der deltog. Men så ebbede det*

*ligesom ud. Nysgerrigheden havde lagt sig. Nu oplever børnene så, at der ikke rigtig er nogen, der kommer. Der gik måske 1½ måned. Det er selvfølgelig lidt ærgerligt, men vi har så heller ikke haft de her frie rekvisitter ude, og det kan godt være det sådan skaber mere glæde (Idrætskoordinator på folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

Koordinatoren på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium ser det imidlertid ikke som et udtryk for, at legekulturen i frikvartererne har det skidt, tværtimod er det hendes indtryk, at børnene selv er rigtig gode til at sætte lege i gang og faktisk leger på livet løs med meget forskellige aktiviteter.

*Men jeg ser det også som noget positivt, da jeg har været nede og kigge for at se, hvad der egentlig sker i skolegården. Det der sker, er, at de fleste børn, de er altså legende. Så man skal jo heller ikke gå hen og sige: "Hov, du må ikke være med til den her leg, du skal være med til vores leg." Det er på en eller anden måde et positivt billede på vores skolegård. Spørgsmålet er så, hvordan Legepatruljen kunne komme til at føle sig brugt. Der kunne det måske være noget med de her rekvisitter, de så kan stå for at låne ud (Idrætskoordinator på folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

Observationerne foretaget på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium bekræfter dette udsagn fra læreren på skolen. De gange, hvor evaluator er på observationsbesøg, foregår der meget forskellig legeaktivitet i skolegården. Der spilles forskellige slags boldspil på kryds og tværs i skolegården, der foregår sjippeaktivitet i de stille kroge foran skolebygningen, og på arealet med klatretårn bagest i skolegårdens område klatres der på livet løs. Flere af aktiviteterne synes at foregå på tværs af forskellige alders- og klassetrin. Det lykkes at finde nogle af de elever, som står for legepatruljen, dog uden at der er igangværende aktiviteter. Om etableringen af legepatruljen siger de bl.a.:

*Vi har lavet nogle forskellige hold, men der kommer aldrig så mange. Vi prøver også at lave sådan et 'alle-kald', men der sker alligevel ikke noget. De gider ikke rigtig. Vi har prøvet sådan en to tre gange, men måtte give op, fordi der var ingen, der gad (5. klasses dreng fra legepatruljen, folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

*Da det var helt nyt, var der sådan nogen, der gad sådan to-tre dage i træk, men det er ærgerligt, fordi vi har så mange gode ting! (5. klasses pige fra legepatruljen, folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

## **Lundehusskolen**

På Lundehusskolen er det ikke lykkedes at få legepatruljen engageret til selv at igangsætte legeaktiviteter for de mindre elever. Legepatruljen er først og fremmest til rådighed med en slags "udlåns-ordning", hvor eleverne kan låne legerekvisitter af de legepatruljeansvarlige samt kigge i legepatruljemapperne og selv få idéer til, hvad de kan lege. Egentlig iværksættelse af legeaktiviteter er ikke blevet gennemført på Lundehus skolen, hvilket fremgår af nedenstående observation på Lundehusskolen.

*Da klokken ringer ud til det store frikvarter, leger børnene på livet løs i alle legerummene. Et af de populære legerum denne frostklare og solbeskinnede onsdag i januar er en tilfrosset vandpyt! Der glides og rumpes hen over isen med fuld fart og i mange stilarter. 5-6 piger og drenge kaster sig glade og fro ud i "rough and tumble" legesekvenser - med vandpytten som kulisse. Der går ca. 20 minutter af frikvarteret, før jeg finder frem til, hvor legepatruljen har gemt sig. Ingen af de tilstedeværende lærere i gården, som jeg spørger, er klar over, hvor tingene skal foregå, kun at det er blevet annonceret, at der skal være legepatrulje! Da jeg har ledt et godt stykke tid, finder jeg to piger fra 7.*



klasse fra legepatruljen. De har siddet i døråbningen ind til et gangareal udstyret med en idémappe med lege, som børnene selv kan bladere i og lade sig inspirere af, og så kan de låne rekvisitter i form af sjippetove, bolde, hulahopringe mv. Legepatruljen forestår altså ikke nogen egentlig iværksættelse af legeaktiviteter, men fungerer som en slags udlånsordning af legerekvisitter (Observation på Lundehusskolen, marts 2009).

I interviewet med skolelederen fra Lundehusskolen fremgår det således også, at legepatruljen ikke rigtig er kommet i gang, hvilket hun primært mener skyldes, at projektet begyndte på det forkerte tidspunkt af året.

*Vores legepatrulje havde meget svært ved at komme fra start, og det tror jeg har noget at gøre med kursustidspunktet. Det var lige midt om vinteren, og det er ikke det mest oplagte tidspunkt - at gå ud og sætte alt muligt i gang i skolegården. Dels fordi der har været sne, så der har været andre legemuligheder, men også fordi det ikke er det tidspunkt, hvor det bobler i skolegården. Det gør det nu lige om lidt, så jeg satser da på, at de for alvor får gang i deres skab. De har fået lavet alt det indledende, så skabet står klar nu, og de har fundet ud af, hvordan de får lånt materialer ud osv., de er ved frisk mod. Men de har ikke fået sat særlig mange ting i gang endnu (Skoleleder, Lundehusskolen).*

### **Hanssted Skole**

På Hanssted skole har otte børn fra 4. og 5. klasser deltaget i legepatruljekurset i november 2008. Legeaktiviteterne skal primært foregå udenfor i skolegården, og har været i gang fra lidt før jul 2008. Idrætskoordinatoren fortæller, at det er frit for alle klassetrin at deltage i legepatruljeaktiviteterne, men at det nok er mest målrettet mellemtrinnet og indskoling, idet det er urealistisk at 4. klasserne skal kunne få 8. og 9. klasserne i tale. Materialerne fra Folkesundhed København blev modtaget i løbet af efteråret 2008. De sidste materialer (bl.a. legepatruljevæstene) modtog skolen derimod først i januar 2009. Planen er, at der skal være legepatrulje en gang om ugen fremover (hver torsdag). Idrætskoordinatoren på Hanssted skole oplever, at organiseringen af legepatruljeaktiviteterne på Hanssted skole har været en vanskelig opgave. Det er der flere årsager til. For det første er eleverne ikke blevet godt nok informeret om, at der foregår legepatruljeaktiviteter, og om hvad legepatruljen overhovedet er. For det andet oplever idrætskoordinatoren, at ansvaret alene ligger på ham, og savner mere fokus på det fra ledelsens side. Dialogen omkring projektet med ledelsen er fin nok, men det, der mangler, er, at der informeres bredt ud til de øvrige lærere samt at det meldes tydeligere ud, at ”det her har vi sat i gang, det her er noget vi vil, og så må vi bakke op om det”. Idrætskoordinatoren ser ikke sig selv som den praktiske koordinator, men har en oplevelse af, at det er ham, det afhænger af, hvis der skal ske noget.

*Hvis det er den praktiske opgave med at være ude i alle frikvartererne, er der for få timer afsat til det. Det var ikke nødvendigvis det, jeg mente, jeg påtog mig som idrætskoordinator: at skulle være derude i alle mine frikvarterer (Idrætskoordinator, Hanssted Skole).*

Endelig nævnes det, at det havde været bedre, hvis projektet var påbegyndt om foråret, idet det er svært at lokke de andre lærere ud, når det er ”dårligt vejr”. Evaluators observationer på Hanssted Skole i slutningen af januar 2009 viser meget tydeligt disse vanskeligheder med at gennemføre legepatruljeaktiviteterne på skolen:

*I skolegården på Hanssted skole møder jeg to piger fra 4. klasse, som er udstyret med nogle meget store legepatruljejakker. Pigerne fortæller, at de netop har fået jakkerne i dag, og at der kun var disse meget store størrelser. Den lærer, der står for legepatruljen, har ikke mulighed for at være med i dag, så pigerne er overladt til sig selv i den lille del af gården (indskoling). De to piger går rådvilde rundt, og ved ikke, hvordan de skal tiltrække sig de andre børns opmærksomhed for at få sat en leg i gang. Dels er de fleste børn allerede i fuld gang med deres egne lege, dels lader det til, at de andre muligvis slet ikke er klar over, at der er tilbud om særlige legepatruljeaktiviteter denne dag, som de kan deltage i. Jeg får en snak med pigerne om deres oplevelser med at være legepatrulje. De synes, at det var sjovt at være på legepatruljekursus, men at det er svært at få de andre til at lege. Den ene pige siger; "Vi kan ikke rigtig lide at bryde ind, for de har alle sammen noget at lave". Jeg spørger dem, hvilke lege de gerne ville sætte i gang. Den ene foreslår "hotdog" (en fangeleg, hvor man befrier den tilfangetagne ved at være to pølsebrød på hver side af vedkommende). Aktivitetsniveauet i skolegården er højt. De andre børn er i gang med mange forskellige slags højaktivitetslege, der gænges og løbes, hvines og hyles. Det lykkes ikke pigerne at få kontaktet nogen eller at få nogle legepatruljeaktiviteter i gang, hvilket heller ikke synes at være nogen let opgave for to 4. klasses piger. Skoleklokken ringer ind, og børnene bevæger sig tilbage i klasserne (Observation på Hanssted skole, januar 2009).*

I spørgeskemaundersøgelsen har lærerne også haft mulighed for at uddybe såvel det positive udbytte, skolerne har haft af legepatruljen, som de forhold, der har været problematiske ved gennemførelse af legepatruljen, og derudover at vurdere hvilken betydning de mener, at etableringen af legepatruljen har haft for børnenes leg og fysiske aktivitetsniveau i skolegården. Respondenternes besvarelser falder godt i tråd med de vurderinger, som idrætskoordinatorer og skoleledere er fremkommet med i fokusinterviewene, som er beskrevet ovenfor. Af positive og mere problematiske forhold ved legepatruljen nævner lærerne i spørgeskemaundersøgelsen bla. :

*Børnene fra min klasse er rigtig glade for denne mulighed. Man skal bare være opmærksom på de børn, der har lidt vanskeligt ved de sociale spilleregler. Derfor er det vigtigt, at voksne har et øje med.*

*Det er umuligt at give et dækkende svar på disse spørgsmål, da det hele tiden vil være et: "Nogle gange" og "for nogle elever." Det har bestemt fungeret bedst for indskoling, men der er da stadig konflikter og børn, der ikke har noget at lave i frikvartererne.*

*Det fungerer godt, at børnene bliver fastholdt i en leg et helt frikvarter og dermed er aktive i alle minutter. Det fungerer mindre godt, at det kun er et begrænset antal, der kan være med. Men det kan ikke rigtig være anderledes. Jeg vil tro, at der er kommet mere aktivitet, det er svært at sige.*

*Legepatruljen fungerer ikke på mellemtrinnet.*

*Det fungerer godt, når patruljen bliver taget godt imod, især i indskoling. På mellemtrinnet er der mange problemer lige for tiden og patruljen har oplevet at blive drillet eller hånet. Så er det ikke så fedt at være patrulje! Legen har sikkert fungeret bedre og der er blevet introduceret nye aktiviteter, som eleverne også selv kan have udbytte af senere uden patruljen.*

*Børnene er stolte af at skulle varetage opgaven, men der er desværre ikke så mange elever, der ønsker at deltage, måske fordi vores skole er fra 3. klasse og opefter. Desuden mangler lærerkræfter til at vedligeholde projektet.*

*Det fungerer godt, når legepatruljen er i gymnastiksalen. I gården bliver det lidt sværere for dem at styre legene, da de små elever mere går til og fra. Eleverne får nogle mere strukturerede lege og det kan være rigtig godt for nogle elever, der har svært ved at komme i gang med lege og i stedet*

*bare kommer til at gå rundt.*

*Det fysiske aktivitetsniveau er blevet større i frikvartererne. Legepatruljen er god til de små elever, der lige er startet i skole.*

## Motion i klassen

Det skriftlige materiale 'Motion i klassen' med tilhørende rekvisitter blev udarbejdet i samarbejde med BUF i forbindelse med 'Faglighed for alle' i 2008. Move@schools mål om at inspirere lærerne til at integrere idræt, krop og bevægelse som en fast del af skolens hverdag og den daglige undervisning gik godt i tråd med Børne- og Ungeforvaltningens plan om "Faglighed for alle" og "Sunde Børn". Folkesundhed København og Center for Børn og Unge i Børne- og Ungeforvaltningen indgik derfor et samarbejde om udviklingen af inspirationsmaterialet "Motion i klassen", hvor målet er at komme med konkrete anvisninger og give ny inspiration til, hvordan lærerne i fagene dansk, matematik, engelsk, tysk og historie kan inddrage bevægelse og fysisk aktivitet som et element i den faglige undervisning. Inspirationsmapperne og de tilhørende materialer er blevet introduceret på alle de deltagende skoler og sendt ud til alle skolerne.

I interviewene såvel som i spørgeskemaundersøgelsen er der blevet spurgt om dette materiales kvalitet og anvendelighed, samt i hvilket omfang det er blevet brugt i undervisningssammenhæng på skolerne. Derudover er lærerne blevet bedt om at vurdere den måde, man har valgt at organisere brugen af materialet rent praktisk på skolerne.

Generelt er der blandt de lærere, der deltog i fokusgruppeinterviewene, stor enighed om, at det er et rigtig godt og anvendeligt materiale, og flere af lærerne nævner i interviewene, at de kan se et stort potentiale og rigtig mange muligheder i at arbejde med materialet 'Motion i Klassen'. Dette gælder særligt i forhold til de mindste klassetrin, dvs. indskoling og for mellemtrinnet, idet der blandt lærerne er bred enighed om, at materialet er mindre egnet for 6. klasserne og opefter. Den generelle vurdering hos lærerne er således, at materialet egner sig bedst til 0. -5. klasses elever, og at materialet langt fra tilbyder intellektuelle udfordringer nok for de større klasser.

I overensstemmelse hermed fremgår det også af spørgeskema-undersøgelsens resultater, at materialet Motion i klassen har fundet størst anvendelse i de mindste klasser, idet ca. hver tredje lærer angiver at have brugt materialet meget i indskoling, og ca. hver fjerde angiver at have brugt det i mellemtrinet, mens materialet stort set ikke synes at være blevet brugt i udskoling. Der er således også en stor andel af respondenterne, der i undersøgelsen angiver, at de slet ikke har brugt materialet jvf. tabel 4 nedenfor.

**Tabel 4: Omfanget af lærernes anvendelse af materialet Motion i klassen (pct.) (N = 34)**

	I høj grad	I nogen grad	I mindre grad	Slet ikke	Ved ikke
Brugt materialet meget	2,9	26,5	41,2	26,5	2,9
Brugt materialet meget i indskoling	8,8	17,6	8,8	61,8	2,9
Brugt materialet meget på mellemtrinnet	0,0	8,8	26,5	58,8	5,9
Brugt materialet meget i udskoling	0,0	2,9	0,0	91,2	5,9

I det følgende vil der blive redegjort for, hvordan materialet er modtaget og anvendt på de enkelte skoler.

På Bellahøj skole giver lederen af skolens idrætsafdeling udtryk for, at man har haft stor glæde af materialet, idet det 'lige var vand på møllen' i forhold til skolens fokus på idræt og bevægelse samt fokus på arbejdet med forskellige læringsstile.

*Det er et fremragende materiale. Det er virkelig godt og. Man får materialerne med. Det, der er fantastisk i materialerne, det er at du kunne sætte hvem som helst til at undervise i det her. Fordi det er beskrevet både med variation og progression, det er beskrevet i forhold til faglige mål, det er beskrevet i forhold til målgrupper, og det er beskrevet i forhold til opstilling af det. Men det, der er problemet, (...) er, at det kan være vanskeligt at bruge på en almindelig skole, ikke en skole der som os har fokus på det, vi bruger det rigtig meget. Det danner grundlag for den læringsstil, vi har forsøgt at lægge nedover vores indskoling og vores mellemtrin, fordi det er det, som er vores opgave, og vi skal prøve at få nogle erfaringer med det, der var det lige vand på møllen. Det var mange arbejdstimer, der var sparet, men det der er vanskeligt, det er, at når man skal tage sådan noget her, udover at man skal ind og finde de lærere, som synes det er interessant, så skal du lave en organisering (Kontaktperson og afdelingsleder, Bellahøj Skole).*

På Bellahøj skole har man afsat en del ressourcer til at få implementeret materialet Motion i Klassen og at finde en god måde, hvorpå man kan organisere brugen af dette materiale, således at det stort set altid er tilgængeligt for de klasser, der har behov for det. En lærer fra Bellahøj skole beskriver i interviewet, at det i starten kun var få lærere på skolen, der brugte materialet, men at man nu har udviklet en model for, hvordan man kan få flere lærere til at bruge det. Man har således fået etableret en spydspidsklasse for hver årgang, hvor lærerne fra disse klasser indgår i en slags supervisionsforløb med lederen af idrætsafdelingen og Institut for Idræt ved Københavns Universitet, og hvor man arbejder videre med materialet og i fællesskab arbejder hen imod at udvikle nye og gode måder at tilrettelægge og organisere brugen af materialet i undervisningssammenhæng.

*Ude ved os har vi gjort det, jeg ved ikke hvor mange sæt vi har, vi har rigtig mange, men et fast skab står på indskolingsgangen, og et fast skab står på mellemtrinnet, og vi havde de samme problemer, som I lidt siger. At der var nogle lærere, som brugte det, og der var nogen som ikke brugte det. Man fik ikke rigtig givet ud af de der erfaringer, så derfor er der nu oprettet en spydspids-klasse pr. årgang. Dvs. at der er en for 1. klasse, der er en for børnehaveklassen, der er en for 2. klasse, der er en for 3. klasse, der er en for 4. klasse, der er en fra 5. klasse og der er en fra 6. klasse. Der er en ansvarlig lærer, som går ind og får supervision med vores leder for idrætsskolen, sammen med en - vi har også et andet projekt kørende med noget fra Institut for idræt, som de får supervision på hver uge. Hvordan kan vi implementere det her Motion i klassen. Så de får simpelthen ideer og tanker, jamen hvordan kan vi egentlig gøre det her bedre. Fordi som I rigtig nok siger, så udfordrer de ideer, der er i mappen, ikke alle elever. Men så er man nødt til at tænke lidt ud af boksen og sige, hvad kan jeg så gøre (Legepatroljeansvarlig lærer, Bellahøj Skole).*

På Guldberg skole fremgår det af spørgeskemaundersøgelsen<sup>11</sup>, at materialet Motion i Klassen er blevet og bliver brugt af flere af lærerne på Guldberg skole, og at deres vurdering er, at såvel elever som lærere har haft glæde af materialet. Dette var også tilfældet ved midtvejsevalueringen af projektet i maj 2008. Lærerne nævner bla.:

---

<sup>11</sup> Vurderingerne fra Guldberg skole bygger alene på spørgeskemaundersøgelsen, idet Guldberg skole måtte melde fra til såvel fokusgruppeinterview med skolelederne som med kontaktpersonerne/ idrætsskolekoordinatorerne.

*Jeg har brugt det som afveksling til almindelige standard opgaver, og eleverne har i nogen udstrækning været glade for det. Det har kostet nogle blodnæser og lignende, når ivrigheden steg.*

*Jeg bruger især tal-tæppet til de elever, som har brug for at strække benene i løbet af timen. Det er ikke alle børn, som har brug for det. Nogen gange siger jeg, at alle skal gå ud og prøve dem. De kan enten hoppe tabeller eller bruge dem som hjælp til at regne opgaver i bogen.*

*Jeg har fået nogle nye ideer til motion i klassen.*

*Sjove og anderledes aktiviteter. Bevægelse i undervisningen. Læring på en anden måde - til gavn for nogle elever.*

*Jeg har brugt det som et break i undervisningen.*

Samtidig har det dog også vist sig (som det er tilfældet på flere af skolerne) at det er en barriere, at det kræver meget plads at gennemføre aktiviteterne, samt at der mangler intellektuelle udfordringer i materialet for nogle elever.

*Jeg synes, at der var flest ideer til indskoling. Det har været godt, når eleverne skulle træne lært stof, men for dygtige elever er der ikke de store intellektuelle udfordringer.*

*Jeg har slet ikke fået det brugt pga. pladsmangel. Måske bliver det bedre nu, hvor man kan være ude.*

*Jeg har ikke hørt om det, men har kun været ansat siden august 2008.*

På Hillerødgade skole er det skolelederens vurdering, at materialet Motion i Klassen ikke for alvor er kommet i anvendelse, men at der foregår megen debat og diskussion om mere bevægelse og idræt blandt lærerne på skolen. Det er dog uklart, i hvor høj grad dette er forårsaget af eller er under indflydelse af projekt Move@schools enkelte tiltag.

*Altså, vi har fået præsenteret materialet, og det er ikke rigtig kommet i anvendelse. Det er min vurdering. Men det ved jeg ikke engang helt. Men jeg ved, at vi har haft en del debatter om motion i klassen, og om at bevæge sig i undervisningen, og det er simpelthen noget, der bliver diskuteret, vi har fået nogle nyansatte lærere, som kommer med idræt på linje, som har den indfaldsvinkel. Det kan vi mærke på de diskussioner, der er i timen og i lærergruppen. (...) Der vil være nogle stykker, som kaster sig over det, fordi det i forvejen passer med deres måde at tænke på, og sådan en udvikling på en skole, den sker nogen gange lidt langsomt. Så er der måske nogen, der hører om det: "Ej, det må vi også prøve". Det går ikke altid så hurtigt, som man kunne forestille sig, fordi der jo også er mange andre initiativer, og nogle af dem er måske mest møntet på et andet undervisningsforløb, og det er der, de lægger deres krudt. Men jeg fornemmer, at det er inspirerende, og noget der spreder sig via diskussioner og erfaringsudveksling (skoleleder, Hillerødgade skole).*

Kontaktpersonen fra DIA Privatskole underviser selv udelukkende i idræt, hvor han gør brug af materialet. Hans vurdering er imidlertid, at det er en vanskelig proces at få kollegerne til at komme i gang med at bruge materialerne i deres undervisning.

*Jeg har opfordret dem, og de har været meget positive. Vi minder dem selvfølgelig også om det hver gang, vi har OBS-møder. Jeg har aftalt med skolelederen, at alle dem, som har med det her at gøre, så skal vi høre deres meninger, og så skal vi evaluere det på et tidspunkt. Men det har vi ikke hørt noget fra endnu. (...) Jeg fornemmer, at det har været lidt svært at komme i gang med hos vores kollegaer. Så vi har så placeret den (materialekassen) rundt i nogle bestemte klasser, sådan at det er der. Så behøver de ikke tænke på: "Nå nu skal vi ned", for de havde dem nede i gymnastiksalen til*

*at starte med. Så nu har vi i hvert fald fordelt dem lidt rundt, mest i indskolingen (Kontaktperson fra DIA Privatskole).*

På DIA Privatskole er vurderingen ligeledes, at materialet Motion i klassen egner sig bedst til elever på 0.- 5. klassetrin i forhold til passende udfordringer. Og man har som på flere af de øvrige skoler et pladsproblem, som opleves som en barriere for at sætte aktiviteterne i gang for alvor.

Ser vi på de nye skoler, er holdningen på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium ligeledes, at materialet Motion i Klassen er et glimrende og anvendeligt materiale, men at det bestemt ikke er så ligetil at få organiseret brugen af det i hverdagen, idet anvendelsen af materialet forudsætter, at der er fysisk plads til det, hvilket ikke er tilfældet på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium. Idrætskoordinatoren oplever desuden, at det har været vanskeligt at få kollegerne til at engagere sig i det på skolen:

*Som matematiklærer synes jeg personligt, at det er et rigtig glimrende materiale, der ligger. Jeg har lavet nogle værksteder, hvor eleverne har kunnet bruge mange af de her opgaver, både til at øve tabel og selv lave spil osv., og børnene har også været rigtig glade for det. Men det kræver plads, og det er svært at organisere på så lidt plads, som man har ude hos os i hvert fald. Derfor har jeg mødt modstand hos mine kollegaer. Altså, de er nysgerrige for det, men de kan ikke rigtig se, hvordan de kan skal få organiseret det (...). Pladsen er svær, det er den. Fordi vi er 28 børn, og hvor skal man gøre af dem? De fylder jo noget mere, end når de sidder på en stol. Nogle gange har man delehold, der kan man så gøre det. Men det er så, hører jeg mine kollegaer sige, at det er i blandt mange andre ting, som man også får præsenteret. Det er ligesom om, det godt kan have tilbøjelighed til at drukne lidt (Idrætskoordinator på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

Derudover er det holdningen på skolen, at materialet ikke er udfordrende nok for de større klasser.

*Så har jeg fået min danskkollega til også at prøve det af. Hun mener ikke, at der er nok intellektuel udfordring i materialerne. Det er så 5. klasse. Så hun er stået lidt af på det. I engelskklasserne har man kunne bruge det også, i de små klasser. Men det er nok mere til de små klasser, som det er blevet modtaget hos os. Altså fra 3. til 5. klasse (Idrætskoordinator på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

På Kirsebærhaven skole har man haft stor glæde af materialet i skolens sprogcenter samt i deres specialundervisning.

*Jeg har bl.a. brugt bogstavtæpperne i dansk som andetsprogsundervisningen. Nogle af materialerne har givet inspiration til egenproduktion og fornyede ideer (Lærer, Kirsebærhaven skole).*

Derudover er der på Kirsebærhaven skole blevet iværksat en temauge, hvor man har arbejdet med materialet på tværs af klasserne på mellemtrinnet, hvilket man havde gode erfaringer med. Også her er vurderingen, at materialet primært appellerer til de mindre børn og således egner sig bedst til alderstrinnet fra 0.-5. klasse, idet materialet ikke rummer udfordringer nok for 6. klasse og opefter.

*Jeg kan kun bifalde, at jeg synes, det er et ganske fortrinligt materiale, som vi jo så har fået præsenteret derude, og jeg har prøvet at promovere lidt blandt kollegaerne. Jeg har ikke selv haft mulighed for at gøre brug af det, fordi jeg ikke er faglærer i matematik eller dansk. Jeg ved, at de har haft*

*meget glæde af det i vores sprogcenter. Det hænger selvfølgelig også meget godt sammen med det, du siger, at det for en velfungerende og dygtig, hvad skal man sige, 5.-6. klasse, måske kan mangle et eller andet. Men i specialundervisningen har de haft stor glæde af de der tæpper. Så har vi gjort det, at vi fik iværksat, at vi lavede en temaugle på melletrinnet, hvor de så skulle bruge det. Det var en rigtig god temaugle, hvor de fik blandet holdene, men der kom de så også ind i, at nogle af de øvelser var meget gode, når de havde blandet med 4. og nogle i 5. klasse, hvorimod 6. klasserne havde svært ved at finde udfordringerne i materialet. (Idrætskoordinator på Kirsebærhaven skole).*

Idrætskoordinatoren på Kirsebærhaven skole slår i interviewet til lyd for, at man i fremtiden kunne have en speciel afdeling med en slags ”bevægelses-assistenters” ansat, som ville kunne hjælpe de bogligt svage elever fx ved at gøre brug af materialet Motion i Klassen, hvilket fremgår af nedenstående;

*Det sad jeg og tænkte på, at et eksempel på om det fagligt er tilstrækkeligt for de ældre elever. Der er jo elever i udskolingen, som vil have stor glæde af det, men det at finde overskuddet til at tage de få elever med ud og stå med en kæmpe stor elastik, fordi hvad med alle de andre elever i den tid. Hvis der f.eks. var, så vil jeg gerne sige, at jeg håber det bliver hørt et eller andet sted, men hvis man f.eks. havde sådan en afdeling, som havde et par lærerassistenter, et par undervisningsassistenter, som så kunne være sammen med dem, som skulle sidde og lave noget regning eller have lidt hjælp, og så var der nogen man kunne tage ud, en 4-5 stykker. F.eks. sådan en øvelse i matematik, som at stå med en stor elastik og lave forskellige figurer, er enormt givende for nogen af dem, som virkelig fagligt er bagefter, og som måske egentlig har brug for at få fat i det på en anden måde eller en mere kropslig/kinæstetisk tilgang, eller hvad det nu kunne være. Men det at få det ind i en hverdag med 28 elever og 1 lærer, det er ondelynne svært. (Idrætskoordinator på Kirsebærhaven skole).*

I forhold til den praktiske organisering og det fysiske rum for aktiviteterne har man på Kirsebærhaven haft mulighed for at indrette et frit klasselokale, hvor måtter mv. kunne etableres fast, hvilket muliggør at materialet kan anvendes frit af alle klasser.

På Lundehusskolen fremhæver skolelederen i interviewet, at præsentationen af materialet har sat gang i nogle vigtige diskussioner på skolen, og at det virker som om lærerne er meget begejstrede for materialet, og at der er sat en god proces i gang. Men mere konkrete erfaringer med materialet nævnes ikke.

*Vi fik mappen ud i oktober måned. Den blev præsenteret for lærerne på en pædagogisk eftermiddag. Lærerne er smadder glade for det, de er begyndt at snakke om, at vi plejer at have et årligt læsebånd, sådan en periode på året, hvor man læser, og der er fokus på det, nu vil de gerne have et bevægelsesbånd. Det er helt klart en udløber af den her diskussion, helt sikkert. Der er jeg ikke i tvivl om, at alle de der ting kommer endnu mere i spil, end de er lige nu (Skoleleder, Lundehusskolen).*

Af spørgeskemaundersøgelsen, hvor der er to besvarelser fra lærere på Lundehusskolen, fremgår det, at arbejdet med Motion i Klassen befinder sig i en opstartsfasen. På spørgsmålet om hvilket udbytte de har haft af materialet Motion i Klassen, svarer de to lærere, der deltager i spørgeskemaundersøgelsen fra Lundehusskolen:

*Det har været godt, de få gange jeg har brugt det. Eleverne synes det er sjovt.*

*Jeg har ikke brugt det.*

Med undtagelse af Kirsebærhaven skole - hvor man har arbejdet med materialet i specialskolesammenhæng samt i forbindelse med en temauge - er der således først og fremmest tale om, at der på de nye skoler er sat gang i tanker og diskussioner omkring mere bevægelse på skolerne, men at det endnu er relativt begrænset, hvor meget man endnu har nået at bruge og få erfaringer med materialet Motion i klassen på disse skoler. Hvilket ikke er overraskende i betragtning af, at projektet ikke har kørt så længe på de nye skoler.

## Det øvrige skriftlige materiale

Hulahop kataloget er en mappe med ideer til, hvordan man kan gennemføre en pause i undervisningen, hvor børnene kan få bevæget sig til nogle sjove pausegymnastikøvelser. Legekataloget er et inspirationsmateriale, som Move@school udgav i december 2006 med enkle anvisninger til legeaktiviteter (boldspil, fangelege mv.), som børn og voksne kan udføre alene eller sammen med andre i såvel skole som hjem. Endelig er Kondition på Skoleskemaet et undervisningsmateriale, der er blevet til i samarbejde mellem Folkesundhed København og Hjerteforeningen, idet man har udviklet og præsenteret en model til, hvordan man kan anvende konditester i skolerne som en indgang til a) en tværfaglig undervisning med brug af bevægelse, b) undervisning i betydningen af kondition og sundhed, c) motivation til fysisk aktivitet samt til d) at indhente information om børnenes kondition/sundhed.

I spørgeskemaundersøgelsen er lærerne blevet bedt om at vurdere det skriftlige materiale, skolerne har modtaget i forbindelse med deltagelse i projekt Move@school. Af resultaterne fra undersøgelsen fremgår det:

- At knap to ud af tre lærere mener, at Motion i Klassen er et rigtig godt eller godt materiale, at meget få vurderer, at det er et dårligt materiale, og at hver tiende ikke har kendskab til materialet.
- At mere end halvdelen af lærerne mener, at Hulahop materialet er rigtig godt eller godt, mens hver fjerde respondent ikke har kendskab til Hulahop materialet.
- At lidt mere end hver anden lærer mener, at legekataloget er rigtig godt eller godt, mens hver tredje lærer ikke har kendskab til materialet.
- At ca. hver femte lærers vurdering er, at materialet Kondition på Skoleskemaet er rigtig godt eller godt, mens to ud af tre ikke kender materialet (tabel 5).

**Tabel 5: Lærernes vurdering af det skriftlige materiale (pct.) (N = 36)**

	Rigtig godt	Godt	Hverken eller	Dårligt	Meget dårligt	Ikke kendskab til materialet
Motion i Klassen	25,0	47,2	11,1	2,8	0,0	13,9
Hulahop	33,3	33,3	8,3	0,0	0,0	25,0
Legekatalog	22,2	33,3	11,1	0,0	0,0	33,3
Kondition på skoleskemaet	8,3	13,9	13,9	0,0	0,0	63,9



Hvad angår erfaringer med Hulahop nævner flere af lærerne i spørgeskemaundersøgelsen, at dette materiale er fint til at skabe en kort pause i undervisningen, hvor børnene kan få rørt sig:

*Det er meget anvendeligt til lige at skabe en pause i undervisningen og få rørt sig lidt.*

*Det har været brugt, når vejret har været dårligt, til deres løbepauser. Alle var med, og der er variationer.*

*Det har været godt i stedet for en "lufter", da det ikke kræver en masse trafik til og fra lokalet. Eleverne synes, det er sjovt.*

*Ny inspiration.*

*Rigtig god idé. Det er sikkert meget brugbart i de mindre klasser.*

*Eleverne får hurtigt pulsen op.*

Men der er også flere af lærerne, der tilkendegiver, at de enten ikke har kendskab til materialet, ikke har brugt det, eller synes at materialet er for kedeligt eller for "gymnastikagtigt".

*Har ikke brugt det.....*

*Ved det ikke - har ikke brugt det.*

*Jeg har kigget lidt i det, men ikke brugt det. Synes det virker for gymnastikagtig.*

*Jeg synes faktisk aktiviteterne var kedelige, men idéen om at der skulle bevægelse til mellem de boglige aktiviteter har vi været vilde med - både forældre, lærer og elever.*

Af fokusgruppeinterviewene fremgår det også, at det er meget forskelligt, hvor meget Hulahop materialet er blevet brugt ude på skolerne:

*Jeg synes, det er godt. Jeg har selv haft glæde af at bruge det en lille smule, endda også i udskolingen, nogle klasser synes faktisk, at det har været meget sjovt. Jeg har fået delt det ud til nogle lærere. Nogle har ikke rigtig fået det brugt, og nogle har fundet stor tilfredsstillelse i det, og har haft stor glæde af det (Idrætskoordinator, Kirsebærhaven skole).*

*Jeg ved, at det ligger i nogle klasser, men jeg tror, det er et materiale, der er kommet før, jeg er startet på skolen, så jeg har ikke selv brugt det. (...) Jeg ved, hvordan det ser ud, og jeg har læst i det, men jeg har ikke selv brugt det, og jeg kan heller ikke udtale mig på mine kollegaers vegne (Lærer, Bellahøj Skole).*

*Jeg har brugt dem. Eller vi har i vores team brugt det. (Idrætskoordinator, Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium)*

*Det har jeg også, jeg har brugt det i hvert fald i idræt og også i EDB. De andre lærere, dem jeg har snakket med, en stor del af dem, de bruger det også. Især til matematik og dansk, men det er altid den der udfordring med plads og areal og sådan nogle ting. (Kontaktperson, DIA Privatskole).*

*Jeg må indrømme, at jeg ikke har brugt det. Vi venter på en introduktion nogle af lærerne. (...) Det*

er fordi, vi skulle have haft en ude (fra FSK) og give et lille mini-kursus i det (Lærer, DIA Privatskole).

**Tabel 6: I hvilket omfang er Move@school materialet blevet brugt (pct.) ( N = 34)**

	I høj grad	I nogen grad	I mindre grad	Slet ikke	Ved ikke
Motion i Klassen	2,9	26,5	41,2	26,5	2,9
Hulahop	8,8	23,5	23,5	26,5	17,6
Legekatalog	0,0	23,5	14,7	41,2	20,6
Kondition på skoleskemaet	0,0	8,8	5,9	52,9	32,4

Også hvad Legekataloget angår, er det meget forskelligt, i hvilket omfang materialet er kendt ude på skolerne samt i hvilket omfang, det er blevet anvendt (tabel 6 ovenfor). På DIA Privatskole har man planer om, at elevrådet skal tage sig af at iværksætte lege i skolegården, hvis idéer udspringer af Move@schools legekatalog. Dette skal tilrettelægges for de lidt større børn og foregå udenfor i skolegården - sideløbende med at der i gymnastiksalen gennemføres legepatrulje for indskolingen.

*Vores elevråd har nogle ansvarsområder, og et af dem, det er så, at de nogle gange er med som gårdvagter, og når de er det, så skal de sørge for at lave nogle lege for de små. Det er jo den mappe (legekataloget), de kan få informationer fra (Lærer, DIA Privatskole).*

På flere af de andre skoler er Legekataloget snarere et materiale, som enkelte lærere af og til bruger som inspiration, hvilket også fremgår af spørge-skemaundersøgelsen (jf. tabel 6). Idrætskoordinatoren på Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium udtaler i interviewet:

*Jeg ved det ligger der, og jeg har også delt det ud til 3. og 4.klasserne. Jeg tænkte, at det var noget, at hvis der opstod en situation, hvor de manglede nogle lege i det store frikvarter, så kunne de kigge i det. Men jeg har ikke hørt nogen tilbagemeldinger (Idrætskoordinator, Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

Materialet Kondition på Skoleskemaet, som er det mindst kendte af Move@schools materialer ude på skolerne, synes heller ikke at være blevet brugt særlig meget. På Kirsebærskolen er idrætskoordinatoren i gang med at indføre, at den konditest, som indgår og er beskrevet i materialet, indføres som en obligatorisk del af skolens elevplaner. Idrætskoordinatoren giver i interviewet udtryk for, at det var nogle tanker, han havde gjort sig, inden skolen blev tilmeldt projekt Move@school, og at materialet derfor kom på det helt rigtige tidspunkt:

*I forhold til materialet, så har jeg så fået indført, at det fra Hjerteforeningen med den der konditest (red.: Kondition på Skoleskemaet), den har jeg fået indført som en obligatorisk del af vores elevplaner. Jeg påtænker, at det bliver 2., 4., 6. og 8. klasse. Det har jeg sådan gået og tænkt på i forvejen, men der hjalp det mig lige lidt, at der var sådan et fint ark, og konditesten var lidt anderledes, lidt lettere at gå til end den bip-test, jeg ellers normalt har arbejdet med (Idrætskoordinator fra Kirsebærhaven skole).*

## Folkesundhed Københavns rådgivende rolle

Generelt udtrykker både lærere og skoleledere stor tilfredshed med Folkesundhed Københavns indsats som formidler af ny viden om fysisk aktivitet og bevægelse. Der er blandt deltagerne i fokusgruppeinterviewene såvel som i spørgeskemaundersøgelsen stor tilfredshed med den måde, projektledelsen fra Move@school har præsenteret og formidlet projektets tiltag ude på skolerne, og der er tilfredshed med, at der er blevet fulgt op derpå, og at der i nogle tilfælde ligefrem er blevet insisteret på fra Folkesundhed Københavns side at følge op på processerne, hvilket ses som noget positivt. Skolerne har generelt en oplevelse af, at de har fået rådgivning i det omfang, de selv har haft behov for det, og ikke mindst i det omfang, de selv har haft mulighed for at sætte tid af til FSKs besøg på skolerne.

*Jeg synes, at Lars har været meget dygtig, han har også været inspirerende. Der var i hvert fald fuld opmærksomhed, da han var ude ved os og præsenterede det (Idrætskoordinator, Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

*Vi har været glade for, at I har været ude og vise det. Vi har været glade for, at I har fulgt op på det, så var Linda ude, så var Lars (projektlederen) ude osv., at vi har haft den der opfølgning. At I har været lidt insisterende i starten. Det har også været godt (Leder af idrætsafdelingen, Bellahøj skole).*

Det eneste kritikpunkt, der falder omkring Folkesundhed København, handler om ”timmingen” i forhold til præsentationen af projektet og gennemførelse af de enkelte tiltag. Her er det den generelle holdning, at man er kommet for sent i gang. Fx bør legepatruljekurset ligge i august og ikke i november måned, som det har været tilfældet.

## Er bevægelse og fysisk aktivitet kommet på skolernes dagsorden

I spørgeskemaundersøgelsen er lærerne blevet spurgt, hvorvidt de mener, at projekt Move@schools tiltag har formået at sætte fysisk aktivitet og bevægelse på skolens dagsorden, samt hvilken rolle respondenterne mener, at projekt Move@school vil kunne spille i fremtiden på skolerne?

Af undersøgelsesresultaterne fremgår det:

- At lidt mere end halvdelen af lærerne mener, at projekt Move@school har haft succes med at sætte fysisk aktivitet og bevægelse på skolernes dagsorden, og at knap hver tiende er uenig i dette synspunkt, mens mere end en hver tredje af lærerne ikke kan tage stilling til dette spørgsmål.
- At lidt mere end halvdelen af respondenterne mener, at der er skabt gode vilkår og rammer for, at Move@schools tiltag vil kunne forankres på skolerne, mens hver tiende er uenig i dette synspunkt, og mere end hver tredje ikke kan tage stilling til dette spørgsmål.
- Endvidere vurderer lidt mere end halvdelen, at Move@school's indsatser vil kunne

bidrage til at opfylde ambitioner på det sundhedspolitiske område, knap hver tiende er uenige i dette synspunkt, og at mere end hver tredje angiver, at de ikke kan tage stilling til spørgsmålet (tabel 7).

**Tabel 7: Har projekt Move@schools tiltag formået at sætte fysisk aktivitet og bevægelse på dagsorden, og hvilken rolle vil projektet kunne spille i fremtiden på skolen? (pct.) (N = 34)**

	Meget enig	Enig	Hverken eller	Uenig	Meget uenig	Kan ikke svare
Projektet har haft succes med at sætte fysisk aktivitet og bevægelse på dagsorden på skolen	8,8	44,1	29,4	8,8	0,0	8,8
Der er skabt gode vilkår og rammer for, at Move@schools tiltag vil kunne forankres på skolen	14,7	38,2	32,4	5,9	2,9	5,9
Move@school indsatser vil kunne bidrage til at opfylde ambitioner på det sundhedspolitiske område	14,7	41,2	26,5	5,9	0,0	11,8

I fokusgruppeinterviewene er det ligeledes blevet diskuteret, i hvor høj grad lærere og skoleledere oplever, at projekt Move@school har formået at skabe bedre rammer for leg og bevægelse – i skolegården såvel som i undervisningssammenhæng, samt i hvilket omfang projekt Move@school har bidraget til, at fysisk aktivitet og bevægelse er blevet sat på dagsorden ude på skolerne. I forhold til spørgsmålet om projekt Move@school er lykkedes med at skabe bedre rammer for fysisk aktivitet, leg og bevægelse i skolemiljøet - og dermed mere bevægelse og legeaktivitet i skolegården samt i undervisningstiden – svarer de deltagende skoler meget forskelligt på. På Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium er det ikke idrætskoordinatorens oplevelse, at der er blevet skabt mere leg og bevægelse i skolegården end der hele tiden har været.

*Nej, det tror jeg ikke. Fordi jeg tror, at - nu er det måske også en speciel børnegruppe - men der har hele tiden været meget bevægelse. Så det har ligesom været svært at hæve niveauet. Fordi alle børn er i meget stor bevægelse hele tiden - i skolegården (Idrætskoordinator, Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

Fra idrætskoordinatoren på Kirsebærhaven skole er vurderingen, at rammerne for flere af børnegrupperne har ændret sig.

*Jeg vil sige, at det er blevet bedre. Det er klart, altså udskolingen har haft stor glæde af, at de har haft mulighed for at låne nogle materialer, som vi måske ellers, ressourcemæssigt, ikke kunne stille til rådighed for dem. Jeg tror klart, at der er nogle børn i indskolingen, som er blevet aktiveret, som måske ikke af sig selv kunne aktivere sig. Jeg har også været nede og kigge og også været glædelig overrasket over, at hele gården summer af liv, men der tror jeg, at der er nogen, som måske har gået rundt og ikke haft nogen. Som så har fundet et sted. Så man har fået de sidste med. Så på den måde kan jeg jo sige, at selvfølgelig har det gjort en forskel, men hvis jeg skal stille spørgsmålet og sige, om projektet har givet mulighed for at skabe rammer. Så synes jeg, at jeg er væsentlig højere op mod en topkarakter, fordi jeg synes at mulighederne har været der. Hvis jeg så skal bedømme om mulighederne er blevet taget ind af skolen, så kan jeg bedømme på to ting. Det kollegiale i det, dvs. hvor godt har mine kollegaer kunne gribe den eller tage sig tiden til det. Der ligger vi måske omkring*

*middel, der kunne jeg godt have ønsket mig, at det var lidt bedre. Så vil jeg sige omkring ledelsen, at vi måske er lidt mere over middel, fordi jeg synes, de har stillet mulighederne op for mig - til at kunne gøre det. Om de så kan komme højere op af skalaen må jo så vise sig det kommende år, fordi det afhænger jo også af, om de vil gå ind og prioritere det, og om de vil gå ind og sætte ressourcer af til, at vi kan opretholde det her (Idrætskoordinator, Kirsebærhaven skole).*

På DIA Privatskole oplever kontaktpersonen større bevægelsesglæde, som de tilskriver projektets tiltag – hvilket han vurderer meget er i kraft af legepatruljeaktiviteterne. Der synes at være stor forventning og glæde at spore hos børnene, som nyder godt af, at der er legeinstruktører, der sætter ting i gang for dem i frikvartererne.

*Jeg snakker kun om det, der foregår i vores frikvarterer, fordi alt hvad der foregår i klasselokalerne, det ved jeg ikke så meget om. Alle eleverne, de kommer løbende, og de forventer deres dage, og de kan være med stor glæde. Man kan godt se en stor begejstring (Kontaktperson og lærer, DIA Privatskole).*

Vurderingen fra Bellahøj skole er et 'både og', idet læreren fra denne skole mener, at der gennemføres meget mere organiseret aktivitet, og således er kommet mere bevægelsesaktivitet i undervisningen fra børnehaveklasse til 6. klasse samt mere aktivitet pga. afholdelse af legepatrulje. I forhold til aktivitetsniveauet i den fri leg i skolegården opleves imidlertid ingen markant forandring.

*Jeg syntes da i hvert fald i høj grad, at undervisningen summer af aktivitet og bevægelse. Især efter de her spydspidsklasser. Om man kan sige, at der er mere aktivitet i skolegården, det ved jeg ikke, det er svært at bedømme. Men man kan sige, at der er mere aktivitet fra børnehaveklassen og til 6. klasse i undervisningen, hvis man skal sige det sådan generelt. Det kan man i hvert fald godt sige. Så er der også mere aktivitet, når der er Legepatrulje. Spørgsmålet er, om der er mere organiseret aktivitet, men om aktivitetsniveauet er højere, det ved jeg ikke, det kan jeg ikke svare på (Lærer, Bellahøj Skole).*

I forhold til spørgsmålet om fysisk aktivitet og bevægelse er kommet på skolernes dagsorden, er den generelle tilkendegivelse blandt skolelederne, at der er kommet mere fokus på bevægelse - i kraft af projektet. På Lundehus skolen oplever og vurderer skolelederen, at man er begyndt at diskutere bevægelse på en anden måde end hidtil, og giver samtidig et konkret eksempel på, hvordan man bl.a. har fokus rettet mod klasseværelsernes fysiske indretning i forhold til, hvordan man får eleverne til at bevæge sig mest muligt.

*Jeg er slet ikke i tvivl om, at den samlede skole er kommet til at diskutere bevægelse. Fra at der var nogen, der havde et lille projekt med, at de i deres klasse gjorde et eller andet hver onsdag morgen, så er det blevet til noget, vi alle sammen diskuterer nu. Man kan simpelthen se fysisk på klasselokalernes indretning, at der bliver tænkt i, at børnene skal bevæge sig. Fordi de der kasser, hvor børnene nærmest bare skal dreje rundt på rumpen og så kan de nå det hele, det har vi fået fjernet nu. Det synes jeg er kanon fedt, at lærerne endelig har fået det ind. Jo dovnere lærerne egentlig kan være, bliv siddende på din rumpe, siger jeg til læreren. Jo mere du bliver siddende, jo mere lærer ungerne. Fordi, så skal de, de har løbediktat, de har alle mulige forskellige ting og sager. Som vi har hevet ind fra forskellige andre steder også, så det er ikke kun mappen, men det er også hvad hver især har med af erfaring. Så jeg synes motion og bevægelse og bevægelsens betydning for en fornuftig og harmonisk afvikling af skoledagen, den er helt klart kommet på dagsordenen (Skoleleder, Lundehus skolen).*

På Hanssted skole er det også skolelederens oplevelse, at der er blevet sat en god proces i gang, og at projekt Move@school har bidraget til, at lærerne på skolen har fået mere viden og flere konkrete idéer til, hvordan man kan inddrage projektets materiale i undervisningssammenhæng - og derved bringe mere bevægelse i elevernes hverdag. Men det understreges også, at det er en langsommelig proces, som ikke integreres i en travl skolehverdag fra den ene dag til den anden.

*Helt klart (...) er der i takt med den øvrige diskussion om afveksling i betydningen af at få rørt sig og få kigget på læringsstilene, jamen der er de (lærerne) blevet mere bevidste om, at der findes masser af materiale via det her projekt. Vi har jo forsøgt at sige - og det var sidste år - næste år sætter vi fokus på idræt, bl.a. fordi vi går med i det her projekt og lægger nogle timer ud til idrætskoordinatoren. Men som sagt før, så er det på nogen skoler en langsommelig proces at få sådan noget i gang. Men det har da medvirket til, at vi har fået flere ideer om det, og det er på vej fremad, som Leif sagde lige før: Lad os nu lige komme i gang (Skoleleder, Hanssted skole).*

Også idrætskoordinatorer og kontaktpersoner giver i interviewet udtryk for, at bevægelse og fysisk aktivitet er kommet på skolernes dagsorden, og at de selv er i gang med aktivt at reflektere over, hvordan deres undervisningspraksis kan forandres således, at bevægelse tænkes mere ind, men også at det kan være en svær proces at få vendt skuden og motivere kollegerne til at være med.

*Jeg synes absolut, at jeg personligt har ændret min måde at tænke på i forhold til undervisning. Fået mere bevægelse ind, og jeg prøver også at motivere mine kollegaer, men det er ligesom et stort skib, der skal vendes. Men det skal jo også starte et sted (Idrætskoordinator, Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

En anden ting, der nævnes i denne sammenhæng, er, at man som idrætskoordinator med projektets materiale i ryggen kan opleve at få større tyngde, og at man vil kunne fremlægge ting overfor sine kolleger med større overbevisning, hvilket en af idrætskoordinatorerne udtrykker på følgende vis:

*Jeg synes klart, at indsparkene herfra har kvalificeret opgaven. Jeg synes, at det har været nogle fine materialer, man har kunnet fremlægge noget med større overbevisning, og kunnet give sådan nogle mapper end noget man måske selv havde flækket sammen med nogle fotokopier, som hang sammen med sådan en hæfteklamme. Så er det klart, at kvaliteten i det betyder også rigtig meget, så jeg synes, den har givet mig bedre muligheder (Idrætskoordinator, Kirsebærhaven skole).*

## **Forankring af Move@schools tiltag i fremtiden**

Såvel lærere som skoleledere er i interviewene blevet spurgt, hvad de mener, der skal til for, at man i fremtiden vil kunne forankre Move@schools tiltag på skolerne – også uden økonomiske ressourcer fra FSK. I interviewene nævnes først og fremmest fire forhold, som lærerne vurderer som afgørende:

1. Projektet må indgå og fungere som en del af en større sammenhæng.
2. Der må følge økonomiske ressourcer med, og de skal være øremærkede projektets tiltag.

3. Ledelsesmæssig opbakning – evt. planlægges tiltagene som en del af skolernes årsplan.
4. Etablering af en vidensbank eller erfaringsbase.

I interviewene diskuteres det problem, at projekt Move@school kun er et lille projekt i blandt mange andre vigtige projekter, som iværksættes på skolerne. På spørgsmålet om, hvad der skal til, for at projekt Move@schools indsatser kan forankres ude på skolerne i fremtiden, fremfører skolelederen fra Hanssted Skole det synspunkt, at det er af altafgørende betydning, at projektet er en del af en større sammenhæng:

*Jeg tror, at det er væsentligt, at det (projektet) bliver bragt ind i en sammenhæng med skolens øvrige pædagogiske debatter og udvikling. Fordi hvis det kommer som et - det kan være ovenfra eller nedenfra - færdigt koncept: "Nu skal I røre jer 10 minutter om dagen eller i timen", så kommer læsevejlederen og siger: "I skal også læse 10 minutter om dagen", og så kommer alt muligt andet, og så er der ikke lektioner nok. Men vi snakker læringsstile, vi snakker "mindbreaks", og det er jo det samme. Så det skal ind i den der, vi har en masse materiale, vi har det der er sat i gang. Hvad betyder motion, hvad betyder idræt, hvad betyder afveksling i det hele taget? (Skoleleder, Hanssted Skole).*

Dette synspunkt deles af skolelederen på Kirsebærskolen, som også nævner den risiko, der kan være for, at man overhovedet ikke kommer i gang for alvor, fordi projekter nogen gange kan have en tendens til at drukne, når der er for megen trængsel om punkterne på (skolernes) dagsordenen.

*Det er også det, der på sigt kan udgøre en fare for, at man ikke går i gang med det nogen steder, for man kan ikke overskue alle de projekter, der er i gang på skolen. Altså hvis man udbreder det her til andre skoler også, end det man har nu, så skal man nok være opmærksom på, at det har nogle forskellige effekter - afhængig af hvilke skoler man er på, og hvor langt man er omkring det her (Skoleleder på Kirsebærhaven skole).*

Dette leder over til det andet forhold, som skoleledere og lærere er meget enige om, nemlig at hvis tiltagene skal forankres, må der nødvendigvis følge økonomiske ressourcer med, som skal være øremærkede de enkelte tiltag og evt. også i form af øremærkede timer til en kontaktperson.

*Der tror jeg, at det er rigtig vigtigt, hvis man en anden gang med et sådan projekt faktisk putter så mange ressourcer i, så skulle man give skolen de øremærkede ressourcer til den lærer, der kunne blive kontaktperson. Man skal ikke forvente, at skolelederen med de 500 projekter (...) han ville heller ikke ane, hvad det var, sådan ned i detaljen! Han ville godt vide, at vi laver noget omkring det, men med alle de 800 andre ting, han skal nå, det vil han ikke kunne gøre. Der ville jeg sige, at når man er ude i så stort et materiale og med så mange penge (...), så skulle man også finde de 15 timer eller de 10 timer, eller hvor meget det var til den person, der skulle være kontaktperson. For ved at have kontaktpersonen, så gør du også brug af de her tilbud, at der pludselig kommer en mail ud, at nu er der mulighed for at få en instruktør gratis ud, nu er der mulighed for at få suppleret op, nu er der mulighed for det ene og det andet og det tredje. Det kan man, hvis man har fokus på det, men det kan man ikke, hvis man skal løse 800 andre opgaver. Derfor skal man have én person (Leder af idrætsafdelingen, Bellahøj skole).*

*Fordi der er mange skoler, der også lige præcis i disse dage sidder og regner og tæller, hvordan delen vi skal få tingene til at hænge sammen. Der er ingen tvivl om, at sådan nogle projekter, som*

*er opstået, det er nogle af dem, der er i fare for at blive skåret væk først. Sådan nogle øremærkeprojekter. Nnu kører det her to år, og nu kører det her to år osv. Hvis ikke midlerne bliver ved med at komme, så dør de. Sådan er hverdagen desværre ude på skolerne nu, i hvert fald set fra min stol. At vi sidder ude hos os og vender femøren og prøver at finde ud af, om vi kan komme på hyttetur eller ej. Så er det sådan et projekt med 20 timer til en idrætskoordinator, som ryger før vores hyttetur gør. Det er et værre fedteri, for 20 timer betyder ikke noget i den store sammenhæng, men 20 timer her og 20 timer der betyder rigtig meget ude på nogle skoler (Skoleleder Hanssted skole).*

Forudsætningen for en forankring i form af øremærkede ressourcer er imidlertid ikke ensbetydende med, at den pædagogiske diskussion ville stoppe, i det øjeblik der ikke blev tilført nye midler, men det ville i langt højere grad, end det er tilfældet i dag, være afhængigt af, om der findes en ildsjæl, som går ind og påtager sig opgaven. Og én ildsjæl er alt andet lige et spinkelt grundlag at bygge noget på, idet denne person jo kunne tænkes at gå på orlov ol.

På Bellahøj skole hersker der ingen tvivl om, at projektets indsats vil kunne køre videre og forankres i fremtiden – også uden økonomiske midler fra projektet. Men det er også kun i kraft af, at bevægelse og fysisk aktivitet netop udgør skolens kerneområde, som der således på forhånd er afsat specifikke økonomiske ressourcer til at gennemføre.

*Jamen, det vil køre videre, fordi det ligger i den økonomiudmelding, altså den måde vores skole er organiseret lige nu, at der ligger nogle midler til det, som man ikke ville have på en anden skole. Ligesom at man i en heldagsskole har nogle pædagoger, man har nogle andre ting der. Sådan er skolernes virkelighed forskellig, nogen får bygget om på deres legeplads. Vi har lige præcis det her som vores kerneområde (...). Nu har det bevist, at det kan være godt, og vi har haft mulighed for massivt at bakke op om det. Det vil selvfølgelig fortsætte. (...). Ude ved os er det ikke i fare på den måde, men jeg kan sagtens sætte mig i de andres sko og sige, at der er det bare et blandt uendelig mange ting (Afdelingsleder på idrætslinjen, Bellahøj skole).*

Et tredje forhold, der er af afgørende betydning for, at tiltagene kan implementeres og forankres, er, at der er opbakning fra ledelsen på de enkelte skoler. Idrætskoordinatoren fra Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium foreslår, at man allerede ved skolestart i august måned har afklaret, hvilke timer der er til rådighed for de lærere, der er ansvarlige for de enkelte tiltag, og at det således lægges ind i årsplanerne:

*Ledelsen skal virkelig være med på det, fordi det er et spørgsmål om, hvor man placerer sine timer, og hvilke arbejdsopgaver man får. Det kan jeg høre, at det er meget forskelligt i forhold til, hvad vi sidder med hver især. Hvor stor opbakning man har fået, og hvor meget man vægter det på den enkelte skole. Jeg tror, det er ret vigtigt, at man har ledelsen med og lægger den ind, som en del af årsplanerne. (...). Med Legepatruljen f.eks., der synes jeg det har været lidt svært, for de 10 timer man har fået, både at skulle organisere det og have møder med børnene, og så også at være ud i frikvarteret. Hvis det ligger i planen allerede før sommerferien, at der er en, der bliver sat på, som en fast gårdvagt, eller ekstra gårdvagt. At man prioriterer det på skolen. Så der er en voksenansvarlig. Vi kan f.eks. ikke bruge idrætssalen, hvis der ikke er en voksen, og der er ikke nogen ressourcer til det (Idrætskoordinator Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium).*

Idrætskoordinatoren fra Kirsebærhaven supplerer i interviewet dette synspunkt ved ligeledes at fremhæve vigtigheden af, at ”tingene er på plads”, inden det nye skoleår starter. Og her mener han, at Folkesundhed København bør stå parat i startblokken, således at



tingene ikke forskubber sig hen over året, men at organiseringen og strukturen er på plads i god tid.

*Jeg tror, at det er vigtigt for FSK, at I kommer så hurtigt som muligt på banen, i forhold til næste skoleår. Også fordi at fagfordelingen, den er jo allerede næsten i fuld gang, og jeg tror det er rigtig vigtigt, at man ikke kommer, når fagfordelingen er lavet, at man allerede nu går ind og får defineret sammen med ledelsen, som hopper på, eller et distrikt, der siger til skolerne, nu skal vi være med på den her, så nu skal vi være medspillere. At man så kommer ind og siger, Jamen så skal vi have fundet ud af idrætskoordinatoren, hvor mange timer skal idrætskoordinatoren i det her projekt? Hvad forventer vi? Er der andre sammenhænge, hvor skolen kan finde nogle ressourcer, altså også, hvor det bliver anskuelliggjort, hvad er der af positive ting for skolerne? Vi får nogle bedre frikvarterer, vi får noget mere ro, vi får noget større tryghed, vi får noget bedre trivsel osv.. Men at ledelsen så ser visionen i det, og tænker det ind i fagfordelingen og ind i timeplanen, og I så kommer og siger, Jamen så har vi nogle timer her, de kan allerede nu blive delt ud, og hvordan skal de deles ud, kan vi finde 2-3-5 timer på hver årgang eller i nogle afdelinger, så man skaber noget struktur omkring det lynhurtigt, så når året, det går i gang, så er den del ligesom på plads (Idrætskoordinator, Kirsebærhaven skole).*

For det fjerde vurderer både lærere og ledere i interviewene, at det vil kunne være med til at forankre tiltagene på skolerne i fremtiden, hvis der arbejdes på at lave et fælles forum, hvor man kan udveksle erfaringer samt få mere viden om, hvad andre skoler har gjort i forhold til at lykkes med tiltagene.

I kraft af sin nye status som idrætsskole synes Bellahøj skole på et par af indsatserne at være et par skridt foran i forhold til at udvikle en god model for iværksættelse af Move@schools indsats samt for at skabe nogle gode fysiske og organisatoriske rammer for, at det kan lykkes. Rammer som på mange måder må siges at være en forudsætning for, at tiltagene kan fungere i et længere tidsperspektiv på skolerne. I interviewet nævner den lærer, der står for legepatruljen på Bellahøj skole, hvordan der på denne skole er etableret et internt forum, hvor man mødes og forsøger at udvikle praksis og gøre brug af hinandens erfaringer. Lederen af idrætsafdelingen afholder således med jævne mellemrum møder med en særlig udvalgt lærergruppe, hvor man opsamler og udveksler erfaringer i forhold til, hvordan man kan bruge, videreudvikle samt organisere brugen af Motion i klassen materialet bedre. I den forbindelse foreslås det, at man tænker i, hvordan de erfaringer også vil kunne viderebringes og deles til de øvrige skoler i en slags vidensbank, fx på nettet.

*Det, jeg synes, der mangler, er sådan en vidensbank. Hvis f.eks. de har en ide ude på Skt. Annæ, så burde alle andre folkeskoler også kunne drage nytte af den viden eller den ide, som de har derude. Om den så skal gå igennem Lars (projektlederen) herinde (i FSK), det er for mig ligegyldigt, men der burde på Folkesundheds hjemmeside være en eller anden portal, hvor man kan gå ind og hente alle de ideer, alle de opgaver og alle de måder, hvorpå man kan undervise via bevægelse herindefra. Der burde være en eller anden videnscentral, (...) så man kan få mangfoldiggjort alle de her ideer (Lærer med ansvar for legepatruljen, Bellahøj skole).*

*Altså, vi kunne bruges som erfaringsbase, fordi vi har brugt det rigtig meget. Det vil sige, at vi har fundet ud af, at man skal have nogle skabe, der er tilgængelige, og det har hjulpet på mange ting. Noget af det, vi har haft succes med, og som ikke koster noget, det er rum. De der meget flotte gamle københavnske skoler, (...), som jeg har arbejdet på i lejligheder, der findes en utrolig masse spildplads, som vi bare ikke tænker ind i at kunne bruges. Der har vi nogle fasttømrede regler, der har ligget fra ruder konge var knægt, og her må man ikke løbe, og her må man ikke gå, og her må man*

*ikke hoppe, og her må man ikke det, og her må man ikke det andet. Nogen gange kan det godt være, at man godt må det. Vores aula er et fantastisk eksempel. Det er den største succes, vi overhovedet har, og det har ikke kostet noget, at lave den om til et sted, hvor man godt må opholde sig. Det har kostet et tilsyn i frikvarteret, men nu er det pludselig et sted, hvor man kan "aktivere sig", og man kan gøre nogle ting. Så det er noget med at erfaringsdele, den der organisering i dagligdagen (Afdelingsleder på idrætslinjen, Bellahøj skole).*

## Konklusion

På et overordnet niveau har samarbejdet mellem Folkesundhed København og Børne- og Ungeforvaltningen båret frugt, idet det er besluttet, at Move@school forankres i BUF pr. 1.1. 2010. Således overtager BUF projektledelsen og implementeringen af projekt Move@school i perioden 2010 til 2012. Ligeledes er målet om at udbrede projekt Move@school til 12 nye skoler blevet opnået, således at Move@school nu i alt har 17 deltagende skoler.

Legepatruljen synes at have fundet sin form på de fire pilotskoler: Bellahøj skole, Guldberg skole, DIA privat skole samt periodevis på Hillerødgade skole, hvilket i høj grad hænger sammen med, at disse skoler har været i gang med projektet i nu knapt to og et halvt år. Af de nye skoler er Kirsebærskolen den skole, hvor legepatruljen fungerer bedst. På Folkeskolen ved Sankt Annæ Gymnasium har viljen været der, og legepatruljen har fungeret i en kortere periode, men er pt. ikke eksisterende. På Lundehusskolen såvel som på Hanssted Skole har legepatruljen ikke helt fundet sin form endnu, men man er i gang med det! På de nye skoler havde projektet dog reelt kun fungeret i ca. et halvt år eller mindre på det tidspunkt, hvor evalueringen blev gennemført.

Hvad angår det materiale, Move@school har præsenteret for skolerne, er der stor enighed blandt de deltagende skolars lærere om, at materialet Motion i Klassen er et spændende og meget brugbart materiale, som rummer mange muligheder for mere bevægelse i undervisningen. Materialet egner sig dog bedst til 0. -5. klasses elever, idet materialet ikke modsvarer de større klassers behov for intellektuelle udfordringer. Lærerne efterlyser, at materialet videreudvikles med fokus på de lidt ældre elever.

Det øvrige skriftlige materiale får også positive ord med på vejen. Hulahop bliver brugt af en del af lærerne, men ellers er det begrænset, hvor mange af lærerne, der har erfaring med at bruge de øvrige materialer – ikke mindst over længere tid.

Flere af de nye skoler vurderer, at projektet startede på det forkerte tidspunkt af året, hvilket har haft betydning for, hvad det har været realistisk at få op at stå inden for et skoleår. Det er derfor vigtigt, at man i fremtiden forsøger at tage mere højde for, hvornår projektet præsenteres og påbegyndes på skolerne.

Der er på de enkelte skoler meget forskellige opfattelser af, om projektets tiltag har forbedret (eller bidraget til at forbedre) vilkårene for leg og bevægelse i skolegården samt i undervisningstiden. Nogle mener JA (Kirsebærhaven), andre at der foregår meget mere organiseret leg og fysisk aktivitet end tidligere, men at aktivitetsniveauet i forhold til fri leg nok er det samme (Bellahøj), og andre igen oplever, at der er - og hele tiden har været - meget leg og et højt aktivitetsniveau i skolegården, og at der derfor ikke er markante forandringer at spore (Sankt Annæ). Hvad angår spørgsmålet "om fysisk aktivitet, leg og

bevægelse er blevet sat på skolernes dagsorden”, er der på alle skolerne sat gang i vigtige diskussioner om mere bevægelse i skolernes hverdag - såvel i undervisningssammenhæng som i frikvartererne. Da sådanne diskussioner tager tid, har projektets tiltag endnu ikke resulteret i sundheds- eller bevægelsespolitikker på skolerne, men der er mange visioner at spore på området. Og ikke mindst er der stor interesse for at tænke videre i forhold til mere bevægelse med afsæt i projekt Move@schools ansatser.

Afgørende for en forankring af projektets tiltag i fremtiden er fire forhold. For det første er der trængsel om punkterne på dagsorden, hvilket er et grundvilkår på de fleste skoler. Det er derfor vigtigt, at projektet tænkes ind i og bliver en del af en større sammenhæng. For det andet må der følge økonomiske ressourcer med, og det er afgørende, at disse midler øremærkes projektets tiltag. For det tredje er det afgørende, at der er ledelsesmæssig opbakning til implementeringen af de enkelte tiltag, og at disse evt. tænkes ind i skolernes årsplan. Endelig vil det kunne bidrage til processen, hvis man arbejder på at etablere en vidensbank eller erfaringsbase i en eller anden form, således at de gode erfaringer kan viderebringes fra skole til skole og videreudvikles i et fælles forum.

På baggrund af resultaterne af de foreliggende undersøgelser af projekt Move@school vil der afslutningsvis blive præsenteret nogle anbefalinger til udvidelsen af projektets tiltag på nye skoler samt i forhold til bestræbelserne om at forankre Move@school på de nuværende skoler:

- Udvikling af Move@schools materialer, således at de i højere grad end det er tilfældet i dag målrettes de større elever og klassetrin på skolerne. Eksempelvis kunne materialet Motion i Klassen differentieres og justeres i forhold til tre målgrupper: Indskoling, mellemtrinnet, og udskoling.
- Opmærksomhed på rigtig timing for opstart af projektets tiltag, således at ”alt er klar”, når skoleåret starter.
- Fuld opbakning fra skoleledelsen, og et klart signal om at det er det her vi vil (fx ved at der afsættes timer dertil i årsplanerne, som er afsat til de specifikke formål).
- Tildeling af øremærkede ressourcer til dækning af ekstra timer til de ansvarlige lærere på skolerne. Tildeles direkte fra projektet Move@school i Folkesundhed København eller BUF.
- Skabe mulighed for erfaringsudveksling og supervision til lærerne – samt lærerne imellem.
- Oprettelse af vidensbank eller erfaringsbase, hvor skolerne kan hente viden og inspiration fra de erfaringer, andre skoler har gjort sig i forhold til implementering og organisering af projektets tiltag.

### 3. Motionsvejledning

#### Indledning

Dette kapitel indeholder en evaluering af projekt Motionsvejledning, bestående af MOVE samt Motion og Kost i dit Sundhedscenter (MKDS) i Københavns kommune.

Motionsvejledningen har siden dens opstart den 1. oktober 2006 været udsat for såvel organisatoriske som indholdsmæssige ændringer. Af centrale organisatoriske ændringer skal særligt nævnes de arenaskift, som projektet har gennemgået. Motionsvejledningen var fra 1. oktober 2006 lokaliseret i Urbanplanen på Amager samt i DGI-byen. I slutningen af 2007 ophørte motionsvejledningen i DGI-byen, og i slutningen af 2008 stoppede vejledningen i Urbanplanen. I stedet fortsatte arbejdet med etablering og forankring af Motionsvejledningen på byens sundhedscentre, hvilket havde udviklet sig til den langsigtede forankringsplan<sup>12</sup>. Baggrunden, for at man valgte at lukke tilbuddet i Urbanplanen og i DGI byen noget tidligere end oprindeligt planlagt, var, at det var svært at organisere indsatsen og at holde aktiviteterne i Urbanplanen og i DGI-byen i gang. I stedet lagde FSK deres kræfter på sundhedscentrene på Østerbro og Nørrebro, hvor Motionsvejledningen blev etableret som en integreret del af tilbudet Motion og kost på dit sundhedscenter (MKDS) fra maj 2008. Denne evaluering indeholder en analyse af deltagernes vurdering samt udbytte af motions-vejledningsforløbene i Urbanplanen, i DGI-byen og i sundhedscentrene på Østerbro og Nørrebro i den samlede periode fra oktober 2006 til juli 2009.

MOVE var et åbent tilbud for alle københavnere over 18 år med behov for vejledning og støtte til at komme i gang med et mere aktivt liv, og som opfyldte følgende tre kriterier: 1) *Er motiveret for at komme i gang med motion*, 2) *er fysisk aktiv mindre end 30 minutter om dagen* og 3) *er bosiddende i Københavns kommune*<sup>13</sup>. Borgerne skulle selv tage kontakt til MOVE, og fik her tilbudt at følge et fire måneders gruppeforløb, hvor 6-10 personer var samlet per gruppe. Forløbet indeholdt såvel motiverende samtaler som motionsbesøg i relevante idrætsforeninger, og samt opfølgninger pr. telefon<sup>14</sup>. Motionsvejledningsforløbet har ændret form flere gange, som beskrives løbende i de følgende afsnit.

Med 'Motion og Kost i dit Sundhedscenter' (MKDS) ønskede man at videreføre erfaringerne fra Motion og Kost på Recept samt MOVE til implementering i nye og mere permanente rammer i byens sundhedscentre. Indsatsområderne i det nye tilbud er først og fremmest *motion* og *kost*. Tilbuddet forsøger at tilgodese forskellige borgeres individuelle behov via tilrettelæggelse af forskellige typer af forløb. Efter at Motionsvejledningen rykkede ud på sundhedscentrene var der behov for en visitering af borgerne i forhold til tilbudet, som nu kom til at indeholde forskellige moduler. Til opnåelse af dette formål valgte man at gennemføre en indledende samtale (af en times varighed), hvor borgeren

12 Med sundhedspolitikken fra 2007 overtog kommunerne ansvaret for den borgerrettede forebyggelse. Den 25. oktober 2007 besluttede Sundheds- og Omsorgsudvalget at samle erfaringerne fra Motion og Kost på Recept (MKPR) og Motionsvejledningen og placere produktet i byens sundhedscentre på Nørrebro og Østerbro.

13 Statusnotat for MOVE udarbejdet af Anne K. Svendsen, FSK, 10.12.2007.

14 IBID.

registreres, og hvor forløbet tilrettelægges individuelt efter borgerens ønsker og behov<sup>15</sup>. Motionsvejledningen rummer således nu syv forskellige moduler<sup>16</sup>, hvoraf denne evaluering ser dels på modul 2 (Move Gruppe) og 3 (Move individuel) i MKDS, dels ser på de tilsvarende gruppe- og individuelle motionsvejledningsforløb i DGI-byen og Urbanplanen (MOVE).

Målsætningen for Motionsvejledningen var at øge københavnernes fysiske aktivitetsniveau og dermed fremme deres fysiske sundhed og generelle psykiske velbefindende. Målgruppen for projekt MOVE var fysisk inaktive københavnere i alle aldre, der gerne vil i gang med at røre sig, men som har behov for at få vejledning og støtte til at få en mere fysisk aktiv livsstil. Således var der opstillet følgende specifikke formål for MOVE<sup>17</sup>:

- At bidrage til at øge flere københavnernes fysiske aktivitetsniveau og dermed fremme deres sundhed og generelle velvære.
- At udbrede kendskabet til, hvor sjovt det er at røre sig.
- At få flere københavnere fastholdt som fysisk aktive.
- At hjælpe og motivere fysisk inaktive til at blive fysisk aktive på deres præmisser.
- At være med til at nedsætte social ulighed i sundhed.
- At udbrede kendskabet til de mange velegnede motions- og idrætstilbud i nærmiljøerne for uerfarne idrætsudøvere.
- At hjælpe interesserede i gang med selvorganiseret fysisk aktivitet.
- At skabe mulighed for netværksdannelse og træningsfællesskaber, der kan støtte fastholdelsen og motivationen blandt fysisk inaktive borgere.

Oprindeligt var der flere målgrupper for MOVE, idet man ville udarbejde forløb for voksne såvel som unge og derudover havde man specifikt fokus på at tilbyde forløb for borgere med anden etnisk herkomst end dansk. I DGI-byen kom der voksenhold op at stå, og i Urbanplanen oprettede man også særlige hold for borgere med anden etnisk herkomst end dansk. ”Move for børn & unge” blev aldrig realiseret. Dette skyldes, at det i planlægningsfasen stod klart, at denne målgruppe skulle tilbydes et helt andet tilbud end de voksne. Et tilbud, som ressourcerne ikke rakte til at realisere.

På MKDS er målgruppen ”københavnere over 18 år”, der ønsker at forbedre deres motions- og kostvaner. Det overordnede og langsigtede formål for MKDS ligger tæt på MOVEs formål og formuleres i projektbeskrivelsen på følgende vis: *Målet er at rekruttere motionsuante voksne til projektet og via individuelt tilpassede forløb forbedre deres motions- og kostvaner og dermed deres generelle sundhedstilstand.*<sup>18</sup> I bestræbelserne for at opnå dette overordnede formål prioriteres følgende fokusområder<sup>19</sup>:

---

15 Alle deltagere på Motionsvejledningen (MKDS modul 2-7) gennemfører en indledende samtale. Fra maj 2008 til 4. september 2009 er der i alt blevet gennemført 550 indledende samtaler.

16 De 7 moduler består af: 1) Move-Light, 2) Move-Gruppe, 3) Move-Individuel, 4) Move Prøvetimer, 5) Fysisk træning, 6) Kost – foredrag, 7) Kost åben.

17 Projektbeskrivelse for MOVE, udarbejdet af: Mathilde Kellermann og Pia Laulund, FSK 21. september 2006.

18 Udviklingsprojektbeskrivelse, FSK, udarbejdet af Anne Kjærgaard Svendsen, 12. juni 2008.

19 Her inddrages kun de fokusområder, der omfatter Modul ”Move gruppe” og ”Move-individuel”.

- At introducere deltagerne for fysisk aktivitet – både praktisk og teoretisk.
- At igangsætte nye og forbedrede motionsvaner.
- Fremme deltagernes muligheder for at fastholde de opnåede forbedrede motionsvaner.
- At udbrede kendskabet til, at det er sjovt at røre sig.
- At skabe mulighed for netværksdannelse og træningsfællesskaber, der kan støtte fastholdelsen og motivationen blandt fysisk inaktive borgere.
- At bidrage til at skabe mindre social ulighed i sundhed.
- At synliggøre tilbuddet for borgere og praktiserende læger.

## **Evalueringen af den samlede Motionsvejledning**

Evalueringen indeholder følgende dele:

- a) Der er foretaget en registrering af deltagerne i en særlig MOVE-database, hvilket projekt-ledelsen i FSK var ansvarlig for.
- b) Der er gennemført fokusgruppeinterviews med deltagere såvel i Urbanplanen som i DGI-byen (MOVE) samt blandt deltagere, der har gået på såvel individuelle som gruppehold i sundhedscentrene på Nørrebro og Østerbro.
- c) Deltagerne besvarede efter den første vejledning et mindre spørgeskema. Når deres forløb var afsluttet ca. fire måneder efter start, blev endnu et spørgeskema udfyldt. Endelig bliver deltagerne 3 til 4 måneder efter endt forløb bedt om at besvare et tredje spørgeskema. Alle data fra spørgeskemaerne er samlet i MOVE-databasen.

### **Registrering af deltagere**

I en særligt oprettet MOVE database har projektledelsen i FSK løbende registreret alle de tilmeldte deltagere på de forskellige forløb. Pga. store forsinkelser med oprettelsen af denne database er det imidlertid ikke samtlige deltagere, der fra starten af projektet er blevet registreret i denne. Der er således et ukendt antal borgere, der har været i kontakt med projektet, uden at de indgår i den endelige registrering. Alle deltagere, der har modtaget motionsvejledning i MKDS-regi, er dog registreret i databasen.

### **Fokusgruppeinterviews med deltagere samt motionsvejledere**

I forbindelse med midtvejsevalueringen blev der gennemført otte fokusgruppeinterviews med fire forskellige deltagergrupper før og efter endt forløb, to gruppehold i DGI byen samt to gruppehold i Urbanplanen på Amager. Enkelte af disse interviews blev gennemført som telefoninterview, da det ikke var muligt at samle hele holdet. Deltagerne blev interviewet første gang ca. en måned efter start og anden gang efter endt forløb. Udover interviewene med deltagerne blev der gennemført et fokusgruppeinterview med MOVE vejlederne, hvor alle fire motionsvejledere deltog.

I forbindelse med evalueringen af MKDS er der i efteråret 2008 samt foråret/sommeren 2009 blevet gennemført yderligere tre fokusgruppeinterviews. To fokusgruppeinterviews

med et gruppehold (før og efter endt forløb) samt et fokusgruppeinterview med fire deltagere fra primært individuelle vejledningsforløb, der mødtes efter gennemført forløb.

### **Spørgeskemaundersøgelse blandt deltagerne**

Spørgeskemaundersøgelsen består af tre spørgeskemaer. Det første spørgeskema blev deltagerne bedt om at besvare, da de startede på forløbet, og det andet spørgeskema har deltagerne besvaret umiddelbart efter, at de havde gennemført et forløb på Move eller MKDS. Det tredje spørgeskema udsendtes til deltagerne tre måneder efter deres deltagelse på motionsvejledningsforløbene. En analyse på baggrund af det tredje spørgeskema foretages først, når der er et tilstrækkeligt antal deltagere til at kunne foretage en pålidelig analyse. Spørgeskemaerne (1 + 2) er løbende blevet indsamlet fra deltagerne, men blev ikke bearbejdet i forbindelse med midtvejsevalueringen. Grunden hertil var, at oprettelsen af databasen blev meget forsinket, og at evaluator derfor ikke havde adgang til data på dette tidspunkt. Data fra deltagernes vurdering af MOVE forløbet indeholdes således i den foreliggende samlede analyse af spørgeskemaundersøgelsen blandt deltagere på alle motionsvejledningsforløb (i DGI-Byen, i Urbanplanen samt i MKDS-regi i sundhedscentrene på Østerbro og Nørrebro).

### **Registrering af deltagerne**

I perioden fra 1. oktober 2006 og frem til midtvejsevalueringen af projektet i foråret 2008 var der tilmeldt ca. 120 borgere til MOVE, mens ca. 20 stod på venteliste til at påbegynde et forløb. Ca. 90 % af disse deltagere var kvinder. I Urbanplanen på Amager var 60 % af deltagerne af anden etnisk baggrund end dansk. Derudover blev der gennemført ca. 40 vejledninger pr. telefon<sup>20</sup>.

I juli 2009 var der i databasen i alt registreret 134 deltagere på modul 2 (MOVE-Gruppe) samt i alt 95 deltagere på modul 3 (MOVE- individuel), og der har således i alt været 229 deltagere på disse forløb<sup>21</sup>. Heraf er fire registreret på begge moduler, hvilket betyder, at i alt 225 borgere har deltaget i forløb på MKDS. Heraf er fire ud af fem kvinder.

---

20 Statusnotat for MOVE, udarbejdet af Anne K. Svendsen, FSK, 10.12.2007.

21 I denne rapport ses der på de borgere, som har været igennem et individuelt eller gruppe forløb – (modul 2 og 3). Derudover har 110 borgere siden starten af Motionsvejledningen (oktober 2006) modtaget Motionsvejledningen i en ”light udgave” (MOVE light), hvor de har modtaget vejledning enten per mail eller per telefon. Siden projektet flyttede til sundhedscentrene, har 36 borgere modtaget et MOVE light forløb.

**Tabel 8: Oversigt over deltagere på forløbene, der er registreret i databasen**

	Motionsvejledning					
	MOVE - gruppe		Move - Individuel		Deltager både på Modul 2 og Modul 3	Total
	N =	Pct.	N =	Pct.	N =	N =
Kvinder	116	86,6 %	76	80,8 %	4	188
Mænd	18	13,4 %	18	19,2 %	0	36
Registrerede deltagere	134	100 %	95	100 %	4	225

## Resultater fra midtvejsevalueringen

I dette afsnit præsenteres de overordnede resultater fra midtvejsevalueringen af projekt Motionsvejledning i maj 2008.

### Organiseringen af Motionsvejledningen – gruppevejledning eller individuel vejledning

Et af projektmålene for motionsvejledningen var at skabe mulighed for netværksdannelse og træningsfællesskaber, der kan støtte fastholdelsen og motivationen blandt fysisk inaktive borgere<sup>22</sup>. Ved at organisere motionsvejledningen i grupper af interessefællesskaber ville man dels gøre det muligt for deltagerne at 'sparre' med hinanden og drage nytte af erfaringer fra de andre i gruppen, dels var det tanken, at deltagerne fra de andre deltagere på holdene kunne få gode idéer til hvilke motionstilbud, der findes. På nogle af holdene lykkedes det at skabe dynamikken og fællesskabet for en sådan proces. Men på flere af de hold, som evaluator interviewede, var det også forbundet med mange vanskeligheder at gennemføre vejledningen i grupper, hvilket der er flere grunde til.

### Vanskeligheder forbundet med gruppevejledningen.

For det første tog det i nogle tilfælde meget lang tid, før holdene kunne komme i gang, fordi man måtte vente på, at det rigtige antal deltagere havde tilmeldt sig, før man kunne starte et hold op. For det andet virkede det på nogle af deltagerne meget demotiverende, når folk faldt fra, og frafaldet var på flere af holdene meget stort. For det tredje gav motionsvejlederne udtryk for, at de deltagere, som det var svært at motivere, i nogle tilfælde kom til at fylde (for) meget på holdene. Motionsvejlederne blev undervejs i forløbet opmærksomme på, at der var deltagere med særlige vanskeligheder, som det var vanskeligt at integrere på de almindelige holdforløb, og at man i disse tilfælde måtte overveje at tilbyde disse deltagere individuelle forløb i stedet. Endelig var der flere af deltagerne, der i interviewene kom ind på, at de havde oplevet, at deltagerne i MOVE var meget forskellige i forhold til behov og ønsker, hvilket gjorde det svært at få en følelse af fællesskab på

22 Statusnotat for MOVE – Motionsvejledning udarbejdet af Anne Svendsen, FSK, den 10.12.2007.



holdene eller endelige etablere træningsfællesskaber.

### **Gode og dårlige forløb**

Eksempler på forløb, der fungerede godt, var de hold, hvor deltagerne havde formået at bruge hinandens erfaringer og idéer om gode motionstilbud, eller hvor de havde fået indblik i, hvordan andre deltagere vælger at arbejde med deres barrierer. Eksempler på dårlige forløb var de hold, hvor der var så stort et frafald, og der sad så få deltagere tilbage, at deltagerne blev demotiveret frem for motiveret til at dyrke mere motion.

### **Mindre servicering af deltagerne – større deltageransvarlighed**

En af de erfaringer, motionsvejlederne gjorde sig i den første del af projektperioden, var desuden, at vejlederne i højere grad burde have stillet krav til deltagerne i stedet for at blive for 'servicerende'. To kvindelige deltagere i DGI-byen var meget bevidste om og optaget af, at de syntes, det var "skønt for én gang skyld i livet" at få en masse serveret, men at denne "luksus" i virkeligheden gjorde dem mere dovne og mindre initiativrige, hvilket jo ikke var målet med forløbet.

*De (vejlederne) skulle ikke være så forsigtige. Jeg synes, de har været lidt for søde i starten eller (...) de stillede ikke nok krav til os om selv at deltage, og de gjorde for meget for os. Men det er måske også lettere at falde i, vi var jo ikke så mange til sidst, så (...) Men (...) altså alle de aktiviteter vi har været til, det er noget de har arrangeret. Og der tænker jeg lidt, behøvede det egentlig at være sådan? Jeg mener, vi er jo ikke børnehavebørn.... Altså, jeg kan jo sagtens tage en telefon og ringe og aftale et eller andet sted. Så måske lidt mere deltageransvarlighed på en eller anden måde (Kvindelig deltager i DGI-Byen).*

### **Motionsvejledning - et flot tilbud for de ressourcestærke deltagere.**

De ressourcestærke deltagere<sup>23</sup> syntes, at Motionsvejledningen var "et rigtig flot tilbud", og flere udtrykte, at motionsvejledningen havde været meget givtig for dem, enten fordi de havde haft succes med at komme i gang med at dyrke mere motion, eller fordi de kunne bruge forløbet til at reflektere over, hvad der skulle til, for at de kom i gang med at være mere fysisk aktive i fremtiden.

*Jeg var aldrig kommet i gang, hvis jeg ikke havde deltaget i MOVE, for jeg havde ikke fundet de her muligheder selv (Deltager i DGI byen efter endt forløb).*

### **De ressourcevage faldt ofte fra**

Det var typisk de bedst fungerende, de deltagere der havde flest ressourcer, der hang ved, og som drog nytte af tilbuddet om motionsvejledning. Derimod tydede det på, at de mindst ressourcestærke deltagere i højere grad faldt fra eller ikke fuldendte vejledningsforløbet.

---

<sup>23</sup> De 'ressourcestærke' henholdsvis 'ressourcevage' deltagere bygger alene på en intuitiv vurdering hos motionsvejlederne og bygger således ikke på indsamlede data med deltagernes baggrund og livsvilkår.

### **Tilrettelæggelse og justering af Motionsvejledningsforløbet**

Oprindeligt blev Motionsvejledningen planlagt og gennemført som et fire måneders forløb, der indeholdt et introduktionsmøde samt tre vejledningssamtaler. Derudover blev deltagerne præsenteret for minimum to motionstilbud. Flere af deltagerne gav i interviewene udtryk for, at de to motionstilbud, de blev præsenteret for, var for få, men at de til gengæld syntes, at der var mange vejledningssamtaler i forløbet. Ifølge nogle af deltagerne var der *for* mange vejledningssamtaler, hvor de i højere grad havde haft en forventning om, at de ville blive præsenteret for en bred vifte af motionstilbud igennem forløbet.

På baggrund af disse tilbagemeldinger fra deltagerne i forbindelse med midtvejsevalueringen samt vejledernes egne erfaringer blev planen for tilrettelæggelsen af Motionsvejledningsforløbet revideret i løbet af 2007. I den nye model blev der lagt op til, at deltagerne i stedet blev præsenteret for fire motionstilbud inden for et fire måneders vejledningsforløb. Derudover erstattede man den tredje og sidste vejledningssamtale med en telefonopfølgningssamtale med deltagerne - som afslutning på Motionsvejledningsforløbet.

### **Forskellige behov og ønsker hos deltagerne i DGI byen og Urbanplanen**

Midtvejsevalueringen viste desuden, at deltagerne i DGI byen og i Urbanplanen adskilte sig i forhold til de behov og ønsker, de havde i forhold til indholdet af motionsvejledningen samt motionstilbuddenes karakter. Dette gjaldt især de forløb med deltagere med anden etnisk herkomst end dansk, hvor forskellene i forhold til behov og ønsker trådte tydeligst frem. Generelt efterspurgte deltagere i DGI byen typisk følgende: 1) *idéer til nye/sjove/anderledes motionstilbud*, 2) *en personlig idrætscoach* samt 3) *vejledning/rum til refleksion*. Til forskel herfra efterspurgte deltagerne med anden etnisk baggrund end dansk i Urbanplanen typisk følgende: 1) *Information om motion, sundhed (herunder også sygdom), kost mv.*, 2) *motionstilbud beliggende geografisk meget tæt på deltagernes bopæl*, 3) *motionstilbud, der henvender sig specifikt til kvinder af anden etnisk herkomst, samt hvor niveau og træningsintensitet ikke er for høj*, og 4) *billige motionstilbud*.

Sammenfattende viste midtvejsevalueringen i juni 2008 følgende:

- Helt overvejende blev Motionsvejledningen benyttet af kvinder, og projektet lykkedes med at få mange kvinder af anden etnisk herkomst end dansk til at benytte tilbuddet i Urbanplanen.
- Deltagerne i forløbet vurderede generelt tilbuddet meget positivt, men det var især de ressourcestærke, som formåede at bruge det, mens de ressource svage lettere faldt fra.
- Det var vanskeligere for deltagerne at etablere træningsfællesskaber, end man havde regnet med, hvilket bl.a. hang sammen med, at deltagerne viste sig at være meget forskellige og derfor havde meget forskellige forventninger og behov.
- Deltagerne efterlyste en større vægtning af motionstilbud i stedet for vejledningssamtaler. Dette ændrede projektledelsen op til midtvejsevalueringen.
- Der var store forskelle mellem deltagerne i Motionsvejledningen, og der var store forskelle mellem de to grupper af deltagere i henholdsvis DGI-byen og Urbanplanen,

hvilket man burde tage højde for i tilrettelæggelsen af tilbuddet og den konkrete motionsvejledning, således at forskellige borgeres individuelle behov i højere grad kunne tilgodeses.

På baggrund af motionsvejledernes udfordringer med at samle og gennemføre gode gruppeforløb blev det besluttet at fokusere mere på afviklingen af individuel motionsvejledning efter årsskiftet 2008-2009.

I den første fase af Motionsvejledningen (i DGI-byen og i Urbanplanen) var der store udfordringer i forhold til at øge borgernes (og ikke mindst de praktiserende lægers) kendskab til tilbuddet om motionsvejledning og derved sikre en hensigtsmæssig rekruttering af borgere. Da Motionsvejledningen rykkede ind i sundhedscentrene steg tilgangen af deltagere til vejledningen, hvilket formodentlig skyldes flere forhold, som dog ikke belyses i denne undersøgelse<sup>24</sup>.

## **Fokusgruppeinterview – efter midtvejsevalueringen**

I den sidste del af projektperioden er der gennemført tre fokusgruppeinterviews med deltagere fra vejledningsforløb i sundhedscentrene på Nørrebro og Østerbro (MKDS). De interviewede er alle kvinder, der har gennemført forløb i perioden fra august 2008 til juni 2009<sup>25</sup>.

1. Interview oktober 2008 (tre kvinder mellem 58-65 år) i starten af MOVE-gruppe forløb.
2. Interview december 2008 (samme tre kvinder var indkaldt efter endt forløb).<sup>26</sup>
3. Interview juni 2009 i Sundhedscenter Nørrebro (SCN) med fire kvinder, hvoraf to var deltaget på MOVE-individuel og de to andre var tidligere deltagere på MOVE-gruppe.

Den kvalitative analyse af disse interviews vil i det følgende afsnit blive beskrevet i sammenhæng med spørgeskemaundersøgelsen blandt alle deltagere på motionsvejledningen, fordi den kvalitative analyse kan underbygge spørgeskemaundersøgelsens resultater, som bygger på forholdsvis få besvarelser.

---

24 Projektledelsen vurdering er, at det dels skyldes et større kendskab til tilbuddet blandt lægerne, som har gjort deres patienter opmærksomme på tilbuddet, dels har Motionsvejledningen modtaget ”fejlhenviste borgere fra ’Fysisk træning’, og endelig foregår Motionsvejledningen nu i mere professionelle omgivelser, og der tilbydes mere individuelt tilpassede forløb.

25 Udvælgelsen af interviewpersonerne er sket ud fra, hvem der på det pågældende tidspunkt var i et forløb, hvor det passede med starten og endt forløb. Det sidste interview med de individuelle deltagere var svært at få i stand, og blev udsat af flere omgange, da deltagerne måtte melde afbud. Det blev derfor kun til ét interview i slutningen af disse deltageres forløb.

26 Det var dog kun én af de tre kvinder fra det pågældende hold, der mødte op og deltog i interviewet.

## Spørgeskemaundersøgelsen

Analysen af spørgeskemaundersøgelsen bygger på i alt 104 deltageres besvarelser af det første spørgeskema, mens vurderingen af forløbene kun bygger på i alt 49 deltageres besvarelser af det andet spørgeskema. Af de 49 besvarelser af andet spørgeskema er der imidlertid tre respondenter, som kun har besvaret det andet spørgeskema - og der er således kun 46 respondenter, der har besvaret begge skemaer. I alt er der besvarelser fra 107 respondenter i undersøgelsen. Det er altså mindre end halvdelen af de deltagere, der har været tilmeldt et motionsvejledningsforløb (enten på MOVE eller Motion og Kost i dit Sundhedscenter), som omfattes af denne analyse<sup>27</sup>.

I gennemgangen af resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen af Motionsvejledningen vil der blive sammenlignet med data fra ”Motion og Kost på Recept”. Begrundelsen herfor er dels det meget begrænsede antal deltagere i denne undersøgelse, dels er det interessant at sammenligne, på hvilken måde deltagerne adskiller sig fra deltagerne på MKpR.

Spørgeskemaundersøgelsen indeholder en analyse af tre forhold:

1. Hvem der har deltaget i Motionsvejledningen?
2. Deltagernes selvvalgte helbredstilstand, fysiske form og fysiske aktivitet, da de begyndte forløbet samt efter at have deltaget i Motionsvejledningen.
3. Deltageres vurdering af motion- og kostvejledningsforløbene samt deltageres udbytte deraf.

### Hvem deltager i Motionsvejledningen?

Generelt synes deltagerne i Motionsvejledningen at være en – i gennemsnitlig forstand – ”svagere” gruppe end patienterne i Motion og Kost på Recept. Fire ud af fem af deltagerne er kvinder, hvilket er den samme kønsfordeling, som evalueringen af Motion og Kost på Recept viste.

**Tabel 9: Deltagernes alder i Motionsvejledningen sammenlignet med aldersfordelingen i Motion og Kost på Recept (pct.)** <sup>28</sup>

	Motionsvejledning		MKpR
	N=	Pct.	Pct.
Over 70 år	7	7	11
60 – 69 år	28	26	33
50 – 59 år	33	31	33
40 – 49 år	16	15	15
Under 40 år	16	15	9
Ikke besvaret	6	6	-
Total	106	100	100

<sup>27</sup> Af de i alt 225 deltagere på forløbene, er det mindre end 50 % af deltagerne på de forskellige forløb, der har besvaret spørgeskemaundersøgelsens første skema ved starten af forløbet. Og knap 25 % af de registrerede deltagere har besvaret andet spørgeskema efter endt forløb.

<sup>28</sup> Fysisk Aktivitet som Behandling, Motion og Kost på Recept i Københavns Kommune; Kirsten Kaya Roessler og Bjarne Ibsen, Syddansk Universitets forlag, 2007. p. 32.

Hver tredje deltager er 60 år eller ældre (33 pct.), og det er en noget mindre andel end i Motion og Kost på Recept, hvor 44 pct. var 60 år og ældre. Omvendt deltager forholdsvis flere unge i motionsvejledningen end i Motion og Kost på Recept, idet hver sjette deltager i Motionsvejledningen er under 40 år (15 pct.), hvor der i MKpR kun var 9 pct. unge under 40 år (tabel 9 ovenfor).

Knap hver tredje deltager i Motionsvejledningen har en studentereksamen eller lignende, hvilket er næsten samme andel som i Motion og Kost på Recept. Der er imidlertid forholdsvis flere af deltagerne i Motionsvejledningen, end der var i Motion og Kost på Recept, som er på overførselsindkomst, og forholdsvis færre er lønmodtagere (tabel 10 nedenfor).

**Tabel 10: Arbejdssituation hos deltagere i Motionsvejledningen sammenlignet med deltagere i Motion og Kost på Recept (pct.)** <sup>29</sup>

	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Lønmodtager	34	31,8	41
Selvstændig	2	1,9	-
Studerende	4	3,7	2
Arbejdsløs	8	7,5	6
På sygedagpenge	6	5,6	3
Kontanthjælp	11	10,3	2
Førtidspensionist	14	13,1	11
Efterlønsmodtager	7	6,5	12
Folkepensionist	13	12,1	18
Total	99	92,5	-
Ikke besvaret	8	7,5	-
Total	107	100	100

35 pct. af deltagerne i 'Motionsvejledningen' bor sammen med en ægtefælle eller partner, hvilket er noget lavere end i 'Motion og Kost på Recept', hvor det var godt halvdelen.

**Tabel 11: Andel af deltagerne i Motionsvejledningen, som bor sammen med ægtefælle eller partner, sammenlignet med deltagerne i Motion og Kost på Recept (pct.)**

	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Ja	37	34,6	50,5
Nej	63	58,9	49,5
Total	100	93,5	100
Ikke besvaret	7	6,5	-
Total	107	100	100

<sup>29</sup> Fysisk Aktivitet som Behandling, Motion og Kost på Recept i Københavns Kommune; Kirsten Kaya Roessler og Bjarne Ibsen, Syddansk Universitets forlag, 2007. p. 33.

Blandt deltagerne på Motionsvejledningen er der forholdsvis flere, som er født i et andet land end Danmark, end det var tilfældet på Motion og Kost på Recept, hvilket hænger sammen med Motionsvejledningens placering i Urbanplanen i den første periode. Det gælder for hver femte deltager på Motionsvejledningen mod kun knap hver tiende i Motion og Kost på Recept (tabel 12).

**Tabel 12: Hvor er deltagerne i Motionsvejledningen født sammenlignet med deltagerne i Motion og Kost på Recept (pct.)**

	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Danmark	75	70,1	92
Norden eller EU	5	4,7	3
Andet land	17	15,9	5
Total	97	90,7	100
Ikke besvaret	10	9,3	-
Total	107	100,0	100

Derudover er der forholdsvis flere af deltagerne i Motionsvejledningen, som svarer, at de en gang imellem eller ofte er alene, end blandt Motion og Kost på Recept deltagerne (tabel 13).

**Tabel 13: Fordelingen af deltagernes svar, om det nogensinde sker, at de er alene, selvom de egentlig havde mest lyst til at være sammen med andre?**

	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Nej	24	22,4	50,4
Ja, men sjældent	27	25,2	24,3
Ja, en gang imellem	39	36,4	19,3
Ja, ofte	10	9,3	5,8
Total	100	93,5	100
Ikke besvaret	7	6,5	-
Total	107	100	100

### **Deltagernes (selvvurderede) helbredstilstand og fysiske form - ved forløbets start**

Der er forholdsvis flere deltagere i Motionsvejledningen, som synes, at de har et dårligt eller meget dårligt helbred, end der var i Motion og Kost på Recept. Dette gælder for knap hver fjerde deltager i Motionsvejledningen mod kun hver sjette i Motion og Kost på Recept (tabel 14).

**Tabel 14: Hvad synes du om din nuværende helbredstilstand i almindelighed? Sammenligning af deltagernes selv vurderede helbred i Motionsvejledningen og Motion og Kost på Recept (pct.)**

	Motionsvejledning		MKpR
	N = 107	Pct.	Pct.
Virkelig god	2	1,9	1,7
God	27	25,2	26,8
Nogenlunde	49	45,8	54,8
Dårlig	18	16,6	15,3
Meget dårlig	7	6,5	1,4
Total	103	96,3	100,0
Ikke besvaret	4	3,7	-
Total	107	100	100

Til gengæld er der lidt færre på Motionsvejledningen end i Motion og Kost på Recept, som røg, da de begyndte i vejledningsforløbet (tabel 15).

**Tabel 15: Andel af deltagerne i Motionsvejledning, som ryger, sammenlignet med deltagerne i Motion og Kost på Recept (pct.)**

Ryger du?	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Ja, dagligt	19	17,8	21,8
Ja, men ikke hver dag	6	5,6	6,7
Nej	77	72,0	71,5
Total	102	95,3	100,0
Ikke besvaret	5	4,7	-
Total	107	100	100

To ud af tre deltagere tog lægeordineret medicin, da de begyndte på motionsvejledningsforløbet (tabel 16).

**Tabel 16: Andel af deltagerne, der indtog lægeordineret medicin ved forløbets start**

	N =	Pct.
Ja	66	61,7
Nej	38	35,5
Total	104	97,2
Ikke besvaret	3	-
Total	107	100

### Deltagernes fysiske aktivitet, da de begyndte i Motionsvejledningen

Andelen af deltagere i Motionsvejledningen, som var fysisk aktiv, dagligt eller flere gange om ugen (41 pct.), da de begyndte på vejledningen, er klart lavere, end den var blandt deltagerne på Motion og Kost på Recept (60 pct.), mens andelen af de deltagere, der aldrig er fysisk aktive, er meget højere på Motionsvejledningen (15 pct.) i forhold til på Motion og Kost på Recept (8 pct.). Det samme billede finder vi i forhold til deltagernes selv vurderede fysiske form. Mens kun 9 pct. af deltagerne i Motionsvejledningen syntes, at de var i god eller virkelig god form, da de begyndte i programmet, gjaldt det for hele 35 pct. i Motion og Kost på Recept. Deltagerne i Motionsvejledningen er imidlertid en anelse gladere for at bevæge sig og være fysisk aktiv (46 pct.), end deltagerne i Motion og Kost på Recept var (38 pct.) (tabel 17, 18 og 19).

**Tabel 17: Hvor ofte er du fysisk aktiv i mindst en halv time? Sammenligning af deltagerne i Motionsvejledningen med deltagerne i Motion og Kost på Recept (pct.)**

	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Dagligt	18	16,8	26,3
Flere gange om ugen	26	24,3	35,4
Højest én gang om ugen	41	38,3	30,6
Aldrig	16	15,0	7,6
Total	101	94,4	100,0
Ikke besvaret	6	5,6	-
Total	107	100	100

**Tabel 18: Deltagernes selv vurderede fysiske form, da de startede i forløbet. Sammenligning af deltagerne i Motionsvejledningen med deltagerne i Motion og Kost på Recept (pct.)**

	Motionsvejledning		MKpR
	N =	Pct.	Pct.
Virkelig god	1	0,9	14,8
God	9	8,4	20,3
Nogenlunde	44	41,1	31,6
Dårlig	40	37,4	27,6
Meget dårlig	7	6,5	5,7
Total	101	94,4	100,0
Ikke besvaret	6	5,6	-
Total	107	100	100



**Tabel 19: Hvad synes du om at bevæge dig og være fysisk aktiv? Sammenligning af deltagerne i Motionsvejledningen med deltagerne i Motion og Kost på Recept (pct.)**

	Motionsvejledning		MKpR
	N=	Pct.	Pct.
Jeg bryder mig ikke om det	5	4,7	4,2
Jeg synes det er OK	45	42,1	52,1
Jeg er glad for bevægelse og fysisk aktivitet	49	45,8	38,3
Ved ikke	1	0,9	5,4
Total	100	93,5	100,0
Ikke besvaret	7	6,5	-
Total	107	100	100

### Deltagernes gennemførelse af forløbet

I juli 2009 havde 49 deltagere besvaret det andet spørgeskema, som især koncentrerer sig om deltagernes nuværende fysiske form, deres ændrede motionsvaner samt deres vurdering af forløbet.

To ud af tre deltagere angiver, at de har deltaget i et gruppeforløb (65 pct.), mens hver tredje har deltaget i et individuelt forløb (35 pct.). De deltagere, der angiver, at de har fulgt hele forløbet, udgør en gruppe på 31 deltagere (63 pct.). Der er dog et betydeligt større frafald, idet det i princippet kunne have været 104, som havde besvaret 2. Spørgeskema (tabel 20).

**Tabel 20.: Andel af deltagerne, der gennemførte hele forløbet eller stoppede undervejs.**

	N = 49	Pct.
Hele forløbet	31	63,3
Sluttede efter 1 måned	6	12,2
Sluttede efter 2 måneder	4	8,2
Sluttede efter 3 måneder	4	8,2
Total	45	91,8
Ikke besvaret	4	8,2
Total	49	100

De deltagere, der sluttede motionsvejledningsforløbet før tid, er blevet bedt om at begrunde hvorfor. Her er både positive og negative forhold, der gør sig gældende. Af de positive grunde nævner deltagerne bla.:

*Jeg var kommet godt i gang med motion (stavgang, cykling).*

*Jeg gik over til "Fysisk træning" pga. af forhøjet kolesteroltal.*

*Jeg valgte at tilmelde mig fitnesscenteret, og så har jeg et madlavningsmøde via Move, og det mener jeg er nok information for mig.*

Af negative begrundelser for at stoppe nævnes bla.:

*Det var spild af tid - der gik for lang tid med at snakke om, hvordan vi havde det.*

*Dovenskab.*

*Jeg har rigtig svært ved at få opprioriteret motion, da jeg er en del presset i min hverdag.*

*Jeg synes ikke, jeg fik det fulde udbytte af det.*

*Det var for svært at overkomme min angst.*

*Motionstilbudene var begrænsede og passede ikke til mine arbejdstider.*

Af fokusgruppeinterviewene fremgår det, at kun én af de i alt fem kvinder valgte at stoppe forløbet før tid. Derudover er der én, der har overvejet det, men som alligevel valgte at fuldføre. Den deltager, der valgte at stoppe undervejs, udtrykker i interviewet, at hun egentlig havde været glad for samtalerne og for motionsvejlederen, men at de motionstilbud, som hun havde meldt sig til, blev aflyst gang på gang, hvilket bevirkede, at hun til sidst ikke orkede mere.

*Men så er jeg mødt op til nogle motionssamtaler, der var ting, der var aftalt, men så kommer instruktøren ikke, og så kunne vi gå hjem igen. Jeg har været, hvor jeg blev ringet op at det var aflyst et par gange, og jeg blev ringet op, at instruktøren ikke kom, men jeg var velkommen til at komme alligevel. Derfor er det for mit vedkommende sådan lidt "fadet" ud. (.....) Jeg kom ikke til den sidste samtale, (... ) fordi (...) for det første var der flere af de der tilbud, som ikke var blevet til noget, og så sidste gang jeg var hos Susanne, der udleverede hun en skridttæller, og den virkede heller ikke. Og så tænkte jeg: Nu orker jeg ikke mere (Kvindelig deltager, der tidligere har gået på MKpR).*

En anden kvindelig deltager havde på et tidspunkt mest lyst til at stoppe, fordi fremmødet på hendes hold var meget spredt. Hun valgte imidlertid at blive, idet hun synes, at "man forpligter sig, når man nu en gang har meldt sig til noget".

*DET har jeg altså tænkt! Men så tænkte jeg, nu har jeg jo meldt mig til, og så synes jeg ligesom man skal følge det til dørs, ikke. Men jeg vil da sige, at sidste gang og forrige, der tænkte jeg godt nok (...) og nu er jeg jo sådan set afsat, og så er der jo sådan set ingen grund til, at (...) men der dukker jo ikke så mange op, og så må man ligesom lige vise flaget overfor holdet, ikke. (50 årig kvindelig deltager, SCN).*

Denne problematik omkring lavt fremmøde på holdene viste sig også at være fremtrædende i forbindelse med midtvejsevalueringen, og noget tyder således på, at dette forhold vanskeliggør en af projektets vigtige målsætninger om at skabe samhørighed og mulighed for netværksdannelse og træningsfællesskaber, der kan støtte fastholdelsen og motivationen blandt fysisk inaktive borgere.

*Det var også det, jeg savnede, at man var flere. Flere gange var vi to, og det var rart, for så kunne man også diskutere fra sidste gang. Men ellers så var det meget sløjt med gruppen (Kvindelig delta-*

ger på Move-gruppe forløb, SCN).

*Jeg synes så også, at det kunne have været rigtig sjovt at starte op på et hold, f.eks. kunne det være rigtig sjovt med dig nu igen, at høre, hvordan det har virket på det. Så man ligesom startede sammen og sluttede af sammen eller mødtes et par gange og hørte: Hvad virker for dig, og hvad virker for mig. Det synes jeg kunne have været rigtig sjovt (50 årig kvinde, MOVE-individuel i SCN).*

De tre øvrige af kvinderne i fokusgruppeinterviewene understreger dog, at de på ingen måde har overvejet at stoppe på noget tidspunkt, fordi de har været rigtig glade for forløbet og fået et stort udbytte heraf. En af kvinderne, der har gået på et individuelt forløb, siger fx:

*Jeg har ikke haft lyst til at droppe ud, og jeg bliver ved, fordi jeg er meget motiveret. Og så er det også fordi, at jeg har en god kemi med Susanne, og jeg er rigtig ked af, at hun stopper. Jeg ved, at man selv skal gøre en kæmpe indsats, og at man skal have en vilje. Så det hænger egentlig på en selv. Så er hun også kommet med nogle andre ting, og kommer også og siger: Hvad er det der sker, hvorfor får du det ikke gjort? Vi kommer også rundt om andre ting i livet: Hvad det er, der forhindrer dig i at gøre sådan. Det har været rigtig positivt (Kvindelig deltager på Move-individuel, SCN, 2009).*

*Nej, og det var jo, fordi jeg syntes, at jeg kunne bruge det til noget. Han var god til at presse mig til, at jeg selv fandt ud af, hvad det var, der skulle til, for at jeg kom i gang med de ting, som det var, jeg ville i gang med (Kvindelig deltager i SCØ).*

### **Deltagernes (selvvurderede) helbred og fysiske form efter deltagelsen i Motionsvejledningen.**

Af de 49 deltagere, som har besvaret det andet spørgeskema, er den selvvurderede helbredstilstand gennemsnitlig højere, end den var for de 104, da de påbegyndte forløbet (tabel 21). På grund af det lille antal respondenter, er forskellene dog ikke signifikante i statistisk forstand.

**Tabel 21: Sammenligning af deltagernes den selvvurderede helbredstilstand før og efter forløbet**

	Starten af forløbet		Efter endt forløb	
	N = 107	Pct.	N = 49	Pct.
Virkelig god	2	2	3	6
God	27	25	18	36
Nogenlunde	49	46	24	48
Dårlig	18	17	4	8
Meget dårlig	7	7	-	-
Total	103	96	49	100
Ikke besvaret	4	4		
Total	107	100	50	100

Ser vi specifikt på den selvvurderede helbredstilstand hos de deltagere, som har besvaret både skema 1 og 2 (N = 46) er denne forbedret hos 6 ud af de 22 deltagere, der ved starten af forløbet vurderede deres helbred som 'nogenlunde', og som efter endt forløb vurderer, at de har et godt helbred (tabel 22).

**Tabel 22: Deltagernes (selvvurderede) helbredstilstand før og efter endt forløb (N).**

Nuværende helbredstilstand ved starten af forløbet	Helbredstilstand - efter endt forløb				
	Virkelig god	God	Nogenlunde	Dårlig	Total
Virkelig god	1	0	0	0	1
God	1	10	2	0	13
Nogenlunde	0	6	15	1	22
Dårlig	0	1	5	2	8
Meget dårlig	0	0	2	0	2
Total	2	17	24	3	46

Ligeledes vurderer fem ud af de otte deltagere, der betegnede deres helbred som dårligt, at deres helbred nu er 'nogenlunde'. Enkelte deltagere vurderer derimod også, at deres helbred er dårligere nu end det var, da de startede forløbet (tabel 22).

Tilsvarende er andelen af deltagere, som angiver at de er i god form, også højere, end den var for de 104, der besvarede det første spørgeskema, idet hver fjerde deltager nu angiver, at de synes, at de er i god form, hvor det kun var tilfældet for hver tiende i starten af forløbet. Når man læser tabellen nedenfor, må det dog bemærkes, at de, der er stoppet før forløbet sluttede eller blot ikke har besvaret 2. skema, meget vel kan tilhøre gruppen, der var i dårligst form, da de startede.

**Tabel 23: Sammenligning af deltagernes selvvurderede fysiske form før og efter deltagelse i Motionsvejledningen**

	Starten af forløbet		Efter endt forløb	
	N = 107	Pct.	N = 49	Pct.
Virkelig god	1	0,9	-	0
God	9	8,4	12	24,5
Nogenlunde	44	41,1	25	51,0
Dårlig	40	37,4	8	16,3
Meget dårlig	7	6,5	4	8,2
Total	101	94,4	49	100
Ikke besvaret	6	5,6	-	-
Total	107	100	49	100

Ser vi igen specifikt på de deltagere, der har svaret på begge spørgeskemaer (N = 46), er forskellene mindre men dog til at ane, idet fem af de deltagere, der syntes, at de var i dårlig form ved forløbets start efter endt forløb angiver, at de nu oplever at være i god form, samt at 11 deltagere af de 18 deltagere, der ved forløbets start angav at være i dårlig form, nu oplever, at de er i nogenlunde eller i god form (tabel 24).

**Tabel 24: Selvvurderet fysiske form før og efter endt forløb hos de deltagere, der har besvaret begge spørgeskemaer (N)**

Deltagernes fysiske form ved forløbets start	Deltagernes fysiske form – efter gennemført forløb				
	God	Nogenlunde	Dårlig	Meget dårlig	Total
God	4	0	0	0	4
Nogenlunde	5	13	2	0	20
Dårlig	1	10	6	1	18
Meget dårlig	0	1	0	3	4
Total	10	24	8	4	46

Hver tiende deltager (i alt 4 ud af de 49 deltagere) angiver at have ændret sit medicinforbrug efter at have deltaget i Motionsvejledningen. Af ændringer i deltagernes medicinforbrug nævner deltagerne bla.:

*Halvering af astmamedicin.*

*Jeg bruger færre hovedpinetabletter.*

*Jeg er trappet yderligere ned på antidepressiv medicin. Føler nu overskuddet og tilliden til at kunne slippe lidt mere.*

*Sygdom som skulle medicineres.*

### **Deltagernes fysiske aktivitet og ændrede motionsvaner**

Mere end to ud af tre deltagere (70 pct.) svarer, at de på besvarestidspunktet (efter gennemførelsen af motionsvejledningsforløbet) er fysisk aktive flere gange om ugen eller dagligt. Ved forløbets start svarede kun 40 pct. af deltagerne, at de var fysisk aktive dagligt eller flere gange om ugen. Hver fjerde deltager (26 pct.) svarer, at pågældende højst er fysisk aktive én gang om ugen, hvor denne andel var 38 pct. før forløbets start (tabel 25).

**Tabel 25: Hvor ofte er deltagerne fysisk aktiv i mindst en halv time?**

	Efter gennemført forløb		Start af forløb
	N =	Pct.	Pct.
Dagligt	13	26,5	16,8
Flere gange om ugen	22	44,9	24,3
Højst én gang om ugen	13	26,5	38,3
Aldrig	1	2,0	15,0
Total	49	100	94,4
Ikke besvaret	-	-	5,6
Total	49	100	100

Knap hver anden deltager svarer, at de er begyndt at motionere mere for sig selv (45 pct.). Hver femte deltager er begyndt at motionere mere sammen med én eller flere andre (18 pct.). Ligeledes er hver femte deltager begyndt at dyrke motion eller idræt i en idræts-

forening (18 pct.), og hver femte deltager er begyndt at dyrke motion i et fitness- eller motionscenter (20 pct.). Endelig svarer 16 pct. af deltagerne, at de ikke har ændret motionsvaner efter at have deltaget i Motionsvejledningen (tabel 26).

**Tabel 26: Har deltagerne ændret deres motionsvaner, efter at have deltaget i Motionsvejledningen?**

	N =	Pct.
Ja, jeg er begyndt at motionere mere for mig selv	22	44,9
Ja, jeg er begyndt at motionere sammen med én eller flere andre	9	18,4
Ja, jeg er begyndt at dyrke motion / idræt i en idrætsforening	9	18,4
Ja, jeg er begyndt at dyrke motion i et fitness / motionscenter	10	20,4
Ja, jeg er begyndt at gå til motion på en aftenskole	-	0,0
Andre ændringer	8	16,3
Nej jeg har ikke ændret mine motionsvaner	8	16,3

Af andre ændringer i deltageres motionsvaner nævner flere af deltagerne bla., at de har fået mere fokus på hverdagsmotion og vaner, samt at de er mere opmærksomme på at justere egne forventninger til deres egne motionsfremskridt:

*Jeg går mere i stedet for at tage elevator eller bus.*

*Jeg bruger bevægelse mere i det daglige, fx tager jeg gerne trappen en ekstra gang (3. sal) og cykler mere.*

*Realistiske forventninger, belønning for målsat indsats, styr på prioritering af aktiviteter så motion prioriteres.*

*Jeg er blevet mere opmærksom på at skulle røre mig hver dag.*

Deltagerne i fokusgruppeinterviewene er ligeledes blevet bedt om at vurdere i hvor høj grad de har ændret deres motionsvaner i retning af mere fysisk aktivitet i forhold til, da de startede forløbet. Her svarer alle de fem kvinder, der deltog i interviewene efter at have gennemført forløbene, at de oplever (små eller store) forandringer i deres motionsvaner og livsstil, som de tilskriver forløbet.

*Ja, det er der jo. Fordi jeg synes faktisk, det er mere sjovt at dyrke motion, og det er også fordi jeg cykler. Som jeg sagde før, så bliver jeg høj af det. Jeg synes faktisk, det er rigtig sjovt. Jeg har det, som du også selv siger, skide godt bagefter. Her gør du noget for dig selv (...). Det er åndssvagt med de vaner, man har. Det var faktisk ret godt, for der er faktisk blevet lidt omprogrammeret oppe i hovedet. (Kvindelig deltager, Move-individuel, SCN).*

*På en eller anden måde så er jeg knap så træt, som jeg har været. Mht. motion så er det de små ting. Altså i stedet for at tage elevatoren, så går jeg. Jeg kan ikke gå op til 5. sal hver dag, men hver anden dag. Og så har jeg så fået hund igen, så jeg er ude og gå i hvert fald en tre-fire gange om dagen.*

*Det var der jo i begyndelsen, men det er gået lidt tilbage igen. Jeg trænger til sådan et skub en gang til. (Kvindelig deltager, et halvt år efter deltagelsen i Motionsvejledningen).*

Blandt deltagerne i spørgeskemaundersøgelsen har der især været store forventninger til Motionsvejledningen om, at deltagelsen ville føre til et bedre helbred og en bedre kondition, til en ændring af motionsvanerne, samt at de kunne få hjælp og støtte til at komme i gang med at motionere og hjælp til at tabe sig. Af nedenstående tabel 27 fremgår det, at de deltagere, der har besvaret begge spørgeskemaer (før og efter endt forløb), oplever, at de har fået mange af deres forventninger opfyldt. Efter endt forløb er deltagerne derudover blevet spurgt, i hvor høj grad de oplever at have opnået de mål, de har sat sig selv i forhold til mere motion og fysik aktivitet. Her angiver hver fjerde af deltagerne, at de har opnået deres mål (27 pct.), mens 41 pct. oplever, at de delvist har opnået deres mål om mere motion, mens lidt mere end hver fjerde (29 pct.) ikke har opnået de mål, de havde sat sig.

**Tabel 27: Forventninger samt opfyldte forventninger hos de deltagere, der har besvaret begge spørgeskemaer**

	Forventninger før start		Forventninger opfyldt	
	N = 49	Pct.	N = 49	Pct.
At få et bedre helbred	29	59,2	30	61,2
At forebygge dårligt helbred	22	44,9	18	36,7
At ændre mine motionsvaner	31	63,3	34	69,4
At tabe mig	32	65,3	28	57,1
At få en bedre kondition	36	73,5	33	67,3
At opleve glæden ved motion	27	55,1	25	51,0
At få viden om sund kost	13	26,5	12	24,5
At ændre mine kostvaner	19	38,8	15	30,6
At lære andre mennesker at kende	11	22,4	9	18,4
At få hjælp og støtte til at komme i gang med at motionere	32	65,3	35	71,4
At komme i bedre form, så jeg bedre kan klare hverdagens krav	19	38,8	14	28,6

I fokusgruppeinterviewene blev der ligeledes spurgt om, hvilke forventninger deltagerne havde til forløbene, inden de startede, samt om de oplever, at disse forventninger er blevet indfriet. En kvinde beskriver, hvordan hendes forventning om ”at lære at dyrke motion” i meget høj grad er blevet indfriet.

*Jeg blev gastric by-pass opereret for et år siden, og før det vejede jeg 140-150 kg(...). Så mit fysiske aktivitetsniveau, det har ikke været så højt. Jeg har cyklet, når jeg skulle frem og tilbage, og det gjorde jeg også, da jeg startede til motionsvejledning, sådan 16 km om dagen. Det var sådan set det, og så havde jeg bare lyst til at lære, hvordan det var at dyrke motion, fordi jeg aldrig har gjort det. Nu har jeg kroppen til det og kan bevæge mig. (.....) Jeg løber nu gerne tre gange om ugen, og skulle gerne være inde og træne en gang om ugen. Når jeg skal ind og træne, så cykler jeg (...) vel en tre gange om ugen og løber tre gange om ugen (Yngre kvindelig deltager, individuelt forløb i Sundhedscenter Østerbro)*

En af de ældre kvinder i interviewet udtaler omkring sine forventninger til motionsvejledningen om at tabe sig:

*Jeg fik en folder af min læge, fordi jeg gerne ville tabe mig. Min forventning var, at jeg kunne lægge min kost om og tabe mig. Det hjælper sommetider, når man har lidt støtte. Jeg ved godt, hvad jeg*

*skal spise, og hvad jeg ikke skal spise sådan set. Men det er lige det der med at få motivationen, og det havde jeg så den gang. Jeg tabte mig da også 6 kg. på de her uger, jeg gik her (50 årig kvindelig deltager).*

Forventningen om at tabe sig er noget, der går igen hos alle de interviewede, men denne deltager fik ”noget andet” end det forventede vægttab nemlig mere muskelmasse.

*Jeg ville selvfølgelig gerne have noget motion (...) Før jeg startede her. Hvor jeg så kom til Susanne og siger, at jeg er irriteret over, at jeg ikke taber mig. Hvad er det, der gør, at jeg ikke taber mig? Hvor hun så har lavet de øvelser, altså maveøvelser og balleøvelser, rygøvelser og konditionstræning. Så havde jeg en forventning om, at jeg med kosten kunne gå ind og prøve og justere på nogle ting. Jeg har ikke tabt mig nævneværdigt, jeg har nok fået noget mere muskelmasse, men der er en lille omfordeling af min krop (Kvindelig deltager på individuelt forløb i Nørrebro Sundhedscenter).*

*Jeg var ikke kommet i gang med min motion, hverken at løbe eller dyrke fitness, hvis det var, at jeg ikke havde fået den hjælp og det skub til at komme i gang. Så ja, der er sket en masse forandringer. (...) Jeg synes ikke, det er fedt at lave motionen, men det er følelsen bagefter, der er det fede. Det er det, der holder mig oppe: Bliv ved med at gøre det (Kvindelig deltager på individuelt forløb i Sundhedscenter Østerbro).*

De motionstilbud, deltagerne har prøvet på forløbet, er først og fremmest: Motion i ‘Sport og Spas’, Linedance, styrketræning, spinning, stavgang, gymnastik, svømning og vandaerobic, hverdags-motion samt ”motion og sundhed for kvinder”. Hver tredje deltager er begyndt at gå til et eller flere af de nævnte tilbud, som de prøvede under forløbet (33 pct.). Heraf angiver fem deltagere (10 pct.), at de har tilmeldt sig et hold, som de endnu ikke er startet på, eller at de overvejer at gøre det.

I fokusgruppeinterviewene blev deltagerne spurgt om, hvordan de havde oplevet motionstilbudene samt om de var begyndt at gå til nogle af de ting, de var blevet præsenteret i forløbet. Tre ud af fem deltagere har undervejs i forløbet eller efter gennemført forløb meldt sig til et af de motionstilbud, som de blev præsenteret for. En deltager har i samarbejde med motionsvejlederen fået nogle øvelser, som hun har praktiseret i et fitnesslokale på sin arbejdsplads. Således er fire ud af fem deltagere godt i gang.

*Jeg synes, det var fine tilbud. Jeg vil sige, at jeg har været meget glad for at deltage, og jeg har deltaget i det hele.*

*Det første sted, det var et fitnesscenter i Nordvest kvarteret. Der er både fysioterapi og fitness, så det er en fysioterapeut, som går nede i fitnesscentret. Det var både sjovt og spændende, synes jeg. Så det valgte jeg med det samme, at det ville jeg gå til. Så var jeg et sted en gang til med vejleder på Grøndalscentret. Det var også gymnastik. Men de var lidt for gode for mig. Det gik ikke rigtig så godt, så det valgte jeg fra. Også SOS, der var jeg heller ikke, når jeg nu havde valgt det der andet. Og så var det også i nærheden af, hvor jeg bor.*

*Jeg fik kun det ene tilbud om fitness, fordi det var tilstrækkeligt for mig, til at jeg kom i gang med de ting, jeg gerne ville, så jeg havde ikke behov for at komme ud og prøve de andre ting.*

*Vi fandt jo noget, som var ude på mit arbejde, og så var det jo vigtigt for mig, at jeg kunne gøre nogle øvelser derhjemme, da det var et spørgsmål om økonomi, da jeg ikke gider betale for det.*



### Deltagernes vurdering og udbytte af Motionsvejledningen

Generelt giver deltagerne en meget fin vurdering af motionsvejledningsforløbene. De er især glade for samtalerne, men motionstilbud og telefonkontakten vurderes også fint. Til gengæld har en tredjedel af deltagerne undladt at svare eller ikke set sig i stand til at vurdere motionstilbudene kvalitet eller deres udbytte med den sidste telefoniske kontakt til motionsvejlederne (tabel 28).

Dette billede går igen i fokusgruppeinterviewene, hvor såvel motionsvejlederne som forløbene får rosende ord med på vejen af de fire af de fem interviewede.

*Jeg synes, det var en luksus, at man kunne få en stillet til rådighed, som bare koncentrerede sig om en selv, hvor man kan få snakket hele det der bevægemønster igennem (50 årig kvindelig deltager).*

*Jeg synes jo bestemt rådgivningen, den var fin. Samtalerne har været fine. Jeg synes så selvfølgelig, at motionsdelen skulle have været bedre (Kvindelig deltager på individuelt forløb, Sundhedscenter Nørrebro).*

**Tabel 28: Deltagernes vurdering af samtalerne og motionstilbudene i pct. (N = 49)**

	Gruppe / individuelle samtalerne	Motionstilbudene	Telefonkontakten med motionsvejlederne
Virkelig gode	26,5	24,5	20,4
Gode	50,0	34,7	38,8
Nogenlunde	10,2	10,2	8,2
Dårlige	0,0	2,0	2,0
Meget dårlige	0,0	0,0	2,0
Total	87,8	71,4	71,4
Ikke besvaret	12,2	28,6	28,6
Total	100	100	100

Stort set alle deltagerne, der besvarede spørgeskemaet, synes, at motionsvejlederne er fagligt meget kompetente og dygtige (85 pct.), og at motionsvejlederne har motiveret og inspireret dem meget (78 pct.). Ligeledes vurderer størstedelen af deltagerne, at det faglige indhold i forbindelse med samtalerne har været rigtig godt (79 pct.) (tabel 29).

**Tabel 29: Deltagernes vurdering af Motionsvejledningen (1) (N = 49)**

	Motionsvejlederne er fagligt meget kompetente og dygtige		Motionsvejlederne har motiveret og inspireret mig meget		Det faglige indhold på gruppe-samtalerne har været rigtig godt		Motions-vejledningen har gjort mig mere opmærksom på, hvad jeg spiser, og hvad jeg selv kan gøre for min sundhed		Jeg har fået en viden om fysisk aktivitet og sundhed, som jeg kan bruge i min hverdag	
	Antal	Pct.	Antal	Pct.	Antal	Pct.	Antal	Pct.	Antal	Pct.
Meget enig	18	36,7	19	38,8	13	26,5	6	12,2	12	24,5
Enig	24	49,0	19	38,8	21	42,9	14	28,8	15	30,5
Ved ikke	0	0	3	6,1	6	12,2	14	28,8	9	18,4
Uenig	0	0	2	4,1	0	0	4	8,2	3	6,1
Meget uenig	1	2,0	0	0	0	0	1	2,0	1	2,0
Total	43	87,8	43	87,8	40	81,6	39	79,6	40	81,6
Ikke besvaret	6	12,2	6	12,2	9	18,4	10	20,4	9	18,4
Total	49	100,0	49	100,0	49	100,0	49	100,0	49	100,0

**Tabel 30: Deltagernes vurdering af motionsvejledningen (2) (N = 49)**

	Motionsvejledningen har givet mig en forståelse for mine barrierer i forhold til at være mere fysisk aktiv		Jeg synes, at det har været rart at møde andre mennesker.		Motionsstilbuddene har været sjove / gode		Vægtingen af gruppesamtaler og motionstilbud har været passende		Jeg synes, at der er blevet tilbudt for få motionstilbud	
	Antal	Pct.	Antal	Pct.	Antal	Pct.	Antal	Pct.	Antal	Pct.
Meget enig	11	22,4	9	18,4	16	32,7	6	12,2	2	4,1
Enig	14	28,6	15	30,6	15	30,6	18	36,6	8	16,3
Ved ikke	7	14,3	11	22,4	8	16,3	8	16,6	11	22,4
Uenig	5	10,2	3	6,1	2	4,1	3	6,1	14	28,6
Meget uenig	3	6,1	0	0	0	0	0	0	3	6,1
Total	40	81,6	38	77,6	41	83,7	35	71,4	38	77,6
Ikke besvaret	9	18,4	11	22,4	8	16,3	14	28,6	11	22,4
Total	49	100,0	49	100,0	49	100,0	49	100,0	49	100,0

Mere end halvdelen af deltagerne oplever, at de har fået en viden om fysisk aktivitet og sundhed, som de kan bruge i deres hverdag (55 pct.), og knap halvdelen af deltagerne oplever, at motionsvejledningen har gjort dem mere opmærksomme på, hvad de spiser, eller hvad de selv kan gøre for deres sundhed (41 pct.) (tabel 29 ovenfor). Halvdelen af deltagerne har fået forståelse for deres barrierer i forhold til at være mere fysisk aktiv (51 pct.), og ligeledes angiver hver anden deltager, at det har været rart at møde andre mennesker på forløbene. To ud af tre har oplevet, at motionstilbudene har været sjove.

Hver anden deltager har været tilfreds med den måde, motionstilbud og samtaler er blevet vægtet på, og endelig er der 20 pct., der oplever, at de er blevet præsenteret for for få motionstilbud (tabel 30). Andelen af deltagere, der ikke har besvaret disse spørgsmål, er stor, idet den ligger på mellem 28 pct. og 12 pct.

Af fokusgruppeinterviewene fremgår det således også, at det for flere af kvinderne på Motionsvejledningen er lykkedes at arbejde med deres personlige barrierer, og at Motionsvejledningen har hjulpet dem til at overkomme en frygt eller angst. En ung kvinde beskriver således, hvordan det centrale spørgsmål i hendes motionsvejledningsforløb har handlet om at få hjælp og mod til overhovedet at *turde* træne i et fitnesscenter, med andres blikke hvilende på sig, hvilket for hende var en kæmpe overvindelse.

*Det var meget stort. Det er ligesom det, hele min vejledning har handlet om. Det har ikke været motivationen, eller hvad det var, jeg skulle i gang med. Det var det der med at tage skridtet og gøre det (...). Jeg var til en prøvetime nede på Nygårdsvej på Østerbro. Det er Fitness.dk. Det var også fint nok. For mig var det sådan, at lige da jeg startede, der kunne jeg ikke have, at der var så mange der kiggede på mig, fordi jeg stadig føler mig som den der store person, jeg var. Derfor skulle det være et tidspunkt, hvor der ikke kom så mange, og vi fandt så ud af, at jeg helst skulle træne om formiddagen. Så var han dernede og vise mig, hvilke maskiner jeg skulle bruge. Så kom man hjem og tænkte over tingene, og så kom jeg til et møde igen, hvor han spurgte mig, om jeg havde meldt mig ind, og det havde jeg så ikke. Så sagde han: Nu gør du det, og den og den dato, så gør du det. Det gjorde jeg så også, fordi jeg ikke ville erkende, at jeg ikke gjorde det. Derfor meldte jeg mig ind i fitnesscentret og trænede et par gange i Sydhavnen, som lå tættere på, hvor jeg selv boede (Kvindelig deltager i Sundhedscenter Østerbro).*

På spørgsmålet om deltagerne har en plan for, hvordan de i fremtiden vil indarbejde mere motion og fysisk aktivitet i deres hverdag, svarer to ud af tre deltagere i undersøgelsen, at de har en plan for deres fysiske aktivitet (tabel 31). Hver anden deltager i undersøgelsen mener, at en fast motionsgruppe eller motionsmakker vil kunne hjælpe dem til at motionere regelmæssigt i fremtiden, 40 pct. tror, at billigere motions- og idrætstilbud vil kunne hjælpe dem til at dyrke mere motion, og hver tredje deltager vurderer, at en fast motionstid eller flere idrætstilbud i nærheden af deres hjem vil kunne gøre en forskel (tabel 32).

**Tabel 31: Har du en plan for, hvordan du i fremtiden vil indarbejde motion og fysisk aktivitet i din hverdag?**

	N =	Pct.
Ja	34	69,4
Nej	6	12,2
Ved ikke	2	4,1
Total	42	85,7
Ikke besvaret	7	14,3
Total	49	100,0

**Tabel 32: Hvad mener deltagerne vil kunne hjælpe dem til at motionere mere regelmæssigt i fremtiden?**

	N = 49	Pct.
En fast motionsgruppe eller motionsmakker	25	51,0
En fast motionstid	17	34,7
Flere idrætstilbud i nærheden af mit hjem	17	34,7
Nogle billigere motions- og idrætstilbud	20	40,8
Nogle sjovere / bedre motionstilbud	11	22,4
At gøre det til en vane at bruge cyklen som transportmiddel, f.eks. til arbejde	9	18,4

Af fokusgruppeinterviewene fremgår det også, at deltagerne i gennem forløbet er blevet meget opmærksomme på betydningen af, at de har en plan for, hvordan de vil motionere i fremtiden.

Deltagernes plan er her bla. at træne sammen med andre og at cykle 30 km om dagen, selv om man holder ferie.

*Så når jeg løber med min veninde(...). Hvis jeg ikke løb sammen med hende, så ville jeg nok heller ikke få overholdt den plan, der så er. Fordi det vil jeg ikke kunne alene, så der har jeg brug for noget sparring.* (Kvindelig deltager i Sundhedscenter Østerbro,).

*Men det her har "trigget" mig, (...) det der med at cykle. Susanne (motionsvejlederen) har også spurgt mig: Hvad så når du holder sommerferie? Der kommer du jo ikke ud og cykle. Hvad gør du så (...)? Jeg skal være hjemme, men jeg har fundet ud af, hvad jeg gør. Men jeg skal have et mål. Altså, mit mål er at køre på arbejde hver dag. Men jeg skal have et mål, og det mål har jeg også sat mig, så jeg ved, at jeg skal ud og cykle 30 km hver dag i min sommerferie. Tidligt om morgenen - mens mine børn sover.* (Kvindelig deltager i Sundhedscenter Nørrebro)

Endelig er deltagerne i undersøgelsen blevet spurgt om, hvad de synes, at de har lært i de sidste fire måneder, som vil kunne hjælpe dem med at følge deres målsætninger om mere motion i hverdagen. I uddybningen af deltagerens udbytte af motionsvejledningen nævner deltagerne overvejende følgende seks forhold, i forhold til hvad de har lært eller erfaret i kraft af at have deltaget i Motionsvejledningen:

1. At langsom progression er nødvendig for, at man ikke mister modet undervejs:

*At jeg skal starte fra bunden og bygge mig selv langsomt op.*

*At lidt motion er bedre end ingen motion.*

*At man skal have disciplin og være målrettet*

*At mere motion ikke altid er svaret. At kroppen skal have tid til at restituere.*

*Ikke for store mål af gangen, et "klap" på skulderen, når jeg gør det, jeg har sat mig for.*

*Jeg har lært, at jeg også skal motionere af andre grunde end væggtab. Jeg har lært, hvordan jeg skal forholde mig, hvis jeg ikke opfylder mine mål i en periode. Samt fået øjnene op for nogle af de barrierer, jeg har haft.*

*Jeg har lært, hvor min svaghed ligger - i at blive ved også, når det ikke er nyt og spændende. Og min styrke.*

2. At faste motionstider eller faste rammer og mål er vigtige for at kunne fastholde sig selv i at dyrke motion.

*At jeg nok har brug for en mere fast motionstid. Det kan nogle gange være svært at motionere for sig selv.*

*Belønning som gulerod fungerer. Godt at skrive målsætning ned - klare mål og tydelig prioritering.*

*At det altid er godt at klø på.*

*Har mærket vigtigheden af at forpligte mig til faste tider og dage, så jeg kommer af sted. Jeg synes det er et usædvanligt godt og flot tilbud jeg som borger har fået. Jeg fortæller det vidt og bredt, fordi jeg synes andre skulle have glæde af det. Kunne godt tænke mig noget opfølgning på det 2 til 3 mdr. efter.*

3. Fået kendskab til nye motionsformer.

*At prøve nye motionsmuligheder af!*

*Jeg har fået flere ideer til motionstilbud, fx sport og spas som jeg synes er sjovt og godt.*

4. At de sociale relationer i forbindelse med det at dyrke motion er vigtige og motive-rende.

*At jeg har meget brug for andre mennesker!*

*Søde dygtige instruktører og opbakning til at få det gjort!*

5. Større opmærksomhed omkring kroppen og den virkning, motion har på deltagernes fysiske og psykiske velbefindende.

*Bevægelse og motion får mig til at føle mig bedre tilpas i hverdagen, den giver mig mere energi til at gøre andre ting, fx rengøring.*

*Jeg er blevet meget bevidst om hvor lidt jeg har motioneret i meget lang tid. Jeg er mere opmærksom på min krops signaler, er blevet lidt mere 'glad' for den. Jeg har fået en både taktfuld og behagelig stadig støtte fra MOVE.*

*Jeg har lært, at det gør en forskel, om man motionerer nok - både på kort og lang sigt.*

*Jeg har mærket, hvor godt jeg får det, når jeg spiser fornuftigt og motionerer.*

*Det er meget vigtig del af livet at motionere.*

*Jeg har lært, at man bliver glad og får energi af at motionere, og mine smerter i knæ og ryg er forsvundet.*

*Jeg har lært om kost*

6. Opmærksomhed på hvilke vaner, man har, samt hvad der skal til for at ændre på gamle - og få nye vaner.

*Jeg har lært at tænke mere motion ind i hverdagen, så som at gå til fitness 2-3 gange om ugen og gå i byen i stedet for altid at tage bussen.*

*Nødvendigheden af motion.*

7. Større selvtillid

*Indblik i at mange af de ting jer gør virker og i at holde fast selvom jeg er nede i en bølgedal*

*Tro på mig selv. Mere selvtillid*

8. Endelig er der de deltagere, der af forskellige grunde ikke oplever, at deres udbytte af motions-vejledningen har været særlig stort eller afgørende, og som i undersøgelsen udtrykker dette på følgende vis:

*Egentlig ikke noget, men det er jo også svært at vurdere, når man som jeg stopper forløbet efter så kort tid. Alt hvad der kommer til at ske mht. motion i fremtiden er ikke pga. min deltagelse i MOVE, men fordi jeg har fundet ud af at gøre noget på anden vis. Det er jo heller ikke dårligt!*

*Ikke noget, jeg ikke vidste i forvejen.*

*Jeg har desværre ikke deltaget så ofte, da jeg fik nyt arbejde, der lå længere væk.*

*Jeg har nok startet på et uheldigt tidspunkt i det der har været lidt for meget sygdom, undersøgelser og andre ting, der på et tidspunkt midt i forløbet kørte mig lidt ned. (Jeg skal nok komme op igen på et tidspunkt)*

*Jeg var syg, så jeg har ikke fulgt kurserne.*

*Så meget synes jeg nu ikke, at jeg har lært på basis af et møde, jeg har ikke oplevet det som et forløb som sådan. Men jeg er kommet i gang efter prøvetimen.*

## Konklusion

Tilbuddet om Motionsvejledning fungerede ca. 1½ år i DGI byen samt i Urbanplanen på Amager i 2006-2008 (MOVE). I maj 2008 rykkede Motionsvejledningen ud på sundhedscentrene på Nørrebro og Østerbro, hvor tilbudet om Motionsvejledning i dag fungerer som en integreret del af ”Motion og Kost i dit Sundhedscenter” (MKDS), og hvor tilbudet nu har eksisteret i lidt mere end et år.

De erfaringer, som man gjorde sig med de første Motionsvejledningsforløb, var bl.a., at gruppevejledningen var vanskelig at gennemføre. For det første viste det sig at være vanskeligt at rekruttere borgere til Motionsvejledningen. Projektledelsen oplevede, at rekrutteringen blev mindre vanskelig, da tilbudet rykkede ud på sundhedscentrene. I de tidlige motionsvejledningsforløb var der således ofte lang ventetid, inden man havde fået sammensat et hold, og de enkelte deltagere kunne komme i gang. Et andet problem var, at nogle af de mest ressourcetsvage deltagere ”fyldte” meget på holdene, hvilket tog meget af vejledernes opmærksomhed og gik ud over de andre deltagere på holdet. For det tredje svingede fremmødet på holdene meget, hvilket virkede meget demotiverende på de øvrige deltagere i de grupper, hvor fremmødet var spredt.

Målsætningen om, at deltagerne og den samlede gruppe skulle udgøre et netværk for hinanden, og at deltagerne ville kunne etablere træningsfællesskaber, blev indfriet på nogle af holdene, men langt fra på alle, idet deltagerne kom med meget forskellige behov og ønsker. Flere af deltagerne oplevede, at der var for få motionstilbud, og at samtalerne fyldte for meget, mens andre deltagere derimod gav udtryk for, at de havde stor glæde og fornøjelse af vejledningssamtalerne samt af den ”luksus”, som det var at have ”en personlig idrætscoach”. Endelig viste midtvejsevalueringen, at det oftest var de ressourcestærke deltagere, der gennemførte motionsvejledningsforløbene, mens de ressourcetsvage oftest var blandt de, der faldt fra.

På baggrund af disse erfaringer og udfordringer er det nye tilbud om Motionsvejledning på sundhedscentrene løbende blevet justeret på forskellig vis. En afgørende ændring var, at man besluttede at fokusere mere på gennemførelsen af *individuel* motionsvejledning. Samtidig var det stadig muligt at deltage i et gruppevejledningsforløb. Tilbuddet om motionsvejledning i sundhedscentrene blev således på mange måder gjort mere fleksibelt, således at den enkelte borger nu i højere grad kan vælge mere frit – og efter pågældendes individuelle behov - ved at det er blevet muligt at deltage på syv forskellige moduler i Motionsvejledningen (MKDS)<sup>30</sup>.

---

30 Siden midten af april 2009 er deltagere på Modul 5 i MKDS (Fysisk træning) blevet tilbudt Motionsvejledning for at fremme udslusningen efter gennemført forløb. 46 borgere har modtaget Motionsvejledning i forbindelse med ”Fysisk træning”. Forløbet består af 4 gange 1 times Motionsvejledning i grupper, samt foreningsbesøg efter behov. Tilsvarende har det i kraft af det nye samarbejde med sundhedscentrene været oplagt at sammentænke ”udslusning” til fortsat fysisk træning for deltagere i MKDS og i Rehabilitering. Derved deltager borgere fra rehabilitering på foreningsbesøg i MKDS. Og endelig arbejdes der i MKDS på forskellige nye tiltag, idet man bl.a. har planer om at opstarte et samarbejde med jordmoderafdelingen på Rigshospitalet i forhold til Motionsvejledning for gravide (fra notat fra projektledelse i MKDS september 2009).

Under hele forløbet er 225 borgere blevet registreret i databasen for Motionsvejledningen, der omfatter deltagere i de dele af Motionsvejledningen, som denne evaluering bygger på<sup>31</sup>. Dertil kommer ca. 50 deltagere, som ikke er blevet registreret pga. forsinkelserne med databasens oprettelse. Endelig er der yderligere 156 deltagere registreret i databasen på andre Motionsvejledningsforløb i Sundhedscentrene<sup>32</sup>, som denne evaluering dog ikke ser på. De oprindelige målsætninger om et deltagerantal på 300 i Motionsvejledningen er, hvis man regner ”de ikke registrerede deltagere” samt deltagerne på de to forløb ”Move Light” og ”Fysisk træning” med, opfyldt.

Fire ud af fem deltagere i motionsvejledningen er kvinder. Hver tredje deltager er 60 år eller ældre. Generelt synes deltagerne i Motionsvejledningen at være en – i gennemsnitlig forstand – svagere gruppe end deltagerne på Motion og Kost på Recept (MKpR). Dette gælder, hvad angår fysisk helbredstilstand, fysisk aktivitetsniveau samt deltagernes alment (psykiske) velbefindende. Derudover er en større andel af deltagerne i Motionsvejledningen på overførselsindkomst end i MKpR, og forholdsvis færre er lønmodtagere. Til gengæld er deltagerne i Motionsvejledningen lidt gladere for at bevæge sig, og der er færre rygere i Motionsvejledningen, end der var på MKpR.

To ud af tre deltagere af de, der har besvaret spørgeskemaet, gennemførte hele forløbet (63 pct.). Reelt er der nok et større frafald, eftersom det kun er 46 ud af de 104 deltagere, der startede, der har besvaret 2. spørgeskema.

Hvad angår ændrede motionsvaner angiver 45 pct. af deltagerne, at de er begyndt at motionere mere for sig selv, hver femte er begyndt at træne i fitnesscenter (20 pct.), og knap hver femte er begyndt at dyrke idræt i en idrætsforening (18 pct.) eller at motionere mere sammen med andre (18 pct.). Andelen af deltagerne, der angiver, at de er fysisk aktive dagligt eller flere gange om ugen (i alt 71 pct.), er også steget i forhold til i starten af forløbet (41 pct.).

Generelt giver deltagerne på Motionsvejledningen en meget fin vurdering af forløbene. De er især glade for samtalerne, men motionstilbud og telefonkontakt vurderes også fint. Spørgeskema-undersøgelsen viser, at deltagerne synes:

- At motionsvejlederne er fagligt meget kompetente og dygtige (85 pct.).
- At motionsvejlederne har motiveret og inspireret dem meget (78 pct.).
- At det faglige indhold i forbindelse med samtalerne har været rigtig godt (79 pct.).
- At de har fået en viden om fysisk aktivitet og sundhed, som de kan bruge i deres hverdag (55 pct.).
- At Motionsvejledningen har gjort dem mere opmærksomme på, hvad de spiser, eller hvad de selv kan gøre for deres sundhed (41 pct.).
- At de har fået forståelse for deres barrierer i forhold til at være mere fysisk aktive (51 pct.).

---

31 Motionsvejledningen i Urbanplanen på Amager og i DGI-byen i den første projektperiode (MOVE) samt Modul 2 og Modul 3 på Motionsvejledningen i Sundhedscentrene på Nørrebro og Østerbro (MKDS).

32 Det drejer sig om 46 deltagere, der har deltaget i ”Fysisk Træning”, samt 110 deltagere på ”Move-light” forløb.



- At det har været rart at møde andre mennesker på forløbene.
- At motionstilbuddene har været sjove.

Endelig viser såvel spørgeskemaundersøgelsen som fokusgruppeinterviewene, at to ud af tre deltagere i undersøgelsen har en plan for, hvordan de vil indarbejde motion og fysisk aktivitet i deres hverdag. Halvdelen af deltagerne mener, at det er en fast motionsgruppe eller makker, der skal til, 40 pct. hælder til at billigere motionstilbud vil kunne gøre forskellen, og hver tredje deltager vurderer, at de har brug for en fast motionstid - eller for flere og sjovere idrætstilbud.

Sammenfattende kan man således konkludere, at projektet til en vis grad er lykkedes med at indfri målsætningen om at øge københavnernes fysiske aktivitetsniveau samt fremme deres fysiske sundhed og generelle psykiske velbefindende, når vi ser på *de (49) deltagere, der har deltaget i undersøgelsen*. Der er dog ganske mange deltageres erfaringer med projektet, som vi desværre ikke har fået viden om (halvdelen). Ikke desto mindre viser undersøgelsen, at de deltagere, der har deltaget i undersøgelsen, har fået et stort udbytte af projektet, som flere giver udtryk for, har hjulpet dem rigtig meget på vej såvel fysisk som psykisk, og at de nødigt havde været tilbudet foruden!

## 4. Byens Grønne Puls

### Indledning

Torsdag den 18. september 2008 blev Byens Grønne Puls (BGP) indviet ved en åbnings-event i Fredens park. Forud for denne begivenhed har projekt Byens Grønne Puls foretaget en lang rejse, fra den første projektbeskrivelse blev vedtaget i styregruppen for 'København – en by i bevægelse' den 28.06. 2006 til virkeliggørelsen af den første af de i alt oprindeligt planlagte fem pulse. I slutningen af 2006 forelå der således allerede et velbeskrevet og veldokumenteret projektoplæg med ambitioner om at bidrage til en forbedring af folkesundheden hos den københavnske befolkning - ikke mindst i kraft af brobygning imellem fire af kommunens forvaltninger (SUF, TMF, BUF og KFF). I projektbeskrivelsen står der bl.a.:

*Årsagen til at vælge udendørs rammer for øget fysisk aktivitet er, at internationale forskningsresultater har dokumenteret, at natur/grønne områder påvirker det enkelte menneskes fysiske og mentale velbefindende i positiv retning (Henwood, 2001; Kaplan et al., 1998; Marcus & Barnes, 1999). Flere europæiske resultater peger på, at ophold i grønne områder – i sig selv – påvirker den enkeltes helbredstilstand i positiv retning (Bruun Hansen & Sick, 2005; van den Berg, 2005; Grahn & Stigsdatter, 2003; Dilani, 2001). Det er en viden, som kan anvendes i sygdomsforebyggelse, byplanlægning og parkforvaltning, på en helt ny måde, når man samtidig bygger bro mellem Sundheds-, Teknik- og Miljø-, Børn og Unge- og Kultur og Fritidsforvaltningen<sup>33</sup>.*

Åbningen af den første 'Byens Grønne Puls' var oprindeligt planlagt til at finde sted den 2. april 2007. Men af flere forskellige grunde - som vil blive nærmere beskrevet i afsnittet om det tværsektorielle samarbejde omkring motionsstrategien 'København – en by i bevægelse' (kapitel 7) – har det været en vanskelig proces og Byens Grønne Puls blev meget forsinket. Teknik- og Miljøforvaltningen skulle stå for den fysiske anlæggelse af ruter og træningspavillonerne, mens Folkesundhed København skulle stå for markedsføringen samt information til borgerne om rutens faciliteter og anvendelighed i forhold til de specifikke målgrupper. I 2007 blev den første rute på 20 km projekteret og sendt til politisk behandling med henblik på, at den skulle have været anlagt i første halvår af 2008<sup>34</sup>. Det blev imidlertid først i september 2008, at man endelig kunne indvie Byens Grønne Puls.

### Målsætning for projekt Byens grønne Puls

Den overordnede målsætning for projekt Byens Grønne Puls' var at "invitere og motivere til uorganiserede og organiserede aktiviteter såsom leg, udeskole, ophold, spadsereture, natur-oplevelser, stavgang og andre former for fysisk aktivitet". Tanken var, at projektet skulle rette sig bredt mod alle københavnere ved at tilbyde uddannelse og træning i bru-

<sup>33</sup> Projektbeskrivelse for Byens Grønne Puls udarbejdet af Line Raahauge, Winnie Brandt Madsen, Henriette Nguessan og Karsten Bruun Hansen.

<sup>34</sup> Statusnotat for Byens Grønne Puls, 4. januar 2008, udarbejdet af Mads Lind.

gen af faciliteterne til de professionelle faggrupper, fx daginstitutioner, KKFO'er skoler, dagcentre for ældre, idrætsklubber og idrætsorganisationer mv.

Mere præcist er formålet for projekt Byens Grønne Puls beskrevet i følgende fem målsætninger<sup>35</sup>:

1. At motivere flere fysisk inaktive københavnere til fysisk aktivitet.
2. At øge brugen af byens offentlige grønne rum og skabe bedre ikke-motoriserede forbindelser i og mellem bydelene.
3. At lette adgangen til de udendørs faciliteter og de grønne områder i nærmiljøet.
4. At sikre tilgængelighed for fysisk aktivitet, leg og samvær i nærmiljøet.
5. At skabe bedre mulighed for netværksdannelse i lokalområdet og dermed medvirke til øget livskvalitet.

I forhold til målgruppen for projektets indsatser er disse blevet ændret undervejs, og som følge heraf er indholdet af formidlings- og uddannelsesdelen i forbindelse med anvendelse af Byens Grønne Puls blevet prioriteret anderledes i forhold til, hvad der oprindeligt var tænkt. Således besluttede FSK i starten af 2009, at man ikke længere ville fokusere på de særlige grupper (skolebørn, institutioner mv.), men at Byens Grønne Puls i stedet skulle henvende sig til københavnere generelt – og primært de moderat eller potentielt aktive/meget fysisk aktive<sup>36</sup>. På dette tidspunkt begyndte Folkesundhed København desuden *at tænke Byens Grønne Puls, som et projekt, der har meget af sit "liv" på Internettet*<sup>37</sup>. Kommunen lancerede i foråret 2009 en AOK kampagne, der skulle henvise til hjemmesiden for Byens grønne Puls<sup>38</sup>, og hvor tanken bla. var, at der skulle oprettes et trænerforum for forskellige træningsgrupper. Et sådant trænerforum valgte man imidlertid ikke at realisere<sup>39</sup>. Til gengæld blev der i juni 2009 afholdt to kursusftermiddage med instruktion i brug af træningspavillonerne, hvor lokale idrætsforeninger, skoler, stavgangsklubber, pensionistidræt samt løbeklubber var inviteret til at deltage<sup>40</sup>. Derudover har FSK iværksat, at der i løbet af efteråret 2009 vil være instruktører tilstede ved træningspavillonerne på bestemte tidspunkter og dage, og man har opkvalificeret pulsens hjemmeside med forslag om flere ruter i forbindelse med pulsen<sup>41</sup>.

---

35 IBID.

36 Byens Grønne Puls – statuspapir februar 2009; FSK, udarbejdet af projektleder Henriette Curtz Jansen.

37 Statusnotat for Byens Grønne Puls, 4. januar 2008, udarbejdet af Mads Lind.

38 [www.kk.dk/byensgroennepuls.aspx](http://www.kk.dk/byensgroennepuls.aspx).

39 Tiltaget om et trænerforum på pulsens hjemmeside gik man bort fra i FSK med den begrundelse, at der i forvejen eksisterer rigeligt med trænerfora på nettet.

40 Kurserne blev afholdt af Dansk Vægtløfterforbund og gennemført den 9. juni og den 11. juni 2009. I alt blev der afholdt 4 introduktionskurser af 1½ times varighed fordelt på de to dage.

41 Af pulsens hjemmeside fremgår det, at der på fem søndage i august og september 2009 vil være instruktører ved træningspavillonerne i dagtimerne mellem kl. 10 og kl. 16. Derudover har man i august 2009 opkvalificeret den

## Evaluering af Byens grønne Puls

Pga. forsinkelser i forhold til etableringen af ruten var det ikke muligt at gennemføre midtvejsevalueringen af Byens Grønne Puls i 2008 som planlagt. Ressourcerne er i stedet blevet brugt på at udvide evalueringstiltagene på nogle af de andre projekter samt i samarbejde med Folkesundhed København og styregruppen for 'København – en by i bevægelse' at planlægge en ny evalueringsplan, der gav bedre mening i forhold til projektets nye fokus og målgruppe<sup>42</sup>.

Målet med evalueringen af Byens Grønne Puls er at belyse:

- a. Hvordan 'Byens Grønne Puls' anvendes?
- b. Hvem der benytter 'Pulsen' og de forskellige installationer?
- c. Hvordan brugerne vurderer 'Byens Grønne Puls' og de forskellige installationer?

## Metode

Følgende metode er anvendt i forbindelse med evaluering af Byens Grønne Puls;

1. Observationer af københavnernes anvendelse af Byens Grønne Puls samt dennes faciliteter (træningspavilloner mv.) samt mini-interviews af borgere ved træningspavillonerne samt på ruten. Evaluatør har desuden observeret ved åbningsevenen i september 2009 samt i forbindelse med fire gennemførte instruktionskurser på træningspavillonerne.
2. En internetbaseret spørgeskemaundersøgelse blandt brugerne af Byens Grønne Puls.

## Observationer på Byens Grønne Puls samt mini-interviews ved træningspavillonerne

I september og oktober 2008 foretog evaluatør observationer på Byens Grønne Puls, hvor fem forskere fra SDU, som alle arbejder med omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet, gennemkørte ruten tre gange til sammen. Derudover blev der i forbindelse med disse observationer gennemført en række mini-interviews med borgere på ruten om deres kendskab til og anvendelse af Byens Grønne Puls. I denne forbindelse er der desuden blevet uddelt informationsmateriale med elektroniske adgangskoder til den indledende spørgeskemaundersøgelse.

---

eksisterende hjemmeside med forslag om mindre (løbe)ruter i forbindelse med pulsen i området omkring Utterslev Mose.

42 De oprindeligt planlagte evalueringstiltag – først og fremmest en internetbaseret spørgeskemaundersøgelse, der skulle have været gennemført på de skoler, institutioner mv., som havde deltaget i uddannelsesforløb, kurser og for de specifikke målgrupper særligt tilrettelagte aktiviteter - var således ikke længere relevant, og blev derfor ændret til at evaluatør gennemførte en spørgeskemaundersøgelse blandt borgerne ude på ruten. Derudover blev der gennemført observationer samt mini-interviews ude på ruten som planlagt.

I maj og juni måned har to forskere fra SDU igen foretaget observationer på ruten i alt tre hele dage, hvor der også er blevet gennemført mini-interviews med borgere, der har trænet ved pavillonerne. Og endelig har evaluator foretaget observationer i forbindelse med afholdelse af kurser på træningspavillonerne to eftermiddage/aftener i juni 2009<sup>43</sup>.

## Spørgeskemaundersøgelsen

For at få viden om, hvem der benytter BGP, og hvad brugerne synes om ruten og træningspavillonerne, blev et spørgeskema udviklet. Skemaet bestod af forholdsvis få spørgsmål, som kunne besvares via internettet som elektronisk survey. Spørgeskemaet blev uddelt af flere omgange og til forskellige grupper.

1. Borgere der har opholdt sig på ruten i løb, gang eller stavgang eller trænet ved træningspavillonerne.
2. Borgere som var tilmeldt instruktionskursus i brugen af træningspavillonerne.
3. Aktive foreningsmedlemmer i løbeklubben Sparta<sup>44</sup> på Østerbro samt stavgangsklubben i Mjølnerparken<sup>45</sup> på Nørrebro.

I juni besøgte evaluator løbe- og atletikklubben Sparta, hvor foreningens medlemmer blev orienteret om undersøgelsen og opfordret til at deltage i den internetbaserede spørgeskemaundersøgelse. Sparta modtog i alt 200 informationsark med adgangskoder til deltagelse i undersøgelsen. Derudover var evaluator på besøg i stavgangsklubben i Mjølnerparken, hvor foreningens medlemmer blev orienteret om undersøgelsen og fik udleveret papirspørgeskemaer, i alt 12 skemaer.

Det skønnes, at knap 600 har modtaget en adgangskode til det elektroniske spørgeskema samt en opfordring til at besvare spørgeskemaet, hvoraf omkring halvdelen befandt sig på ruten, da de modtog adgangskoden til spørgeskemaet. Deraf har 51 besvaret skemaet. Det er velkendt, at det er svært at opnå en tilfredsstillende besvarelsesprocent ved denne fremgangsmåde, men der var desværre ikke mulighed for at benytte andre metoder inden for de ressourcer, der var til rådighed. Det betyder, at der er en betydelig usikkerhed ved, hvor dækkende besvarelserne er for brugerne og deres holdninger. I det følgende lægges der derfor især vægt på at præsentere de synspunkter og vurderinger af mere kvalitativ karakter, som kom frem i besvarelserne, mens de kvantitative analyser er nedtonet.

---

43 Folkesundhed København gennemførte den 9. og den 11. juni i alt fire kurser med instruktion i brug af træningspavillonerne af 1½ times varighed, hvor evaluator deltog begge dage og delte spørgeskemaer ud til deltagerne samt ekstra skemaer til de foreninger og skoler, som deltagerne kom fra.

44 Evaluator var på besøg hos Sparta løbe og atletikklub i juni 2009, hvor alle medlemmer i forbindelse med fællest træning blev orienteret om undersøgelsen og opfordret til at deltage. I alt blev der lagt 200 adgangsnøgler til undersøgelsen hos Sparta, og en kontaktperson påtog sig at orientere de medlemmer, der ikke var til fællest træningen, om at undersøgelsen pågik i juli måned.

45 Evaluator besøgte stavgangsklubben i Mjølnerparken på Nørrebro den 1. juli 2009 efter klubbens fællest træning, hvor undersøgelsen blev præsenteret, og medlemmerne udfyldte spørgeskemaerne.

## Observationer på Byens Grønne Puls

I det følgende afsnit beskrives det, hvilke observationer og vurderinger, evaluators har gjort sig i forbindelse med observationsbesøg samt mini-interviews på motionsruten i løbet af efteråret 2008 samt i juni og juli 2009.

### 1. *Godt med aktivitetsmuligheder langs ruten*

Det synes at være en god side ved ruten, at den går forbi legepladser, en skaterpark i Nørrebroparken samt andre lege- og udfoldelsessteder, idet oplevelsesdimensionen er vigtig, hvis intentionen er at lokke borgerne ud på ruten. Og det kan måske få de, som kommer forbi, til at benytte disse steder eller til at standse op og bruge dem.

### 2. *En ensrettet 'grøn puls' - det burde være muligt at bevæge sig i begge retninger!*

Byens grønne puls er tydeligvis ensrettet! Den lavet således, at man skal følge den fra start til slut - eller i hvert fald i én bestemt retning - hvilket ikke synes at være så hensigtsmæssigt. Det ville være mere interessant, hvis der derimod var tydeligere forbindelsesled mellem de grønne områder – i begge retninger – således at man kunne følge den uden problemer et stykke af vejen, som et 'forbindelsesled' mellem forskellige områder, som den oprindelig tanke for BGP var.

### 3. *For dårlig mærkning af ruten visse steder*

Hvis man vil have folk ud på ruten, bør de hele tiden kunne se, at de befinder sig på ruten. Ellers er der mange, der ikke vil "binde an med" at løbe ad pulsens ruteforløb - og som derfor blot vil fortsætte med deres sædvanlige ruter. BGP er visse steder for dårligt mærket, således at man visse steder må lede efter afmærkningen<sup>46</sup>. Dette gælder i særdeleshed, når man løber eller bevæger sig i modsat retning – hvilket evaluator mener, bør være muligt.

### 4. *Oplysende indsats om den grønne puls efterlyses*

Der mangler tydeligvis en oplysende indsats om BGPs eksistens. Mange af de borgere, evaluator talte med ude på ruten, havde lagt mærke til logoet, men vidste ikke hvad det var. Der var mange positive tilkendegivelser i forhold til etableringen af BGP, men kun ganske få havde kendskab til eller hørt om BGP. Et par af de personer, evaluator talte med, og som var ansat på nærliggende skoler eller institutioner, mente, at den Grønne Puls med fordel kunne markedsføres bedre på skoler, institutioner mv.

### 5. *Flere er begyndt at anvende træningspavillonerne*

Ved evaluators observationer ved træningspavillonerne i Fredens Park i efteråret 2008

---

46 Eksempler på steder på ruten, hvor evaluator måttet lede efter afmærkningen, var ved indgangen til Rosenhaven ved Bellahøjvej samt ved Læssøgade på Nørrebro. Derudover oplever evaluator rutens forløb omkring Bispeengbuen, Borups Alle mv. som meget kaotisk, meget trafikeret, og på ingen måde appellerende i forhold til fysisk aktivitet som løb eller stavgang. Et par borgere har også henvendt sig til kommunen via pulsens hjemmeside angående afmærkningen af ruten.

var der stort set ingen borgere, der brugte dem. De eneste reelle brugere, vi så, var en børnehavegruppe med to pædagoger, der brugte den som klatreredskab. I Utterslev Mose så evaluator i efteråret 2008 træningspavillonerne blive brugt ved én af observationerne, og fik her flere positive tilkendegivelser i forhold til, at det her er muligt at træne udendørs. Nogle af de, vi talte med nævnte, at det ind imellem kan være svært at komme til på træningspavillonerne, enten fordi der er motionister, der ”træner seriøst”, eller fordi den er fyldt af børnehavebørn, der åbenbart ofte kommer forbi og udforsker den som legeredskab. Så der er noget, der tyder på, at træningspavillonerne bliver brugt her. Ved observationerne i juni og juli 2009 så vi et markant større antal borgere træne ved pavillonerne, hvilket naturligvis kan have flere årsager. For det første kan det skyldes, at ’Pulsen’ kun lige var blevet anlagt, da evaluator var på observationsbesøg i efteråret, og at folk i den mellemliggende tid er begyndt at lægge mærke til træningspavillonerne. For det andet kan årstiden i sig selv gøre en forskel for borgernes iver og motivation til at træne udendørs. Og for det tredje er det også evaluators vurdering, at det kan spille en rolle, at vores bevægelseskultur langsomt ændres i forhold til, hvilke vaner vi har, og hvordan vi har det med at træne udendørs i det offentlige rum til skue for andre forbipasserende borgere. Således synes det stille og roligt at blive mere almindeligt og ”legitimt” at træne i det offentlige rum. I forbindelse med de gennemførte interviews på træningspavillonerne fik evaluator viden om, at en stor del af de københavnere, som vi talte med, træner her jævnligt, hvilket ikke var så udtalt i efteråret 2008.

#### 6. *Mulighed for instruktion ved træningspavillonerne*

Observationerne tyder på, at der er behov for en instruerende indsats i form af vejledning i brugen af træningspavillonerne. Derudover mener evaluator, at det ville kunne gøre en afgørende forskel i forhold til, hvor mange borgere, der ”tør at kaste sig ud i at træne i det offentlige rum”. Således skriver en borger til kommunen dagen efter indvielsen af Byens Grønne Puls.

*Jeg var nede og teste træningspavillonen ved Utterslev Mose i går. Jeg har med stor nysgerrighed gået og ventet på indvielsen i går, og jeg må sige, at det levede fuldt op til mine forventninger. Det er et fantastisk tilbud til de københavnske borgere, og jeg håber, at rigtig mange vil benytte sig af tilbuddet. Jeg trænede en time i går alt i mens 75-100 løbere passerede forbi - uden at en eneste turde nærme sig faciliteterne. Jeg tror, at mange har brug for en introduktion/instruktion i at bruge udstyret - og derudover er mange generte over at være fysisk aktive i det offentlige rum. Har I overvejet at lave et ugentligt fast tidspunkt, hvor der stilles en instruktør til rådighed? På den måde kan man både imødekomme ønsket om instruktion, og genertheden tror jeg forsvinder, hvis man bliver en del af et hold. Jeg tror, at det kunne være en super god ide. Alternativt kunne man lave en ”ambassadørordning”, hvor Københavns Kommune rekrutterer nogle af de brugere, der alligevel ofte benytter faciliteterne og udnævner dem til ambassadører for projektet. (...) Når personerne så alligevel er nede og træne, kunne de fungere som instruktører. Jeg vil meget gerne selv stå til rådighed i forbindelse med at få udbredt projektet.... (Henvendelse fra borger på mail dagen efter indvielsen, september 2008)*

Forslaget om at kommunen kunne have motionsvejledere til at guide folk ved træ-

ningspavillonerne på bestemte tidspunkter eller være opsøgende i forhold til at få nogle løbeklubber til at stå for instruktion ved træningspavillonerne på faste tidspunkter har FSK taget til sig i løbet af 2009<sup>47</sup>.

7. *BGP - også som cykelrute i fremtiden?*

Evaluators synes, at det begrænser BGP's anvendelse, at den på nuværende tidspunkt kun er en løbe- og gåroute, da en cykeltur på 14-20 km har mange flere potentielle brugere end en løberute på samme distance. Samtidig har det vist sig, at der er mange, der cykler på BGP, hvilket nogle steder er til stor gene for beboerne.

8. *Trafiksanering i forhold til pulsen i fremtiden*

BGP ville for alvor blive interessant, hvis Københavns kommune i fremtiden tilrettelægger deres vejfornyelser etc. efter Byens Grønne Puls. Hvis kommunen begynder at trafiksanere eller lave bedre cykel/gå strøg de steder, hvor ruten er blandet med kørende trafik, ville den blive mere attraktiv som løbe- og oplevelsesrute.

9. *Oplevelse af 'Søruten' henholdsvis 'Utterslevmose ruten'*

Søruten på seks kilometer virker umiddelbart ikke så attraktiv som den nordlige del omkring Utterslev Mose. Der er da også rigtig mange af de borgere, som evaluators har talt med, som i forvejen løber (rundt om søerne i København eller omkring alle søerne ved Utterslev Mose), og som ikke ser nogen grund til, hvorfor de skulle vælge at slå ruten ind ad Nørrebros trafikerede gader – i stedet for at fortsætte deres løberute rundt om søerne, 'som de plejer'.

10. *Information og distribution af BGP folder*

I folderen om BGP fremhæves det, at der findes "flere arkitektoniske perler på ruten". Hvis man vil opnå, at borgerne lægger mærke til, hvilke specifikke arkitektoniske kvaliteter eller attraktioner, der findes langs ruten, kan det anbefales, at disse også beskrives i folderen, som man har gjort på Pulsens hjemmeside. Derudover er det værd at overveje, om folderen kunne være (fysisk) tilgængelig et par steder ude på ruten<sup>48</sup>, udover at den ligger på bibliotekerne i nærheden af BGP. En papirfolder er for nogle borgere det helt rigtige medie – dette gælder nok i særdeleshed for en stor gruppe af især ældre borgere, der ikke er vant til at benytte sig af internettet i dagligdagen. I forbindelse med evaluators besøg i stavgangsklubben fremgik det således også, at stort set ingen af foreningens medlemmer var fortrolige med at søge information på internettet, men at de til gengæld var meget interesseret i oversigtskort over ruter som BGP.

---

47 FSK arrangerede i juni 2009 to kursusaftener, og derudover er det planlagt, at der ved træningspavillonerne skal tilbydes vejledning i brugen af disse fire søndage i løbet af august og september 2009, hvor der vil være motionsvejledere/instruktører til stede.

48 Således som foldere med natur- og rutebeskrivelser er tilgængelige for offentligheden i statsskovene.



## Spørgeskemaundersøgelsen

### Hvem har besvaret spørgeskemaet?

Af de knap 600 uddelte adgangskoder til det elektroniske spørgeskema er 51 benyttet til at besvare spørgsmålene. To ud af tre deltagere i undersøgelsen er mænd. Hvad angår den aldersmæssige fordeling er deltagerne for langt størstedelens vedkommende mellem 20 og 50 år. Størst repræsenterede er gruppen af de 20 til 29 årige, der udgør 29 % af respondenterne, dernæst udgør gruppen af 30-årige samt gruppen af 40-årige knap en fjerdedel af besvarelserne hver. Der er således kun ganske få borgere over 60 år, der har besvaret undersøgelsen (tabel 34).

**Tabel 34: Aldersfordelingen på de respondenter, der besvarede spørgeskemaet om Byens Grønne Puls (pct.)**

Deltagernes alder	Antal	Procent
9 - 19 år	3	6,1
20 - 29 år	14	28,6
30 - 39 år	11	22,5
40 - 49 år	11	22,5
50 - 59 år	4	8,1
60 - 69 år	5	10,2
70 - 79 år	1	2,0
Total	49	100,0

Hvad angår deltageres uddannelsesmæssige baggrund har hver tredje deltager en gymnasial uddannelse (33 %). Ligeledes har knap hver tredje deltager en lang videregående uddannelse (31 %), mens knap hver fjerde har en mellemlang videregående uddannelse (22 %). 8 % af deltagerne har en kort videregående uddannelse, 14 % af deltagerne har en erhvervsfaglig uddannelse og endelig har 4 % af deltagerne en AMU uddannelse.

Hvad angår deltageres arbejdssituation er to ud af tre deltagere lønmodtagere, 4 % er selvstændige, og knap hver tiende er studerende. 4 % af deltagerne er uden arbejde, 14 % er på efterløn eller folkepension, og 2 % af deltagerne er på førtidspension.

Den største andel af deltagerne er bosat i områder i umiddelbar nærhed af Byens Grønne Puls. Således er 35 % af respondenterne bosat i Brønshøj, 17 % bor på Nørrebro, og 14 % af deltagerne i undersøgelsen bor på Østerbro, mens en mindre del af deltagerne er bosat i områder længere væk fra Byens Grønne Puls (tabel 35).

**Tabel 35: Oversigt over respondenternes bopæl**

Deltagernes postnummer	Antal	Procent
2700 Brønshøj	18	35
2720 Vanløse	2	4
2730 Herlev	1	2
2100 Østerbro	7	14
2000 Frederiksberg	3	6
2200 København N	9	17
2400 København NV	4	8
2860 Søborg	2	4
1306 København K	1	2
2820 Gentofte	1	2
2970 Hørsholm	1	2
3650 Ølstykke	1	2
4000 Roskilde	1	2
	51	100

**Deltagernes motions- og idrætsvaner**

I undersøgelsen er deltagerne blevet spurgt, hvor fysisk aktive de er i deres hverdag, hvilken form for fysisk aktivitet, de udøver, i hvilket regi de er fysiske aktive, og endelig om de er medlem af en idrætsforening. I forhold til fysisk aktivitetsniveau svarer hver anden deltager, at han eller hun er fysisk aktiv hver dag (51 %), og knap hver anden er fysisk aktiv flere gange om ugen (41 %). Knap 6 % af respondenterne angiver, at de er fysisk aktive én gang om ugen, mens 2 % af deltagerne angiver, at de er fysisk aktive én gang om måneden (tabel 36).

**Tabel 36: Deltagernes fysiske aktivitetsniveau**

	Antal	Procent
Dagligt	26	51,0
Flere gange om ugen	21	41,2
Højst én gang om ugen	3	5,9
Ca. hver 14. dag	0	0,0
Ca. en gang om måneden	1	2,0
Aldrig	0	0,0
Ved ikke	0	0,0
I alt	51	100

Gruppen af respondenter må således siges at tilhøre en gruppe, der sammenlignet med hele befolkningens motionsvaner, er meget fysisk aktive. Ud fra den betragtning, at respondenterne er borgere, som enten er blevet kontaktet, mens de befandt sig på ruten i fysisk aktivitet (i løb, gang, stavgang, eller i færd med at træne på træningspavillonerne),

eller de er blevet kontaktet i deres idrætsforening<sup>49</sup>, hvor en interviewer har præsenteret undersøgelsen for medlemmerne, er dette ikke overraskende.

Deltagernes (selvvurderede) fysiske form ligger således også i den bedre ende, hvis man sammenligner med hele befolkningen, idet knap to ud af tre deltagere vurderer deres fysiske form som virkelig god (22 %) eller god (44 %). 28 % af respondenterne vurderer deres fysiske form som nogenlunde, og kun 6 % vurderer, at de er i dårlig fysisk form (4 %) eller meget dårlig form (2 %). (tabel 37).

**Tabel 37: Deltagernes (selvvurderede) fysiske form**

	Antal	Procent
Virkelig god	11	22
God	22	44
Nogenlunde	14	28
Dårlig	2	4
Meget dårlig	1	2
Ved ikke	0	0
<b>I alt</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Ser man på, hvilken form for fysisk aktivitet, deltagerne udøver i deres hverdag, er løb den mest foretrukne aktivitet, som fire ud af fem deltagere i undersøgelsen dyrker (80 %). Knap 40 % af deltagerne dyrker styrketræning, hver femte deltager træner i fitnesscenter (22 %), og knap hver fjerde deltager svømmer (23 %). Lidt mere end hver tiende deltager dyrker gymnastik/yoga/afspænding (14 %), og hver tiende går stavgang. Knap to ud af tre deltagere cykler til og fra arbejde eller i fritiden, og 40 % går ture (tabel 38).

**Tabel 38: Deltagernes fysiske aktiviteter i hverdagen**

	Antal	Procent
Løb	41	80,4
Stavgang	6	11,8
Løb/ atletik	2	3,9
Fodbold/håndbold/volleyball/basketball	3	5,9
Tennis el. badminton	0	0,0
Svømning	12	23,5
Træning i fitnesscenter	11	21,6
Styrketræning	20	39,2
Gymnastik/yoga/afspænding	7	13,7
Rulleskøjter	1	2,0
Skateboard	1	2,0
Jeg går ture	20	39,2
Jeg cykler (til/ fra arbejde eller i fritiden)	35	68,6
Andet (golf, ridning, spinding, pilates, judo)	7	13,7

49 I løbe- og atletikklubbenklubben Sparta og i stavgangsklubben Mjølnerparken på Nørrebro.

Mere end halvdelen af deltagerne i undersøgelsen er medlem af en idrætsforening eller klub (54 %). Af de foreningsaktive er 52 % medlem af en løbeklub<sup>50</sup>, 15 % er medlem af en stavgangsklub<sup>51</sup>, 11 % er medlem af en atletikforening<sup>52</sup>, 8 % er medlem af en golfklub<sup>53</sup>, 4 % af en judoklub, 4 % dyrker idræt inden for forsvaret, 4 % af respondenterne er medlem af en basketballklub, og endelig træner 4 % indenfor ældreidræt eller i motionscenter for ældre.

### **Borgernes kendskab til Byens Grønne Puls**

I undersøgelsen er borgerne blevet spurgt om, i hvilket omfang de kender til Byens Grønne Puls. Derudover er der blevet spurgt om, hvorfra borgerne har fået kendskab til Byens Grønne Puls. Knap to ud af tre deltagere angiver, at de har hørt om motionsruten Byens Grønne Puls (60 %), mens mere end hver tredje deltager i undersøgelsen ikke har hørt om motionsruten (39 %). To ud af tre deltagere ved, hvordan pulsens logo ser ud (64 %). Kun hver tiende af de adspurgte kender *hele* motionsrutens forløb (10 %), og knap to ud af tre af deltagerne i undersøgelsen angiver at have kendskab til *en del* af Pulsens forløb (59 %).

Hver femte respondent har stiftet bekendtskab med Pulsen fra en brochure eller andet skriftligt materiale (20 %), 16 % af deltagerne har deres kendskab til BGP fra internettet og en tilsvarende andel fra aviser og dagblade. Hver tiende deltager har fået kendskab til Pulsen fra deres familie eller venner, 4 % har hørt om Byens Grønne Puls i radio eller TV, og 4 % har deres kendskab i kraft af, at have deltaget i et instruktionskursus på træningspavillonen i Utterslev Mose. Hver fjerde deltager angiver, at de slet ikke har noget kendskab til eller har hørt om Byens Grønne Puls (25 %), og endelig er der 37 % af respondenterne, der svarer, at deres kendskab hidrører fra andre forhold:

- Ca. hver femte deltager fik først kendskab til Pulsen, da de mødte evaluator, som opfordrede dem til at deltage i undersøgelsen (18 %) <sup>54</sup>.
- Lidt mere end hver tiende deltager i undersøgelsen angiver, at de tilfældigvis er stødt på pulsens logo, idet de bor i nærheden eller løber eller færdes i området (13 %).
- Endelig er der et par af deltagerne, der angiver, at de har fået kendskab til pulsens via deres stavgangsklub eller ved deltagelse i et motionsprojekt (4 %).

### **Deltagernes holdning til motionsruter i deres nærmiljø**

Deltagerne i undersøgelsen er blevet bedt om at tilkendegive deres holdning til, at man i Københavns Kommune anlægger motionsruter som Byens Grønne Puls i nærmiljøet. Her angiver stort set alle de adspurgte (98 %), at de synes, at det er en rigtig god ide (92 %) eller en god ide (6 %), mens kun to pct. synes, at det er en dårlig idé at anlægge motions-

---

50 Sparta, USG, og Herlevløberne.

51 Stavgangsklubben i Mjølnerparken.

52 FIF atletik og Bagsværd atletikklub.

53 Egedal og Gilleleje Golfklub.

54 Rigtig mange af de borgere, som evaluator har kontaktet ude på ruten, har givet udtryk for at de ikke kendte til Pulsens eksistens, før de mødte interviewer. Dette er med stor sandsynlighed en vigtig del af forklaringen på, at så få af de borgere, som er blevet opfordret at deltage i undersøgelsen, har valgt at respondere.

ruter. Derudover er deltagerne blevet bedt om at uddybe deres holdning til etablering af motionsruter. Deltagerne nævner i undersøgelsen flere forhold:

1. Motionsruter kan få flere til at motionere.

*Det er godt med ruter i byen, der kan lokke folk til at løbe mere.*

*Det er dejligt, at det for nogle mennesker måske bliver mere attraktivt og nemmere at komme i gang med at motionere vha. sådanne tiltag.*

*Fordi der er så mange, der siger; "ja vi må også se at komme i gang med at motionere", men de får aldrig gjort noget ved det. Og så er motionsruter en god idé, et spark til at komme i gang.*

*Det opmuntrer til at motionere, og viser at København gider sine borgere.*

*Giver synlig bekræftelse på, at mit nærmiljø har værdi - også for andre, der ikke bor i området. Kan inspirere ikke-motionister til at blive motionister.*

*Det giver lyst til at løbe / bevæge sig, når man ser logoet på fortovet. Træningspavillionerne ser spændende ud og giver lyst til at bruge dem.*

2. Anlæggelse af motionsruter kan gøre det lettere for borgerne at finde nye steder at motionere og færdes i byen og i naturen.

*Man får set en anden del af byen, får lyst til at løbe. Jeg har boet i København hele mit liv, men ved at løbe disse ruter har jeg været helt nye steder, jeg ikke har set før. Det er spændende og sjovt, lidt som en skattejagt!*

*Fordi alle skal have en mulighed - uden at have lokalkendskab.*

*Godt til at lære byen at kende.*

3. Ruterne kan skabe frirum i byen, hvor man kan komme i kontakt med naturen.

*Let adgang til grønne områder, hvor man kan motionere er meget tiltrængt for byboere!*

*Jeg kan personligt godt lide at løbe i det grønne og benytter mig derfor meget af ruten ved Utterslev Mose. Det er rart at have et fristed tæt på bopælen, hvor man kan flygte fra storbyen og nyde naturen.*

*Det er en glimrende måde at værne om og skabe nye grønne oaser, stier og parker.*

*Det er rigtig lækkert, at der er mulighed for at træne i det fri, uden at det koster penge og alt for mange mennesker i et træningscenter.*

*Man har altid brug for grønne områder i byen, det er mere opfriskende at motionere i naturen frem for på gader og stræder.*

4. Når man træner, er det rart at vide, hvor langt man går eller løber, og at faciliteterne er i orden.

*Fordi det for nogen kan virke motiverende, at løberuten er arrangeret og afmålt for dem.*

*Der er virkelig brug for gode løberuter. Der mangler mulighed for at få vand for folk, der løber langt.*

*Det er dejligt at vide, hvor langt man går!*

5. Det skaber mulighed for socialt samvær samt skaber større accept/forståelse mellem borgerne.

*Fordi man kan kombinere motion med socialt samvær*

*Det giver mulighed for at møde andre motionister på løberuten. Det er mit indtryk, at markerede løbestier giver bedre accept blandt de gående mht. den "stress" løbere desværre kan påføre folk, der spadserer en tur for at slappe af. Markerede løbestier kan efter min overbevisning have en tilsvarende positiv effekt, som markerede cykelstier har i kombinerede gang/cykelsti anlæg (kontra cykling på gangstier uden markering).*

6. Etableringen af motionsruter kan bidrage til at gøre noget for folkesundheden

*Det gør det lettere for folk at finde rundt til de gode løbesteder i byen, hvilket giver mere motivation. I sidste ende ender det med en bedre gennemsnitlig folkesundhed. Det er dejligt, at der kommer mere fokus på motion, som jo er så sundt!*

*Jo mere man gør for sport og idrætslivet i Danmark jo bedre.*

Af kritiske kommentarer i forhold til anlæggelsen af motionsruter giver én respondent udtryk for, at der ikke bliver taget hensyn til, at de mange løbere virker forstyrrende for de borgere, som blot har lyst til at være i naturen - uden at der kommer "en strøm af løbere" forbi. Denne borger angiver således også, at hans formål med "sit besøg på ruten" var at kigge på fugle.

*Motionsruter er forstyrrende, og man synes at mangle holdning til og forståelse for, at ALLE skal være i mosen.*

### **Respondenternes vurdering samt anvendelse af Byens Grønne Puls**

Hver tredje borger, der deltager i undersøgelsen, vurderer, at Byens Grønne Puls i høj grad er en god rute (33 %), mens hver femte deltagers vurdering er, at det i nogen grad er en god rute (25 %), og 4 % af deltagerne oplever, at dette er tilfældet i mindre grad. Den største andel af respondenterne (41 %) tilkendegiver derimod, at de ikke ved eller ikke kan tage stilling til dette spørgsmål, hvilket igen må ses som et udtryk for, at ruten synes at være meget lidt kendt blandt de ellers meget fysisk aktive borgere, som færdes ude på

ruten.

Omfanget af deltagernes brug af Byens Grønne Puls er således heller ikke overens med den meget positive holdning, som de fleste af de adspurgte deltagere har til, at man anlægger motionsruter i deres nærmiljø. En afgørende forklaring her på synes at være det manglende kendskab til eksistensen af Byens Grønne Puls blandt lokalområdets borgere, hvilket flere af respondenternes udsagn i undersøgelsen også vidner om:

*Synd at jeg ikke har hørt om det før, især da det ligger i mit nærrområde. Man burde måske annoncere det lidt bedre!*

*Man burde nok markedsføre Byens Grønne Puls noget mere. Jeg havde set en af pavillonerne og nogle af logoerne på vejen, men vidste ikke hvad det var, før jeg blev standset tilfældigvis på ruten, hvor jeg løb. Mit kendskab til den grønne puls er udelukkende, fordi jeg efterfølgende har slået op på hjemmesiden for at læse om den - kendskabet var der ikke før. Nu bor jeg i Gentofte og arbejder i Herlev kommune, så jeg ved ikke, hvilke information borgerne i KBH kommune har fået, men hvis man ikke ved, at ruterne er der - så er der nok heller ikke så mange, som vil benytte dem*

Af undersøgelsens resultater fremgår det, at knap halvdelen af deltagerne (45 %) angiver, at de har brugt pulsen i træningsøjemed. Derimod er det kun ganske få af de adspurgte, der angiver, at de har prøvet at løbe hele ruten. Således har seks pct. af respondenterne løbet hele ruten flere gange, og 4 % af respondenterne har løbet den en enkelt gang. Fire pct. har anvendt Byens Grønne Puls til stavgang. Knap hver tiende har brugt pulsen til træning i foreningssammenhæng en enkelt gang (2 %) eller flere gange (8 %), hvilket bla. er tilfældet for de medlemmer af stavgangsklubben i Mjølnerparken, der deltager i undersøgelsen. Ingen af respondenterne har anvendt ruten som del af et undervisningsforløb i skoleregii. To ud af tre deltagere (65 %) angiver, at de færdes på pulsen først og fremmest af den grund, at den er anlagt der, hvor de normalt plejer at færdes i deres hverdag, når de løbetræner, går tur, eller er undervejs på cykel. Dette stemmer igen fuldstændig overens med de tilkendegivelser, som evaluator har fået ved mini-interviews ude på ruten, idet rigtig mange af de løbere eller gående, som blev kontaktet ved træningspavillonerne, ikke kendte til pulsens eksistens, til trods for at de faktisk befandt sig på ruten og ofte løber eller motionerer i området (tabel 39).

**Tabel 39: Respondenternes anvendelse af Byens Grønne Puls (pct.) (N = 51)**

	Ja, flere gange	Ja, en enkelt gang	Nej, aldrig
Løbet hele ruten	5,9	3,9	90,2
Gået stavgang på ruten	7,8	0,0	92,2
Brugt den grønne puls i træningsøjemed	37,3	7,8	54,9
Brugt den grønne puls ifm. undervisning af skoleelever	0,0	0,0	0,0
Brugt den grønne puls til træning i foreningssammenhæng	7,8	2,0	90,2
Færdes på pulsen fordi den ligger der, hvor man plejer at færdes	64,7	0,0	35,3

Træningspavillonerne er det tiltag på pulsen, som flest respondenter stiller sig mest positive overfor. Mange af træningspavillonens brugere er imidlertid ikke klar over, at træningspavillonerne er etableret i forbindelse med anlæggelsen af Byens Grønne Puls. To af tre deltagere synes, at det er godt, at man har anlagt træningspavilloner på motionsruten, således at man kan træne udendørs (67 %), mens en tredjedel ikke ser sig i stand til at vurdere dette spørgsmål (33 %).

Respondenternes vurdering af pulsens anvendelse til forskellige formål giver dog mere varierede vurderinger af Byens Grønne Puls. Svarene afspejler dog, at mange ikke kan forholde sig til anvendelsen til forskellige formål, fordi de fx ikke har prøvet træningspavillonerne. Mest positiv er man i forhold til træningspavillonerne og deres anvendelse til træning udendørs. To ud af tre svarer, at de i høj grad er enig i, at det er godt, at disse pavilloner er anlagt. Hver tredje er i høj grad enig i, at ruten egner sig godt til løbetræning, mens knap halvdelen ikke kan forholde sig til det. Ser man på, hvordan de respondenter, der har løbet *hele* ruten, vurderer pulsen, er de særdeles positive, om end tallene bygger på et meget lille antal respondenter. Således vurderer de tre respondenter, der har løbet hele den grønne puls flere gange, at de i høj grad oplever, at det er en god rute, og de to respondenter, der har løbet hele ruten én enkelt gang, synes, at dette er tilfældet i høj eller nogen grad.

Tilsvarende svarer hver tredje, at ruten i høj grad egner sig som gå-rute gennem byens grønne områder. Tre ud af fire ved ikke, om ruten er god til stavgang, som helt sikkert skyldes, at de pågældende ikke har forudsætninger for at vurdere dette. Mest kritisk er respondenterne i forhold til belysningen og skiltningen på ruten. Selvom de fleste heller ikke kan forholde sig til dette, så er der blandt resten meget få, som synes, at belysningen er god og skiltningen langs ruten er nem at følge (tabel 40).

**Tabel 40: Deltagernes vurdering af hvor egnet Byens Grønne Puls og dens faciliteter er til forskellige formål (pct.) (N = 51)**

	I høj grad	I nogen grad	I mindre grad	Slet ikke	Ved ikke
Ruten egner sig godt til løbetræning	37,3	15,7	2,0	0,0	45,1
Ruten egner sig godt til stavgang	15,7	5,9	0,0	3,9	74,5
Ruten egner sig godt som gå-rute gennem byens grønne områder	37,3	7,8	3,9	2,0	49,0
Godt at man har anlagt træningspavilloner, så man kan træne udendørs	62,7	3,9	0,0	0,0	33,3
Belysningen på ruten er god	3,9	5,9	7,8	7,8	74,5
Skiltningen ad ruten er god og nem at følge	13,7	15,7	13,7	2,0	54,9

Hvad angår belysningen og skiltningen har der været henvendelser fra borgerne desangående til Folkesundhed København via BGP's hjemmeside.



*Det er et rigtig godt initiativ I har taget til at lave en motionsrute gennem Københavns parker i form af Byens Grønne Puls. Vi har netop været ude at følge ruten. Den var nem at følge omkring Utterslev mose og degnemosen, men blev vanskeligere at følge i Nørrebro og den stoppede brat ved Tagensvej. (Henvendelse fra borger på kommunens hjemmeside, september 2008)*

*Det er et meget fint initiativ, I har taget! Jeg og min kone prøver at løbe næsten hver dag rundt i Utterslev Mose. Det største problem, vi møder, er at der mangler belysning på nogle af stækningerne. Det betyder ikke noget om sommeren, men om efteråret og om vinteren er dagene så korte, at det bliver mørkt, når man kommer fra arbejde. Desuden er det også lidt farligt, at man ikke kan se eventuelle huller og andre forhindringer på vejen. Derfor i mine øjne - en ordentlig belysning på ruten burde have første prioritet (Bruger af BGP – henvendelse via hjemmesiden, juli 2008).*

I forbindelse med de første observationer og interviews på ruten i oktober 2008 talte evaluatør med en borger, der gjorde opmærksom på en meget u hensigtsmæssig afmærkning af ruten på Lersø Park Alle. Denne borger kommer med følgende kommentar:

*Det er godt, at der etableres ruter i nærmiljøet. Men skidt er, at man har tegnet logoet på Lersø Parkallé, så det viser op ad vestsiden i stedet for østsiden, som på oversigtskortet. På vestsiden af Lersø Parkallé er der fortov foran beboelse, hvor der bor mange både gamle med rolator og unge med små børn. Hvis man går tre skridt ud af opgangen er man lige midt i Byens Grønne Puls. Det er til stor gene, at dette fortov nu er udlagt til grøn rute, og det får også endnu flere cyklister til at cykle her. På østsiden af Lersø Parkallé er der ingen opgange, der er et lille idrætsområde og Lundehusskolen. Så jeg vil meget kraftigt appellere til, at logoet ikke længere viser op ad Lersø Parkallé foran opgangene men henviser til østsiden, som planlagt. Jeg bor på Lersø Parkallé på det område, der er udlagt til grøn puls, og er derfor dagligt generet af motionister og cyklister på fortovet. Når jeg har besøg af mine børnebørn, skal jeg altid sikre mig, at de ikke selv går ud af gadedøren af frygt for, at de bliver løbet/kørt ned (Mini-interview med borger på BGP oktober 2008).*

### **Deltagernes kendskab til træningspavillonerne samt deres anvendelse og vurdering heraf.**

I undersøgelsen er respondenterne blevet spurgt om deres kendskab til træningspavillonerne og de er blevet bedt om at angive, i hvilket omfang de har trænet ved pavillonerne i Fredens Park og Utterslev Mose. Som det fremgår af tabel 41 nedenfor, synes brugen af begge træningspavilloner at være relativt begrænset. Knap hver tredje deltager i undersøgelsen har anvendt træningspavillonen ved søerne i Fredens Park (29 pct.), og hver tredje har benyttet træningspavillonen i Utterslev Mose (33 pct.) en eller flere gange, mens to ud af tre respondenter aldrig har prøvet at træne ved nogen af træningspavillonerne.

**Tabel 41: Deltagernes Brug af træningspavilloner og vandposter (N=58) <sup>55</sup>**

	Benyttet flere gange	Benyttet en enkelt gang	Aldrig benyttet
Træningspavillonen ved Søerne (Fredens Park)	17,2	12,0	70,7
Træningspavillonen i Utterslevs Mose	15,5	17,2	67,3
Vandposterne på Byens Grønne Puls	6,9	3,5	89,6

<sup>55</sup> I tabellen indgår data fra mini-interview med i alt otte personer ude ved træningspavilloner, som ikke havde kendskab til Byens Grønne Puls, men som træner ved en af de to pavilloner på ruten, og som svarede på de spørgsmål, der indgår i spørgeskemaundersøgelsen omhandlende træningspavillonerne.

I deltageres kommentarer i undersøgelsen samt i de mini-interviews, der er gennemført ude ved pavillonerne, er der flere forhold, som går igen hos flere af deltagerne i deres vurdering af og holdning til træningspavillonernes anvendelighed. Først og fremmest får træningspavillonerne hos langt de fleste deltagere i undersøgelsen mange positive ord med på vejen. Bl.a. fremhæves det, at det er mere *fleksibelt* at træne på pavillonerne, at det gør det sjovere, når træningen kan foregå udenfor, samt at det er gratis at træne der - i forhold til i fitnesscentre:

*Træningspavillonerne er geniale, ganske enkelt geniale!*

*Jeg synes, at det er et godt initiativ. Muligheden for at supplere sin cardiotræning med nogle styrke-cirkler i det fri er et kæmpe plus.*

*Enormt godt initiativ! Styrketræning indendørs kan være kedeligt (især når vejret er godt), så at kunne træne lidt udendørs er dejligt!*

*De ser rigtig fine ud. Jeg bruger dem dog ikke, da det afbryder min løbetur. Men det er en fantastisk god ide, og det ser ud som om, at folk bruger dem flittigt.*

*Træningsredskaberne er rigtig gode, solide og passer til alle voksne størrelser. Man kan få trænet hele kroppen. Stor ros til producent og opstiller af pavillonerne. Træning er sjov og hyggelig på denne måde, hvor man også møder andre mennesker i det fri.*

*Vi synes, at det er for dyrt at træne i fitnesscentre, hvilket gør pavillonen til en oplagt mulighed for os for at komme i bedre fysisk form (To kvinder i interview ved træningspavillonen i Fredens Park)*

*Det er mere uforpligtende og mere lystbetonet at komme på pavillonen end i centrene.*

*Det er let at følge instruktionerne, der er opstillet, så man ved, hvad man skal gå i gang med.*

*God idé – men de er svære at gennemskue!*

Flere af de interviewede er så begejstrede for pavillonerne, at de mener, at der bør opstilles flere træningspavilloner spredt rundt i hele byen, således at de, der fx ikke kan gå så langt, også har mulighed for at benytte dem.

*De er gode - men der bør være flere, så alle de, der ikke kan gå langt, kan være med!*

*Der mangler et træningsanlæg i Grøndalsparken.*

*De er både flotte og giver lyst til at prøve dem. De ser solide ud. Der er altid nogle, som bruger dem, så der kunne godt være flere rundt omkring.*

Og endelig er der et ønske om et blødere underlag at ligge på fra et interview med yngre borger, der træner jævnligt ved træningspavillonen i Fredens Park for at genoptræne sin balanceevne efter en ulykke).

*Jeg kunne godt tænke mig, at der var noget blødt (...) noget fløjsbetræk eller lignende, de er lidt hårde at ligge på. Gode, blødere underlag, der hvor man ligger ned, ville være rigtig fint!*

Der optræder i undersøgelsen flere tilkendegivelser om, at man ønsker sig flere vandposter og bedre belysning på ruten. Flere nævner endvidere, at de ønsker flere og andre typer træningsredskaber, der tilgodeser andre muskelgrupper, end de eksisterende redskaber på træningspavillonerne giver mulighed for.

*Der mangler vandposter.*

*Hvor er vandposterne?*

*Der kunne godt være en vandpost ved pavillonerne ved Utterslev mose.*

*Der mangler belysning om aftenen. Man løber ofte ind i hundesnore og andet i mørket, og jeg tror, at kvinderne undlader at træne, når det er mørkt, hvis der mangler belysning.*

*Min formodning er, at redskaberne opfylder de mest almindelige træningsbehov. Personligt savner jeg dog flere redskaber til at træne triceps med - i fald den skulle kunne opfylde alle de indendørs faciliteter.*

*Af ekstra tiltag kunne vi godt tænke os, at der var flere styrkebetonede redskaber, specifikt kunne det være en øvelse til dips (træning af triceps, bryst) (Interview med to mænd ved træningspavillonen i Fredens Park).*

*Jeg savner, at der er lidt flere øvelser til overkroppen og bagsiden - for lår og baller (Kvinde i interview ved træningspavillon i Fredens Park).*

Der er ingen tvivl om, at træningspavillonerne bliver brugt af mange forskellige målgrupper, ikke mindst af børn, der bruger træningsredskaberne til at lege på. Dette er der flere borgere, som på ruten, der nævner i mini-interviewene. Og for nogle synes det indimellem at være et problem, at man ikke kan komme til at træne, fordi der i dagtimerne kan være mange børn, som nedenstående citat vidner om:

*Godt at de (træningspavillonerne) er der! Surt at børn ofte leger på dem, så man ikke kan komme til!*

En af de interviewede foreslår, at man i forbindelse med træningspavillonerne kunne indrette særlige aktiviteter til børnene, idet han netop oplever, at det er attraktivt, at man kan træne og have sine børn med samtidig.

*Det, jeg finder attraktivt, er, at jeg kan tage børnene med, og det var faktisk også derigennem, at jeg fik kendskab til pavillonen. Nu leger de ved siden af pavillonen, mens jeg træner. Af ekstra tiltag mener jeg, at der godt kunne være nogle aktiviteter til børn – det ville tiltrække flere børnefamilier (Interview med familiefar ved træningspavillonen i Fredens Park).*

Endelig optræder der blandt deltagerne i undersøgelsen et par kritiske kommentarer i forhold til træningspavillonerne æstetiske udtryk og deres fysiske placering samt en bekymring i forhold til, om kommunen nu også prioriterer at sætte de fornødne ressourcer af til vedligeholdelse af pavillonerne, således at de ikke kommer til fremstå ramponerede

og nedslidte i løbet af kort tid.

*De (træningspavillonerne) kunne godt have passet bedre ind i omgivelserne, jeg troede først det var et kunstværk!*

*Jeg synes, træningspavillonerne er en god idé - men jeg har ikke selv afprøvet dem. Jeg kan se, at de ofte bliver benyttet og håber, at de bliver vedligeholdt, så de ikke forfalder eller slides op - det ville være rigtig ærgerligt, hvis pladserne med tiden forfalder, og det ville ødelægge min løbeoplevelse, hvis jeg flere gange om ugen skulle passere en motionsruin.*

### **Motionsrutens indflydelse på deltageres egen motivation for at være fysisk aktive.**

I undersøgelsen er deltagerne blevet spurgt om, i hvor høj grad det virker befordrende for deres egen motivation til at være fysisk aktiv, at man etablerer motionsruter i deres nærmiljø. To ud af tre svarer, at det virker motiverende på dem, at der etableres motionsruter i deres nærmiljø. Ser man på fordelingen mellem kvinder og mænd, ser det ud til at kvinderne i lidt højere grad end mændene synes, at det fremmer deres motivation til at være fysisk aktiv (tabel 42).

**Tabel 42: Motivation for at være fysisk aktiv på etablerede motionsruter – fordelt på køn (pct.)**

	Kvinde	Mand	I alt
Ja, i høj grad	43,8	39,4	40,8
Ja, i nogen grad	37,5	27,3	30,6
I mindre grad	6,2	18,2	14,3
Nej, slet ikke	6,2	12,1	10,2
Ved ikke	6,2	3,0	4,1
I alt	100	100	100
N =	16	33	49

Deltagerne blev bedt om at tilkendegive, på hvilken måde de oplever, at de selv motiveres til at være mere fysisk aktive i deres hverdag i kraft af etableringen af motionsruter. De, der i undersøgelsen svarer, at etableringen af motionsruter i høj grad virker motiverende på deres lyst til at være fysisk aktive, begrundes deres svar på følgende vis:

*Det er sjovere og lettere at motivere sig selv for at motionere i et grønt område (Kvinde – nogenlunde form).*

*Man skal selv kunne planlægge sin træning - og det er meget motiverende, at man individuelt kan bruge faciliteterne (Mand - nogenlunde form).*

*At der bliver lagt mere fokus på en aktiv livsstil, kommer alle med en aktiv fritid til gode i form af det her projekt. For mig er der ikke noget mere motiverende, end at der bliver anlagt løberuter personligt til mig, som løber, af kommunen.*

*Det er en rute, som jeg nok aldrig havde løbet, hvis jeg ikke havde fundet den på nettet. Det kommer af, at vi løb nogle gange efter spinning, og vi undrede os over de grønne pile på fortovet, og en mente det var en løbe rute et eller andet sted rundt i byen. Nu hvor vi har været ruten igennem nogle gange vil vi med glæde afprøve nogle flere ruter - det er en kanon ide (Mand – god form).*

*Når rammerne er gode er det svært ikke at blive motiveret (Mand, dårlig form).*

*I det tilfælde, at man løber en mindre rute, er det praktisk, at man ikke skal alt for langt væk for at komme til ruten, for så er idéen forsvundet. (Mand - virkelig god form).*

*Det skaber en interesse for dem, der gerne vil motionere (Kvinde – god form).*

*Jo bedre muligheder der er for fysisk udfoldelse i byrummet og jo flere, der benytter det, jo mere legalt bliver det også at bevæge sig på forskellige måder i byrummet. Løb og gang er ikke længere de eneste måder at være fysisk aktiv uden for (Mand – god form).*

Nogle af de deltagere, der i undersøgelsen tilkendegiver, at det slet ikke virker befordrende for deres motivation for at være fysisk aktive, at der etableres motionsruter i kommunen, er i forvejen meget aktive løbere jf. et par af deltagernes kommentarer nedenfor:

*Jeg er konkurrence løber, så jeg løber alligevel, men det er sikkert fint for at få mere inaktive til at komme ud og røre sig (Mand – virkelig god form).*

*Hvis man vil, kan man godt selv finde ud af, hvor man skal tage - eller bevæge sig hen! (Mand – god form).*

*Jeg ville løbe alligevel, har først hørt om ruten i dag (Mand – virkelig god form).*

*Jeg er meget aktiv i forvejen - men derfor er de bestemt ingen dårlig ide (Kvinde – virkelig god form).*

Flere af respondenterne giver flere steder i undersøgelsen udtryk for, at formidlingen og informationen om Byens Grønne Puls ikke har været tilstrækkelig.

*Hvis de så gad at gøre opmærksom på rutens eksistens - ville det være godt! (Mand – virkelig god form).*

*Det er godt, at der er kommet en løberute, men det er UNDER AL KRITIK, at der ikke er gjort opmærksom på ruten. Jeg har løbet i 30 år, og læser dagligt aviser og ser TV. Jeg har aldrig hørt om ruten, men kun set pilene på fortovet. Mange andre fra de løbeklubber, jeg løber i, har det på samme måde. Ingen har hørt om ruten, men kun set pilene på gaden og undret sig over, hvad det var!*

*Måske vil jeg få lyst til at løbe mere og længere, hvis jeg engang finder ud af, hvor ruterne er. Som det er nu løber jeg blot i Utterslev Mose, fordi jeg bor tæt på den, og moserne byder på skønne naturoplevelser (Kvinde)*

*Jeg kender intet til Byens Grønne Puls. Jeg bor i Roskilde, men har trænet i Sparta i 16 år. Jeg løber i Sparta én gang ugentligt (tidligere tre gange ugentlig) og har derfor i forvejen løbet Fælledparken og Utterslev Mose fuldstændig tyndt. Men idéen lyder til at være rigtig god. Jeg vil derfor på mine løbeture være ekstra opmærksom på at se og opleve, hvad der er indeholdt i Byens Grønne Puls. København er i øvrigt ikke mit nærmiljø, idet jeg bor i Roskilde. Men jeg benytter Storkøbenhavns løbeområder meget flittigt.*

*Hvis jeg hører om dem. Jeg har ikke hørt om Byens Grønne Puls før nu ved et tilfælde (Mand, dårlig form).*

Hvis intentionen er, at københavnernes skal have kendskab til rutens eksistens, synes det således at være af afgørende betydning, at kommunen gør et større stykke arbejde ud af formidlingen og informationen om Byens Grønne Puls samt andre lignende strukturelle motionstiltag i fremtiden.

## Konklusion

Relativt få borgere har besvaret spørgeskemaundersøgelsen på trods af, at evaluator har været i direkte kontakt med rigtig mange borgere, der færdes og bor i umiddelbar nærhed af BGP, og som er fysisk aktive i deres hverdag. De, der deltager i undersøgelsen tilhører en gruppe af borgere, der er meget fysisk aktive og i god fysisk form sammenlignet med befolkningen som helhed. Derudover er det primært borgere i aldersgruppen mellem 20 og 50, der har besvaret spørgeskemaet, og to ud af tre af respondenterne er mænd<sup>56</sup>.

Generelt viser spørgeskemaundersøgelsen en meget positiv holdning til anlæggelsen af motionsruter blandt deltagerne. Dette understøttes af de observationer og mini-interviews, som evaluator har gennemført på BGP. Derimod må kendskabet til BGP siges at være forsvindende lille, særlig når man tager i betragtning, at de adspurgte er blevet kontaktet, mens de befandt sig på ruten (i løb eller gang/stavgang), eller mens de trænede ved træningspavillonerne. Rigtig mange borgere har lagt mærke til pulsens logo, men er ikke klar over, hvad logoet står for, eller at de anlagte træningspavilloner har noget med BGP at gøre. I forlængelse heraf er det således også ganske få borgere, der i undersøgelsen angiver, at de kender hele pulsens forløb, endst, at de har løbet/gået hele ruten en eller flere gange.

Resultaterne af spørgeskemaundersøgelsen samt observationer og mini-interviews på BGP vidner da også om, at informationen og markedsføringen af motionsruten har været utilstrækkelig. Der mangler helt klart en oplysende indsats omkring BGP.

Observationerne på BGP tyder på, at flere borgere er begyndt at anvende træningspavillonerne. Hvor der ved de første observationer, som evaluator foretog i efteråret 2008 (ca. 1 måned efter indvielsen i september 2009), var relativt få borgere ved træningspavillonerne, var det i juni 2009 et noget andet billede, der tegnede sig. De borgere, som evaluator har talt med, bekræfter da også, at de kommer der jævnligt, og at de sætter pris på at kunne træne udendørs; at de nyder naturen samtidig med at de træner; at det synes attraktivt, fordi man kan have sine børn med; at man kan kombinere sit løb med træningsøvelser, inden man løber videre; og endelig at denne form for træning er helt gratis. Noget tyder således på, at bevægelseskulturen er i forandring, og at københavnernes stille og roligt synes at være begyndt at tage denne form for træning til sig. Samtidig er der også mange borgere, der ikke har lyst til eller er for blufærdige til at træne i det offentlige rum midt i byen, eller som er usikre på, hvordan man bruger de forskellige redskaber, og som derfor foretrækker fitnesscentrene. Dette vil muligvis kunne afhjælpes ved afholdelse af

---

<sup>56</sup> Denne undersøgelse siger således meget lidt om de fysisk inaktive borgernes – samt de ældste københavnernes holdning til etablering af motionsruter.

lignende initiativer, som FSK har påbegyndt i sommeren 2009 med instruktionskurser ved træningspavillonerne, eller i form af en tilgængelig instruktør, der står til rådighed for borgerne ved træningspavillonerne på bestemte tidspunkter. Ved evaluators besøg i stavgangsklubben i Mjølnerparken på Nørrebro er flere af medlemmerne inde på, at de mener, der burde etableres flere træningspavilloner rundt omkring i byen, således at de, der ikke kan gå så langt, også har mulighed for at træne. Flere af de, der træner jævnlige, efterlyser, at man opgraderer udvalget af træningsredskaberne.

Mere end halvdelen af deltagerne i undersøgelsen oplever, at de selv motiveres til at være mere fysisk aktive i deres hverdag, når kommunen anlægger motionsruter som BGP, træningspavilloner mv. Det skal dog igen bemærkes, at respondenterne tilhører gruppen af de i forvejen meget fysisk aktive. Og spørgsmålet er, hvordan det forholder sig med den gruppe af borgere, der er mindre fysisk aktive, de inaktive københavnere, som projekt BGP oprindeligt rettede sig imod i sin målformulering. Dette spørgsmål kan imidlertid ikke besvares med resultaterne fra denne undersøgelse.

Hvad angår projekt BGP' s oprindelige målsætning om at *"øge brugen af byens offentlige grønne rum samt skabe bedre ikke-motoriserede forbindelser i og imellem bydelene"*<sup>57</sup>, kan denne ikke siges at være opfyldt. De oprindelige planer om at etablere flere pulse samt aktivering af dem (ikke mindst i forhold til skoler / institutioner) er ikke blevet realiseret. Derudover er BGP i høj grad præget af, at den er anlagt i områder af byen, som i forvejen var populære steder for såvel løbere og fodgængere - i Utterslev mose samt ved søerne i København. Rutens intention om at skabe forbindelsesled imellem disse områder er imidlertid ikke lykkedes. For det første synes rutens forløb mellem søerne og Utterslev Mose ikke i sig selv at have skabt bedre forbindelser mellem bydelene. For det andet er BGP ensrettet, som gør, at det visse steder er vanskeligt at orientere sig og finde vej på ruten, hvis man følger pulsen i modsat retning. For det tredje begrænses mulighederne for, at BGP kan bruges som forbindelsesled mellem bydelene, når man ikke må cykle ad ruten. Den samlede rute på 20 km synes kun at være attraktiv for de meget aktive idrætsudøvere, og i mindre grad for de, der ikke går eller løber så langt. Derimod ville en strækning på 20 km være attraktiv for de fleste, hvis det var lovligt også at bruge den som cykelrute. Endelig synes der at være et behov for mindre ruter, der snor sig "inden om" eller "på tværs", og som gør det muligt at forkorte ruten på forskellig vis. Dette har FSK i august 2009 taget hul på, idet der på pulsens hjemmeside findes link til mindre løbe- eller gåruter i området omkring Utterslev Mose<sup>58</sup>.

Målet om *at sikre tilgængelighed for fysisk aktivitet, leg og samvær i nærmiljøet* synes at være opfyldt i nogen grad - hvilket først og fremmest er i kraft af etableringen af træningspavillonerne. Dette beror bl.a. på, at deltagerne såvel i spørgeskemaundersøgelsen samt i forbindelse med de gennemførte mini-interviews kommer med tilkendegivelser af, at det i høj grad er attraktivt at træne udendørs, at det skaber rum for, at man kan tage sine børn med ud, mens man træner, og at træningspavillonerne for flere synes at være et

57 Projektbeskrivelse for Byens Grønne Puls udarbejdet af Line Raahauge, Winnie Brandt Madsen, Henriette Nguessan og Karsten Bruun Hansen, 2007.

58 På Pulsens hjemmeside henvises således til 8 mindre løbe- og eller gåruter af forskellig længde (1- 8 km) i nærheden af BGP i Utterslev Mose. Se <http://www.kk.dk/byensgronnepuls.aspx>.

potentielt forum for socialt samvær i nærmiljøet. I forhold til tilgængelighed af aktiviteter og leg for børn er det evaluators vurdering, at man med fordel burde overveje, hvordan de legeområder, der ligger i umiddelbar nærhed af de to træningspavilloner i højere grad kunne samtænkes og planlægges på en sådan måde, at såvel trænings- som legemiljø tilgodeser samværet mellem børn og voksne.



## 5. Styrketræning for ældre

### Indledning

Styrketræning for ældre blev etableret som en del af 'København - en by i bevægelse' i 2006. Budgettet var pr. år 200.000 kr. som var med til at dække udgiften til en projektlejning i marts 2006. Midlerne til oprettelse af styrketræningstilbud for ældre blev finansieret gennem § 79<sup>59</sup>. De tilbud, der efterfølgende blev etableret som styrketræning for ældre, er derfor underlagt de regler, der gælder for § 79 støttede aktiviteter. Det betyder, at tilbudene i vidt omfang er etableret som tilbud forvaltet af de enkelte § 79 klubber og underlagt deres måde at drive tilbuddene på mht. pris, varighed mv. Styrketræning for ældre, som projekt under 'København - en by i bevægelse' ophørte i april 2007.

### Målsætninger for projektet

Projekt 'Styrketræning til ældre' blev etableret med henblik på at udvikle styrketræningstilbud til ældre københavnere herunder særligt med fokus på mænd. Baggrunden for at etablere et særligt motionstilbud til mænd var, at de eksisterende tilbud til ældre i Københavns Kommune hovedsageligt henvender sig til kvinder<sup>60</sup>. I løbet af 2006 blev der i samarbejde med relevante samarbejdspartnere etableret styrketræningsfaciliteter samt styrketræningshold på fem aktivitetscentre. Holdene blev i den første periode varetaget af fysioterapeuter fra træningscentrene, og Folkesundhed København stod for finansieringen af maskiner samt løn til instruktørerne.

Det viste sig imidlertid, at det ud fra en økonomisk betragtning ikke var muligt for aktivitetscentrene på sigt at opretholde styrketræningstilbuddene til ældre, og at der derfor var et behov for at udvikle et vedvarende økonomisk uafhængigt styrketræningskoncept, som ville kunne fastholde ældre i træning. I løbet af sommeren 2007 ændrede projekt 'Styrketræning for ældre' således kurs og rettede nu fokus imod, hvordan man kunne skabe et varigt tilbud for borgerne ved at uddanne et frivilligt instruktørkorps af ældre til at varetage styrketræningen. Projektledelsen i FSK valgte således at tage udgangspunkt i de frivillige ressourcer, der er til stede i den nuværende generation af ældre, med et ønske

59 § 79 støtte kan i Københavns kommune søges af foreninger og organisationer (enheder) med adresse i Københavns Kommune.

· Tilbudene skal være åbne for modtagere af social pension og/eller efterløn.

· Enhederne skal have minimum 50 aktive brugere/medlemmer tilknyttet.

· Modtagere af § 79 tilskud skal have vedtægter, der er i overensstemmelse med formålet for Servicelovens § 79 og de overordnede principper for tildeling af § 79 tilskud fastsat af Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Vedtægterne skal godkendes af Sundheds- og Omsorgsforvaltningen.

· Enhederne skal være brugerstyrede. Dvs. at ledelsen skal forestås af en bestyrelse, der vælges af enhedernes medlemmer på en årlig generalforsamling. Der kan dog dispenseres fra dette krav, såfremt Sundheds- og Omsorgsforvaltningen vurderer, at brugernes medbestemmelse er sikret på anden måde. (Uddrag af Retningslinier for ansøgning om tilskud til aktiviteter for ældre jf. Servicelovens § 79 i Københavns Kommune.)

60 Fra projektbeskrivelsen for Styrketræning for Ældre udarbejdet af Jesper Kirkegaard Madsen, FSK 12.02.2007.

om at uddanne nogle af disse til såkaldt 'superbrugere'.

*Der skal dannes et frivilligt instruktørkorps af ældre til at varetage styrketræningen af ældre. Instruktørerne skal have en fyldestgørende uddannelse i styrketræning med løbende mulighed for videreuddannelse. Uddannelsesforløbet (og videreuddannelse) skal udbydes og varetages af Folkesundhed København. De frivillige instruktører skal rekrutteres fra de ældre aktivitetscentre, idrætsforeninger, informationsmøder for kommende pensionister mv. Efter uddannelsesforløbet vil instruktørerne blive tilknyttet et styrketræningshold på et af aktivitetscentrene. Der vil være mulighed for at samme instruktør har flere ugentlige hold, og at et hold deles (trænes) af flere instruktører. Endvidere skal det være muligt for den enkelte instruktør at hente hjælp i forhold til spørgsmål vedr. skader, hvorfor der fra Folkesundhed Københavns side vil blive stillet E-mail og telefonisk korrespondance til rådighed<sup>61</sup>.*

Målsætningen for denne nye model, der er baseret på frivillige instruktører, var, at der på Styrketræning for ældre skulle igangsættes 20 styrketræningshold á 10 personer (eller 200 deltagere i alt), samt at mindst 10 styrketræningshold skulle varetages af en frivillig instruktør.

## **Evaluering af projekt 'Styrketræning for ældre'**

Evalueringen af 'Styrketræning for Ældre' bygger på tre tiltag:

1. Registrering af deltagere på styrketræningshold samt frivillige instruktører på kursus/ansvarlig for styrketræningshold. Folkesundhed København står for indsamlingen af deltagertal fra de enkelte aktivitetscentre.
2. Der er blevet gennemført en spørgeskemaundersøgelse blandt deltagerne på de fem træningssteder, med det formål at vurdere deltagernes vurdering samt udbytte af styrketræningen.
3. Endelig er der blevet gennemført fokusgruppeinterviews på to af træningsstederne med deltagere, der har deltaget i et instruktørkursus med henblik på selv at kunne varetage hold på styrketræning for ældre. Formålene med disse interviews har været at give et billede af deltagernes udbytte af instruktørkurset, samt om kurset har klædt dem på til at fungere som 'superbrugere'/frivillige instruktører. I forbindelse med gennemførelse af interviewene er der foretaget observationer på to træningssteder, hvor de frivillige instruktører varetager hold på Styrketræning for ældre.

Spørgeskemaundersøgelsen er blevet gennemført blandt deltagere på hold i 'Styrketræning for ældre' på alle fem træningssteder, som tilbyder styrketræningsforløb i projektets regi. Disse er a) V.O.C. Valby, b) Aktivitetscentret Skt. Josef på Nørrebro, c) B 93 på Østerbro, d) Aktivitetscentret Sløjfen på Amager samt e) Aktivitetscentret Vibenshave på Østerbro.

---

61 Projektbeskrivelsen for Styrketræning for Ældre udarbejdet af Jesper Kirkegaard Madsen, FSK 12. 02. 2007.

Der er blevet gennemført to fokusgruppeinterviews med i alt seks ældre deltagere fra styrketræning for ældre. Alle 6 deltagere har gennemført et instruktørkursus arrangeret af DGI med henblik på, at deltagerne på sigt selv ville kunne varetage hold på styrketræning for ældre. Fem af de seks deltagere fungerer som frivillige instruktører på hold med styrketræning for ældre.

## Registrering af deltagere på styrketræning for ældre samt frivillige instruktører.

På Styrketræning for ældre er der i alt registreret 97 ældre borgere, der går på styrketræningshold. Heraf er ca. fire ud af fem kvindelige deltagere. Hvis man medregner de ældre, der kommer i aktivitetscentre og laver selvtræning, er der i alt ca. 310 ældre borgere, der enten går på hold eller benytter de fysiske faciliteter i de fem aktivitetscentre til selvtræning (tabel 43 nedenfor).

I forbindelse med projekt Styrketræning for ældre er der blevet gennemført to instruktørkurser, som DGI har stået for. Kurserne forløb over fire uger og foregik en gang ugentlig med en varighed på fire timer pr. gang. Det første kursus blev gennemført i oktober 2007. Her var der 19 kursusdeltagere, syv mænd og 12 kvinder. Det andet kursus blev gennemført i april 2008. Her var der i alt 15 deltagere, hvor af fem var mænd og 10 kvinder. Der er således i alt 34, der har deltaget i og gennemført instruktørkurset.

**Tabel 43: Oversigt over deltagere på Styrketræning for ældre (samt selvtrænere)<sup>62</sup>**

	Skt. Josef (3 hold)	Vibens- have (1 hold)	Sløjfen (2 hold)	VOC Valby (1 hold)	B93 (2 hold)	Total (9 hold)
Kvinder	25	8	21	5	17	76
Mænd	7	2	5	2	5	21
Deltagere i alt på hold	32	10	26	7	22	97
I alt på hold samt selvtrænere *	118	95	45	30	22**	310
Instruktører på kursus	1	1	0	0	3	5

\* Det totale antal, der træner, er ca. tal opgivet af lederne af aktivitetscentre.

\*\* Der er ingen oplysninger om, hvor mange selvtrænere, der er i B93. B93 er også er det eneste sted, hvor FSK ikke har etableret styrketræningsrummet.

## Spørgeskemaundersøgelsen blandt deltagere

Spørgeskemaundersøgelsen bygger på i alt 86 besvarelser og indeholder en analyse af følgende:

1. Hvem der deltager på styrketræning for ældre.
2. Deltagernes selvvalgte helbredstilstand, fysiske form samt fysiske aktivitet.
3. Deltagernes vurdering af styrketræningen samt deres udbytte heraf.

<sup>62</sup> Tallene i tabellen angiver deltagerantallet på styrketræningsholdene samt selvtrænere pr. 1. februar 2009.

### Hvem deltager i Styrketræning for ældre?

Fire ud af fem deltagere i Styrketræning for ældre er kvinder (tabel 44). Projektets målsætning om særligt at ans pore mænd til at deltage synes således kun at være opfyldt i mindre grad.

**Tabel 44: Deltagere i Styrketræning for ældre fordelt på køn**

	N =	Pct.
Mand	16	18,6
Kvinde	69	80,2
Ikke besvaret	1	1,2
Total	86	100,0

Aldersmæssigt fordeler deltagerne sig fra 51 til 95 år. Lidt mere end hver tredje deltager er mellem 60 og 69 år, og lidt mindre end hver tredje er mellem 70 og 79 år gammel. Ca. hver femte deltager befinder sig i aldersgruppen mellem 80 og 89 år. Endelig er to pct. af deltagerne 90 år eller derover. En enkelt deltager er under 60 år, og 11 % af deltagerne i undersøgelsen har ikke svaret på, hvornår de er født (jf. tabel 45 nedenfor).

**Tabel 45: Deltagernes alder**

	N =	Pct.
90 år -	2	2,4
80 – 89 år	14	17,5
70 – 79 år	27	31,6
60 – 69 år	31	36,1
50 – 59 år	1	1,2
Ikke besvaret	10	11,6
Total	86	100

Hver fjerde deltager på Styrketræning for ældre har 5-7 års skolegang bag sig, hver femte har afsluttet skolen med ottende eller niende klasse, og ca. hver fjerde har gået 10 år i skole. Knap hver femte deltager har en studentereksamen eller lignende.

Hvad angår deltagernes tilknytning til arbejdsmarkedet er 95 % af deltagerne på Styrketræning for ældre ikke længere på arbejdsmarkedet, hvilket naturligvis ikke er overraskende i betragtning af deltagernes alder. 84 % af deltagerne er folkepensionister, otte pct. er på efterløn, to pct. er på førtidspension og én pct. på sygedagpenge. Kun en enkelt deltager er stadig på arbejdsmarkedet (tabel 46).

**Tabel 46: Deltagernes arbejdssituation**

	N =	Pct.
Lønmodtager	1	1,2
På sygedagpenge	1	1,2
Førtidspensionist	2	2,3
Efterlønsmodtager	7	8,1
Folkepensionist	73	84,9
Ikke besvaret	2	2,3
Total	86	100,0

Hver tredje deltager på Styrketræning for ældre bor sammen med deres ægtefælle eller partner, mens to tredjedele bor alene. 9 ud af 10 deltagere er født i Danmark, mens kun seks pct. er født i et andet land end Danmark. (tabel 47)

**Tabel 47: Deltagernes fødested**

	N =	Pct.
Danmark	78	90,7
Norden eller EU	3	3,5
<i>Sverige</i>	1	
<i>Finland</i>	1	
<i>Polen</i>	1	
Andet land	3	3,5
<i>Rusland</i>	1	
<i>Aserbajdsjan</i>	1	
<i>Iran</i>	1	
Ikke besvaret	2	2,3
Total	86	100,0

### Deltagernes helbred, fysiske form samt fysiske aktivitetsniveau

To ud af tre deltagere i Styrketræning for ældre vurderer selv, at de har et 'virkelig godt' (20 %) eller 'godt helbred' (49 %), mens knap hver tredje synes, at deres helbred er 'nogenlunde' (29 %). Kun to af deltagerne vurderer, at deres helbred er dårligt (tabel 48).

**Tabel 48: Selvvurderet helbred fordelt på køn hos deltagere i Styrketræning for ældre sammenlignet med tal for samme aldersgruppe i København som helhed (2005)**

Hvordan vurderer du din nuværende helbredstilstand?		Mand	Kvinde	Total
Virkelig god	Deltagere Styrketræning	6,3 %	23,2 %	19,8 %
	Alle københavnere (65 – 79 år)	13 %	8,0 %	
God	Deltagere Styrketræning	62,5 %	44,9 %	48,8 %
	Alle københavnere (65 – 79 år)	40 %	42,0 %	
Nogenlunde	Deltagere Styrketræning	31,3 %	29,0 %	29,1 %
	Alle københavnere (65 – 79 år)	33 %	41,0 %	
Dårlig	Deltagere Styrketræning	0 %	2,9 %	2,3 %
	Alle københavnere (65 – 79 år)	11 %	5 %	
Meget dårlig	Deltagere Styrketræning	0 %	0 %	0 %
	Alle københavnere (65 – 79 år)	2 %	4 %	
Total Antal	Deltagere Styrketræning	N = 16	N = 69	N = 85
	Alle københavnere (65 – 79 år)	N = 123	N = 202	N = 325
Total Pct.		100 %	100 %	100 %

Hvis man sammenligner disse tal med det selvvurderede helbred hos den samlede københavnske befolkning (Roessler & Ibsen, 2005)<sup>63</sup>, synes det selvvurderede helbred hos deltagerne i styrketræning for ældre at være betragtelig bedre end hos den tilsvarende aldersgruppe blandt alle københavnere.

I den anden ende af skalaen ses det, at der blandt de kvindelige deltagere på styrketræning for ældre samlet set er en mindre andel af kvinder, der betegner deres helbred som 'dårligt' (3 %) og ingen, der vurderer deres helbred som meget dårligt. Andelen af kvinder i hele København, der betegner deres helbred som dårligt, ligger imidlertid på fem pct., og den andel af kvinderne, der synes deres helbred er meget dårligt, ligger på fire pct. Altså en samlet andel på ni pct. af de københavnske kvinder i denne aldersgruppe, der synes deres helbred er dårligt.

Når man sammenligner det selvvurderede helbred blandt københavnere i aldersgruppen mellem 65-79 år med deltagerne på styrketræning for ældre, fremgår det, at andelen af kvinder, der vurderer deres helbred som "virkelig godt" (23 %), er tre gange større end andelen af kvinder i hele København, der vurderer deres helbred som 'virkelig godt'

<sup>63</sup> Se Fysisk Aktivitet som behandling. Motion og Kost på Recept i Københavns Kommune; Roessler og Ibsen, Syddansk Universitetsforlag. (Tabel 4.3, p. 35)

(8 %) <sup>64</sup>. Pga. det lave antal mandlige deltagere er grundlaget for spinkelt at vurdere om dette også gælder for mændene, men tendensen er den samme. Deltagerne på Styrketræning for ældre har altså et lidt bedre (selvvurderet) helbred end den tilsvarende aldersgruppe i Københavns kommune som helhed.

Hvad angår deltageres livsstil er fire ud af fem deltagere (80 %) på Styrketræning ikke-rygere. Hver tiende ryger dagligt, og lidt færre ryger af og til.

Hvad angår fysisk aktivitet i hverdagen angiver 38 % af deltagerne, at de er fysisk aktive mindst en halv time dagligt, mens 42 % tilkendegiver, at de er fysisk aktive i minimum en halv time flere gange om ugen. 17 % af deltagerne i undersøgelsen angiver, at de højst er fysisk aktive én gang om ugen. Ingen af deltagerne angiver, at de aldrig er fysisk aktive (tabel 49). Hvis man ser på det fysiske aktivitetsniveau hos de mandlige og kvindelige deltagere i undersøgelsen, ligger kvindernes aktivitetsniveau lidt højere, idet 40 % af kvinderne angiver, at de er aktive dagligt, hvilket kun er tilfældet for 31 % af de mandlige deltagere.

Hvis man sammenligner det fysiske aktivitetsniveau blandt deltagerne på styrketræning for ældre med alle københavnere (2005), er andelen af deltagere på styrketræning for ældre, der angiver at de er fysisk aktive dagligt, imidlertid mindre end andelen af alle københavnske borgere i aldersgruppen 65-79 år, der er fysisk aktive hver dag (jf. tabel 49 ovenfor).

**Tabel 49: Deltageres fysiske aktivitetsniveau på Styrketræning for ældre**

	Deltagere Styrketræning for ældre					Alle københavnere (i alderen 65-79) *	
		Mand	Kvinde	Ikke besvaret	Total	Mand	Kvinde
Dagligt	Antal	5	28	0	33		
	Pct.	31,3	40,6	0	38,4	54	46
Flere gange om ugen	Antal	7	28	1	36		
	Pct.	43,8	40,6	100,0	41,9	31	32
Højst én gang om ugen	Antal	3	12	0	15		
	Pct.	18,8	17,4	0,0	17,4	7	13
Aldrig	Antal	0	0	0	0		
	Pct.	0,0	0,0	0,0	0,0	8	9
Ikke besvaret	Antal	1	1	0	2		
	Pct.	6,3	1,4	0,0	2,3		
Total	Antal	16	69	1	86	127	209
	Pct.	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

\* Se Fysisk Aktivitet som behandling. Motion og Kost på Recept i Københavns Kommune; Roessler og Ibsen, Syddansk Universitetsforlag. (Tabel 4.4, p. 37)

<sup>64</sup> Det skal bemærkes, at den aldersgruppe, der sammenlignes med på styrketræning for ældre's deltagere ligger samlet set er ældre (60 - 95 år), og at aldersgruppen for alle borgere i København (over 80 år) har et dårligere selvvurderet helbred end den gruppe, der er sammenlignet med her.

Endelig er deltagerne på Styrketræning for ældre også blevet bedt om at vurdere deres fysiske form. Her svarer 10 % af deltagerne, at de er i 'virkelig god form', mens 48 % svarer at de er i 'god form', og 35 % af deltagerne synes, at de er i nogenlunde form (tabel 50).

**Tabel 50: Deltagernes selvvaluerede fysiske form**

	Antal	Pct.
Virkelig god	9	10,5
God	41	47,7
Nogenlunde	30	34,9
Dårlig	4	4,7
Ikke besvaret	2	2,3
Total	86	100,0

### **Deltagernes vurdering af styrketræningstilbuddet**

Deltagerne i undersøgelsen er blevet bedt om at vurdere styrketræningstilbuddet i forhold til a) instruktørens faglige kompetence og vejledning b) deltagerens udbytte af styrketræningen samt c) de fysiske faciliteter, maskiner/redskaber, omklædningsforhold samt adgangsforhold til aktivitetscentret/træningsstedet.

Størstedelen af deltagerne synes, at styrketræning for ældre er et rigtig godt tilbud. 87 % af deltagerne synes, at det i høj grad er tilfældet, og 7 % at det er tilfældet i nogen grad, mens kun 1 % mener, at det kun er tilfældet i mindre grad. Generelt må tilfredsheden med styrketræningstilbuddet således siges at være stor. Tilfredshedsgraden afviger dog lidt fra træningssted til træningssted, idet der på Sløjfen er en markant mindre andel (58 %), der mener, at styrketræningen i høj grad er et godt tilbud, end det er tilfældet på de øvrige aktivitetssteder.

### **Instruktørernes kompetencer og vejledning**

I undersøgelsen tilkendegiver knap to ud af tre deltagerne (68 %), at de i høj grad oplever, at deres instruktør på styrketræningen er fagligt kompetent og dygtig. 8 % af deltagerne vurderer, at dette er tilfældet 'i nogen grad'. Ingen af deltagerne svarer 'i mindre grad' eller 'slet ikke' på dette spørgsmål. Til gengæld er der en stor del af deltagerne (22 %), der ikke har besvaret spørgsmålet. Dette fremgår af tabel 51 nedenfor, hvor det også ses, hvordan vurderingen af instruktørens kompetencer på de fem træningssteder varierer en del.



**Tabel 51: Andel af deltagerne, der mener at instruktørerne på styrketræning for ældre er fagligt kompetente og dygtige**

Hvor går du til styrketræning?		Den instruktør, der står for træningen er fagligt kompetent og dygtig				
		I høj grad	I nogen grad	Ved ikke	Ikke besvaret	Total
V.O.C. Valby	Antal	3	1	0	3	7
	Pct.	42,9	14,3	0	42,9	100,0
Skt. Josef	Antal	12	2	0	8	22
	Pct.	54,5	9,1	0	36,4	100,0
B93	Antal	17	0	1	0	18
	Pct.	94,4	0	5,6	0	100,0
Sløjfen	Antal	11	0	0	1	12
	Pct.	91,7	0	0	8,3	100,0
Vibenshave	Antal	15	4	0	7	26
	Pct.	57,7	15,4	0	26,9	100,0
Andet sted	Antal	1	0	0	0	1
	Pct.	100,0	0	0	0	100,0
Total	Antal	59	7	1	19	86
	Pct.	68,6	8,1	1,2	22,1	100,0

Hvad angår instruktørernes kompetencer og udbyttet af styrketræningen er det svært at finde kritiske kommentarer i deltagerne uddybende kommentarer. Typiske kommentarer, der optræder i svarene, er:

*Roser til instruktørerne* (Kvindelig deltager i Vibenshave).

*Kun ros* (Mandlig deltager i Vibenshave aktivitetscenter).

*Styrketræningen høster KUN roser* (Mandlig deltager på B93).

*Alsidigt program* (Mandlig deltager fra B93).

*Det er godt med blandingen af maskiner og gymnastik* (Mandlig deltager i Vibenshave aktivitetscenter).

*Jeg er meget tilfreds* (Kvindelig deltager fra B93).

Der er i spørgeskemaundersøgelsen ikke blevet spurgt om, hvilke instruktører deltagerne går til styrketræning hos. Vi kan således ikke sige noget om, hvorvidt tilfredsheden varierer på de hold, der varetages af henholdsvis professionelle instruktører (bl.a. fysioterapeuter, idrætsstuderende mv.) og hos de frivillige instruktører/ superbrugerne.

### **Deltagerne udbytte af styrketræningen**

I forhold til deltagerne udbytte af styrketræningen viser svarene, at to ud af tre i høj grad har fået et stort udbytte af styrketræningen, mens hver fjerde svarer, at det i nogen grad

er tilfældet. Mere specifikt er deltagerne blevet bedt om at vurdere, hvilken betydning styrketræningstilbuddet har haft for deres fysiske og psykiske velbefindende, samt om deltagelsen i styrketræning for ældre har gjort, at deres sociale netværk og bekendtskabskreds er blevet udvidet.

I forhold til fysisk velbefindende viser undersøgelsen at to ud af tre deltagere synes, at de har fået det fysisk bedre, efter at de har deltaget i styrketræningen. Heraf svarer 48 % af deltagerne, at de i høj grad har fået det fysisk bedre, mens 29 % svarer, at de har fået det fysisk bedre i nogen grad efter at have deltaget i styrketræningen. 7 % af deltagerne svarer, at de kun i mindre grad har fået det fysisk bedre, mens der ikke er nogen af deltagerne, der svarer at de slet ikke fået det fysisk bedre. Deltagerne skriver bl.a.:

*Jeg lider af knogleskørhed. Den sidste BMD - måling viste, at min knoglemasse er stærkere. Jeg er meget glad for tilbuddet i centeret!* (Kvindelig deltager på Skt. Josef aktivitetscenter).

*Jeg mærker tydeligt, at det hjælper mig i det daglige. Jeg har flere kræfter til at få handlet ind og lignende. Og på grund af dette har jeg ikke så mange smerter i ryggen mere, og behøver ikke mere så meget medicin. En rigtig god, dygtig og kompetent ung leder* (Kvindelig deltager på Skt. Josef aktivitetscenter).

*Motionen er god. Har tabt 21 kg. på tre år* (Mandlig deltager, Vibenshave).

*Jeg er selvtræner, mødes med de samme, social samvær, velvære og kiloene fordelt bedre, mere muskler, lidt arbejde, skader minimeres ved daglig træning af bevægeapparatet* (Kvindelig deltager på Skt. Josef Aktivitetscenter).

I forhold til deltageres psykiske velbefindende efter at have deltaget i styrketræning for ældre svarer to ud af tre, at de har fået det psykisk bedre efter at have deltaget i styrketræningen. Deltagerne kommenterer deres psykiske udbytte af styrketræningen således:

*Jeg er mere glad* (Kvindelig deltager på Skt. Josef aktivitetscenter).

*Jeg har god samvittighed, når jeg har været til træning* (Kvindelig deltager i B93).

*Ved at starte med styrketræning er jeg blevet frivillig på Skt. Josef, der - ligesom min omgang med andre mennesker - er blevet en hjertesag for mig* (Deltager på Skt. Josef).

Endelig viser undersøgelsen, at lidt mere end hver anden deltager oplever, at de har fået udvidet deres bekendtskabskreds ved at gå på et hold på styrketræning for ældre. Dette er i høj grad tilfældet for fire ud af ti deltagere (39 %), og i nogen grad tilfældet for lidt mere end to ud af ti deltagere (26 %). Deltagerne uddyber deres svar på følgende vis:

*Jeg har været meget glad for at være der. Jeg glæder mig til at starte igen. Det er dejligt at kunne sætte sig ud i VOC' s have med kaffe og kage. Vi har det vældig godt sammen* (Deltager i V.O.C. Valby).

*Jeg synes, vi har et godt samvær under træning og bagefter* (Deltager på Skt. Josef aktivitetscenter).

*Vi er ca. 20 pensionister, efterlønnere osv., som elsker vores selvtræning. Vi har nogle rutinerede på holdet, som hjælper de mindre rutinerede i gang! (Vi har i nogle mdr. haft et opslag om, at vi gerne vil hjælpe andre i gang! Opslaget er imidlertid pillet ned nu, vi kender ikke den nærmere forklaring. Why?) Alle i gruppen taler om inklusiv ego: Den psykiske glæde + fysiske velvære, motionen har givet os. Vi har via vores selvtræning fået styrket det sociale liv. Vi tager sammen til eks. fernisering, loppemarked, drikker kaffe hos hinanden, spiser sammen. Og så synes jeg, vi er gode til at lytte til hinandens glæder og sorger (deltager i V.O.C. Valby).*

### De fysiske faciliteter på aktivitetscentre mv.

Deltagerne i undersøgelsen blev bedt om at vurdere de fysiske faciliteter på træningsstedet, omklædningsforholdene på træningsstederne, styrketræningsmaskiner/ redskaber og udstyrets beskaffenhed og endelig hvordan de vurderer de adgangs- og transportmuligheder, der findes til træningsstederne.

Af svarene fremgår det, at fire ud af fem deltagere samlet set vurderer de fysiske faciliteter på træningsstederne som rigtig gode (30 %) eller gode (52 %), mens 9 % af deltagerne vurderer, at de fysiske faciliteter er dårlige (7 %) eller rigtig dårlige (2 %). Endelig har 8 % af deltagerne ikke taget stilling til dette spørgsmål. Der er imidlertid en del forskel på deltagernes vurdering af de fysiske faciliteter på de fem forskellige træningssteder, hvilket fremgår af tabel 52 nedenfor.

**Tabel 52: Deltagernes vurdering af de fysiske faciliteter på de fem styrketræningssteder**

		Hvordan vurderes de fysiske faciliteter på træningsstedet?				
		Rigtig gode	Gode	Dårlige	Rigtig dårlige	Ikke besvaret
V.O.C. Valby	N =	1	3	2	1	0
	Pct.	14,3	42,9	28,6	14,3	0
Skt. Josef	N =	16	3	0	0	3
	Pct.	72,7	13,6	0	0	13,6
B 93	N =	1	13	2	1	1
	Pct.	5,6	72,2	11,1	5,6	5,6
Sløjfen	N =	2	8	0	0	2
	Pct.	16,7	66,7	0	0	16,7
Vibenshave	N =	5	18	2	0	1
	Pct.	19,2	69,2	7,7	0	3,8
Andet sted	N =	1	0	0	0	0
	Pct.	100,0	0	0	0	0
Alle	N =	26	45	6	2	7
	Pct.	30,2	52,3	7,0	2,3	8,1

Af tabellen fremgår det, at de fysiske faciliteter på Skt. Josef aktivitetscenter vurderes bedst af deltagerne, og at de fysiske faciliteter vurderes dårligst i V.O.C. Valby samt B93. I B93 kan dette bl.a. hænge sammen med, at der er et gulv, der trænger til at blive repareret

eller skiftet ud, som flere af deltagerne fra dette træningssted er inde på.

Ser vi på omklædningsforholdene på træningsstederne er andelen af deltagere, der vurderer disse som rigtig gode eller gode, markant lavere, idet kun ca. hver tredje deltager (37 %) angiver, at omklædningsforholdene, der hvor de går til styrketræning er rigtig gode (3 %), eller gode (34 %). Hvis vi sammenligner tilkendegivelserne fra de forskellige træningssteder ser vi nævneværdige forskelle i deltagernes vurderinger af omklædningsforholdene. Som det fremgår af tabel 53, er der ingen af de deltagere i Styrketræning for ældre, der træner i V.O.C. Valby, der synes, at omklædningsforholdene er rigtig gode eller gode. Ligeledes synes den generelle vurdering blandt deltagere i styrketræning i Vibenshave at være, at omklædningsforholdene er dårlige (36 %) eller rigtig dårlige (27 %).

Dette billede afspejler sig tydeligt i de kommentarer, som deltagere på styrketræning for ældre supplerer deres svar med:

*Det er en kælder, der lugter af fugt, og der er meget lidt plads (Deltager i V.O.C. Valby).*

*Omklædning i rummet eller på toilettet. Mangler bad. (Deltager i Vibenshave).*

*Har ikke erfaring fra andre træningscentre men det synes i slet stand og mangelfuldt (Deltager i B93).*

**Tabel 53: Vurdering af omklædningsforholdene i pct. (N = 86)**

Træningssted	Rigtig gode	Gode	Dårlige	Rigtig dårlige	Ved ikke	Ikke besvaret
V.O.C. Valby	0	0	57,1	14,3	28,6	0
Skt. Josef	4,5	45,5	36,4	9,1	0	4,5
B 93	5,6	72,2	22,2	0	0	0
Sløjfen	0	41,7	50,0	0	0	8,3
Vibenshave	0	7,7	34,6	26,9	3,8	26,9
Andet sted	100,0	0	0	0	0	0
Alle	3,5	34,9	36,0	11,6	3,5	10,5

Hvad angår kvaliteten af maskiner samt redskaber og udstyr på styrketræningsstederne vurderer 38 % af deltagerne på styrketræning for ældre, at de er rigtig gode, mens 43 % af deltagerne vurderer, at maskiner og redskaber er gode. 6 % af deltagerne synes, at maskiner, redskaber og det øvrige træningsudstyr er dårligt (5 %) eller rigtig dårligt (1 %). Af tabel 54 fremgår det, at tilfredsheden i forhold til maskiner og udstyr er størst på aktivitetscentret Skt. Josef. Fra deltagerne i de enkelte træningssteder er der følgende kommentarer dertil:

*Få, gode maskiner. Ønskværdigt med flere - dog dårlig plads her (Deltager i Vibenshave).*

*Vedr. redskaberne mangler jeg træning for mave- og rygmuskler (Deltager i Vibenshave).*

*Vi har for længe måttet vente på ledning fra kommunen, så man kan oplade computer på motionscykel, lovet for ca. 4 mdr. siden. Man kan evt. lave de store baderum mindre, og så have lavet noget*

*garderobe/omklædning (Deltager i V.O.C. Valby).*

*Mangler plads til flere maskiner (Deltager i Skt. Josef).*

**Tabel 54: Vurderingen af maskiner, redskaber og udstyr på de fem træningssteder (pct.)**

Træningssted	Rigtig gode	Gode	Dårlige	Rigtig dårlige	Ved ikke	Ikke besvaret
V.O.C. Valby	28,6	42,9	14,3	0	0	14,3
Skt. Josef	81,8	13,6	0	0	0	4,5
B 93	0	72,2	11,1	0	11,1	5,6
Sløjfen	16,7	58,3	0	0	0	25,0
Vibenshave	42,3	42,3	3,8	3,8	0	7,7
Andet sted	0	0	0	0	0	100,0
Alle	38,4	43,0	4,7	1,2	2,3	10,5

Hvad angår adgangsforholdene synes deltagerne på styrketræning for ældre ikke at have problemer med at komme til og fra de fem træningssteder, idet 84 % af deltagerne vurderer, at adgangsforholdene til træningsstederne er rigtig gode (43%) eller gode (41 %). Kun 3 % vurderer, at de er dårlige, mens 13 % af deltagerne i undersøgelsen ikke har besvaret dette spørgsmål.

### **Interview med de frivillige instruktører (superbrugerne)**

Der er blevet gennemført to fokusgruppeinterviews med i alt seks deltagere fra styrketræning for ældre. Alle seks deltagere har gennemført et instruktørkursus arrangeret af DGI med henblik på, at deltagerne på sigt selv ville kunne varetage hold på styrketræning for ældre. Fem af de seks interviewede står selv for hold på styrketræning for ældre. Formålet med fokusgruppeinterviewene har været at indhente viden om fire forhold;

1. Vurdering af styrketræning for ældre, som deltagerne selv har deltaget i, samt deltagerens motivation for at blive uddannet til 'superbrugere'.
2. Deltagerens vurdering af instruktørkurset - dvs. hvilket fagligt og personligt udbytte har deltagerne fået?
3. Har instruktørkurset klædt deltagerne på til selv at kunne varetage hold på styrketræning for ældre?
4. Hvilke erfaringer og oplevelser har deltagerne gjort sig ved selv at stå for styrketræningsholdene ude på træningsstederne?

I interviewet i Vibenshave på Østerbro deltog tre kvinder (fra Vibenshave) og en mand (fra Peder Lykkes Centret), som alle efter endt kursus har påtaget sig egne hold på styrketræning for ældre. Den ene af de kvindelige deltagere er (som den eneste) lønnet, og står også til rådighed ved den daglige selvtræning på aktivitetscentret, mens de øvrige instruktører fungerer på frivillig basis. I interviewet i Skt. Josef Aktivitetscenter på Nør-

rebros deltog en kvinde, som varetager styrketræningshold på Skt. Josef, samt én mand (fra B93) som har gennemført instruktørkurset men ikke varetager egne hold. I forbindelse med interviewene blev der desuden foretaget deltagende observation på to forskellige hold med styrketræning for ældre, som varetages af frivillige instruktører i Vibenshave og på Skt. Josef.

### **Oplevelser ved egen deltagelse i styrketræning - samt motivation for at blive superbruger**

Deltagerne i interviewet udtrykker alle glæde ved de forløb, de selv har deltaget eller deltager i på styrketræning for ældre. De nævner alle eksempler på, at de har fået det fysisk bedre. Derudover nævner deltagerne også psykiske og sociale gevinster, som styrketræningen har bidraget med;

*Jeg skal love for, at efter jeg startede på skolen, da er jeg blevet meget, meget stærkere, smidigere, og fået bedre balance og sådan noget. Vi træner også meget jo.*

*Jeg er blevet mere smidig og sådan noget. Det kan jeg bestemt have glæde af! Lige pludselig finder man ud af, at man gør nogen ting, som man ikke har kunnet før.*

*Det er godt at komme op og komme i gang, og dagen starter godt, ikke!*

*Det sociale betyder meget. Når man holder op på en arbejdsplads, så er man jo pludselig overladt til sig selv og sin familie og venner, og hvad man ellers har. Men der betyder det meget, at man kommer ud og lærer nogle nye mennesker at kende og får sådan et socialt samvær.*

*Jeg har jo fået mere faste rammer omkring min motion hernede.*

Et andet spørgsmål handler om, hvad der i første omgang fik deltagerne til at deltage i instruktørkurset og i anden omgang motiverede fem ud af de seks interviewede deltagere til at påtage sig rollen som instruktører på styrketræningshold.

En af de kvindelige instruktører fremhæver i interviewet, at hendes motivation for at deltage i instruktørkurset og for selv at varetage hold som instruktør har været en oplevelse af, at de unge instruktører ofte mangler viden og erfaring med, hvad ældre deltagere reelt kan magte, og derfor ofte vil have svært ved at sætte et passende niveau for en specifik målgruppe af ældre, der evt. også lider af en kronisk sygdom. Det var således hendes bevæggrund for at kaste sig ud i jobbet som frivillig instruktør på Skt. Josef.

*Og så var det, at jeg var så irriteret over, at dengang henne på H.C. Ørstedesvej, der fik vi jo nogle instruktører ind, og det var jo nogle unge mennesker ( ...) med stramme balder og det hele, og de kunne jo ikke forstå, at vi stod og pustede efter to minutter vel. (...). Det skulle være nogle, som selv kunne mærke, at nu fortsætter I, for nu kan jeg ikke mere eller (...). Det var derfor, jeg faktisk gjorde det. For at få nogle (...) som var (...) vi var i samme vogn alle sammen (Kvindelig deltager og instruktør på Skt. Josef).*

Andre deltagere blev opfordret til at kaste sig ud i opgaven af en af de frivillige instruktører, der allerede var i gang, og det endte med, at to kvinder delte et hold. De to kvinder

beskriver det som værende meget overvældende i starten, men synes nu at være vokset med opgaven, og de betragter det begge som lidt af en sejr – at de faktisk godt turde kaste sig ud i det, og at det går godt, om end de er noget usikre på, hvad maskinerne kan, og hvordan de indstiller dem.

### **Deltagernes vurdering af instruktørkurset – personligt og fagligt**

I interviewet blev deltagerne spurgt, hvordan de oplevede instruktørkurset, idet de blev bedt om at give a) en vurdering af kursets teoretiske og praktiske indhold og b) en vurdering af deres personlige og faglige udbytte af kurset samt om de oplever, at kurset har klædt dem tilstrækkeligt på til rollen som instruktør på et styrketræningshold.

De fleste deltagers oplevelse var, at kursets teoretiske del, der omhandlede anatomisk viden, på den ene side var god og interessant viden. På den anden side var der flere af deltagerne, der oplevede, at den anatomiske viden var 'lidt tung' og svær at tilegne sig. Flere af deltagerne fremhæver i interviewene, at det har været vanskeligt for dem at tilegne sig den teoretiske viden og at omsætte det, de lærte på kurset, til noget, som de kan bruge i praksis. De, der kom til kurset uden forkundskaber, oplevede teorien som mest vanskelig.

*Altså generelt var det jo et godt kursus, synes jeg. Jeg synes ikke, der var noget sådan, man kunne kritisere for. Altså der er jo grænser for, hvor meget man kan lære på fire dage (...)vi gik jo meget ind i anatomi og hvordan ældre mennesker efterhånden som man bliver ældre, altså hvordan man ændrer sig og sådan nogle ting der (Kvindelig deltager i Vibenshave).*

*Jeg synes da, at det er svært, fordi (...)vi kom jo alle sammen med nul viden. Vi skulle starte fra bunden (...). Ja man skulle da spidse ørerne, hvis man skulle have noget ud af det, det skulle man da. Og noget af det, det var da lidt (...) tungt, det var lidt svært at forstå. Jeg skulle også hjem og læse efter, fordi det var da ikke lige nemt, det synes jeg ikke. Men det er klart, når man starter fra nul, ( ) så skal de første sektioner jo altid være vanskelige at forstå - måske (Mandlig deltager i Vibenshave).*

*Vi blev instrueret og fortalt lidt, om hvorledes kroppen fungerede og altså nogle praktiske ting ikke, som ikke mandede ud i noget (...) nyttigt. (...) Det var sådan, at det ikke hang sammen med noget, altså det var ligesom om at (...) nå ja (...) men hvad skal det bruges til ikke (Mandlig deltager i Skt. Josef).*

Et par af deltagerne (bl.a. en kvinde som i forvejen havde fungeret som instruktør samt en anden kvinde fra Vibenshave) oplevede derimod ikke, at den anatomiske viden var svær. Deres vurdering er derimod, at den teoretiske del var rigtig god, og at det var 'lige det, de stod og manglede'.

*Omkring teorien, der synes jeg ikke, at det var svært. Jeg synes, at det var dejligt, og jeg var glad for at jeg fik det med, teorien, fordi det var noget, jeg syntes, jeg manglede. Og jeg vil godt have noget mere teori (Kvindelig instruktør i Vibenshave).*

Det faglige udbytte af kursets teoretiske indhold synes således at være meget forskelligt set i forhold til, hvilke forkundskaber eller praktisk erfaring den enkelte deltager havde inden kurset.

Den praktiske del af kurset, hvor det bl.a. blev gennemgået, hvordan man laver opvarmningsprogrammer, afspændingsøvelser og finder egnet musik mv., er deltagerne enige om var rigtig godt og anvendeligt.

*Altså - det der var det væsentlige, det var sådan set, hvad (...)vi blev spurgt om, hvad en god instruktør var, og hvad man skulle gøre, og vi havde det program (...) med hvordan man opvarmer. Og det starter med hovedet og hals og skuldre og går længere, længere, længere ned, så man får hele kroppen med, og det er rigtig godt, fordi det er jo nok vigtigt. Og så at afspænde bagefter også ikke. Det er ret vigtigt (Instruktør på Skt. Josef Aktivitetscenter).*

### **Klædt på til selv at varetage hold på styrketræning for ældre?**

I forhold til det praktiske og didaktiske indhold på kurset, og om deltagerne efter endt kursus følte sig parat til selv at stå for styrketræningshold, anlægger de seks interviewede meget forskellige perspektiver på det udbytte, de har fået. En af de to mænd, som deltog i instruktørkurset, oplever ikke, at kurset klædte ham på til at varetage opgaven som instruktør. Han deltager stadig i styrketræning for ældre og er meget begejstret for det, men varetager ikke selv egne styrketræningshold. Hans perspektiv på kurset var, at "det var interessant viden, men at det var svært for deltagerne at omsætte det til noget brugbart i praksis". Det skal nævnes, at denne deltager havde stor undervisningserfaring fra sit arbejdsliv.

*Det var uhyre interessant, men man manglede den dimension (...) hvad skal du bruge det til.(...) Vi fik jo også idéer om hvilke øvelser, man kunne bruge og sådan, men det, der var det væsentlige, det var, at (...) det blev ikke sat sammen til noget brugeligt. Altså (...) man kunne ikke gå derfra og gå ud og være instruktør.(...) (Mandlig deltager).*

Den anden mandlige deltager i fokusgruppeinterviewet lægger et andet perspektiv på, hvad kurset har bibragt ham, idet han fremhæver, at han selv har måttet gøre meget i form af at følge op på kurset efterfølgende. Han beskriver i interviewet, hvordan det har været nødvendigt, at han selv har arbejdet videre med stoffet, men også spurgt de instruktører, han møder på aktivitetscentret, når han selv træner, til råds.

*Jeg synes, vi kom meget langt, det gjorde vi, og det er også det jeg mente med, at det var lidt svært ikke, fordi det er et kæmpestort pensum og så. (...) da jeg var færdig med kurset, (...) jeg fik jo alle de der publikationer med, så måtte jeg sidde og læse derhjemme igen (...). for at få det hele(...) brikkerne på plads. Og der synes jeg, det har været svært at løbe op på det, fordi nu fik man jo en ide om, hvad det var man skulle, men på grund af tiden, kunne man jo ikke lære så meget om det (Mandlig Instruktør).*

Denne frivillige instruktør er således meget opmærksom på, at de kompetencer, kurset har bibragt ham, hele tiden skal videreudvikles i en undervisnings- eller instruktørpraksis. Og han fremhæver, at han får mange gode idéer fra de instruktører, han selv træner hos i løbet af året, idet han lærer af, hvordan de griber såvel det tekniske og det praktisk-pædagogiske an.



*Hun er vist uddannet på Poul Petersen, og hun har undervist blinde og sådan noget (...). og nu er hun kommet ud til os. Hun er også dygtig. Og så får jeg at vide af hende (...) så bliver jeg opdateret hele tiden. Hver gang de kommer på kursus, så får jeg det at vide, når de kommer tilbage. Så bliver jeg opdateret hver gang, ikke (Mandlig Instruktør).*

Det individuelle udbytte synes altså også i høj grad at afhænge af, hvilke kræfter den enkelte deltager siden hen har lagt i at tilegne sig og arbejde videre med det materiale, der blev gennemgået og udleveret på kurset. Kurset alene kan ikke gøre det.

### **Erfaringer og oplevelser med at være frivillig instruktør**

Det sidste fokuspunkt for interviewene har været at belyse, hvilke erfaringer de frivillige instruktører har gjort sig, dvs. hvordan oplever de frivillige instruktører, at det er at stå for styrketræningshold selv? Hvilke positive oplevelser har deltagerne haft, og hvilke vanskeligheder har de oplevet ved at være frivillig instruktør?

Af succesoplevelser nævner flere af deltagerne 'glæden ved at opleve den glæde, det bibringer andre' at være fysisk aktive og det at være sammen, mens man træner, og ikke mindst bagefter.

*Jeg har altså haft stor glæde ved at være træner for de ældre. Jeg har haft virkelig stor glæde af det.*

*At folk er glade, når de går herfra og siger "Vi kommer næste gang".*

*Ja. Det er faktisk det mest positive, at de gider at komme igen!*

*Glæden ved at være træner. Glæden ved at finde noget musik, de kan synge med på. Så er det også nemmere at lave styrketræning. Så skråler vi i vilden sky.*

*Når jeg skal ind her kl. 11, det glæder jeg mig altid til! At komme ind sammen med dem, fordi de er glade og positive, og der er en god stemning, og vi finder ud af det sammen. Så jeg tror egentlig altså generelt, at de er meget glade, når de går med det, de har fået med sig fra den dag.*

I forhold til hvilke vanskeligheder deltagerne oplever i rollen som frivillige instruktører, er der især tre forhold, som går igen hos flere af deltagerne. For det første handler det om, at de frivillige instruktører oplever, at deres kendskab til maskinerne (og hvad de kan) er for begrænset. For det andet giver flere af instruktørerne udtryk for, at de ikke har tilstrækkelig viden om, hvordan de skal forholde sig i forhold til eventuelle skader eller kroniske sygdomme hos deltagerne. Endelig oplever de frivillige instruktører, at det indimellem kan være vanskeligt at finde balancen mellem på den ene side at kræve noget af deltagerne uden på den anden side at kræve for meget.

Flere af de frivillige instruktører i Vibenshave oplever, at deres kendskab til, hvordan man indstiller maskinerne rigtigt, og hvad displayet viser, er for begrænset. De giver udtryk for, at det er noget, de har savnet på instruktørkurset, eller at de efterfølgende kunne have fået en grundigere instruktion i, hvad 'maskinerne kan'.

*Fordi maskinerne (...) dem gik de heller ikke så meget op i (på kurset), fordi det var individuelt, hvad det var for nogle maskiner. Der var bare den funktion, den gør det og det ikke altså. Romaskinen gør*

*det, og den gør det (Instruktør på Skt. Josef Aktivitetscenter).*

*Det man i og for sig manglede, det var instruktionsdelen af det ikke. Altså hvordan instruerer man nogle mennesker i det der ikke. Det var der overhovedet ingenting af (Mandlig deltager fra B93).*

På Skt. Josef aktivitetscenter har den frivillige instruktør, der står for træningen på to (snart tre) hold, imidlertid fået en introduktion og instruktion i brugen af de enkelte maskiner, idet projektlederen for styrketræning for ældre var med ude på Skt. Josef i forbindelse med, at producenten installerede maskinerne. Hun oplever således ikke, at det er noget hun mangler, eller at det er et problem, at hun ikke ved nok om maskinerne, hvis deltagerne spørger om noget.

Et andet forhold, som deltagerne i interviewet har oplevet som vanskeligt i forbindelse med at stå som frivillig instruktør, er bl.a., at det kan være svært at vurdere, hvilke øvelser en deltager, som fx er blevet opereret i knæ eller hofte, må udføre eller ikke udføre. Det kan med andre ord ofte være vanskeligt at vide, i hvilke tilfælde man som instruktør gerne må presse på for at få deltageren i gang, og hvornår det ikke er hensigtsmæssigt. Nedenstående citater fra tre deltagere vidner om, at tanken om, at man som frivillig kan komme til at rådgive forkert optager deltagerne meget.

*Der hvor jeg synes, at der er et problem, det er vi kender ikke nok til det, når folk har forskellige dårligdomme. Vi kender ikke nok til, hvor meget vi må presse dem på maskinerne. Der må man jo så hellere stoppe før end at ødelægge noget; (...) det kunne jo være rart at vide, (...) i forhold til de forskellige folkesygdomme, hvad vi skal gøre? Det mangler jeg i hvert fald! (Kvindelig deltager og instruktør i Vibenshave).*

*Vi har jo også nogen her, som har fået nyt knæ og ny hofte. ( ....) Ja men så kunne det være rart at vide, hvad man så ikke skal gøre. Hvilke bevægelser er det, man ikke må lave med dem. Det kunne være rart.*

*Det er også fordi man er så (...) ja det er jeg i hvert fald, jeg er så nervøs for (...). tænk hvis man kom til at gøre noget forkert.*

Endelig oplever instruktørerne, at det kan være lidt af en kunst at finde balancen mellem på den ene side at opfordre folk til ikke at være for forsigtige/tilbageholdne, når de træner, og på den anden at have respekt for den enkeltes individuelle fysiske formåen. Som frivillig instruktør kommer man meget let til at stå som en autoritet (på linje med de professionelle instruktører), og der er det vigtigt, fremhæver den ene af de kvindelige instruktører, at man melder klart ud overfor deltagerne, hvis der er noget man er i tvivl om. Og at det er vigtigt, at man tager udgangspunkt i de anvisninger, folk evt. selv har med fra læge, fysioterapeut ol.

Samlet må vi konkludere, at de frivillige instruktører alle udtrykker et behov for at få en løbende sparring i form af en person, som de kan henvende sig til, hvis eller når der er noget, de frivillige instruktører er i tvivl om.

*Det ville være rart, hvis man havde en, hvor man ligesom kunne sige, at der gik man hen og spurgte til råds, når man er i tvivl, fordi man laver nok mindre for ikke at ødelægge noget, end hvis man vidste, at det kan du roligt gøre det der – eller "Lad være med det". Det ville være en god hjælp.*

Dette var netop én af de ting, som der blev lagt op til i projektbeskrivelsen for Styrketræning for ældre, men der er noget der tyder på, at de frivillige instruktører ikke i særlig høj grad har været klar over, at de kunne rette henvendelse til FSK med ønske om hjælp og vejledning. Derudover ytrer instruktørerne ønske om at blive tilbudt et opfølgende kursus, hvor de frivillige instruktører kan bygge videre på deres kompetencer fra det første kursus og deres praksis.

*Frank (projektleder i FSK) har sagt flere gange, at der vil komme et opfølgende kursus til januar. Og så ved jeg så ikke, om det bliver til noget, men så regnede jeg med, at så kom man lidt videre.*

## Konklusion

Sammenfattende viser evalueringen af styrketræning for ældre, at tilbudet benyttes af borgere i alderen 51 til 95 år. Det er overvejende kvinder (80 %), der deltager i Styrketræning for ældre. Projektets målsætning om særligt at anspore mænd til at deltage på styrketræningsholdene synes således kun at være opfyldt i mindre grad.

På styrketræning for ældre var målsætningen at igangsætte 20 styrketræningshold á 10 personer eller 200 deltagere i alt, samt at mindst 10 styrketræningshold skulle varetages af en frivillig instruktør. Disse målsætninger blev ikke opfyldt, idet kun fem frivillige varetager styrketræningshold i dag. Hvad deltagerantallet på styrketræningsholdene angår har man nået ca. halvdelen af det målsatte (97/200). Til gengæld er der flere ældre borgere, der benytter sig af de fysiske træningsfaciliteter til selvtræning (213).

I forhold til spørgeskemaundersøgelsen blandt deltagerne af deres vurdering af styrketræningstilbuddene viser evalueringen følgende:

- Deltagerne på styrketræning for ældre har et godt selv vurderet helbred sammenlignet med den tilsvarende aldersgruppe i hele København.
- Deltagerne i forløbet vurderer tilbuddet meget positivt, og en stor del af deltagerne tilkendegiver, at de har fået det såvel fysisk som psykisk bedre efter at have deltaget i styrketræningen. Deltagerne nævner bl.a. at de får flere kræfter og færre smerter i det daglige, vægttab, stærkere knoglemasse, større glæde og bedre samvittighed mv.
- Lidt mere end halvdelen af deltagerne har også socialt haft glæde af tilbudet, idet de har fået styrket deres sociale liv i form af nye bekendtskaber og deltagelse i andre aktiviteter udover styrketræningen.
- De fysiske faciliteter, maskiner og omklædningsforhold er af meget forskellig standard på de forskellige træningssteder. Nogle steder mangler der badeforhold (bl.a. Vibenshave), i B93 er der problemer med et nedslidt gulv, og andre steder synes deltagerne, at der mangler maskiner/redskaber (bl.a. Vibenshave), eller at der er behov for mere plads og luft (bl.a. V.O.C. Valby).

Hvad angår projekt Styrketrænings målsætning om at skabe et økonomisk uafhængigt styrketræningskoncept i form af et varigt tilbud baseret på frivillige frem for professionelle instruktører viser evalueringen, at i alt 34 borgere har deltaget på et instruktørkursus afholdt af DGI med henblik på at uddanne sig til superbrugere og selv varetage hold som frivillig instruktør på styrketræning for ældre. Heraf fungerer fem frivillige instruktører på tre af de fem aktivitetscentre (På Skt. Josef, i Vibenshave samt i B93). Man er således nået et stykke vej hen imod målsætningen om at motivere og engagere deltagerne til selv at varetage styrketræningshold for ældre.

De frivillige instruktører giver i interviewene udtryk for, at de generelt har været glade for kurset, om end de teoretiske dele for flere af deltagerne var noget tung og svær at tilegne sig for flere af deltagerne. De frivillige instruktører synes ligeledes at have stor glæde af at stå for deres egne hold, men de oplever også vanskeligheder, bl.a. i forhold til manglende viden om fysiske skader og kroniske sygdomme. Derudover oplever flere af de frivillige instruktører, at de har et for begrænset kendskab til, hvad maskinerne 'kan'. Instruktørerne udtrykker således et behov for at få mere viden om disse forhold samt en mere indgående instruktion i brugen af maskinerne.

Evalueringen viser, at hvis de frivillige instruktører også skal fungere som superbrugere i fremtiden, er det meget afgørende, at de tilbydes løbende sparring på deres praksis, samt at der jævnligt gennemføres kurser, temaaftener ol., der kan klæde de frivillige instruktører bedre på til instruktørrollen - ikke mindst i forhold til skader, sygdomme og hvordan maskinerne skal bruges, som de efterlyser mere viden om.

## 6. Ildrætscontainere

### Indledning

Projekt Ildrætscontainer startede under 'København – en by i Bevægelse' i 2006, hvor der i budgettet blev afsat midler til at koordinere kommunens indsatser med idrætscontainere målrettet forenings- og institutionsløse børn og unge mellem 7 og 16 år. Midlerne skulle dække driften af de eksisterende containere samt kvalitetssikre og sikre fagligt backup til de lokale koordinatore. Udover de 600.000 kr. der blev afsat i 2006, skulle der desuden søges eksterne midler til rekvisitter og til udslusningsarbejde til foreningslivet<sup>65</sup>.

Idéen med projekt Ildrætscontainer var at placere en skibscontainer i et socialt udsat boligområde, nær en skole eller anden institution med adgang til området, der kan bruges til idræt, leg og bevægelse. FSK tilknyttede en fast koordinator til idrætscontaineren, der sammen med målgruppen skulle indrette og udstyre containeren med idrætsrekvisitter. Ud over koordinatoren blev der også ansat løsere tilknyttede hjælpere, i det omfang der blev behov for det og økonomien i projektet tillod det. Ildrætscontaineren skulle holde åbent i eftermiddagstimerne mindst fire timer dagligt på minimum fire hverdage, hvor der bl.a. kunne foregå følgende aktiviteter<sup>66</sup>:

- Kontakt og trivselsfremmende samvær mellem børnene
- Organiseret og uorganiseret idræt, leg og bevægelse for børn og unge.
- Turneringer og stævner for alle interesserede.
- Deltagelse i turneringer og stævner i andre bydele.
- Besøg fra - og i - fritids- og ungdomsklubber samt idrætsforeninger i området.
- Københavnske idrætsprojekter der i perioder henlægger deres aktivitet til området omkring containeren for at få kontakt til målgruppen.
- Besøg fra skoler og institutioner, som kan benytte eller låne rekvisitterne i formiddagstimerne.

### Projekt mål

Formålet med projekt Ildrætscontainere er at knytte de lokale børn til containerne, så de derigennem får en aktiv hverdag efter skoletid. Derudover sættes der i særlig grad fokus på boligområder med social ulighed i sundhed, samt på at de foreningsløse børn (på tværs af alder, køn og etnicitet) præsenteres for foreningslivet og derigennem udsluses til det lokale idrætsliv.

Målgruppen for projektet er børn og unge i alderen 7 til 16 år af begge køn, i særdeleshed børn i boligområder med social ulighed i sundhed samt børn uden tilknytning til

<sup>65</sup> Projektbeskrivelse for Ildrætscontainere, udarbejdet af Henriette Curtz Jansen, FSK, 2006.

<sup>66</sup> IBID

den frivilligt organiserede idræt eller til fritids- og ungdomsklubber i de udvalgte lokalområder<sup>67</sup>.

## Evalueringen

Evalueringen af dette projekt omfatter seks dele:

1. For det første er der foretaget en registrering af antallet af børn og unge, som har deltaget i aktiviteter på idrætscontainerne. De ansvarlige for containerne har stået for denne del. Det er dog kun i den første periode af projektet i 2007, inden omorganiseringen af projektet, at der er foretaget en registrering af, hvor mange børn der har benyttet containerne.
2. For det andet er der foretaget observationer af aktiviteterne på hver idrætscontainer i den første periode. Der blev foretaget observationer tre gange på såvel `Buret` som Friheden` fra efteråret 2006 til sommeren 2007. Efter genåbningen af `Thorstainer` blev der foretaget observation af denne i august 2007. I `Streetbox` blev der ikke gennemført observationer pga. manglende børn.
3. For det tredje har børnene, der kom på idrætscontainerne, besvaret et spørgeskema om deres benyttelse og vurdering af idrætscontaineren. Spørgeskemaundersøgelsen blev gennemført af to omgange. Første del blev gennemført i juni måned 2007 på Buret på Amager samt på Friheden på Bispebjerg, mens anden del blev gennemført i august 2007, efter at Thorstainer var genåbnet i sommeren 2007. Streetbox på Amager deltog ikke i undersøgelsen pga. manglende børn. I alt 93 børn har besvaret spørgsmålene i spørgeskemaundersøgelsen (heraf 43 besvarelser fra Buret, 38 fra Friheden og 12 fra Thorstainer).
4. For det fjerde har børn på 5. og 9. klassetrin på alle kommunens skoler i maj 2007 besvaret et spørgeskema om deres deltagelse i idræt og anden fysisk aktivitet, og dette spørgeskema indeholdt også nogle spørgsmål om kendskabet til og anvendelsen af idrætscontainerne. Undersøgelsen kunne således belyse, hvilken `effekt` idrætscontainerne har haft på børns fysiske aktivitet ved at sammenligne deltagelsen i områder med en container med deltagelsen i lignende områder uden en container.
5. For det femte er der gennemført en mindre spørgeskemaundersøgelse af projektets `interessenter` for at belyse idrætscontainernes anvendelse og interessenternes vurdering af deres betydning. Undersøgelsen blev gennemført som elektronisk survey hen over sommeren og efteråret 2007. Det skyldes, at åbningen/genåbningen af to af de undersøgte idrætscontainere lod vente på sig, og derfor var det først muligt at identificere interessenter, der arbejder sammen med Thorstainer og Streetbox, ret sent. I alt besvarede 50 respondenter det elektroniske spørgeskema, som var blevet sendt ud til i alt 53 interessenter med kendskab til idrætscontainerne, og der var således en svarprocent på 94 %.

---

<sup>67</sup> Projektbeskrivelse for Idrætscontainere, udarbejdet af Henriette Curtz Jansen i 2006 samt evalueringsrapport fra april 2008.

6. For det sjette er de ansvarlige for de fire idrætscontainere, som eksisterede i foråret 2009, blevet interviewet om idrætscontainernes anvendelse, organiseringen af aktiviteten mv. Dataindsamlingen består af fire kvalitative interviews. Interviewene har en varighed mellem 45 og 90 minutter. Interviewene er halvstruktureret i deres form. I forbindelse med den halvstrukturerede form blev der anvendt en interviewguide, hvilket skulle sikre, at deltagerne i interviewet kom omkring undersøgelsens hovedområder. Interviewguiden fungerede som en rettesnor og ikke en diktering, da målet var at kunne anvende åbne spørgsmål, der frembringer dybere svar omkring erfaringer, perceptioner og viden vedrørende containerprojektet. Spørgsmålene fra guiden blev anvendt i interviewene på ikke forudbestemte tidspunkter, og derudover blev spørgsmålene diskuteret og relateret til deltagerens egne oplevelser. Interviewene blev gennemført tre til fire uger efter, at containerne åbnede i henholdsvis Sjælør og Mjølnerparken, hvorfor resultaterne og udtalelserne afspejler denne korte åbningstid.

## Børnenes benyttelse og vurdering af idrætscontainerne

Nedenstående analyse af børnenes benyttelse og vurdering af idrætscontainerne bygger dels på svarene fra de to spørgeskemaundersøgelser, dels på de gennemførte observationer og interviews på containerne. Begge dele blev gennemført i 2007. Det er således uvist, om deltagelsesmønsteret har ændret sig siden 2007.

### Antal børn som benytter containerne

I 2007 blev antallet af deltagere i de daværende tre idrætscontainere registreret<sup>68</sup>. På idrætscontaineren 'Buret' på Amager blev der registreret ca. 85 brugere af containeren. Der var generelt flest børn på containeren i forårs- og sommermånederne, hvor aktiviteterne foregik udenfor, og lidt færre i vinterperioden, hvor aktiviteterne rykkede indenfor på de nærliggende skoler.

I idrætscontaineren 'Friheden' i København NV var det ikke været muligt at indhente præcise tal for, hvor mange børn der deltog henover året. Der blev registreret mange børn, der deltog i bokseaktiviteterne, der foregik i regi af Bispebjerg Boldklub med bl.a. koordinatoren fra Friheden som træner. Det er derimod ikke blevet registreret, hvor mange af disse børn, der reelt også deltog i de øvrige containeraktiviteter i Friheden.

På idrætscontaineren Thorstainer, som genåbnede i sommeren 2007, var der i de første par uger lige efter åbningen stor tilslutning med ca. 40-50 børn, der kom i containeren. Derefter faldt deltagerantallet ret hurtigt, således at der herefter kun var ca. 15-20 børn, der brugte idrætscontaineren.

Efter omorganiseringen af projekt Idrætscontainere er der ikke foretaget en systematisk registrering af, hvor mange børn der benytter de forskellige containere. Opgørelsen

<sup>68</sup> Registreringen af antallet af børn, der bruger idrætscontainerne bygger på de tal, som idrætskoordinatorerne har opgivet. Tallene afspejler det samlede antal brugere af idrætscontainerne hen over sæsonen, og det daglige antal af brugere er således lavere og varierer i sommer og vintersæsonen.

af antallet af børn, der benytter containerne, bygger derfor udelukkende på de interviewede koordinators oplysninger. Ifølge disse benyttes BASIS 37 – i 2009 - af 50-60 børn dagligt, Mjølner af 70-80 børn, mens der ikke er oplyst tal for, hvor mange børn der benytter BUF og SJÆLØR. BUF benyttes primært af daginstitutioner, der booker tid på containeren.

**Det er drenge af anden etnisk herkomst end dansk, der kommer i idrætscontainere.**

I følge undersøgelsen fra 2007 formår containerne i højere grad at få fat i børn af anden etnisk herkomst end børn med forældre af dansk herkomst. Således er 92 % af forældrene til de børn, som besvarede spørgeskemaet i 2007, af anden etnisk herkomst end dansk, mens kun 7 % af børnene har en dansk mor eller far eller to danske forældre. Langt den største del af børnene, der kommer i idrætscontainerne, er drenge. Tallene fordeler sig med 84 % drenge og 16 % piger.

**Børnene bor i de bydele, hvor containerne er placeret.**

De børn, der benyttede idrætscontainerne i 2007, boede hovedsageligt i de bydele, hvor containerne var placeret (Amager, Bispebjerg og Nørrebro). At der er direkte sammenhæng mellem børnenes bopæl og containernes fysiske placering fremgik også tydeligt i undersøgelsen af alle kommunens 5. og 9. klasser fra 2007. Her fremgik det, at de børn, der havde kendskab til eller brugte idrætscontainerne, boede i umiddelbar nærhed af idrætscontainerne (se tabel 55).

**Kendskabet til idrætscontainerne blandt Københavns kommunes 5. og 9. classes børn**

Af resultaterne fra undersøgelsen fra 2007 af børn og unges idrætsvaner i alle 5. og 9. klasser i Københavns kommune fremgik det, at en forholdsvis stor del af børnene – ca. hvert femte barn i 5. og 9. klasse – kendte idrætscontainerne. Dette gjaldt især i de områder, hvor containerne var opsat (tabel 55). Mange børn benyttede idrætscontainerne – omkring 5 pct. jævnlige. Af den større undersøgelse fremgik det også, at containerne i højere grad formåede at få fat i børn af anden etnisk baggrund end børn af dansk baggrund. Endelig viste det sig, at det i højere grad var børn, der allerede gik til idræt, som benyttede containerne, end børn der ikke gik til idræt.



**Tabel 55: Andel af 5. og 9. klasse børn, som har hørt om en af tre idrætscontainere, opdelt på køn, klassetrin og forældrenes etniske herkomst (pct.)**

5. klasse (N = 2577)	'Buret'	'Friheden'	'Thorstainer'	Mindst en af de tre containere
Alle	6	10	6	18
<b>Køn</b>				
Drenge	8	10	7	19
Piger	5	10	5	16
<b>Bopæl (med højeste andel)</b>				
Amager	20	7	4	26
Bispebjerg	3	23	9	29
Nørrebro	4	13	16	25
<b>Forældrene etniske herkomst</b>				
Begge født i Danmark	6	9	4	15
Mor født i Danmark	4	11	6	17
Far født i Danmark	7	10	3	19
Begge født i udlandet	8	10	11	23
<b>9. klasse (N = 1487)</b>				
Alle	12	13	7	23
<b>Køn</b>				
Drenge	15	12	8	24
Piger	9	14	6	21
<b>Bopæl (med højeste andel)</b>				
Amager	33	10	6	26
Bispebjerg	7	32	9	29
Nørrebro	7	16	16	25
<b>Forældrene etniske herkomst</b>				
Begge født i Danmark	8	11	4	17
Mor født i Danmark	12	11	10	21
Far født i Danmark	10	16	8	24
Begge født i udlandet	18	18	12	34

### Fast gruppe af børn kommer på containerne

På spørgsmålet, hvor ofte børnene kommer i idrætscontaineren, svarede 80 % af børnene i 2007, at de kom der hver gang, den var åben eller et par gange om ugen. 15 % af børnene kom i containeren ca. en gang om ugen eller sjældnere. Der var således tale om en fast tilknyttet skare af børn, der kom ganske hyppigt i containerne. Det vides ikke, om det også gælder for de nye containere, men det er sandsynligt, at det også gælder for disse.

### Børnenes deltagelse i idrætscontainernes aktiviteter har betydning for lysten til at dyrke idræt – og har ansporet nogle af børnene til at melde sig i en idrætsforening.

I spørgeskemaet blev børnene spurgt, om de havde fået mere lyst til at dyrke idræt eller være fysisk aktiv, samt om de var begyndt at dyrke idræt i en idrætsforening, et motions-

center mv., efter at de var begyndt at komme i containeren. Knap to tredjedele af børnene svarede, at de havde fået mere lyst til at dyrke idræt – efter at de var begyndt at komme i idrætscontaineren. Lidt mere end halvdelen af børnene i Buret angav, at de var begyndt at dyrke idræt i en idrætsforening, efter at de var startet i idrætscontaineren. Det samme gjaldt for lidt mere end 1/3 af børnene i Friheden og 1/4 af børnene i Thorstainer.

Undersøgelsen viste desuden, at lidt under halvdelen (47 %) af de børn, der kom i idrætscontainerne i 2007, også var medlemmer af en idrætsforening eller dyrkede idræt andre steder. Til sammenligning viste undersøgelsen af børn og unges idrætsdeltagelse i hele Københavns Kommune, at 54 % af børnene i 5. og 9. klasse dyrkede idræt i en idrætsforening. Selvom procentdelen for idrætsaktive i foreningsregi lå lavere for containerbrugerne end for den samlede gruppe af 5. og 9. klasses børn, var det en høj score, og nok også højere, end det var forventet. Vi kan imidlertid ikke vide, om idrætscontainerne har fået børn til at melde sig til idræt, idet nogle af børnene muligvis svarede, at de gik til idræt, fordi de benyttede idrætscontaineren. Man må derfor tage et vist forbehold for rigtigheden af disse tal, og for om det reelt er i idrætsforeningsregi, at børnene dyrkede idræt og sport udover de aktiviteter, de deltog i på idrætscontaineren.

### **Foretrukne aktiviteter i idrætscontainerne er fodbold, boksning samt turneringer**

Til trods for at koordinatorene af containerne i 2007 gav udtryk for, at de forsøgte at præsentere en bred vifte af idrætstilbud for containerbrugerne, tegnede der sig et billede af, at fodbold, deltagelse i turneringer og boksning hørte til de mest foretrukne aktiviteter blandt børnene. Og det var således også de aktiviteter, der primært blev observeret på de tre containere. I Friheden havde bokseaktiviteterne en høj score på listen, idet der normalt foregik boksetræning to gange om ugen. Boksetræningen foregik i samarbejde med Bispebjerg Bokseklub, som lagde lokaler til og tilbød trænerassistance.

### **Netværket til lokale klubber**

Primært i Buret var netværket til de lokale klubber og foreninger stort, og der arrangeredes mange udflugter og besøg i samarbejde med disse (bl.a. til det maritime ungdomshus med vandaktiviteter om sommeren, klatreture og ture i svømmehallen). I Friheden var der primært tale om et samarbejde med Bispebjerg Bokseklub.

### **Idrætscontainerne spiller en social rolle**

58 % af børnene tilkendegav, at de havde mødt nye venner i idrætscontainerne, mens 33 % angav, at det ikke var tilfældet. Dette gjorde sig i særdeleshed gældende i Buret, hvor 3 ud af 4 børn gav udtryk for, at de havde fået nye venner i idrætscontaineren. I Friheden gjaldt det for lidt under halvdelen af børnene, at de havde etableret nye venskaber, og i Thorstainer gjaldt det for en fjerdedel af børnene. Det må i den forbindelse nævnes, at Buret havde eksisteret i fire år, Friheden i ca. to år, og at Thorstainer var genåbnet to måneder før undersøgelsen blev gennemført. Det er givetvis forklaringen på denne forskel på, hvor tæt social tilknytning børnene havde til stedet og de børn og voksne, der kom der.

### **Idrætskoordinators rolle varierer**

Der er ingen tvivl om, at idrætskoordinatoren som person spiller en afgørende rolle på alle de undersøgte idrætscontainere. Såvel observationerne som børnenes udsagn i spørgeske-maundersøgelsen i 2007 viste dette. Det fremgik imidlertid også, at det var forskellige egenskaber ved idrætskoordinatoren, som børnene fremhævede. I Buret beskrev børnene koordinatoren og de to hjælpere således:

*De er nede på jorden, og når der er ballade, håndterer de det ret godt.  
De er med til at sikre, at alle har det godt.  
De er sjove og behandler børnene ordentligt.  
De forstår hvad vi siger, når vi er i en konflikt.  
Cliff er sej, at han giver så meget liv for Buret, I like you Cliff!  
De er flinke, jeg kan godt lide dem, specielt Cliff!  
De er flinke, man kan snakke med dem om meget.*

Børnenes udsagn understøtter de observationer, som evaluator foretog på Buret. Idrætskoordinatoren på Buret fungerede i høj grad som mentor og rollemodel for børnene. Han fungerede som en legekammerat for børnene på lige fod med dem, men kunne samtidig træde i karakter som voksen. Derudover lagde børnene vægt på og bemærkede, at han var retfærdig og god til at løse konflikter. Børnene blev mødt i øjenhøjde – og de blev lyttet til.

*Børnene er både, da de ankommer til containeren, og mens turneringen forløber meget kontaktsøgende i forhold til de voksne. Adskillige børn kredser om Clifford og om de to hjælpere på Buret. Det er tydeligt, at de kender Clifford rigtig god, og har stor tillid til og respekt for ham, og at de har et stort behov for at være i nærheden af ham samt at få hans og de andre hjælpere opmærksomhed og kontakt til en voksen. (Observation på Buret, 2006).*

I Friheden gav børnene også udtryk for, at de var glade for idrætskoordinatoren og de aktiviteter, der foregik der. På spørgsmålet om, hvad de syntes om den eller de voksne, der arbejdede i idrætscontaineren, svarede de:

*Han er flink mod os og rar.  
Han er flink og god til at være med børn  
Han holder orden, han er god.  
Han er meget sød, han leger med os.*

Børnene kom dog også med tilkendegivelser, som tegnede et mere dobbelt billede, idet flere skrev:

*Han er meget krævende.  
Han har talent, møder ikke til tiden, råber meget.  
Han råber for meget og han møder ikke til tiden.  
Dårligt, han kommer altid for sent og containeren er dårlig.*

Dette synes at handle om, at børnene på den ene side havde respekt for de aktiviteter, der blev sat i gang, og så op til koordinator (som er en god bokser), men at der også var en form for usikkerhed i forhold til koordinators temperament, hvilket tydede på, at han ikke altid havde børnenes fulde tillid og respekt. På Thorstainer beskrev børnene idrætskoordinatoren således:

*En legekammerat, der er sjov at lege med.*

*Han er "sund og frisk.*

*Han er god til og glad for børn.*

Børnene på Thorstainer var generelt yngre end på de øvrige containere i 2007, og containeren var næsten lige åbnet, da undersøgelsen blev gennemført. Dette til trods var det det legende element, det der er sjovt, der skabtes rum for i Thorstainer, hvilket observationerne på Thorstainer understøttede.

*De afgrænsede arkitektoniske rum synes desuden at have en positiv betydning for en dialog mellem de forskellige børnegrupper, der hver især er i gang med forskellige aktiviteter. Mens der spilles fodbold på asfaltbanen, cykler nogle af de mindre børn rundt på gokart på fliserne langs asfaltbanen, andre afprøver skateboards ved at trille ned ad en lille flisebakke, mens andre spiller jakolo på trappebænken. Efter flere opfordringer fra børnene sætter koordinator en fodboldturnering i gang. Han indleder med at forklare reglerne: "Første regel er, at der skal være jubelscener efter scoring, ellers tæller scoringen ikke". Han udpeger tre børn som holdvælgere. Børnene vælger tre hold. Koordinator forklarer videre.*

*En af børnene spørger: "Skal vi så danse samba"?*

*K: Det må I godt, svarer koordinator. Og så er der præmie til den bedste spiller, til den som opfører sig bedst og mest fair på banen. Og I er med til at vurdere det bagefter.*

*Spillet sættes i gang, og der spilles ti minutter ad gangen.*

*K: Jamen, I var rigtig gode på jeres hold, så det bliver svært at vælge, 1:0*

*Der scores igen og børnene jubler.*

*B: De skal danse samba!*

*K: Ja, jeg så ikke sambaen*

*B: Målet er annulleret så!*

*(Observation i Thorstainer, august 2007).*

Sammenfattende på undersøgelsen blandt brugerne i 2007 konkluderedes det, at idrætscontainerne havde fat i rigtig mange børn af anden etnisk herkomst end dansk. Det var børn, der boede i umiddelbar nærhed, der kom i containerne. Målgruppen havde stor glæde af aktiviteterne på idrætscontainerne, men efterspurgte i særdeleshed fodbold, boksning og turneringer. Mange af børnene tilkendegav, at deres lyst til idræt var blevet større – efter at de var begyndt at komme i idrætscontainerne. Der var tale om børn, der havde et stort behov for voksenkontakt, og containeren spillede her en vigtig social rolle for disse børn. Der herskede tydeligvis en meget forskellig ånd på de tre containere, som i høj grad udsprang af den enkelte koordinators måde at være sammen med børnene på.

## Interessenternes vurdering af idrætscontainerne

Respondenterne i undersøgelsen af interessenter bestod af personer, der på forskellig vis havde fungeret som idrætskoordinatorernes samarbejdspartnere i nærmiljøet i 2007 (fx medarbejdere på fritids- og ungdomsklubber, træner/instruktører i idrætsforeninger, samt projektmedarbejdere i andre sammenhænge) samt samarbejdspartnere for projekt Idrætscontainere i FSK i Københavns Kommune (fx ansatte i kvarterløftsprojekter, idrætskonsulenter samt andre konsulenter mv.). Derudover blev spørgeskemaet sendt til repræsentanterne for styregruppen for 'København – en by i Bevægelse'. Gruppen af respondenter, der besvarede spørgeskemaet, bestod således af en meget blandet gruppe af personer med et kendskab til idrætscontainerne i 2007, der spændte fra et udelukkende overordnet kendskab til et mere indgående og praktisk kendskab, hvor der var indgået samarbejde i forbindelse med planlægning af konkrete aktiviteter, udflugter samt turneringer mv. for idrætscontainernes målgruppe. De interessenter/samarbejdspartnere, der besvarede undersøgelsen, fordelte sig således.

32 % af de adspurgte havde arbejdsplads i en af Københavns kommunes forvaltninger (BUF, KFF, BIF, SUF og ØKF), mens ca. 30 % arbejdede i en fritids- eller idrætsforening, en klub eller en skole i nærheden af en container. Seks pct. af respondenterne arbejdede i de opsøgende teams (Bispebjerg og Amager), seks pct. arbejdede i en af idrætscontainerne som koordinator eller medhjælper, seks pct. arbejdede i 'områdefornyelsen', og seks pct. i Projektbasen i Holmbladsgade. Endelig arbejdede 16 % af interessenterne et andet sted.

### Interessenternes samarbejde med idrætscontainerne?

48 % af idrætscontainernes samarbejdspartnere arbejdede med samme målgruppe af børn og unge, og 42 % havde et tæt samarbejde med koordinator på containeren, mens 6 % arbejdede med samme målgruppe af børn og unge, uden at have noget samarbejde med containerne. 24 % af samarbejdspartnerne arrangerede aktiviteter for kvarterets børn og unge i samarbejde med idrætskoordinatoren på containeren. 14 % angav, at de fungerede som faglig sparringspartner for de ansatte på en eller flere af containerne. Endelig har 2 % af de adspurgte stået for planlægning af kurser for de ansatte i containerne. På et mere overordnet niveau havde 26 % af de adspurgte en koordinerende eller styrende funktion i forhold til det, der foregik på containeren, 12 % sad i projektgruppen for projekt 'Idrætscontainere', og 12 % var repræsentanter for styregruppen for 'København – en by i Bevægelse'. Endelig blev der angivet andre former for relationer og samarbejde med idrætscontainerne, fx samarbejde om afholdelse af fodboldskole i 'Plug-in' samt samarbejde omkring brugen af haller og arealer, som huser idrætscontainerne.

### Holdninger til projekt idrætscontaineres målsætninger

I forsøget på at indkredse hvilke holdninger interessenterne har i forhold til de målsætninger, der er baggrunden for de aktiviteter, der sættes i værk på idrætscontainerne, blev respondenterne for det første bedt om at tage stilling til og vurdere forskellige udsagn, der

tilkendegav generelle og overordnede synspunkter i forhold til idræt og fysisk aktivitet blandt børn og unge. Dernæst blev respondenterne bedt om at vurdere, hvordan de mente, at de konkrete aktiviteter og tiltag på containeren levede op til disse målsætninger, og på hvilken måde disse aktiviteter blev forvaltet i de fire containere samt hvilket udbytte, de vurderede, at aktiviteterne gav.

### **Kendskabet til de fire idrætscontainere (2007)**

'Buret' var den idrætscontainer, der i 2007 havde eksisteret i længst tid, og således også den, der var mest kendt. Således svarede 82 %, at de kendte 'Buret', 34 % af de adspurgte havde kendskab til 'Friheden', 42 % havde kendskab til Thorstainer, og endelig havde 58 % af de adspurgte kendskab til 'Streetbox'. Det er ikke overraskende, at Buret var mest kendt, men det var overraskende, at Streetbox, som aldrig rigtig nåede at få en fast børnegruppe tilknyttet, var så kendt, som tallene antydede. Thorstainer genåbnede i sommeren 2007, men havde før dette tidspunkt eksisteret i en periode, hvor den var placeret et andet sted. Det relativt lille kendskab til 'Friheden' hængte først og fremmest sammen med, at det i indsamlingen af samarbejdspartnere og interessenter gav relativt få fra denne idrætscontainer.

Hvor stort var respondenternes kendskab til idrætscontainerne? Byggede kendskabet på erfaring med og viden om konkrete initiativer og aktiviteter, eller drejede det sig i højere grad om et mere overordnet kendskab? 40 % af respondenterne havde et indgående og detaljeret kendskab til de aktiviteter, der foregik og iværksattes på idrætscontaineren, mens 46 % udelukkende havde et overordnet kendskab til containeraktiviteterne. 8 % angav, at de havde et begrænset kendskab, og 6 %, at de ikke havde kendskab til nogen konkrete aktiviteter eller initiativer.

### **Samarbejdet med idrætscontainerne**

Når det gælder samarbejdet med de fire idrætscontainere blev respondenterne spurgt om, hvor velfungerende et samarbejde de havde haft med hver af de fire idrætscontainere.

- 34 % af de adspurgte havde haft et 'meget velfungerende' samarbejde med 'Buret', og 28 % betegnede samarbejdet som 'godt', mens 2 % havde haft et mindre godt samarbejde med denne idrætscontainer.
- For Friheden gjaldt det, at 6 % havde haft et 'meget velfungerende' samarbejde med denne idrætscontainer, og 12 % betegnede samarbejdet som 'godt', mens 6 % af de adspurgte havde haft et mindre godt samarbejde med 'Friheden'.
- 8 % af de adspurgte havde haft et 'meget velfungerende' samarbejde med 'Thorstainer', og 16 % betegnede samarbejdet som 'godt', mens 2 % havde haft et mindre godt samarbejde med denne idrætscontainer.
- Endelig vurderede 12 % af de adspurgte, at samarbejdet med 'Streetbox havde været 'meget velfungerende', 26 % havde haft et godt samarbejde med containeren, mens 4 % betegnede samarbejdet som 'mindre godt'.

Ingen af de adspurgte samarbejdspartnere betegnede samarbejdet, de havde haft med en eller flere af de fire idrætscontainere, som 'dårligt'.

I undersøgelsen blev respondenterne bedt om at sætte nogle ord på kvaliteten af det samarbejde, de havde med idrætscontainerne. Nedenfor er oplistet nogle af respondenternes positive kommentarer omkring deres samarbejde med containerne:

*Det er en helt særlig fornøjelse at arbejde sammen med en ildsjæl som Clifford (koordinator i Buret på Amager), der på alle måder arbejder med 'livet' som indsats. En gadeplansarbejder af verdensklasse.*

*At koordinatoren for containeren (Buret) - er en god samarbejdspartner. Dette er der mange grunde til: Bl.a. bor han i gaden, hvor børnene bor, og har selv børn på samme alder. Og så er børnene meget glade for ham - han er en god rollemodel. At lederen i Idræts- og Kulturhuset, hvor jeg er ansat, er meget positiv indstillet overfor at have de unge (ofte rødder!) i huset.*

*Da det er samme målgruppe, jeg arbejder med, er det oplagt, at der er et samarbejde med Clifford, samt at Clifford er en voksen, der brænder for sit arbejde og de unge, og gør det til en fornøjelse at samarbejde med Clifford. Skaf Clifford flere ansatte, så han kan hjælpe flere unge i kvarteret.*

*Idrætscontaineren i Nordvest (Friheden) er i kontakt med en masse udsatte unge, vi kan få relationer til. Ømer er en ildsjæl, vi kan regne med, hver gang vi laver et samarbejde. Ømer er meget interesseret i samarbejdet og sparringen med hinanden. Idrætscontaineren spiller en stor rolle, for vores positive relationer til de udsatte unge i bydelen.*

*Det er selve den person, som er koordinator for Buret, der gør vores samarbejde godt.*

Blandt kommentarerne fra containernes samarbejdsrelationer findes også eksempler på, at samarbejdet kan være vanskeligt:

*Mit samarbejde med Cliff er rigtig godt, men det er meget periodebestemt. Det er oftest i sommer halvåret, at vi laver ture og aktiviteter sammen. Der er nogle områder, hvor det kan være svært at samarbejde med Cliff og Buret. Det være sig i vores forskellige måder at lave regler og rammer for ungerne. I vores klub har vi strammere regler og rammer for, hvad børnene må og ikke må. Der er større frihed i Buret. Det er på godt og ondt. Det kan give nogle diskussioner og spørgsmål fra de børn, der går i klubben. Vi har f.eks. en kost politik, vi skal forholde os til (.). børnene skal spise sund kost - det er ikke gældende i Buret, hvor præmier ofte er fastfood og cola. Det ville gøre samarbejdet lettere, hvis samme "regler" eller politiske bestemmelser gjorde sig gældende i Buret.*

*De har ikke nogle klare målsætninger med de børn, de kommer med, og aktiviteterne bliver ren underholdning, hvor børnene ikke får nogle kompetencer, de kan bruge senere i livet.*

*Afhænger af koordinatoren på den enkelte container. Nogle er bedre til at samarbejde end andre.*

### **De ansattes rolle i containerne**

Det blev endvidere undersøgt, hvilke holdninger interessenterne havde til, hvilken rolle den ansatte idrætskoordinator burde have overfor de børn og unge, der kom i containerne, samt respondenternes vurdering af, hvordan koordinatoren udfyldte denne rolle.

- 90 % af de adspurgte anså det for 'meget vigtigt', at koordinator benyttede metoder, der opbyggede tillid og respekt overfor målgruppen, mens 2 % anså det for 'mindre

vigtigt', og 6 % ikke tog stilling til dette spørgsmål.

- 92 % af de adspurgte anså det for 'meget vigtigt', at koordinator på idrætscontaineren fungerede som rollemodel for de børn, der kom i containeren, mens 2 % anså det for 'mindre vigtigt'. 4 % tog ikke stilling til spørgsmålet.

På spørgsmålet om, i hvilken grad respondenterne mente, at de ansatte koordinatorene havde formået at anvende metoder, der opbygger tillid, ligeværdighed og respekt for målgruppen, viste undersøgelsen følgende:

- 46 % af de adspurgte vurderede, at de ansatte i containeren 'i høj grad' havde formået, at opbygge tillid, ligeværdighed og respekt for målgruppen. 24 % var af den opfattelse, at det var tilfældet i 'nogen grad', og 4 % angav, at de mente, at det var sket i 'mindre grad'.
- 54 % af de adspurgte havde en oplevelse af, at de ansatte i høj grad fungerede som gode rollemodeller for børnene i containerne, 18 % mente det var tilfældet i nogen grad, og 2 % angav, at de kun i 'mindre grad' oplevede, at de ansatte optrådte som gode rollemodeller.

### **Idrætscontainerernes betydning**

Respondenterne blev også bedt om at vurdere, om de mente, at idrætscontainerne gjorde en positiv forskel i forhold til at fungere som et socialt mødested for de børn og unge, som ikke har andre steder at komme i deres fritid. Hertil svarede 68 %, at de i høj grad mente, at idrætscontaineren gjorde en positiv forskel, mens 14 % af de adspurgte vurderede, at den i nogen grad gjorde en forskel. Nedenfor er citeret to kommentarer, som giver udtryk for samarbejdspartnerens oplevelse af, at idrætscontainerne gjorde en positiv forskel.

*Containerprojektet (Buret) er et fremragende tilbud i det lokalområde, hvor det er beliggende. Det samler op mod 60 unge, der ellers ville hænge ud på gaden. Koordinatoren får mulighed for at påvirke de unge i en positiv retning. Her tænkes adfærd mv. og ikke kun de rent fysiske aktiviteter'.*

*Jeg vil gerne ROSE Ömer (koordinator på Friheden) for et åbent og meget tæt samarbejde med BOT2400, det er min helt klare opfattelse, at han gør et KÆMPE stykke arbejde med en målgruppe som MANGE andre ikke kan eller vil arbejde med (medarbejder i Bispebjerg opsøgende team).*

Der var imidlertid også tilkendegivelser, der stillede spørgsmål ved idrætscontainerernes formål: at børnene er mere fysisk aktive i deres hverdag samt at de motiveres til at blive aktive medlemmer i en idrætsforening eller klub. Respondentens vurdering var, at det der foregik i idrætscontainerne handlede for lidt om idræt og mere om integration af socialt udsatte unge.

*Jeg oplever, at formålet med containeridrætten ikke er tilstrækkeligt italesat. Jeg oplever, at container-idrætstilbuddet i højere grad drejer sig om at "holde rødderne væk fra gadehjørnet", end om at motivere til en sundere hverdag med et aktivt idrætsliv. Jeg oplever containeridrætten som et*



*”plaster på såret”, der bærer præg af at være et prestigeprojekt. Det handler desværre ikke så meget om idræt, som det handler om integration og fraværet af kriminalitet og løsgænger.*

### **Ildrætscontainerernes integrationsfremmende funktion**

Spørgsmålet om, hvorvidt idrætscontainerne formår at bygge bro mellem danske børn og børn af anden etnisk herkomst, blev undersøgt på to planer. Dels blev respondenterne bedt om at tage stilling til, hvor vigtig en opgave, de mente, denne målsætning om at fremme integrationen var. Dels blev de bedt om at vurdere, om idrætscontaineren reelt havde formået at spille en afgørende rolle for integrationen. Undersøgelsen viste følgende:

- 70 % af de adspurgte anså det for meget vigtigt, at idrætscontainerne formåede at bygge bro mellem danske børn og børn af anden etnisk herkomst, mens 20 % anså det for mindre vigtigt, og 8 % af de adspurgte var i tvivl om dette.
- 24 % af de adspurgte oplevede, at idrætscontainerne i høj grad havde haft en integrationsfremmende funktion i lokalmiljøet, og 34 % oplevede, at det var tilfældet i 'nogen grad'. 10 % af de adspurgte mente, det kun var tilfældet 'i mindre grad', mens otte pct. mente, at det 'slet ikke' var tilfældet. 20 % af de adspurgte var i tvivl om svaret på dette spørgsmål.

Spørgeskemaundersøgelsen blandt de børn, der kom i containerne i 2007, viste, at 92 % af børnenes forældre var af anden etnisk herkomst end dansk, mens kun 7 % af børnene havde en dansk mor eller far eller to danske forældre. Det forhold at 58 % af de adspurgte vurderede, at idrætscontainerne 'i høj eller nogen grad' havde haft en integrationsfremmende funktion i lokalmiljøet, selvom det var relativt få børn af dansk herkomst, der kom i idrætscontainerne, kan måske tilskrives, at samarbejdspartnerne vurderede, at netop kontakten med klubber og idrætsforeninger mv. i nærområdet havde betydet, at containerbørnene havde haft kontakt til danske børn og voksne.

### **Samarbejdet med lokale foreninger og klubber**

I undersøgelsen vurderede 76 % af respondenterne, at det er meget vigtigt, at der etableres et tæt samarbejde mellem idrætscontaineren og de lokale idrætsforeninger og klubber, mens 18 % mente, det var mindre vigtigt. Når der blev spurgt om, hvor tæt og hvor velfungerende respondenterne mente, at samarbejdet med de lokale foreninger og netværk i lokalområdet havde været, vurderede 30 %, at det 'i høj grad' var lykkedes idrætscontainerne at etablere et tæt og velfungerende samarbejde med lokale foreninger og netværk. 34 % vurderede, at det var lykkedes 'i nogen grad', og 6 % vurderede, at det kun var sket 'i mindre grad'. Endelig angav 4 % af de adspurgte, at de slet ikke mente, at det var lykkedes idrætscontainerne at etablere et tæt samarbejde, mens 22 % af de adspurgte ikke så sig i stand til at vurdere dette spørgsmål.

Kontakten til forenings- og klublivet fungerede rigtig godt omkring 'Buret' på Amager, hvilket mange af kommentarerne til samarbejdet vidnede om. Samarbejdet med de lokale klubber havde imidlertid ikke været uden problemer. I forbindelse med åbningen

af 'Street-box' opstod der ifølge koordinatoren en konflikt, fordi mange af de børn, der begyndte at komme containeren, i forvejen gik i nogle af de omkringliggende klubber. Nogle klubber var bange for, at disse børn ville forlade klubberne til fordel for det gratis tilbud i idrætscontaineren. Om denne problemstilling skrev en respondent i undersøgelsen:

*Jeg synes, projektet er yderst interessant, men man skal passe på, at man ikke kommer til at konkurrere med foreningsidrætten, og tager medlemmerne fra den i stedet for at tilføre nye medlemmer. Måske skal samarbejdet imellem idrætscontaineren og de lokale foreninger være bedre, så dette undgås, og så børnene kommer ind i en forening og dermed ikke falder tilbage til deres fortid, når idrætscontainerprojektet slutter.*

### **Containerbrugernes deltagelse i foreningsidræt**

I undersøgelsen blev interessenterne også spurgt om, hvordan de så på idrætscontainerens målsætning om at anspore de børn og unge, der kom i idrætscontaineren, til at melde sig ind i en idrætsforening. 28 % af de adspurgte var 'meget enige' i, at det måtte være et afgørende mål, 50 % erklærede sig 'enige', mens kun 10 % var uenige i, at det er et vigtigt mål at stræbe efter.

På spørgsmålet om, i hvor høj grad samarbejdet med de lokale foreninger og klubber havde bevirket, at flere containerbrugere var blevet aktive medlemmer af en idrætsforening eller fritidsklub, mente 10 %, at det i høj grad var tilfældet, 26 % vurderede, at det var sket 'i nogen grad', 10 % svarede 'i mindre grad', mens 12 % svarede 'slet ikke'.

I undersøgelsen blandt containerbrugere var resultatet, at lidt mere end halvdelen af børnene i 'Buret' angav, at de var begyndt at dyrke idræt i en idrætsforening, efter at de var startet i idrætscontaineren. Det samme gjaldt for lidt mere end 1/3 af børnene i Friheden og 1/4 af børnene i Thorstainer. Undersøgelsen i idrætscontainerne viste desuden, at lidt under halvdelen (47 %) af de børn, der kom i idrætscontainerne, også var medlemmer af en idrætsforening eller dyrkede idræt andre steder. Om end der er lidt usikkerhed omkring rigtigheden i dette store antal foreningsaktive, så stemmer tallene fint med samarbejdspartneres vurderinger af dette forhold.

### **Idrætscontaineres betydning for at give brugerne en mere aktiv hverdag**

Lidt mere end 2/3 af respondenterne (68 %) vurderede, at idrætscontainerne i høj eller nogen grad havde haft succes med at motivere containerbrugere til en aktiv hverdag med mere fysisk aktivitet, mens 6 % af respondenterne vurderede, at dette kun var tilfældet i mindre grad eller slet ikke. 1/5 af respondenterne (22 %) havde ikke kunnet vurdere dette spørgsmål.

### **Status for idrætscontainerne – foråret 2009**

I foråret 2009 blev de ansvarlige for de fire idrætscontainere interviewet om deres vurdering af projektet. BUF Bispebjerg containeren bestyres af projektleder Henrik Schack-

inger Larsen. AKB 1051 i Sjælør bestyres af projektleder Kristoffer Rønde Møller og Louise Cohn Jacobsen, som pr. 1. november 2008 blev ansat som beboerrådgiver i projektet. Mjølnerparkens container bliver kørt af bestyrelsesformand Muhammed Aslam. Kontaktpersonen på containeren, som deltog i interviewet, er Asad, en del af "Sjakket"<sup>69</sup> i området, og er ligeledes knyttet til den lokale klub i Mjølnerparken. Derudover har Mjølnerparken et tæt samarbejde med eventplanlægger Mads Paluszewski, som er ansvarlig for området, hvor containeren er placeret. BASIS 37 containeren på Amager bestyres af projektleder Mikkel Josephsen, og kontaktpersonen har siden den 24. april 2009 været Flemming Beicker.<sup>70</sup>

Interviewene omfattede forskellige personer med forskellige funktioner og relationer til containerne. Derunder en projektleder, en bestyrelsesformand, en beboerrådgiver, en eventplanlægger og en kontaktperson på containerne. Analysen omfatter de fire forskellige områder, som har modtaget containerne fra Folkesundhed København. I det følgende benævnes udsagn fra BUF Bispebjerg som *BUF*, AKB 1051 fra Sjælør som *SJÆLØR*, Mjølnerparken som *MJØLNER* og Basis 37 fra Amager som *BASIS 37*.

Analysen sætter fokus på seks emner:

- Overtagelse af containeren.
- Bemanding af containeren.
- Status, aktiviteter, målgruppe og barrierer/muligheder for containeren.
- Containerens betydning for de unge og området.
- Samarbejdet med foreninger og klubber

### **Overtagelse af idrætscontaineren**

*BUF* overtog containeren i forsommeren 2008. Bispebjerg er det eneste BUF-distrikt, der søgte om at få en container. Containeren står på Bispebjerg Bakke, ved siden af Lersø Parken og ved en klub, som hedder Underhuset.

*SJÆLØR*: Projektlederen søgte midler til containeren i et af de tre boligselskaber, der er i Sjælør. Årsagen til at søge containeren var manglende tilbud til børn og unge i området. Ønsket fra Sjælør er, at de unge, der ikke er medlem af en forening, kan få et aktivitets-

<sup>69</sup> Den Selvejende socialpædagogiske institution Sjakkets Aktivitetscenter har driftsoverenskomst med Københavns Kommunes Socialforvaltning. Overordnet tilbyder Sjakket en intern og en ekstern aktivitet. Den interne aktivitet er Sjakkets special skoleundervisning, hvor der er mulighed for at afslutte med folkeskolens 9.klasse. Målgruppen er unge mellem 11 og 17 år, hovedsagelig dem, der ikke kan eller af forskellige årsager ikke vil benytte sig af det etablerede skolesystem, og i nogle tilfælde heller ikke de alternative skoletilbud. De unge bliver visiteret af sagsbehandlere, og indskrives under § 40,2, som er dagforanstaltning. Skolen og undervisningen er et samarbejde med BUF, herunder Grupperne, der finansierer 2 lærere, og Sjakket finansierer 3-4 socialarbejdere. ([http://www.sjakket.dk/11\\_velkommen.htm](http://www.sjakket.dk/11_velkommen.htm))

<sup>70</sup> Der blev etableret kontakt til interessenterne fra 2008. Der blev etableret kontakt til Basis 37 den 19. november 2008 og interviewet blev gennemført den 4. december 2008. Der blev etableret kontakt til BUF Bispebjerg i slutningen af 2008 og første interview blev gennemført den 6. januar 2009 og andet interview den 2. april 2009. Det blev etableret kontakt til AKB 1051 den 20. november 2008 og interviewet blev gennemført d. 22. april 2009. Mjølnerparken blev kontaktet den 20. november 2008 og senere den 24. november 2008 og interviewet blev afholdt den 18. maj 2009.

tilbud om eftermiddagen eller om aftenen. Sjælør tog kontakt til klubber i området for at etablere et samarbejde. Generelt har der været stor interesse for containeren, men flere af såvel de primære som de sekundære interessenter har ikke medarbejdertimer til at kunne varetage åbningstiderne for containeren. Intentionen fra Sjælør er, at containeren er et omdrejningspunkt for aktiviteter med sigte på at kunne trække forskellige aktiviteter ind i området og lave samarbejde med klubber på gadeplan, som i den forbindelse kan tiltrække unge, der ikke går i klub. Dette samarbejde skal fungere som en øjenåbner for foreningsløse for at få dem ind i klubber. Som projektlederen siger. ”Et tiltag i øjenhøjde, få fat i dem der bare tuller rundt”.

*MJØLNER:* Containerprojektet i Mjølnerparken har trukket ud, da containeren skulle placeres på et areal, som DSB har ejet. Projektet startede primo 2008, efter at kommunen havde købt DSB arealet<sup>71</sup>. Noget af arealet skulle overgå til forureningsbekæmpelse, og noget af arealet kunne bruges til idrætscontaineren. Der blev holdt et åbningsarrangement den 24. januar 2009, men først i slutningen af marts, blev der sat hegn op omkring området, så Mjølnerparken kunne bruge arealet til aktiviteter. Projektet om at istandsætte DSB-arealet går frem til 2010. Målet er, at arealet skal være et rekreativt område. Generelt har det taget lang tid med mange interessenter samt mange faktorer, der skulle falde på plads, før containeren kunne opstilles på DSB arealet.

*BASIS 37:* Basis 37 modtog containeren i maj måned 2008, og den er placeret i Telemarksgade. Containeren er en del af et større kvarterløft i området. Området omkring containeren huser mange med etnisk baggrund, indvandrere og flygtninge. Der er ca. 2000 børn i området, hvilket strækker sig fra Amagerbrogade til slutningen af Sundholmsvej og et stykke af Englandsvej. Containeren er placeret ved ”Værestedet”, der er en del af et større tiltag for områdets børn og unge. Værestedet tilbyder, udover containeren, andre aktiviteter som maleri, computerspil, playstation, film, madlavning, ture til stranden og dans.

Årsagen til at Basis 37 søgte om en idrætscontainer er, at Basis 37 er et lille sted, og de havde tidligere meget få rekvisitter. Tendensen var i området, at der var en stigning i antallet af børn, der benyttede områdets aktiviteter. I sommerperioden oplevede Basis 37 et massivt pres, så det var nødvendigt, at nogle af aktiviteterne foregik på arealerne udenfor.

### **Bemanding af containeren**

*BUF:* Bispebjerg har ikke faste kontaktpersoner på containeren. For tiden bruges den af institutionerne. En af de institutioner, der har brugt containeren, er Underhuset, som har ansat en tidligere fodboldspiller, Abdul Sule. Han er ikke ansat på idrætscontaineren, men ansat i klubben Underhuset i 15-20 timer om ugen. Abdul arbejder med en stor gruppe store knægte i ungdomsklubben, der gerne vil dyrke en masse idræt.

<sup>71</sup> DSB arealet ligger ca. 2. minutters gang fra Mjølnerparken.

**SJÆLØR:** Der er tre kontaktpersoner eller ”rollemodeller”, som de betegnes i Sjælør, der alle er tilknyttet containeren. De er vokset op i området og studerer på et gymnasium. To af dem bor stadig i området, mens den tredje bor på Nørrebro. Deres alder er mellem 20 og 22 år. Den ene er iraker, den anden har kurdisk baggrund, og den sidste har marokkansk baggrund. De tre rollemodeller håndterer til dagligt de mange unge, der kommer forbi containeren. De er ansat på timelønsbasis, og de har en god relation til de unge. Over vinteren spiller de fodbold i gymnasiets hal to gange om ugen. De unge kommer ikke til containeren, fordi containeren er der i sig selv, men fordi rollemodellerne er der. Det er personer, som de unge ser op til. Der er ca. 55 % med anden baggrund end dansk i området. Generelt mener projektlederen, at det er meget væsentligt, at det er folk fra området, der er på containeren:

*Det er væsentligt, at det er nogle med blandet baggrund, der står for at køre containeren, men ligeså væsentligt er det, at de kender dem, de er vokset op her, det er måske mere væsentligt, de har set dem, siden de var helt små, en anden tilgang, de har tillid til dem.*

**MJØLNER:** I Mjølnerparken er det ”Sjakket”, som står for containeren. De åbner, uddeler legeredskaber og lukker containeren. Sjakket er fra den lokale ”Klub 36”, som er fritidsordningen i Mjølnerparken. Sjakket har anden etnisk baggrund end dansk, og de er i forvejen kendte ansigter i området. Der er i alt fire personer fra Sjakket til at klare arbejdet på containeren. Sjakket har en akademiuddannelse, og har arbejdet i over 10 år i Mjølnerparken. Muhammed Aslam fra bestyrelsen fortæller, at de i mange år har arbejdet med Sjakket. Mads Paluszewski står for området og er hyret af Nørrebrohallen og derigennem Københavns Kommune.

Containeren er åben fra kl. 15-17, i weekenden er den åben fire timer både lørdag og søndag. Bestyrelsen søgte containeren pga. de 1200 børn og unge i Mjølnerparken, da der ikke findes særligt mange faciliteter til dem, så nu kan de bruge deres energi på noget mere fornuftigt. Driften af containeren er ”multikulturel”, det vil sige, at der er flere forskellige kulturelle interesser, der står for driften. Containeren er Mjølnerparkens, Mjølnerparken samarbejder med Sjakket, og arealet hvor containeren står, har Mads Paluszewski ansvaret for. Mads har en samarbejdsaftale med Sjakket om at lave nogle fysiske forandringer på arealet i form af fysiske faciliteter. Mads er uddannet på RUC og har læst geografi og performance design. Han har arbejdet på ydre Nørrebro i 1½ år. Asad fremhæver i interviewet, at det ikke er nødvendigt, at man har en anden etnisk baggrund, men det handler om medarbejdernes måde at håndtere problemer, og Sjakket har mange års erfaring i at håndtere problemerne i Mjølnerparken.

**BASIS 37:** Der er to fuldtidsansatte kontaktpersoner på containeren. Flemming Beicker og en anden medarbejder. Kontaktpersonerne er også en del af Værestedet, hvis primære opgave er at skaffe og formidle arbejde og hjælpe ungerne med at skrive ansøgninger og kontakte arbejdsgivere osv. Den anden medarbejder arbejder både med unge og deres forældre. Af uddannelse er han klubmedarbejder, mens flere af de andre medarbejdere på stedet er pædagoger. Ud over den faste medarbejderstab er der tilknyttet frivillige, som

hjælper til på nogle af aktiviteterne. Den anden medarbejder har deltaget i projektet på området siden 2001. Der har tidligere været flere sociale problemer i området, og der er en beboerrådgiver tilknyttet Værestedet. Området har rigtig mange unge under 18. Tidligere har kælderrum og gadehjørnerne været brugt som samlingspunkt, og der har været kriminalitet, ballade og hærværk i området. Kontaktpersonerne har begge tidligere erfaringer med arbejdet med unge fra 8-16 år.

Containeren er åben mandag og onsdag mellem 17 og 20 om sommeren. Da der ikke er lys i containeren, er containeren om vinteren åben onsdag kl. 13.30-16-30.

### **Status, aktiviteter, målgruppe og barrierer/muligheder**

*BUF:* Containerprojektet har i Bispebjerg haft en hård start, da de fik containeren meget sent, og der gik lang tid, før den kom ud til det område, hvor den på nuværende tidspunkt er placeret. Containeren er nu placeret ved en klub, som er viceværter på Underhuset på Tagensvej 188. Institutioner ringer til Underhuset for at booke containeren. Abdul Sule er medarbejder på containeren og bruger nogle timer der. Over vinteren bliver containeren ikke brugt. Forventningen fra Bispebjerg er, at det tager lang tid, før den kommer op at køre ordentligt, og der er i øjeblikket ikke ressourcer til, at containeren kan være fuldt funktionsdygtig. Projektlederen siger om containeren:

*Der har været sporadisk aktivitet. Vi kan nok ikke forvente(...) det vil tage lang tid. Jeg havde forhåbninger om, at vi kunne forvente, at klubberne, og fritidsinstitutionerne(...) kunne forstå det her projekt. Altså kaste nogle ressourcer i projektet(...), men den står ikke åben hver dag. Det har vi ikke ressourcer til.*

*SJÆLØR:* Containeren fanger indtil videre meget godt de foreningsløse i Sjælør, men det er dog for tidligt at sige, hvor stor effekt, containeren har haft på foreningsløse. Måske har containeren fået fat i pigerne. De har tidligere været på legepladsen, men nu kommer de på containeren og står på rulleskøjter og bruger sjippetov.

”Rollemodellerne” er kontaktpersonerne på containeren. De igangsætter de unge, hvilket i Sjælør er den store forskel på rollemodellerne og klubmedarbejderne fra den nærliggende klub. Containeren fungerer som brobygning til de foreningsløse børn og unge. Rollemodellerne spiller og leger med de unge. De er aktive, de sender sms’er til dem, og de er opsøgende i deres adfærd. En væsentlig forskel, fortæller projektlederen, fra klubmedarbejderen, som åbner containeren og sætter sig ved siden af, hvorefter de unge kan komme og låne de rekvisitter, der er i containeren. Klubmedarbejderen genererer ikke nogen aktivitet i sig selv, hvilket er væsentligt for at sælge aktiviteterne til de foreningsløse. Der er i øjeblikket ingen klubmedarbejder tilknyttet containeren. Tidligere var klubmedarbejderen på containeren 12 timer om ugen.

Containeren blev åbnet den 1. april 2009 ved et stort åbningsarrangement. Der blev etableret en street fodbold bane, Valby fodboldklub deltog i arrangementet, og der var live musik. Containeren er åben fire dage om ugen fra 14-18. Torsdag til kl. 20. På nuværende tidspunkt er der to grupper, der bruger containeren. Den ene gruppe er større drenge mellem 12 og 15 år. De kommer og spiller fodbold, når der er åbent, sammen med en af

rollemodellerne. Derudover kommer der også yngre børn i alderen 8 til 12 år, som bruger mange udlånsting, såsom rulleskøjter, og leger foran containeren.

Selve containeren er placeret på et grønt område, men det har skabt store vanskeligheder. Det er væsentligt at finde et sted, hvor de unge har adgang til arealet, hvor de kan udføre sportsaktiviteter. I Sjælør boligområdet har det været svært, da der ikke findes store åbne arealer. Sjælør har derfor lavet en løsning med boligselskabet, der har et grønt område, hvor containeren i øjeblikket står - ved siden af området gymnasium med adgang til fodboldbaner og basketballbaner.

En af udfordringerne for Sjælør har været at koordinere mellem de mange interessenter i projektet samt få det til at fungere mellem interessenterne. Et praktisk eksempel er problemet med at skaffe toiletadgang for medarbejdere på containeren. Derudover har det også været vanskeligt at finde ud af interessenternes roller, og hvordan de hver især er knyttet til containerprojektet. Der er nogen, der støtter økonomisk, nogen som gerne vil bruge containeren, og nogle der skal stå for at køre den, hvilket er meget tidskrævende for projektlederen og beboerrådgiveren.

Det har været vanskeligt at lave aftaler med alle samarbejdspartnere for at få det til at fungere. Det gælder aftaler om fysisk placering, tilladelser, medarbejdere, samarbejde mellem interessenter, klubben som skal køre containeren, arbejdsmiljø og sanitet. Især driften er udfordringen, og spørgsmålet er stadig, om det er frivillige eller klubben, der skal køre containeren.

Klubben var tiltænkt at skulle drive containeren, men er afstået derfra pga. toiletforholdene, da medarbejderen skal gå for langt. En af forudsætningerne, for at projektet i Sjælør bliver bæredygtigt, er, at klubben har tid og penge til at sætte en medarbejder på opgaven, men klubben er allerede økonomisk presset. På nuværende tidspunkt er klubben ikke fleksibel overfor containerprojektet. Der er således mange forhold, der skal ændres, hvis containeren skal fortsætte, når den bliver overleveret til området i 2012.

For at skabe et fundament for containerens anvendelse er det nødvendigt, at der arbejdes med tillidsforhold og relationer mellem rollemodeller og de unge, hvor klubmedarbejderne på nuværende tidspunkt er for passive. Over tid er det en optimal løsning, at klubben stiller en medarbejder til rådighed tre gange om ugen. Projektlederen siger:

*Det kommer ikke kun til at handle om at få en idrætscontainer op at køre. Det kommer også til at handle om at få en klub(...) til at agere på en anden måde, til at tage ansvar for et område, og så bliver det lige pludselig meget stort og svært at tøjle, for der er mange faktorer inde over. Klubbens funktion og hvordan klubben fungerer, har en indvirkning på, hvordan containeren kommer til at fungere.*

En idrætscontainer genererer ikke noget i sig selv, der skal være nogen, der iværksætter aktiviteter. Selve containeren skal være dynamisk, for at den ikke bare står og bliver kedelig. Vurderingen fra projektlederen og beboerrådgiveren er, at det har været et kæmpe arbejde og større end forventet at få containeren integreret. I perioden op til containerens åbning brugte beboerrådgiveren ca. 10 timer af sin samlede arbejdstid på at få containeren til at fungere.

*MJØLNER:* Det har taget noget tid at få koordineret med kommunen angående containerens placering på DSB-arealet. Hele projektet er trukket ud, da der skulle etableres belysning, gamle ting skulle flyttes, arealet skulle ryddes, og der skulle foretages forureningsbekæmpelse. Arealet skulle være brugbart, før containeren kunne placeres på området. Da interviewet blev gennemført (18. maj 2009) var der mulighed for at spille fodbold efter samarbejde med Mjølnerparken, og der er planer om at skabe plads til badminton, volleyball og basketball. Brugerne af containeren er børn og unge i Mjølnerparken, som ikke har råd til at komme i en klub eller forening. Der kommer ca. 70-80 af de unge fra Mjølnerparken og bruger containeren i åbningstiden. De fleste er i aldersgruppen 12-18 år.

Der har været en del vanskeligheder med at få containeren til at være attraktiv for de unge. Da de modtog containeren, var den åben uden lås, så nogle af tingene forsvandt. Mjølnerparken har derfor været nødt til at købe flere forskellige rekvisitter for at gøre containeren mere interessant for de unge. For at containeren kommer til at fungere helt, siger Muhammed Aslam:

*Det er essentielt med noget personale, som virkelig brænder for det, og som sørger for, at den er åben og kan tale med de unge mennesker, og hvis der ikke er noget støtte til de her personer, så holder de ikke særligt længe. Derudover er det vigtigt, som vi har været inde på, at containeren er tænkt ind i mange andre ting.*

*BASIS 37:* Indtil videre har containeren været en stor succes, og ca. 50-60 børn har brugt den dagligt. Tidligere er Værestedet blevet brugt af især drengene til fodbold. I tiden efter at containeren er kommet, er interessen for fodbold blevet forstærket, og der er kommet turneringer, hvor drengene deltager. Turneringerne er et nyt tiltag, som retter sig mod de yngre årgange mellem 8 og 12 år. De ældre årgange omkring 12 til 18 år benytter i mindre grad containeren. De bruger området ved siden af containeren, andre aktiviteter og låner bolde og basketball. Der er sket en stigning i antallet af drenge, som benytter Værestedet og containeren.

Som en del af containerens promovering i området arrangeres der stævner i forskellige udendørsaktiviteter, aktiviteter i selve huset og bordtennis. Af nye tiltag har man planer om at flytte aktiviteterne ud på gaden. Tidligere foregik mange af aktiviteterne indenfor, men i takt med flere rekvisitter til Værestedet og containeren, er der flere unge udenfor, der bruger volleyball og basketball. Ude på gaden er der færre konflikter end før, som hænger sammen med, at medarbejderne er sammen med børnene, og der er mindre hærverk, mindre tyveri fra Netto og mindre ballade. Kontaktpersonen vurderer, at der er færre anmeldelser end tidligere:

*Jeg har samarbejdet med politiet, og de siger, at der ikke er så mange anmeldelser, som før. Om det er containeren, der spiller en rolle, eller om det er noget andet, ved jeg ikke(...) Selvfølgelig sker der noget kriminalitet med de store drenge, men ikke med dem, vi arbejder med.*

Det har været en udfordring at få containeren til at fungere i dens naturlige miljø blandt biler og folk på gaden, da den samler rigtig mange børn på gaden, hvilket er nødvendigt at tage hensyn til. Det sker, at der forekommer konflikter indbyrdes imellem drenge og



piger, når der ikke er tilstrækkeligt mange rekvisitter i containeren.

Idrætscontaineren har haft en markant rolle for at få pigerne til at bevæge sig. Udfordringen har været at overbevise dem om, at idræt er vigtig. I forbindelse med containeren er pigerne begyndt at spille fodbold, bordtennis og andre aktiviteter. Så de tænker mere end før på idræt, og det er blevet lettere at sende pigerne videre til klubber, fordi de nu har erfaringer med idræt og bevægelse.

### **Containerens betydning for de unge og for området**

*BUF:* En idrætscontainer i lokalområdet er et udtryksmiddel og et samlingsmiddel. I Bispebjerg er det et samlingspunkt for en stor gruppe drenge med anden etnisk baggrund end dansk, der har mulighed for at være aktive gennem fodbolden. I Bispebjerg er der en stor gruppe, som færdes på gaden, der kan beskrives som udsatte eller foreningsløse, og som mangler et eller andet konstruktivt at tage sig til i deres fritid. Der er fodbold et incitament. I Bispebjerg er pigerne ikke ved containeren og opholder sig primært i hjemmet. Derudover ses de sjældent i klubberne, og idrætscontaineren relaterer sig ikke til pigerne.

*SJÆLØR:* Projektlederen i Sjælør har den holdning, at der er nogle af de unge i området, der potentielt aldrig bliver en del af en klub eller forening, og der er containeren en god måde at få dem aktiveret på. :

*Hvis containeren kan være med til at øge børn og unges livskvalitet i et udsat boligområde, så synes jeg også, at den fuldstændig har sin berettigelse.*

Projektlederen siger derudover, at efter at containeren er blevet etableret, og flere børn og unge er blevet aktive, er hærværk i området blevet mindsket. Når Sjælørs rollemodeller har spillet fodbold med de unge i hallerne, så er hærværk faldet drastisk. Dette er dog projektlederens vurdering og ikke håndfast viden om dette. Det samme forholder sig for gymnasiet, der heller ikke har haft så meget hærværk siden projektets begyndelse.

Projektlederen og beboerrådgiveren anerkender, at det er positivt at få rørt sig og få brændt noget energi af, men også at de unge gennem idrætten lærer nogle af de spille-regler, der er i gruppesammenhænge. Det er sundt for alle dele af ens liv, hvis man har et aktivt liv, og det kan måske smitte af på nogle andre aspekter, bl.a. i forhold til skolen. Det er intentionen fra projektlederens side, at containeren skal fremme fællesskabet. Projektlederen vurderer dog, at selve containeren formentligt ikke kommer til at generere en helt masse nye venskaber, som ikke er der i forvejen.

*MJØLNER:* Containeren har en betydning for unges sundhed, fordi rigtig mange børn bevæger sig for lidt. Det er et problem for større børn i Mjølnerparken, da faciliteter i parken er til små børn. Containeren på DSB arealet retter sig i højere grad mod større børn. Udover containeren er det planen, at der for de ældre skal etableres en parkour bane for både drenge og piger. At være aktiv kan være med til at få unge ud af problemer. Sjakket

tilbyder lektiehjælp til de unge og overfører deres erfaringer fra ”klub 36” til containeren. Containeren er en del af helhedsplanen omkring Mjølnerparken. Tanken er, at jo mere tid de unge bruger på leg, pædagogik og Sjakket, jo bedre får de unge det fysisk, og de begynder at få et formål med deres liv. Mange af de unge kan være aggressive, og de får noget af deres energi ud ved at være aktive. Containeren skaber rammer for de unge, og de lærer, hvad det er for nogle mål, de skal arbejde med.

*BASIS 37:* Det er en udfordring at få de foreningsløse til at komme ud og være aktive. Mange går ikke i klubber og foreninger, men det er gennem idrætten, at de kan få andre nye venner og bekendte. En af årsagerne til, at gruppen af børn og unge ikke finder vej til foreningerne, er forældrene. Kontaktpersonen siger:

*Forældrene har ikke den her viden eller tradition, at de skal melde deres børn til klubber. Selvom de melder dem igennem os eller andre, så er de ikke støttende. Dvs. de tager dem ikke i hånden ind til klubben og er med, når de spiller kamp og er ved sidelinjen. Det gør de ikke. Børnene skal have utrolig meget støtte fra forældrene, og det er der ikke herinde hos os.*

Problemet er især stort hos børn af anden etnisk baggrund. Det kan også være familier, som har sociale problemer og er økonomisk svært stillet. Problemerne kan være, at forældrene arbejder meget og en tendens er, at moderen ikke taler dansk. Dermed bliver det svært at kommunikere med dem og få et budskab igennem. Mange af familierne har 5-6 børn eller mere. Dette efterlader ikke plads og økonomi til, at alle kan gå til fodbold.

### **Samarbejdet med foreninger og klubber**

*SJÆLØR:* Det er væsentligt at få samarbejdspartnere i området. Sjælør bruger de aktører, de har en aftale med: Fremad Valby og Valby floorball klub. For at skabe opmærksomhed om containeren gennemføres der aktiviteter, som Fremad Valby står for hver tirsdag gennem hele sommeren for at møde de unge og være synlige og træne med dem. Formålet er brobygning mellem foreningen og de unge, samt at der skal være nogle kendte ansigter, som gør, at de unge kommer igen. Derudover er der streetfodbold efter containeråbnings-tiden. Dette ekstra tiltag afvikles fem gange i maj med en finale i juni måned. Containeren er integreret i en fem års helhedsplan for området, hvor der arbejdes på image; børn, unge og familier; kriminalprævention; kulturelle tiltag; dagligvarebutikker og integration. Sjælør prøver at lægge det så meget som muligt ud til samarbejdspartnere, og målet er, at containeren skal være selvkørende i 2012 med centrale personer som tovholdere med den nødvendige viden og evner til at fortsætte containerprojektet.

*MJØLNER:* Mjølner har et stort netværk på ydre Nørrebro, som kommer og bruger containeren på DSB arealet. Fritidsklubber og skoler fra hele Nørrebro og Nordvest har brugt området til et street fodbold arrangement. Så projektet er bredt forankret. Derudover åbner et udendørs kampsports arrangement med trænere og en tilhørende kampsportscontainer. Det er nødvendigt, at containeren er bredt forankret, hvis den skal blive en succes. Der er brugt meget tid på at få det til at lykkes, som Mads siger:

*Selve det, som vi ser (red. containeren), det er 10 % af isbjerget, de 90 % er det, der er foregået før for at få det til at lykkes. Koordinering, samarbejde, aftaler, der er så mange aktører så meget koordinering, som man skal sørge for kan arbejde sammen. Den ene skal vide, hvad den anden laver osv. I vores projekt har vi undervurderet, hvor meget tid, vi skulle bruge, og hvad det krævede for at få sådan noget op at køre. Det er ikke nok bare at sende en flyer ud, containeren skal sælges til området.*

**BASIS 37:** Basis 37 har et bredt samarbejde i området. De samarbejder med SSP, som omhandler skole, klubber, kommunen og socialcenter Amager. De har desuden et samarbejde med en børnesocialrådgiver, som holder foredrag om børn og forældres rettigheder og pligter. Børnene har, som tidligere nævnt, to gange om ugen adgang til Værestedet og containeren. To dage om ugen er der lektiehjælp, hvor der kommer ca. otte personer fra Dansk Flygtningehjælp. Basis 37 har et tæt samarbejde med politiet, og hjælper til, når der er problemer med nogle af områdets unge. De har et samarbejde med ”Idrætsguiden”, som laver hjemmebesøg og fortæller om idræt. ”Idrætsguiden” er frivillige fra Dansk Flygtningehjælp med kontor på Basis 37.

Der eksisterer et aktivitetssamarbejde mellem klubberne i området. Der bliver arrangeret dans og hip hop i et center i Øresundsvej Kulturhus, som mange af pigerne fra otte års alderen benytter sig af. Der er etableret samarbejde med idrætsklubberne/juniorklubberne fra Brugs Allé og Norgesgade og fodboldklubberne fra Sundby og Fremad Amager. Der er en god kontakt til idrætsklubben, hvor Basis 37 formidler kontakten mellem børn og klub.

## Konklusion

Undersøgelsen af de børn, som benyttede containerne i 2007, viste, at idrætscontainerne får fat rigtig mange børn af anden etnisk herkomst end dansk. Det er børn, der bor i umiddelbar nærhed, der kommer i containerne. Størstedelen af de børn, der kommer, er drenge (84 %). Målgruppen har stor glæde af aktiviteterne på idrætscontainerne, men efterspørger i særdeleshed fodbold, boksning og turneringer. Mange af børnene tilkendegiver, at deres lyst til idræt er blevet større – efter at de er begyndt at komme i idrætscontainerne. Der er tale om børn, der har et stort behov for voksenkontakt, og idrætscontaineren samt de koordinatore, der er ansat i containerne, spiller her en vigtig social rolle for disse børn. Der hersker tydeligvis en meget forskellig ånd på containerne, som hænger sammen med den enkelte koordinators måde at være sammen med børnene på.

Undersøgelsen blandt idrætscontainernes interessenter, gennemført i 2007, bekræfter resultaterne fra undersøgelsen blandt brugerne på flere forhold. De fleste af samarbejdspartnerne gav udtryk for, at der løftes en stor social rolle for børnene i de områder, hvor containerne findes. Samlet set vurderede 70 % af respondenterne, at de ansatte i containerne havde formået at opbygge tillid, ligeværdighed og respekt for målgruppen i høj eller nogen grad, og 72 % af respondenterne gav udtryk for, at de ansatte i høj grad fungerede som gode rollemodeller for børnene, der benytter containerne.

I forhold til projektets målsætning om, at de lokale børn tilknyttes idrætscontaineren og derigennem får en mere fysisk aktiv hverdag efter skoletid, vurderede 2/3 af containernes samarbejdspartnere, at det skete i høj eller nogen grad. I forhold til projektets anden målsætning om via samarbejdet med de lokale foreninger og klubber at kunne udluse containerbørnene til foreningslivet vurderede respondenterne, at det skete i et vist omfang. Lidt mere end hver tredje mente, at det var lykkedes i høj eller nogen grad.

Sammenfattende viser observationerne og interviewene, gennemført i 2009, følgende:

I forhold til *overtagelse* af containere var der primo juni 2009 tre containere, der var i brug, mens én container ikke blev brugt aktivt.

Undersøgelsen viser, at bemanningen er meget væsentlig for at få containeren til at være en naturlig del af området, og det er vigtigt, at de, der bemander containeren, forstår at håndtere problemer og områdets unge. Containerne Sjælør, Mjølnerparken og Basis 37 har faste ”rollemodeller” eller kontaktpersoner, der har en god kontakt til de unge, mens der ikke er en fast bemanning på containeren i Bispebjerg.

I forhold til *formålet* med containeren, så har containerprojektet ikke haft optimale betingelser for at blive udviklet i Bispebjerg, og containeren bliver sjældent brugt på nuværende tidspunkt. De, der bruger containeren, er institutioner, og der er ikke faste kontaktpersoner tilknyttet. Barrierer for en funktionsdygtig container i Bispebjerg er økonomi og bemanning.

Sjælør har tre rollemodeller, som har et godt tag i de unge, og der er etableret et godt miljø i området. Der er to grupper, der bruger containeren. En gruppe større drenge mellem 12 og 15 år og en gruppe yngre børn i alderen 8-12 år. Barrierer for projektet er koordinering af samarbejdspartnere og interessenter, for at containeren forbliver attraktiv. En container genererer ikke noget i sig selv. Der skal være nogen, der iværksætter aktiviteter.

I Mjølnerparken er containeren funktionsdygtig og indgår i en større plan. Der er et tværfagligt samarbejde mellem bestyrelse, Sjakket og eventplanlæggeren for at skabe et mere aktivitetsinspirerende område. Ca. 70-80 af de unge fra Mjølnerparken bruger containeren i åbningstiden. De fleste er i aldersgruppen 12-18 år. Udfordringen for Mjølnerparken er at gøre containeren mere attraktiv med flere forskellige aktiviteter.

Basis 37 har faste kontaktpersoner der har haft kontakt med områdets unge i længere tid. Containeren bliver brugt af 50-60 børn, hvor fordelingen af drenge og piger er ligeligt fordelt. Udfordringen for Basis 37 er at få aktiveret de unge i området, hvor der efterhånden ikke er meget plads.

De interviewede mener, at idrætscontainerne har stor betydning for de unge som et samlingspunkt. I Sjælør skaber containeren et aktivitetsalternativ til foreninger og klubber. I Mjølnerparken er der mange ældre inaktive børn, som har glæde af containeren. I Basis 37 har containeren haft en stor betydning for områdets piger, som i højere grad er blevet aktive. Forældrene har en stor anpart i, at børn bliver aktive i containeren.

Hvad angår samarbejdet med klubber og foreninger er det væsentligt for både Sjælør, Mjølnerparken og Basis 37, at der er en bred opbakning og et stort fokus på samarbejds-

partnere for at gøre containeren spændende og attraktiv for de unge. Dette gøres igennem mange forskellige indgangsvinkler til idræt.

Ser man overordnet på projektets målsætning om, at de lokale børn tilknyttes idrætscontaineren og derigennem får en mere fysisk aktiv hverdag efter skoletid, viser undersøgelsen, at det lykkedes i Sjælør, Mjølnerparken og Basis 37. En forklaring på dette er et øget fokus på bemanningen af containeren – og deres rolle som rollemodeller - bred ”promovering” i området samt gode samarbejdspartnere, der skaber et grundlag for, at containerne kan fortsætte og opfylde formålet.

## 7. Den tværsektorielle organisering af motionsstrategien

Bjarne Ibsen, Lise Specht Petersen og Morten Balle Hansen

### Indledning

Varetagelsen af kommunernes nye opgave inden for sundhedsfremme og forebyggelse stiller store krav til koordination og samarbejde på tværs af den kommunale organisation, så relevante forvaltningsområder og institutioner bliver inddraget i de nye opgaver og projekter på området.

Variationen i kommunernes organisering af forvaltningsstrukturen og de stående udvalg er i løbet af en årrække blevet særdeles stor (Ejersbo 1998), og graden af omorganiseringen i kølvandet på kommunalreformen synes yderligere at have forstærket dette (Knudsen og Schjerbeck 2007). Dette viser sig bl.a. på sundhedsområdet.

Det er en almindelig teoretisk antagelse, at de strukturelle rammer, dvs. den måde en opgave organiseres eller forvaltes, har betydning for, hvordan opgaverne varetages og i sidste instans også resultaterne af indsatsene. I bestræbelserne på at forbedre forebyggelsesindsatsen er kommunerne meget optaget af videns- og erfaringsopsamling for at styrke evidensen for indsatsene, men det er lige så vigtigt at få løst de organisatoriske problemer, som er forbundet med forebyggelse og sundhedsfremme (Hansen, Højgaard, Bjørner og Søgaard 2008). I denne sammenhæng er det centrale begreb koordination, som kan foregå på forskellige måder. Antagelsen er, at karakteren af koordineringen er afgørende for, hvor effektiv kommunens forebyggelsesarbejde er.

Denne antagelse bygger på det forhold, at indsatsen på forebyggelsesområdet ikke kan afgrænses til en af de traditionelle forvaltninger eller til bestemte til formålet oprettede institutioner, fordi store dele af indsatsen skal integreres i andre aktiviteter, som kommunen har ansvaret for. Mens behandlingen af syge og den patientrettede forebyggelse kan varetages af særlige institutioner (hospitaller, sundhedscentre, privatpraktiserende læger mv.), der forvaltes af en særlig forvaltning, har det meste af den borgerrettede forebyggelse en anden karakter. Den finder sted, der hvor vi bor, arbejder, går i skole, udfolder os i fritiden og færdes i det offentlige rum. De konkrete indsatser målrettes mod nærmere definerede grupper, men samlet set bliver de fleste kommunale områder berørt: Daginstitutioner, skoler, kommunale fritidsinstitutioner, den kommunale støtte til fritidsforeninger, sundhedspleje, tandpleje, ældreområdet, byplanlægningsområdet i forhold til parker, stier og cykelstier, det sociale område i forhold til misbrugsbehandling og socialpsykiatri osv. Opgavens karakter nødvendiggør koordination mellem forvaltningsområderne.

Helt generelt antages det imidlertid også, at den samlede kommunale indsats på et område vil forbedres, hvis den gennemføres koordineret, fordi man derved kan realisere mål, som de enkelte afdelinger eller forvaltninger ikke ville kunne opnå alene (Scharp 1994). Koordination er således ønskværdig, hvis resultaterne af denne koordinering er større og

bedre end resultaterne af beslutninger og handlinger, der er truffet af uafhængige – af hinanden – aktører. Derfor skriver Sundhedsstyrelsen også, at *”det er væsentligt at sikre, at der ikke opbygges parallelle eller mangelfulde forebyggelsessystemer, og at kompetencerne udnyttes optimalt”* (Sundhedsstyrelsen, 2006).

Dette kunne tale for en ’hierarkisk koordination’, men undersøgelser betvivler dette, fordi det ofte er forbundet med manglende motivation fra de enheder, der skal føre beslutningerne ud i livet. På den anden side har en mere decentral ’forhandlet koordination’ den svaghed, at de enkelte enheder, som indgår deri, ofte er tilbøjelige til at se nye – fælles – tiltag ud fra enhedens snævre interesser. ’Får vi gavn af dette?’ ’Kommer vi til at betale for noget, der ikke er vores?’. Det handler derfor om at finde en balance mellem decentralisering og afdelings / medarbejderselvbestemmelse på den ene side og centralisering og koordination på den anden side.

Ud fra en erkendelse af ovenstående blev motionsstrategien ’København – en by i bevægelse’ organiseret med sigte på netop at inddrage de forskellige forvaltninger i den kommunale forebyggelses- og sundhedsfremmeindsats og koordinere indsatserne mellem forvaltningerne. En analyse af hvordan det er lykkedes, kan give en større indsigt i de forhold, der har betydning for en vellykket koordinering på dette område.

I det følgende præsenteres først analysen af den tværsektorielle organisering af ’København – en by i bevægelse’. Denne undersøgelse bygger især på interviews med centrale aktører i de forskellige projekter under motionsstrategien samt informationer fra forløbet af de forskellige indsatser, som Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund har fulgt som et led i evalueringen af ’København – en by i bevægelse’. Dernæst foretages en analyse af fordele og ulemper ved tre alternative modeller for organiseringen af forebyggelse og sundhedsfremme i Københavns Kommune med fokus på bevægelse og fysisk aktivitet, som motionsstrategien tager sigte på. Denne analyse bygger på a) andre undersøgelser af organiseringen af forebyggelse og sundhedsfremme i kommunerne, b) den gennemførte analyse af organiseringen af motionsstrategien i Københavns Kommune samt c) en workshop med repræsentanter for flere forvaltninger i Københavns Kommune, hvor erfaringer med samarbejde på tværs af forvaltninger, konkrete erfaringer fra ’København – en by i bevægelse’ og fordele og ulemper ved forskellige organiseringsmodeller blev diskuteret. Denne sidste del af analysen af den tværsektorielle organisering er altså ikke et resultat af en empirisk analyse af fordelene og ulemperne ved forskellige organiseringsmodeller, men har et mere teoretisk, hypotesedannende sigte, hvor målet er at kvalificere diskussionen af, hvordan forebyggelse på motionsområdet bedst organiseres i Københavns Kommune.

## **Den tværsektorielle organisering af Københavns Kommunes motionsstrategi**

Motionsstrategien ’København – En by i bevægelse’ er en fælleskommunal indsats, der skal gøre københavnernes mere fysisk aktive. Motionsstrategien ledes af en tværsektoriel

styregruppe med repræsentanter fra alle forvaltninger i kommunen, hvor lederen af Folkesundhed København fungerer som formand og tovholder for styregruppens arbejde.

Formålet med etableringen af den tværsektorielle styregruppe har været at sikre inddragelsen af den viden og erfaring, der er genereret gennem det hidtidige arbejde på motionsområdet og med byens fysiske rammer i de forskellige forvaltninger. Det har endvidere været hensigten at inddrage alle syv forvaltninger i prioriteringen og koordineringen af indsatsområderne samt i operationaliseringen af motionsstrategien.

Analysen af det tværsektorielle samarbejde tager sigte på at belyse, hvordan dette samarbejde omkring 'København – en by i bevægelse' har fungeret. Både på det overordnede styregruppeniveau og på det mere konkrete projektniveau i gennemførelsen af de enkelte indsatser. Analysen sætter fokus på to sider af det tværsektorielle samarbejde.

Den første side handler om, at selvom samarbejdet bygger på et fælles mål, så er det ofte således, at forvaltningerne har

- forskellige fortolkninger af dette mål,
- forskellige forestillinger om, hvordan målet skal nås,
- forskellige forvaltningskulturer,
- forskellige 'fagligheder' og
- forskellige interesser, som hver forvaltning skal tage hensyn til.

Denne del af analysen sætter fokus på, hvordan disse – forventede – forskelle har påvirket det tværsektorielle samarbejde om at realisere de forskellige projekter og opnå det fælles mål. Analysen vil både omfatte ledelsesniveauet og udførelsesniveauet, dvs. koordinatører, vejledere m.fl., som arbejder med projekterne, samt andre ansatte i kommunen, der har berøring med projekterne.

Den anden side handler om, hvordan det overordnede mål om at gøre københavnernes mere fysisk aktive har ændret på holdninger, praksis og prioriteringer i de forskellige forvaltninger. Denne del af analysen tager således ikke sigte på at belyse det konkrete samarbejde om de forskellige indsatser og projekter, men skal mere generelt belyse evt. ændringer i, hvordan 'fysisk aktivitet' medtænkes i de forskellige forvaltningers politikker og prioriteringer.

Analysen bygger på følgende kilder:

- a) Relevante referater og andre skriftlige dokumenter.
- b) Interviews med
  - styregruppens medlemmer, som blev interviewet i foråret 2008, og flere af dem deltog også i den workshop om organiseringen af forebyggelse i Københavns Kommune, der blev gennemført i juni 2009,
  - folkesundhedscheferne i FSK (de to tidligere),
  - specialkonsulenter på motionsområdet (tidligere og nuværende) i FSK,
  - projektlederne fra projekterne under 'København – en by i Bevægelse', som er interviewet to gange (foråret 2008 og foråret 2009),



- samt udvalgte personer fra de forskellige forvaltninger og fra begge organisationsniveauer, som har haft berøring med disse projekter.

Flere af de nævnte er interviewet to gange for at belyse eventuelle ændringer i samarbejdet og de enkelte forvaltningers og fagområders involvering i projekterne.

Analysen er disponeret således, at der først redegøres for det tværsektorielle samarbejde på styregruppeniveau. Dernæst analyseres samarbejdet på projektniveau med særlig fokus på projekterne 'Byens Grønne Puls' og 'Move@school', hvor der især var lagt op til et tæt samarbejde mellem flere forvaltninger. Dernæst indkredses mulige forklaringer på de vanskeligheder med samarbejdet, som analysen har afdækket. Til slut foretages en opsamling på analysen.

## **Det tværsektorielle samarbejde på styregruppeniveau**

Første del af analysen handler om, hvordan det tværsektorielle samarbejde har fungeret på det overordnede niveau. I interviewene er styregruppens medlemmer blevet bedt om at give deres vurdering af, i hvor høj grad de mener, at arbejdet i den tværsektorielle styregruppe har levet op til motionsstrategiens målsætning om at inddrage alle kommunens syv forvaltninger i prioriteringen og koordineringen af indsatsområder samt i operationaliseringen af motionsstrategien. Endvidere blev de spurgt om, hvilke konkrete opgaver, man har samarbejdet om, samt hvilke ansvarsområder hver enkelt forvaltning har påtaget sig i forhold til indsatsernes gennemførelse i de forskellige forvaltninger. Endelig har de også forholdt sig til, om samarbejdet har bidraget til erfaringsudveksling og vidensdeling på tværs af forvaltningerne.

### **Samarbejde omkring prioritering og koordinering – med økonomiske midler**

På det overordnede plan vurderer flere af styregruppens medlemmer fra de forskellige forvaltninger, at de oplever, at arbejdet i den tværsektorielle styregruppe har levet op til motionsstrategien formål om at inddrage kommunens syv forvaltninger i samarbejdet omkring projekterne.

Det er først og fremmest i prioriteringen og koordineringen af indsatsområderne, at styregruppens medlemmer er enige om, at samarbejdet har fungeret godt. I interviewet med styregruppen vurderer repræsentanten for Teknik og Miljøforvaltningen (TMF), at alle repræsentanter i styregruppen for kommunens forvaltninger er blevet involveret i samarbejdet, og at det er sket i det omfang og med de ressourcer, den enkelte forvaltning selv har villet - eller kunnet - prioritere at bidrage med.

*Jeg synes, at vi er blevet kraftigt involveret alle sammen, vi har fået tilbuddet om den grad af involvering, man selv har kunnet bidrage med. Oftest i de her grupper, når vi sidder og laver politikker på hinandens områder, så følger der ikke penge med, og det har vi set eksempler på også i sundhedspolitikken, og det er ikke helt så sjovt, for når der penge med, og vi kan lave noget ude i virkeligheden, så skaber vi resultater sammen til borgernes glæde, og det er jo det forkromede formål med, at vi sidder her! Jeg synes, at det her - af de forskellige tværgående projekter jeg har været med i - så har*

*det her været et af de sjovere (tidligere styregruppemedlem, TMF)*

Styregruppemedlemmet fra Kultur- og Fritidsforvaltningen (KFF) er enig i, at der har været en tværfaglig dialog og understreger ligeledes det privilegium, der er forbundet med at kunne sidde i en styregruppe med en vis indflydelse uden at skulle have økonomiske midler med fra sin egen forvaltning.

*Det må jeg sige, det har været ekstraordinært at sidde i en styregruppe uden at skulle have nogle penge med og så alligevel have en vis form for indflydelse. Det er meget utraditionelt i Københavns kommune. Det har så udmøntet sig i nogle konkrete projekter, som vi fra starten af har villet sætte i gang, det er sådan set blevet til noget (...). Projekterne har faktisk haft et liv (styregruppemedlem, KFF).*

Det har med andre ord været afgørende og et stort plus - i forhold til andre fora, hvor man arbejder på tværs – at der er fulgt penge med. Børne- og Ungdomsforvaltningens (BUF) repræsentant i styregruppen er enig i synspunktet om, at styregruppens arbejde har givet mulighed for at gå i dialog på tværs og vurderer derudover, at man også har påtaget sig ansvarsområder for nogle af indsatserne.

*Vi har netop i styregruppen haft mulighed for at drøfte det på tværs af forvaltningerne, og de forskellige forvaltninger har så også fået nogle ansvarsområder for nogle af indsatserne. Så overordnet set synes jeg faktisk, at det har været en god oplevelse, at man ligesom har drøftet tingene på tværs, og har haft mulighed for at gå ind fra de forskellige forvaltninger (styregruppemedlem, BUF).*

Set fra Folkesundhed København (FSK) vurderede den specialkonsulent, der var med fra starten af motionsstrategien, og som havde den projektstyrende rolle indtil sommeren 2007, at engagementet fra de forskellige forvaltninger var rigtig stort - især i starten. I drøftelserne af oplægget til motionsstrategien, prioriteringen af de enkelte projekter samt godkendelserne og ændringerne af projektbeskrivelserne fungerede samarbejdet godt.

*På nogle måder har det jo været en succes i forhold til at få styregruppens medlemmer inddraget i (...) især i opstartsprocessen. Der var meget engagement i gruppen i forhold til at diskutere det oplæg til motionsstrategien, som vi startede med at skulle forholde os til – altså på den måde, at de var meget engagerede i møderne, og hvordan det skulle ændres og sådan noget. Men i forhold til at bidrage tekstmæssigt til redaktionelle ændringer i det og sådan noget, det synes jeg ikke rigtigt, der kom så meget af. Men der var i hvert fald meget engagement i at få teksten til at være på en måde, så alle kunne godkende den (1. Specialkonsulent i FSK).*

Samlet set må opstartfasen, hvor processen handlede om at få de valgte styregruppemedlemmer fra forvaltningerne inddraget i processen på et overordnet plan, således betragtes som en succes. Bestræbelserne på at omsætte visionerne for motionsstrategien, om gennemførelsen af de konkrete indsatser, har imidlertid vist sig at være en langt vanskeligere proces.

### **Operationaliseringen af motionsstrategiens indsatser**

Når det kommer til operationaliseringen af motionsstrategiens indsatsområder, er Folkesundhed København mere kritisk. Konkret har samarbejdet på tværs været koncentreret

omkring a) drøftelser og ændringer af indholdet i projektbeskrivelserne samt b) drøftelser af projekternes forankring og fortsatte drift.

I forbindelse med midtvejsevalueringen af det tværsektorielle samarbejde om 'København – en by i bevægelse' vurderede såvel begge specialkonsulenter på motionsområdet samt den tidligere folkesundhedschef, at hvad operationaliseringen af motionsstrategien angik, havde samarbejdet bestemt ikke levet op til målsætningen. Det var således Folkesundhed Københavns vurdering, at det tværsektorielle samarbejde havde fungeret mindre godt, når det drejede sig om at bidrage til gennemførelsen af projekterne samt om at tage ejerskab for projekterne i de forskellige forvaltninger. Den oprindelige tanke om, at forvaltningerne skulle påtage sig et ejerskab for projekterne, således at de ville kunne forankres i den forvaltning, hvor det var mest relevant, havde ikke kunne gennemføres, som man havde forestillet sig.

*I forhold til operationaliseringen af motionsstrategien synes jeg, det har været lidt mere blandet, hvorvidt man har bidraget fra alle forvaltningers side (...) FSK var jo politisk udnævnt til at være tovholder for den her styregruppe, men styregruppen var jo tværsektoriel, og så kunne styregruppen, ud fra beslutninger om hvilke projekter, der skulle udmøntes, placere projektet ude i den relevante forvaltning. Og det synes jeg ikke er lykkedes i det omfang, som jeg havde håbet på – heller ikke i forhold til at inddrage medarbejdere i projektgrupper, det synes jeg heller ikke er gået som forventet (1. specialkonsulent på motionsområdet).*

Den første folkesundhedschef rettede specifikt fokus mod et indsatsområde, som blev meget forsinket, nemlig projekt 'Byens Grønne Puls'. Det var hendes vurdering, at samarbejdets succes i forhold til dette projekt var dybt afhængig af interne forhold og kommandoveje i Teknik- og Miljøforvaltningen.

*Det var dybt afhængigt af 'Teknik og Miljø'. 'Teknik og Miljø' gjorde det, at de lavede et meget flot design på, hvad der skulle laves, og vi blev enige om, det så strålende ud. Men de rodede rundt med indkaldende beslutningsprocesser og arbejdsgange, så tingene blev ikke iværksat, og vi nåede ikke at bruge pengene det første år (...) Det bliver en meget reduceret puls nu, og det har været efter utrolig mange armsving. Men det var jeg ret skuffet over, at de ikke fik sig rumpet sammen til at få planlagt de ting ud fra planen (1. folkesundhedschef).*

Flere af de øvrige styregruppemedlemmer bekræfter, at 'København – en by i bevægelse' ikke har haft samme prioritering i deres respektive forvaltninger, som motionsstrategien har i FSK. I et interview med styregrupperepræsentanterne nævnes det således fra Socialforvaltningens side, at projekterne i 'København – en by i bevægelse' ikke er blevet prioriteret særlig højt i denne forvaltning, hvilket hænger sammen med, gav repræsentanten for Socialforvaltningen i styregruppen udtryk for, at de fleste politikere helst vil profilere sig i forhold til de projekter, som kommer fra deres eget udvalg og i forhold til de målgrupper, man har med at gøre i den pågældende forvaltning.

*Det er jo et spørgsmål om prioritering (...) Der er ingen tvivl for vores vedkommende. Der er det ikke blevet prioriteret! Jeg tror næsten også, at jeg kunne sige, at hvis det kom op i udvalget på den måde, som det er skruet sammen i dag, synes vi hellere, der skal laves noget andet (...). Politikerne profilerer sig jo rundt omkring i udvalgene på, hvad de nu gør for de målgrupper, de har med at*

*gøre. Sådan er det i hvert fald meget i vores udvalg. Lige nu har jeg skruet et projekt sammen i forhold til fysiske aktiviteter for udsatte grupper. Principielt kunne man måske godt have tænkt mere ind i forhold til det her eller nogle af delprojekterne i en 'By i bevægelse'. Konkret kommer det til at være psykisk syge og stofmisbrugere. Det kunne vel også have været handikappede, men det er sådan lige, som det er blevet skruet sammen. Det er nogle penge, vi har fået bevilget fra udvalget, som skal gå specifikt til det her. Men sådan et projekt vil man da hellere gå ud og profilere i socialudvalget, end man vil gå ud og profilere sig med et projekt, som kommer fra et andet udvalg (...). Jeg kunne have gjort mere, men jeg har bare ikke haft den ledelsesmæssige opbakning til at kunne gøre det. Det har simpelthen været andre opgaver, jeg har skullet prioritere (Styregruppedlem for Socialforvaltningen (SOF), 2008).*

Senere skal vi se på, hvordan projektlederne på de enkelte projekter har oplevet det tværsektorielle samarbejde udmøntet i praksis.

### **Erfaringsudveksling i styregruppen og på tværs af forvaltningerne**

I interviewene er der blevet spurgt ind til, om etableringen af styregruppen har bidraget til, at der er sket en erfaringsudveksling og vidensdeling på tværs af de syv forvaltninger i samarbejdet omkring 'København – en by i bevægelse' og de konkrete projekter. Vedrørende dette er der bred enighed om, at styregruppen har været et godt forum for erfaringsudveksling og vidensdeling på tværs. Denne form for erfaringsudveksling og opbygning af netværksskabelse er imidlertid i nogen grad blevet forhindret af, at styregruppedlemmerne i et par af forvaltningerne er blevet skiftet ud flere gange, hvilket særligt i den sidste del af perioden for motionsstrategiens gennemførelse har været meget markant.

*På den måde har styregruppen været et nyttigt forum, fordi man har nævnt, "nu skal vi huske, at der er den her pulje fx, som man kan søge", eller "der foregår jo også det og det, og den her person er god at tale med". Og på den måde har de folk, der nu har været med i styregruppen, da bidraget med viden om eget netværk, eller hvad der foregik i egen forvaltning. Det synes jeg. Men igen så bliver det også handicappet af, at der er skiftende medlemmer i styregruppen. Der sker en stor udskiftning – næsten på hvert møde er der nye medlemmer. Og det er jo vanskeligt så at opbygge sådan et vidensdelingsforum med hele den rotation af medarbejdere (I. Specialkonsulent, FSK).*

### **Det tværsektorielle samarbejde på projektniveau**

Analysen af det tværsektorielle samarbejde på projektniveau koncentrerer sig om samarbejdet på de tre projekter, hvor der især var lagt op til, at projektet skulle realiseres på tværs af to eller flere forvaltninger. Det drejer sig om projekterne 'Byens Grønne Puls', 'Move@school' samt 'Idrætscontainere'.

### **Tværsektorielt samarbejde omkring 'Byens Grønne Puls'**

Det er umiddelbart svært at gennemskue forløbet omkring 'Byens Grønne Puls' – selv for de parter, der har været involveret. I bestræbelserne på at forstå, hvordan tingene har udviklet sig, samt hvilke faktorer, der har spillet ind i forhold til det faktum, at projektet blev forsinket i to år og først blev realiseret i efteråret 2008, selvom det helt fra starten af var

et af de bedst beskrevne projekter under motionsstrategien, vil vi i det følgende beskrive vanskelighederne i samarbejdet ud fra tre perspektiver.

Det første perspektiv tager afsæt i de oplevelser, som Folkesundhed København har haft undervejs i forløbet i forhold til samarbejdet med Teknik- og Miljøforvaltningen. Analysen bygger på interviews med:

- To tidligere folkesundhedschefer i FSK, Kirsten Lee<sup>72</sup> samt Jette Juul Bruun<sup>73</sup>.
- To tidligere specialkonsulenter i FSK<sup>74</sup>.

Det andet perspektiv bygger på oplevelserne af, hvordan projektet er håndteret i de to afdelinger i TMF (det daværende 'Vej og Park' samt i Center for Anlæg og Udbud), hvilke vanskeligheder der har været internt i forvaltningen samt i samarbejdet med styregruppen og FSK set fra TMF's platform. Analysen bygger således på interviews med

- Det tidligere styregruppemedlem for TMF i 'København – en by i bevægelse'<sup>75</sup>.
- Områdechefen i Center for Anlæg og Udbud.

Det tredje perspektiv bygger på udlægningen af projektet og samarbejdet mellem forvaltningerne derom fra de tidligere og nuværende projektledere for 'Byens Grønne Puls'. Hvordan rammerne for projektets praktiske gennemførelse er blevet oplevet. Denne analyse bygger på interview med i alt 5 projektledere i såvel FSK som i TMF:

- Tre projektledere ansat af FSK på Byens Grønne Puls :
  1. Projektleder (2006 – maj 2008)<sup>76</sup>.
  2. Projektleder (maj 2008 – sept. 2008)<sup>77</sup>.
  3. Projektleder (okt. 2008 – 2009)<sup>78</sup>.
- To projektledere på BGP ansat i TMF:
  4. Projektleder i 'Vej og Park' (2007-2008).
  5. Projektleder<sup>79</sup> i Center for Anlæg og Udbud (maj- september 2009).

---

72 Fungerede som folkesundhedschef indtil udgangen af 2006

73 Fungerede som folkesundhedschef indtil juni 2009.

74 Den 1. specialkonsulent fungerede fra opstarten af By i Bevægelse til sommeren 2007. Den anden specialkonsulent på motionsområdet har fungeret som sekretariat for styregruppen fra i perioden fra sommeren 2007 til i dag. Han er i dag leder af afdelingen for strategi og samarbejde, men dog stadig med sekretariatsfunktion for styregruppens arbejde.

75 Evaluatør har været i dialog med den nuværende repræsentant for TMF, men det har af forskellige grunde ikke været muligt at vedkommende deltog i et interview.

76 Den første projektleder var med til projektets opstart fra efteråret 2006 og fungerede som projektleder til foråret 2008. Denne var ansat af FSK, men var fysisk placeret i TMF.

77 Fungerede som projektleder for BGP i perioden omkring den fysiske anlæggelse i sommeren 2008 indtil åbningen af BGP i september 2008, og var ansat og placeret i FSK.

78 Projektleder på BGP pr. 1. oktober 2008 og er den fungerende projektleder på pulsen i dag (september 2009)

79 Denne er ansat i Center for Anlæg og udbud (CAU) i Teknik- og Miljøforvaltningen og fungerede i perioden fra maj til september 2009 som projektleder i forhold til den fysiske anlæggelse af projektet.

### **Projektlederens placering i forvaltningerne.**

Det første spørgsmål handler om, hvorfor man ved projektets opstart valgte at placere projektlederen - der var ansat af FSK - i Teknik- og Miljøforvaltningen. Den tidligere projektleder nævner, at det - sådan som han har fået det refereret - var et krav fra det, der dengang hed 'Vej og Park', idet forvaltningen er myndighed og planlægger på området, og derfor mente man i TMF, at det var et naturligt sted at placere vedkommende.

Den udlægning kan man imidlertid ikke genkende i Center for Anlæg og Udbud. Her mener man, at det var efter eget ønske fra projektlederen. TMF foreslog fra starten, at de overtog budgetansvaret i forhold til det politiske system, men eftersom FSK også ville have den rolle, endte det med - ifølge TMFs medlem af styregruppen - at projektlederen blev ansat i FSK, men fysisk skulle han arbejde i TMF.

Som konsekvens af beslutningen om at placere projektlederen i TMF tyder gennemgangen af forløbet på, at det har været en vanskelig balancegang at være projektleder på dette projekt. For det første har det på projektniveau været meget svært at gennemskue, 'hvem der forventede hvad', samt 'hvilke opgaver der skulle løses i samarbejde med hvem'. For det andet har det været vanskeligt for projektlederen at have to - eller måske endog tre - tilhørsforhold: Styregruppen, FSK og TMF. Hvem var den reelle arbejdsgiver? Om dette siger den første folkesundhedschef.

*Han var i en struktur, hvor han ikke fik det råderum, som han skulle have, det er så en anden sag, men han kunne ikke have siddet hos os. Det kunne ikke komme igennem. Vi kan jo ikke tage beslutninger på en anden forvaltnings vegne (1. folkesundhedschef i FSK).*

Den anden tidligere folkesundhedschef stiller sig tvivlende overfor, om det er den rigtige måde at gøre det på, at placere en medarbejder i en anden forvaltning, sådan som det skete.

*Hele den der tænkning med at placere sådan en 'satellit' inde i en forvaltning, som har sin hverdag og en hel anden dagsorden - det ved jeg simpelthen ikke om er et rigtigt 'set up'. Man kunne også forestille sig, hvis man ville have folkesundhed ind i teknik- og miljøområdet, at man så bare satte en ind, som man kunne trække sundhed ud af i alle de beslutninger, som sker i teknik- og miljø. Og det var i virkeligheden lidt det, tænker jeg, der skete - i stedet for at han fik kørt sit projekt igennem. (2. tidligere folkesundhedschef, FSK)*

En konsekvens af projektlederens fysiske placering i TMF var, (hvilket såvel den første projektleder på BGP som den tidligere styregrupperepræsentant for TMF bekræfter), at han - udover varetagelsen af de opgaver, som han selv og Folkesundhed København havde en forventning om, at han skulle varetage - også kom til at varetage andre sundhedsopgaver i TMF, som ikke havde noget med 'Byens Grønne Puls' at gøre. Repræsentanten i styregruppen nævner i interviewet, at han bevidst satte projektlederen i gang med andre sundhedsopgaver internt i TMF.

*Altså, jeg har jo brugt ham (projektlederen) til at lave folkesundhed i en lang række andre projekter. Hvor jeg har sagt til nogle af de projektledere, jeg har: 'Kan I ikke sparre med Karsten'? (...). Så han har lavet cykelbus og noget sammen med Børne- og Ungeforvaltningen om nogle mini-naturskoler*

*og fået Friluftsrådets penge til det og en hel masse andre aktiviteter, som ikke var snævert Byens Grønne Puls, men var rigtig meget folkesundhed. Det havde han rigtig meget lyst til, men jeg tror han var rigtig frustreret over at blive kaldt tilbage til Sundhedsforvaltningen og ind i den metodik (1. styregruppedlem i TMF).*

I TMF erkender de imidlertid, at det har været svært for projektlederen at være ansat i én forvaltning - samtidig med at han var fysisk placeret i en anden.

*Ulemperne ved det for medarbejderen har været, at han har haft rigtig svært ved at have to tilhørsforhold. Det tror jeg faktisk også var noget af grunden til, at han sagde op før sommerferien for godt et halvt år siden. Jeg tror det skete, fordi han følte, han skulle please to forskellige systemer og havde to dagsordener, og det havde han rigtig svært ved. Han skulle herover og klædes på i den folkesundhedsverden, som han også havde sin uddannelse i, og så skulle han over i vores teknik- og miljøverden (...) jeg tror ikke, at han havde så svært ved projektet som sådan, men han havde rigtig svært ved at lave alt det andet, som jeg har snakket om. Altså, jeg har jo brugt ham til at lave folkesundhed i en lang række andre projekter (Tidligere repræsentant for styregruppen i TMF, 2008).*

Dette forhold, at den af FSK ansatte projektleder i virkeligheden varetog mange andre opgaver i TMF, har FSK ikke entydigt været tilfredse med.

*Det der så skete, det var, at viden faktisk kom til at diffundere den anden vej – altså fordi der sad en sundhedsperson, så diffunderede der sundhed ud i teknik- og miljøforvaltningen, fordi han sad der. Så kan det godt være, at han ikke løste den opgave han sad der for, og han trak teknik- og miljø ind i den. Men til gengæld trak teknik- og miljø noget sundhed ud af ham, fordi han sad der. Og så kan man jo spørge sig selv, hvad man får mest folkesundhed for pengene af? (2. Folkesundhedschef i FSK).*

### **Projektlederens ansvarsområde og faglige kompetencer.**

Af midtvejsevalueringen fremgik det tydeligt, at der på ingen måde har været klare aftaler om, hvem der havde ansvaret for hvad i forhold til projektets gennemførelse. På spørgsmålet om hvilke ansvarsområder den første projektleder havde, svarer styregrupperepræsentanten for TMF i interviewet i starten af 2008, at det var projektlederens opgave at drive projektet og udpege ruterne, og når ruterne var anlagt, var det også projektlederens ansvar at forberede og gennemføre den nødvendige undervisning og information om ruterne. Denne formulering går igen hos områdelederen i Center for Anlæg og Udbud, der formulerer det på følgende måde: ”Han er projektleder i forhold til ruterne udpegning”.

Der er imidlertid noget, der tyder på, at enten er definitionen af, hvad der forstås ved ’udpegning af ruter’ blevet opfattet meget forskelligt af de forskellige parter, eller også er det ikke blevet kommunikeret klart nok, hvilke kompetencer og beføjelser, projektlederen havde eller ikke havde. Den første projektleder havde således en hel anden oplevelse af, hvad han havde beføjelser til i forhold til projektets udførelse. Og ’udpegning af ruter’ blev i hvert fald forstået på en helt anden måde af ham end af de øvrige i Teknik og Miljøforvaltningen, og det gik først meget sent op for ham, at der var nogen, der mente, at det han havde lavet ikke var godt nok og derfor måtte laves om.

*Hen i forløbet går det op for mig, at de andre kontorer internt i Vej og Park, de skulle i virkeligheden lave de ting, som jeg havde forestillet mig, at vi skulle lave i arbejdsgruppen. Det er jeg sådan nok også lidt overrasket over, at lederen ikke har fortalt mig om - eller har kunnet forudsige, at anlægs-*

*kontoret synes, at det var urimeligt, at vi sådan helt konkret fandt ud af, hvor der skulle laves markeringer og alt sådan noget, fordi det er jo det, de gør (...) det er den forretningsgang der er - eller var internt i 'Vej og Park'. Så det går op for mig på et tidspunkt, at det må jeg slet ikke. Jeg tror vi er ni - ti måneder henne i forløbet, og jeg har faktisk været ude og finde ud af, i hvilken fortovsflise, der skal være markering (1. projektleder på Byens Grønne Puls).*

Der er således noget, der tyder på, at der har manglet en klar afgrænsning af, hvad projektlederens rolle har været eller skulle være. Den daværende projektleder<sup>80</sup> i Center for Anlæg og Udbud mener, at denne konflikt skyldes, at projektlederens faglige kompetencer er nogle andre end dem, der skulle bruges til specifikt at fastlægge ruterne, og at det var der nogen i Teknik og Miljøforvaltningen, der burde være gået i dialog med projektlederen om på et meget tidligere tidspunkt.

*Jeg blev nødt til at gennemgå ruterne igen, fordi der manglede nogle analyser. Jeg blev nødt til at ansætte nogle landskabsarkitekter til at gennemgå ruteforløbene for trafiksikkerhed og for tilgængelighed og for belysning (...) og ejerforhold. Vi kan ikke gå ind på privat grund, fordi så overskrider vi simpelthen vores beføjelser juridisk. Der skulle foretages en høring, en meget omfattende høring, som ikke var foretaget. Og det gjorde, at vi faktisk måtte gå skridtet tilbage og justere ruteforløbene. Det var ikke meget, men han var jo med til at kvalificere det, så det var helt fint. Det var der ingen problemer i. Det gik ret stærkt (...) Men siger han, hvorfor går du ind på mit område nu. Jeg mener, jeg har gjort mit arbejde. Og det er klart (...). Det kan jeg da godt forstå. Det er da klart. (4. projektleder på Byens Grønne Puls, i TMF).*

Områdelederen i Center for Anlæg og udbud i TMF bekræfter denne udlægning; at denne forvaltning har ansvaret for den tekniske side af ruterne etablering, og at det tilsyneladende er en side af projektets implementering, som der ikke er taget højde for.

*Det er rigtigt, der ligger ansvaret i dag for at etablere ruten, men det eneste ansvar de har, det er, hvad koster det rent fysisk at lave de der stempler, man sætter op derude, når vi skal lave selve ruten. Er der nogen steder, der er tilgængelighedsproblemer? Kan man overhovedet løbe de her steder? Må man lave de her mærker på en privat fællesvej, hvis ruten kører der? Ud og sende ansøgninger til Grundejerforeningen i den private fællesvej. Alle de der teknikaliteter der er, og dem er der rigtig rigtig mange af. Gennemgå for alle, der er jo lavet en helt rapport på de to første ruter, eller den første rute, de to første etaper, som vi kaldte det, der afklarer alle de der detaljer (...) Ja, det kræver næsten, at man har en projektleder, som er inde i den verden og inde i den "Københavnervirkelighed", at du skal sikre dig, at alt det her er i orden. Det er en helt selvstændig uddannelse at kunne det. Det uddanner vi, i vores forvaltning, nogle projektledere, der kan gøre alt det der (Områdeleder for Center for Anlæg og Udbud, 2008).*

Også den projektleder<sup>81</sup>, der i maj 2008 følger efter og får til opgave at kommunikere omkring etableringen af BGP til borgerne, giver udtryk for, at det virker meget uklart, hvad hans opgave mere præcist er i forhold til BGP. Derudover oplever denne projektleder, at der på ingen måde var tid til at sætte sig ordentligt ind i tingene, idet der på dette tidspunkt (maj – september 2008) lå et stort politisk pres, og det hele derfor lige pludselig skulle gå meget hurtigt. På spørgsmålet om, hvordan denne projektleder har oplevet det tværsektorielle samarbejde omkring BGP i den periode, han fungerede som projektleder på BGP, er

---

80 4. projektleder ansat i TMF

81 2. projektleder ansat i FSK



hans umiddelbare reaktion, at der ikke var noget samarbejde.

*Meget kort, ikke eksisterende (samarbejde). Men jeg tror også, det er fordi, at min rolle var lidt anderledes end projektlederens. Fordi da jeg kommer ind, der mangler man en, der kan påtage sig det konkrete samarbejde dels med projektlederen i TMF, som skal anlægge BGP, men også med indvielsen af pavillonerne. Vi fik en deadline, nu var der politisk pres på, nu ville man have indviet BGP. Der skulle sættes logoer på, vi skulle beslutte, hvor ruten skulle fastlægges helt præcist, og så skulle der laves det her event. Og styregruppen var slet ikke involveret (2. projektleder på BGP, FSK).*

Denne projektleder, der således overtog posten, indtil åbningen af BGP i september 2008, blev som sin eneste samarbejdspartner præsenteret for den projektleder i Center for Anlæg og Udbud i TMF, som skulle stå for den fysiske anlæggelse af ruten og træningspavillonerne. Dette skete i forbindelse med et projektmøde, hvor specialkonsulenten og Folkesundhedschefen deltog. Da projektlederen ikke oplever, at han har den fornødne kompetence til at løse den opgave, han er blevet sat til, vælger han at tage kontakt til den første projektleder (som ikke længere var ansat i FSK). Om dette møde og processen videre frem siger 2. projektleder i interviewet:

*Du (projektleder i CAU, TMF) er der, og jeg er der, og jeg oplever så, at jeg ikke har kompetence til at løse den her opgave. Jeg kender ikke netværket, jeg kender ikke den tværsektorielle arbejdsgruppe. Jeg kender ikke nogen. Derfor ringer jeg til den tidligere projektleder (1. projektleder for BGP), fordi jeg kender ham fra andre sammenhænge. Og jeg spørger, om jeg ikke kan hyre ham til x antal timer. Lige til at sætte mig ind i, hvordan det her fungerer. Hvem er det, vores lokale kontaktpersoner er. Og der kommer han ind. Men han er jo i jobskifte og (...) og har så ikke tid til at løse den opgave. Så han og jeg laver på privat initiativ en cykeltur en lørdag eftermiddag, hvor vi cykler hele ruten og så korresponderer vi med projektlederen i TMF, og siger, vi synes sådan og sådan. Og så cykler du den anden vej, og så tager vi igen en tur rundt den anden vej, og så blev vi enige om, hvordan ruten skal gå, og hvor markeringerne er henne. Og der synes jeg, vi havde et rigtigt godt samarbejde. Fordi vi var helt enige om, hvor de markeringer skulle være henne, (...). Så det fungerede rigtigt godt. Men derudover så havde jeg ikke noget som helst, ingen involvering i nogen som helst styregruppe eller noget som helst. Det var programlederen i FSK og jeg, der sådan mere eller mindre aftalte de ting (2. projektleder for BGP, i FSK).*

På trods af at samarbejdet omkring BGP ikke kan siges at have været optimalt, lykkes det imidlertid at få et godt samarbejde op at stå på projektniveau i den sidste fase op til pulsens anlæggelse. Samarbejdet på tværs foregik således primært mellem projektlederen i FSK og projektlederen i CAU i TMF. Og begge projektledere oplevede, at det fungerede fint. Projektlederen i Center for Anlæg og Udbud, som skulle anlægge Pulsens, siger i interviewet:

*Jeg har oplevet det som et godt samarbejde. Vi har gennem snak fundet ud af, at vi skal have en opgavefordeling. Og det viste sig så, at vores primære område var et fysisk anlæg. Altså alt det tekniske, afklaring, grundejerforhold, trafikikkerhed og alle de der ting. Og så fandt vi snart ud af, at det var nødvendigt at oprette de der orienteringskort og rutebeskrivelser på nettet. Og så har vi jo også besluttet, at efterfølgende ligger projektet hos Folkesundhed København. Her har vi så delt opgaven tidligere i projektet. Jeg har sagt, at Folkesundhed overtager den der kommunikationskortlægning og alle de der ting med de ting, som vi havde. Altså kortmateriale og alle de fysiske ting. Tegninger og folder. Men det bliver sådan set kørt her under projektlederen (2. projektleder i FSK's*

regi). Fordi, vi snakker om ting, som muligvis ikke er gennemtænkt. Opdateringer af ruteforløb, omlægninger og sådan noget. Og det skal ligge hos en ansvarlig. Og projektejeren er jo sådan set Folkesundhed København. Og så har vi sagt, at vi deler det op i de der kommunikationsopgaver og en fysisk opgave. (4. projektleder på BGP i Center for Anlæg og Udbud, TMF).

### **Samarbejde mellem den tværsektorielle styregruppe og Byens Grønne Puls**

Begge projektledere har en oplevelse af, at styregruppen for 'København – en by i bevægelse' ikke har været involveret eller inddraget i de endelige beslutninger, og at de har stået meget alene med det hele. Projektlederen fra CAU i TMF mener desuden, at han har påtaget sig mere ansvar i forhold til, hvad man normalt plejer som projektleder.

*Vi har styret det selv til sidst. Altså med den politiske udmelding, at det skal være færdigt. Og så har vi varetaget mere ansvarsfulde opgaver, end hvad vi skulle have. Og jeg har løst de tekniske ting inde ved mig med min styregruppe og Jens Ole, som har truffet de nødvendige beslutninger med logoer, størrelse og udførelse og alle de der ting. Så kom jeg over til jer og har sagt, det er de tekniske muligheder, det kan jeg tilbyde, og så har vi fundet frem til en løsning. Det var til sidst et idealistisk samarbejde, kan vi godt sige. Med personlig indsats altså. Jeg har brugt utroligt mange timer på at komme ind i projektet. Jeg fik det jo overdraget fra en anden projektleder, som har haft det i udvikling i mange år. Som du også nævner, det var utroligt utilfredsstillende, at det tog så lang tid ikke. Og jeg fik det på skrivebordet på den samme måde: (.....) "Her har du et projekt". Det var 15. maj eller sådan noget. Indvielse er den 18. september. Så det var det (4. Projektleder i CAU, TMF).*

*Jeg fik bare listen af den tidligere projektleder (1. projektleder i FSK), til hvem han havde haft kontakt til og hvad for nogle ideer, man havde overvejet. For netop at involvere lokalsamfundet i BGP. Og jeg tager blandt andet kontakt til projektlederen for Move@school for at få fat i skolerne, og der sker ikke en dyt. Her manglede man faktisk styregruppen. Her manglede man en forpligtende involvering af styregruppemedlemmerne om de forskellige ting (2. Projektleder i FSK).*

En del af forklaringen på den manglende involvering af styregruppen i den sidste fase synes således at hænge sammen med det politiske pres, samt at flere af parterne efterhånden bare var utålmodige efter at se nogle resultater og få pulsen anlagt i en fart.

Efter åbningen af BGP i september 2008 ansattes den 3. (nuværende) projektleder på BGP i FSK. Denne projektleder får som sin primære opgave at kommunikere til byens borgere, at motionsruten findes. På spørgsmålet om, hvordan hun har oplevet samarbejdet med TMF og styregruppen, giver hun udtryk for, at det i første omgang har handlet om at forstå baggrunden for, at pulsen overhovedet er anlagt, der hvor den er, samt at blive klar over hvilke ansvarsområder henholdsvis TMF og FSK har, og endelig hvem der økonomisk set står som garant for hvad i forhold til drift og vedligeholdelse af BGP fremover.

*Jamen hvis jeg starter med byens grønne puls, så kom jeg som sagt ind i det i oktober, og derfra overtog jeg det fra projektlederen (2. projektleder i FSK), som havde stået for, at projektet blev gjort til virkelighed og få det startet op (....). Den opgave jeg fik, det var, at jeg skulle sørge for, at der blev kommunikeret ud omkring BGP. At vi fik nogle brugere ud på pulsen i det hele taget, det var min primære opgave. Eller faktisk eneste opgave. De midler, der var tilbage i 2009, de skulle bruges på at få brugere ud på pulsen. Så det er den del, jeg har taget mig meget af. I 2009 men sådan set også de sidste 2 måneder af 2008 selvfølgelig. Jeg har i forbindelse med BGP været inddraget i et styregruppemøde, og jeg har snakket lidt med projektlederen (4. projektleder i TMF), og det har handlet meget om at forstå, hvordan pulsen er anlagt og hvilket ansvar, Miljø- og Teknik forvaltningen har haft. Og lidt omkring baggrunden for, hvorfor man har valgt at lægge den, som man har gjort. Og så har det været noget omkring, hvordan man skal renovere pulsen, og om der er midler til det. Så*

*det har jeg snakket med projektlederen (4. projektleder i TMF) omkring, hvor jeg selv har varetaget en kommunikationsopgave omkring BGP og stadig gør det (3. projektleder på BGP i FSK).*

Den nuværende projektleder<sup>82</sup> på BGP giver i interviewet udtryk for, at det haltende samarbejde og netværk i forhold styregruppen, som de øvrige projektledere har givet udtryk for, meget vel kan handle om den måde, projektlederne inviteres til møderne på. Hun efterlyser et gensidigt bedre kendskab til hinanden og et bedre netværk mellem projektleder og styregruppe.

*Jeg tror også, at det ville have været en god ide, at en styregruppe var tættere bundet op på projektlederne på tværs af forvaltningerne. At man som projektleder føler, at man har en direkte adgang til de medlemmer, der er i styregruppen fra de andre forvaltninger. Sådan som jeg oplever det som projektleder både for containeridrætten og byens grønne puls, så har det været, at man er en lille mus, der piler ind ad døren og afrapporterer, uden at man egentlig kender navnene ud over det, man har set i papiret på styregruppemedlemmerne. Det ville være meget bedre, hvis man kendte folk lidt mere indgående og blev inddraget, og der blev lagt et forum sammen både projektleder og styregruppe. Hvis man også følte, at man havde en direkte mulighed for at ringe til dem og sige, prøv lige at høre, jeg har brug for foreningsoptegnelser, og ved du hvilke foreninger, der egentlig er store i det her område, som vi kan inddrage, og hvem er det, jeg skal snakke medovre hos jer osv. Den adgang har der ikke været, og den er absolut nødvendig (3. Projektleder på BGP i FSK).*

### **Prioritering af sundhedsdagsorden og af 'Byens Grønne Puls' i TMF.**

Når man spørger de ansatte i TMF, det gælder såvel repræsentanten i styregruppen som de ansatte i Center for Anlæg og Udbud, hvordan sundhedsdagsorden prioriteres i denne forvaltning, får man det entydige svar, at den prioriteres højt. Således nævner områdechefen, at det er meget afgørende for samarbejdet på tværs omkring dette sundhedsprojekt, hvem der sidder som borgmester, og lige nu blæser de politiske vinde til fordel for en sundhedsdagsorden.

*Jeg synes, den prioriteres højt, fordi vi har en borgmester, der er meget aktiv inden for en lang række områder, der falder ind under det her. Og det reagerer vi selvfølgelig på - at leve op til de politiske dagsordener, der er. Vi cykler i København f.eks. (Områdechef, Center for Anlæg og Udbud).*

Set fra byrumskontoret i 'Vej og Park', hvor den første projektleder for Byens Grønne Puls var placeret, var det dog oplevelsen, at sundhedsdagsorden - set i lyset af prioriteringen af dette specifikke projekt med en klar sundhedsdagsorden - havde en noget lavere prioritet. Det var projektlederens fornemmelse, at 'Byens Grønne Puls' i virkeligheden blev opfattet som et lidt perifert projekt i det daværende byrumskontor.

*'Byens Grønne Puls' er måske også i virkeligheden et lidt perifert projekt for byrumskontoret, som det hed dengang (...). Jeg blev placeret på bageste kontor med de helt nyuddannede landskabsarkitekter og fik lov til at prøve at komme i gang med det her projekt. Og det er altså tungt og svært (1. Projektleder, Byens Grønne Puls)*

---

82 3. og nuværende projektleder i FSK, 2009

Det kan dog antages, at den frustration, projektlederen har givet udtryk for, også hænger sammen med de omskiftelige forhold i forvaltningen samt den kultur, der kendetegner TMF. Man kan, som den 4. projektleder for projektet i Center for Anlæg og Udbud gør, anlægge det perspektiv, at 'Byens Grønne Puls' er to projekter i ét. På den ene side er det et konkret anlægsprojekt, på den anden side går det ud på at udarbejde introduktionskurser, informationsmateriale mv. En sådan opdeling giver en vis mening, men tanken vidner også om, at der endnu er nogle skridt at tage i forhold til et reelt samarbejde på tværs, hvor man deler hinandens faglige viden og udnytter denne med sigte på den fælles vision.

### **Uddelegering af budgetansvar til de øvrige forvaltninger**

Samarbejdet mellem forvaltningerne om motionsstrategiens gennemførelse har også en økonomisk og budgetmæssig side, som viser sig at spille en rolle. Af interviewet med styregrupperepræsentanten fra TMF fremgår det, at man i begyndelsen af samarbejdet om motionsstrategien diskuterede, hvordan man bedst administrerede den bevilling, der var øremærket til 'Byens Grønne Puls'. Af interviewet fremgår det, at der i starten var lidt uenighed om måden at gøre det på, idet TMF anså det for bedst, at midlerne blev flyttet til TMF, som så ville stå med budgetansvaret i forhold til det politiske system, men at FSK hellere så, at de økonomiske midler blev administreret i FSK.

*Min tanke var oprindelig, at så flyttede man simpelthen de der 4 x 1½ million med en bevilling fra Sundhedsforvaltningen over i Teknik- og Miljøforvaltningen. Der sagde FSK så: "Det tror vi ikke rigtig på", man var lidt usikker på, om man kunne gøre det på den måde. De ville rigtig gerne have styr på det, og hvordan tingene kom til at forløbe. Så derfor er det endt med, at projektlederen blev ansat i FSK, men fysisk skulle arbejde hos os (Tidligere styregrupperepræsentant for TMF).*

Når FSK har budgetansvaret, så har TMF skullet sende regningen på alle de aktiviteter, man har afholdt, til FSK.

*Men det er ikke den måde, vi plejer at arbejde på. Når vi plejer at lave tingene, så er det os selv, der har ansvaret for det. Vi får et budget, som flytter pengene over til os, og så må vi forklare det budget i forhold til det politiske system. Hvis der er afvigelse, så det er os, der har ansvaret for det. Men der har man valgt en anden måde her. Det havde vi lidt trakasserier på i starten, vil jeg sige. Men i den praktiske verden er det uproblematisk efterfølgende, men det er så lidt følen hinanden på tænderne, hvem har nu ansvaret her, hvem er det, der skal gøre det her...(Tidligere styregrupperepræsentant fra TMF).*

Spørgsmålet er, om denne model har betydet mindre ansvar i TMF, når det reelt er FSK, der har ansvaret i forhold til det politiske niveau? Den første specialkonsulent i FSK siger om dette:

*Jeg tror, det man skulle gøre for at få det til at ske, det er at man simpelthen tager ansvaret, pengene og lægger det derover i den pågældende forvaltning, og så skal de referere tilbage til styregruppen med deres milepæle og deres leverancer. Ansvar skal simpelthen ud på det styregruppemedlem, ud i deres forvaltning. Budgetansvar, milepæle og det hele. Man skal have ansvaret ude og økonomien med sig (1 specialkonsulent i FSK).*

### **Omorganisering og anden uro i TMF**

Det har sandsynligvis også bidraget væsentligt til forvirringen, at der på det tidspunkt, hvor BGP skulle gennemføres, foregik en gennemgribende omstrukturering internt i Teknik- og Miljøforvaltningen, der komplicerede forholdene yderligere. De fleste af de interviewede nævner de organisatoriske ændringer, der er sket i TMF. Der er overvejende enighed om, at det har besværliggjort processen omkring iværksættelse af 'Byens Grønne Puls', idet der har været stor forvirring både eksternt i forhold til styregruppen og FSK samt internt i TMF.

Styregruppemedlemmet fra TMF siger således, at Teknik- og Miljøforvaltningen har været underdrejet af en masse grunde, og at der har været en gennemstrøm af medarbejdere.

*Der har været fire forskellige projektledere på det (BGP), fordi vores projektkontor har været underdrejet af en helt masse andre grunde, som handler om, at hele byen er ved at blive bygget om i øjeblikket, og at den måde kommunen normerer sådan noget på er, at det faktisk er normeret til en standard engang i 70'erne, så de har halset efter de her ting, og måtte udvikle nye måder at få det finansieret på. Derfor har de haft en gennemstrøm af medarbejdere, som har været ud over det almindelige, (...) det er så svagheden i sådan et projekt, der kommer ind udefra, som er lidt skævt, hvor en projektleder lige skal forstå det her først, vores projektledere de er jo også vant til at bygge vejkrydser, lave fodgængerovergange eller skolevejsprojekter. Der er det her projekt lidt anderledes (Tidligere styregruppemedlem, TMF).*

Set i det lys kan det være svært, vurderer den tidligere styregrupperepræsentant fra TMF, for andre projektledere i samme forvaltning at begribe et projekt som 'Byens Grønne Puls', der kommer ind udefra og er lidt 'skævt'. Men han understreger, at det på ingen måde handler om uvilje imod projektet.

*På ingen måde uvilje. Det ved de også. At jeg har skabt mig tosset for vores direktør, og sagt, det kan simpelthen ikke være rimeligt, at fordi der kommer et projekt fra sundhedsforvaltningen, som er lidt skævt, at så skal jeg have den fjerde projektleder, det er simpelthen ikke rimeligt overfor sådan et projekt. Det er der andre end mig, der har brokket sig over, men det kan jeg forklare, når jeg kigger tilbage, og nu kører det, heldigvis da (Tidligere styregrupperepræsentant for TMF).*

Disse forhold internt i TMF kan muligvis være en forklaring på, at den første projektleder på Byens grønne Puls havde en oplevelse af, at 'styregrupperepræsentanten for TMF på et tidspunkt nedprioriterer arbejdet i styregruppen til fordel for andre møder og opgaver'.

*Han vælger så også at sende afbud til mange af styregruppemøderne, fordi han mener, at han skal prioritere anderledes. Han vælger i hvert fald at prioritere nogle andre møder – nogle andre aktiviteter – og siger, 'nå men det kan jeg jo godt tage mig af det der', og så sender han mig i stedet for (1. projektleder for BGP).*

### **Noget andet end man forventede?**

På tværs af de to forvaltninger - FSK og TMF - drager man den konklusion, at 'der skete noget andet, end man forventede'. Der har manglet en afstemning af forventningerne, som

områdechefen for Center for anlæg og udbud i TMF udtrykker det.

*Det er et godt eksempel på alle de forventninger, der har været, som ikke er blevet afstemt, (...) vi har haft nogle forventninger, og de har haft nogle andre forventninger, men der er ikke nogen, der har fået det stemt overens (Områdechef i Center for anlæg og udbud).*

På baggrund af de gennemførte interview med den daværende projektleder, repræsentanten for TMF i styregruppen samt områdechefen og den nuværende projektleder i Center for Anlæg og Udbud fremgår det, at der har manglet en klar definition af, hvilke arbejdsopgaver projektlederen skulle og kunne varetage. Der har været stor uklarhed og tydeligvis også divergerende opfattelser af, hvad opgaven som projektleder for 'Byens Grønne Puls' indebærer – mellem TMF og i FSK og internt i styregruppen.

## **Samarbejdet om Move@school**

Det andet projekt, som har involveret to forvaltninger, er Move@school, der er gennemført i et samarbejde mellem FSK og BUF. Samarbejdet om Move@school har udviklet sig i løbet af perioden og er blevet udvidet til at omfatte flere af Move@schools tiltag. I sommeren 2009 er det blevet besluttet, at driftsansvaret for projektet overtages af BUF i perioden fra 1. januar 2010 til 2012.

I forbindelse med midtvejsevalueringen blev det beskrevet, hvordan samarbejdet i de første år var koncentreret omkring udviklingen af det skriftlige materiale 'Bevægelse i Undervisningen'. Dette materiale faldt godt i tråd med det, som BUF var i gang med at skulle udvikle omkring 'Faglighed for alle'. Derudover blev der i projektets første periode samarbejdet omkring udbredelsen af idéen om udeskole, der blev udviklet i samarbejde med 'Afdelingen for bæredygtig udvikling' i BUF.

I midtvejsevalueringen vurderede den første projektleder på Move@school i 2008, at samarbejdet havde fungeret bedst der, hvor der havde været et direkte sammenfald af interesser og fokusområder i projektet og i BUF. Projektlederen sad med i BUF's projektgruppe omkring 'Faglighed for alle', og repræsentanten for styregruppen for BUF var med i Move@schools projektgruppe, som dog kun bestod af projektlederen og styregrupperepræsentanten, og som kun mødtes en enkelt gang. Projekt Move@school bidrog væsentligt i udviklingen af det skriftlige materiale samt af en rekvisitpakke med materialer, der skulle støtte og inspirere de københavnske skoler til at få mere bevægelse implementeret i undervisningen. I forbindelse med midtvejsevalueringen beskrev den første projektleder på Move@school samarbejdet mellem FSK og BUF således:

*Jeg har haft to samarbejder, begge med BUF. Det ene samarbejde har været med repræsentanten for BUF i styregruppen, som primært har drejet sig om, at jeg har været med på hans projekt eller hans styregruppe omkring "Faglighed for Alle", hvor bevægelsesdelen er det, som han står for. Og så er han også med i min projektgruppe omkring Move@School. Og hensigten dermed er jo primært, at han skulle se det gode og det frugtbare i Move@school og dermed blive én, der bar det videre og sørge for driften. Det han tog til sig, det var især tiltaget under Move@school, som hed 'Bevægelse i undervisningen' (...) han var blevet pålagt under 'Faglighed for Alle' at skulle lave noget, der havde*

*med bevægelse i klasselokalet at gøre. Altså noget med at bruge bevægelse og idræt som metode til at undervise i dansk, matematik og alle de boglige fag faktisk. Så han stod over for den udfordring - men vidste ikke, hvordan han skulle gøre det. Så var det jo glimrende, at vi var i gang med at udvikle noget, som netop sigtede mod det. Og derfor var han meget samarbejdsvillig omkring det (...) og nu sørger de (BUF) for, at 'Bevægelse i undervisningen' kommer ud til andre skoler end Move@school skolerne (Tidligere projektleder, Move@school, 2008).*

Projektlederen oplevede imidlertid ikke, at samarbejdet har været lige så velfungerende omkring de andre af Move@school tiltag. Det gjaldt bl.a. frikvarter tiltagene (legepatrulje samt udstyrspakke til den fri leg i skolegården) – og dette til trods for, at der var gode erfaringer med disse tiltag (se evalueringen af Move@school).

*Oprindeligt var det jo meningen, at alle idéerne under Move@school, og især dem som viste sig at være nyttige og effektive, fx frikvarterstiltaget, så var det jo meningen, at vi skulle overtale BUF til at drive det. Men sådan fungerer det ikke helt, vil jeg sige. Altså, han kan sagtens se, at det er en god idé og vil meget gerne. Men der sker ikke noget. Der er langt fra det der med at kunne se, at noget er konstruktivt og så til at sætte det i gang. Så jeg vil sige, at grunden til at det (samarbejdet) har været frugtbar om bevægelse i undervisningen, det er, at det har været så heldigt, at det var en opgave, han var blevet stillet fra politisk side faktisk (1. projektleder på Move@school, 2008).*

Samme form for interessefællesskab - som afsæt for et frugtbar samarbejde – gjorde sig gældende (i den første del af projekt Move@schools gennemførelse) i forbindelse med samarbejdet med 'Afdelingen for Bæredygtig Udvikling' i BUF omkring 'udeskole'. Move@school brugte her den ekspertise, der i forvejen var i BUF omkring udeskole. Move@school valgte endvidere at støtte markedsføringen af udeskoler på de skoler, der havde deltaget i Move@school, med økonomiske midler til et særligt tilrettelagt kursus for lærerne på de deltagende skoler.

Ifølge repræsentanten for styregruppen for BUF var Move@school kun aftalt til at vare i et år. Tilsvarende var BUF' s 'Motion i Klassen' berammet til et år. Men efter at projektet og de positive resultater var blevet drøftet på styregruppemødet i januar 2008, brugte styregruppemedlemmet fra BUF de gode resultater på projektet som løftestang i sin egen forvaltning i forhold til fortsat at arbejde med det i 'Faglighed for alle', og der blev bevilliget økonomiske midler til det fra såvel Børne- og Ungeforvaltningen som fra projekt Move@school. I foråret 2008 blev det aftalt, at styregrupperepræsentanten for BUF – i fravær af en projektleder på Move@school – skulle arbejde videre på et oplæg til, hvordan man evt. ville kunne varetage driften af nogle af Move@schools øvrige tiltag – dvs. omkring frikvarterdelen og legepatruljerne – som havde vist sig at virke ude på skolerne.

*'Motion i klassen' var faktisk også kun aftalt til at vare i ét år. Men da vi drøftede det sidst i styregruppen, så syntes man, at der var basis for at fortsætte projektet Move@school, og det har jeg kunne bruge som løftestang for også at få det til at fortsætte i Faglighed for alle.(... )I sidste uge snakkede jeg med Folkesundhed København. Og vi aftalte, at jeg faktisk går ind og prøver at komme med et oplæg til, hvad vi kan gå videre med af aktiviteter i Move@school og 'Faglighed for alle' for næste år. Ellers kommer vi så langt hen, at det bliver svært at planlægge, også med skolerne (Styregrupperepræsentant for BUF, 2008).*

I august 2008 ansatte FSK en ny projektleder på Move@school, som fortsatte samarbejdet

med BUF omkring projektets tiltag. Det blev besluttet, at udeskoledelen med lærerkurser i udeskole ikke længere skal være en del af det tilbud, der gives til skolerne i forbindelse med Move@school. Begrundelsen herfor var ifølge styregrupperepræsentanten for BUF, at den del er for omkostningstung, og at man hellere ville prioritere de øvrige tiltag på projektet med de økonomiske midler, der var til rådighed.

Det tætte samarbejde har primært involveret repræsentanten for styregruppen i BUF samt projektlederen for Move@school i FSK, hvilket også var tilfældet i den første periode. Samarbejdet er først og fremmest foregået på et meget praktisk - men også et økonomisk niveau<sup>83</sup>. Udover det idémateriale, der blev udviklet i projektets første periode, er der bl.a. blevet samarbejdet om, hvilken indsatsstørrelse, man skulle have, dvs. hvorvidt man skulle fokusere massivt på én skole eller forsøge at sprede indsatsen til flere skoler.

På spørgsmålet om, hvordan det tværsektorielle samarbejde har fungeret i den sidste periode (efter midtvejsevalueringen i juni 2008) tegner såvel projektlederen som styregrupperepræsentanten for BUF et meget positivt billede af det samarbejde, der har været mellem de to forvaltninger. Dette kan først og fremmest forklares med, at de to forvaltningers målsætninger på dette område har nærmet sig hinanden meget – og i princippet nu synes ens.

*Jeg synes samarbejdet har fungeret fremragende. Jeg har en fornemmelse af, at vi begge har samme perspektiv og fælles interesser fra forvaltningernes side, og vi vil gerne det samme og kan bruge hinanden på de måder, fordi vores målsætninger i princippet er ens (2. Projektleder på Move@school, maj 2009).*

Baggrunden for, at man i BUF valgte at udvide samarbejdet omkring projektets øvrige tiltag, dvs. frikvarterdelen samt legepatruljeindsatsen, må ses som et udtryk for flere forhold. Men først og fremmest er det udtryk for en proces, der som styregrupperepræsentanten for BUF udtrykker det, er sket i takt med, at man i BUF har fået øjnene op for helhedsperspektivet i projekt Move@school. Man er stille og roligt blev opmærksom på, at det gav god mening at få hele konceptet med på banen, fordi det, der foregår af bevægelse i undervisningen, og det, der foregår i frikvarteret, understøtter hinanden, når man snakker om bevægelse i skolen. Således siger repræsentanten for BUF:

*Noget af det, jeg lagde mærke til, da jeg læste den første af del af evalueringen igennem, det var, at i starten var der jo faktisk sådan lidt en skarp opdeling imellem det, der hed "Motion i Klassen", altså undervisningsdelen, og det der mere rettede sig mod frikvarteret. Altså det, der hed fri leg i frikvarteret osv. Der var det sådan, at vi var meget inde over Motion i Klassen i starten, og så var det ligesom Glen (1. Projektleder på Move@school) eller Folkesundhed København, der mere eller mindre alene stod for den anden del. Og der tror jeg da, at efterhånden som vi fik øjnene op for, i hvert fald hos os, hvad den anden del også indebar, så kunne vi se, at der er et helhedsperspektiv i det her. Det er jo bevægelse, som Lars var inde på. Og skolen som helhed, både i undervisningstiden og i frikvarteret osv. osv. Så derfor gik vi jo så ind i et samarbejde om begge dele i højere grad (Repræsentanten for BUF, maj 2009).*

I forhold til Move@schools målsætning om, at projekt Move@school kan forankres i BUF pr. 01.01. 2010<sup>84</sup>, var det medio 2009 planen, at man med økonomisk støtte fra

83 BUF bidrog i 2008 økonomisk til tiltaget om "fri leg i frikvarteret"

84 Opgavebeskrivelse, Move@school, FSK, Lars Hansen 19. marts 2009.



puljen "Sunde børn" kan varetage driften af Move@school i BUF fra januar 2010 til 2012.

## Samarbejdet om Idrætscontainere

I august 2008 overgik driften af de fire idrætscontainere til 4 nye aftagere af idrætscontainere, hvilket er beskrevet i kapitel 6. Analysen af det tværsektorielle samarbejde om projekt Idrætscontainere bygger således alene på de interviews, der er blevet gennemført i forbindelse med midtvejsevalueringen.

I midtvejsevalueringen deltog styregruppemedlemmet for BUF som den eneste i et interview, idet ingen af de to fungerende projektledere arbejdede på projektet længere, og det derfor ikke var muligt at gennemføre interviews med disse. Udover arbejdet i styregruppen har BUFs repræsentant i styregruppen også siddet i projektgruppen for projekt Idrætscontainere. Ifølge repræsentanten for BUF blev der for det første etableret et samarbejde omkring projektbeskrivelsen, og for det andet blev det drøftet, hvordan man senere evt. ville kunne sætte idrætscontainerne i drift i BUF.

I første omgang var det planen at sætte Buret i drift, efter som at Buret var den idrætscontainer, der havde eksisteret længst, og havde vist sig at være mest levedygtig. Således havde man de første indledende drøftelser med distrikt Amager i slutningen af 2006 ud fra en forventning om at kunne sætte Buret i drift i starten af 2007. Men bl.a. pga. økonomiske vanskeligheder i BUF blev det hele noget forsinket. Senere i 2007 lykkedes det at sætte Buret i drift, og koordinatoren derfor blev tilknyttet ungdomsklubben 'Fabrikken' og er - ifølge styregrupperepræsentanten for BUF – en del af det faglige miljø der.

Med hensyn til de øvrige idrætscontainere, hvor tanken ligeledes var at finde mulige løsninger for overtagelse, viste det sig at være noget vanskeligere. Man havde nogle tilsvarende drøftelser med distrikt Bispebjerg om idrætscontaineren 'Friheden' ved Frederikssundsvejen skole. Men dels pga. de økonomiske stramninger, dels pga. den politiske beslutning om, at skolen skulle lukke, herskede der tvivl om, hvor vidt containeren overhovedet skulle ligge der.

I forhold til samarbejdet på projektgruppeniveau var repræsentanten i styregruppen den eneste repræsentant fra en anden forvaltning i projektgruppen. Derudover bestod projektgruppen af projektlederne fra de øvrige projekter i motionsstrategien.

I forhold til spørgsmålet om erfaring og vidensdeling vurderer repræsentanten for styregruppen i BUF, at han både har hentet viden fra projektet, men også at han selv har kunnet bidrage med viden til projektet. Der er dog tale om et samarbejde, der først og fremmest bærer præg af dialog og erfaringsudveksling og i mindre grad om varetagelsen af konkrete arbejdsopgaver, eller at man har påtaget sig specifikke ansvarsområder.

*I projektgruppen er jeg kommet nærmere på de enkelte projekter, sådan været mere nede konkret om, hvad det drejer sig om osv., som jo har været godt at få med op i styregruppen. Så det har givet en stor viden. Så tror jeg også, jeg har kunnet bidrage i både styregruppen og projektgruppen med*

*viden om skolerne, hvordan deres holdninger til sådan noget er, hvordan man skal tilrettelægge det, for at skolerne også kan bruge det om formiddagen, hvor der ikke er så mange brugere. (Styregrup-  
perepræsentant for BUF).*

## **Samarbejde om de øvrige projekter.**

På de øvrige projekter i motionsstrategien er det ikke i samme grad lykkedes at etablere et samarbejde mellem flere forvaltninger. Af midtvejsevalueringen fremgik det, at man på et tidligt tidspunkt i projekt Motionsvejledning forsøgte at etablere et samarbejde med 'Projektrådgivningen' i Kultur og Fritidsforvaltningen, som rådgiver foreninger om integration, hvor det var tanken, at samarbejdet skulle koncentrere sig om udviklingen af et særligt Motionsvejledningsforløb for børn og unge. Grunden til at dette samarbejde med KFF ikke udviklede sig, og man derfor ikke mødtes i meget lang tid, forklarer den tidligere projektleder på Motionsvejledning med to forhold. For det første fordi, '*man aldrig nåede til at udvide Move for børn og unge*', for det andet '*fordi der ikke rigtig kom noget arbejdskraft ud af det*'. Muligvis hænger de to forhold sammen. Endvidere har man på projekt Motionsvejledning forsøgt at etablere et samarbejde med Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen (BIF) med tanke på at udnytte BIF's viden og netværk til at få fat i jobcentre og rekruttere deltagere derfra. Det var den tidligere projektleder på projekt Motionsvejledningens oplevelse, at det har været svært at forpligte nogen på konkrete opgaver eller ansvarsområder. Der blev således aldrig skabt et arbejdsfællesskab eller erfarings- og vidensdeling med de nævnte enheder og forvaltninger.

*Det var jo egentlig meningen, at det skulle lette mit arbejde – altså hun (medarbejder fra BIF) skulle hjælpe mig i forhold til at få fat i jobcentre og rekruttere deltagere herfra og skulle hjælpe mig med det arbejde at finde kontaktpersoner, så det var nemmere for mig at få kontakt til nogen i jobcentre (Tidligere projektleder på projekt Motionsvejledning, 2008).*

I forbindelse med projekt 'Styrketræning for ældre' har der ifølge den nuværende projektleder heller ikke været etableret noget samarbejde på tværs af forvaltningerne. Grunden til, at der ikke har været noget samarbejde på tværs, er ifølge den nuværende projektleder, at de midler og samarbejdspartnere, han skulle arbejde med, i forvejen fandtes i Folkesundhed København.

*Men det er også fordi at (...) min målgruppe (...) den er tilhørende SUF. Og denne her mærkelige konstruktion med, at vi (FSK) er en del af SUF og alligevel ikke en del af SUF har gjort, at (...). Og så fordi de midler jeg skulle arbejde med, og de samarbejdspartnere, de var i Folkesundhed København i forvejen, så har jeg ikke haft behov for det på samme måde (Projektleder, Styrketræning for ældre).*

## Forklaringer på det vanskelige samarbejde

Ud fra ovenstående analyse af, hvordan samarbejdet har fungeret på henholdsvis styregruppeniveau og projektniveau præsenteres nedenfor en række mulige forklaringer på de vanskeligheder med samarbejdet, som især er afdækket på projektniveau.

### Styregruppemedlemmernes beslutningskompetence?

En vigtig problemstilling, der har været vendt i interviewene, er, om de medlemmer, der er udpeget til at sidde i styregruppen for 'København - en by i bevægelse' fra de forskellige forvaltninger er placeret højt nok i forhold til at have beslutningskompetence i styregruppen. Dette synspunkt er der forskellige opfattelser af i de forskellige forvaltninger. I FSK har man opfattet det som et grundlæggende problem.

*De skulle altid hjem og snakke med nogen. De skulle hjem og have et ok fra nogen. De kunne ikke committe sig, hvorimod jeg var i stand til at committe mig på Folkesundhed Københavns vegne. Så det var en del af problemet, at folk ikke var på det rigtige niveau. Det er jo også et godt eksempel på, at vigtigheden af området, det har man ikke rigtig forstået. Jeg kunne ikke drømme om at have en af mine medarbejdere siddende som formand for den styregruppe. Det var for stort et projekt, og det var helt klart, at når vi skulle have de andre forvaltninger med, så skulle jeg sidde for bordenden. Men når de så sender folk, som ikke er beslutningsdygtige, så bliver det også derefter (1. folkesundhedschef, FSK).*

Denne vurdering støttes af den anden specialkonsulent i Folkesundhed København, der mener, at motionsstrategien aldrig rigtig er blevet håndteret på direktørniveau, men at den derimod er blevet varetaget af mellemledere på et alt for lavt niveau i forvaltningen.

*Men hvis man hæver blikket væk fra, hvad der var praktisk muligt, og kigger lidt mere kritisk analytisk på det, så læste jeg forleden dag det oprindelige budget fra 2005 om, hvad det var, politikerne i borgerrepræsentationen gerne ville med det her (...) der står, at det skal være tværsektorielt på den måde, at det at fremme motion, indgår bredt i alle aktiviteter i alle forvaltninger (...) Således så står der i de papirer, jeg har kunnet se, at så nedsætter direktørerne for de forskellige forvaltninger en styregruppe. Men den styregruppe kommer så til at bestå af nogle mellemledere på ret lavt niveau i hver forvaltning, hvis man kigger på de navne, der er. Så allerede der går man fra bredt alle aktiviteter ned til et specifikt kontor med ansvar for en specifik aktivitet i en forvaltning. Men så sker der det, at man placerer ansvaret i Sundhedsforvaltningen. Og det er formentlig det eneste, der kan lade sig gøre, fordi de andre jo ikke gør det, vil jeg skyde på. Som erfaring ville jeg tænke, det skal simpelthen bankes på plads på direktionsniveau i hver forvaltning, meget mere grundigt, som en egentlig målsætning i hver forvaltningsenhed, før det løber nedad i systemet. Det er for hurtigt, det er røget ned i systemet, kan man sige (2. Specialkonsulent i FSK).*

Fra FSK side mener man også, at det er forklaringen på, at motionsstrategien ikke har haft de andre borgmestres bevågenhed.

*Det havde ikke de andre borgmestres bevågenhed, bl.a. fordi det aldrig nogensinde kom ind på direktørniveau. Det ville være naturligt, at direktørerne havde drøftet det her store projekt. Det er trods alt 4 millioner hvert år i de første 3-4 år. Man synes, det var et projekt, der burde have haft direktørens bevågenhed, men der er ikke forståelse for, at det ikke bare er ligetil. Det giver ikke sig selv at lave tværsektorielt samarbejde, man kan ikke bare gøre det ved, at man vedtager det tværsektorielt. Det skal indarbejdes, det er et problem generelt i Københavns kommune, at man ikke*

*arbejder tværsektorielt. Man arbejder ikke en gang godt nok på tværs i Sundhedsforvaltningen (2. Folkesundhedschef i FSK).*

Repræsentanten for styregruppen i BUF bekræfter, at det har haft en betydning for de beslutninger, han kunne træffe i styregruppen, at han ikke sidder med et ledelsesansvar i sin forvaltning. På spørgsmålet, om der er ting, han skal hjem og 'clear' med andre i sin forvaltning, inden der kan træffes beslutninger i styregruppen, svarer styregrupperepræsentanten for BUF.

*Det er der jo altid, fordi jeg jo - til forskel fra nogle af de andre repræsentanter i styregruppen - ikke har et egentlig ledelsesansvar. Jeg skal hele tiden hjem og have baglandet med.(...) Men jeg har ikke kunnet - f.eks. med den drøftelse vi havde om forankring og driften her i BUF - der kunne jeg jo ikke sidde og sige.. jamen det kunne jeg ikke give en underskrift på. Det skal jeg hjem og have opbakning til. Både fra min ledelse og så senere fra de forskellige distrikter (Styregrupperepræsentanten for BUF).*

Flere styregruppemedlemmer fra de øvrige forvaltninger (TMF og KFF) bekræfter, at styregruppen i mange tilfælde ikke har kunnet træffe beslutninger, men de er ikke enige i, at det skyldes styregruppemedlemmernes manglende beføjelser. Et styregruppemedlem mener således, at det ikke ville ændre på problemet, hvis gruppen bestod af de administrerende direktører.

*Det handler alene om magtbalancen mellem embedsværket og det politiske system. Hvor det politiske system har en forståelig forventning, vil jeg sige, om at det her er deres landskab, det er her, de skal mene noget, hvordan man prioriterer sådan nogle overordnede ting. Når de så har lavet deres prioriteringer, så har de en forventning om, at embedsværket så træder i karakter og gennemfører de projekter (Tidligere repræsentant for styregruppen i TMF).*

Et af medlemmerne af styregruppen mener ligeledes, at FSK som en nyetableret enhed ikke var klar over, hvordan beslutningsprocesserne er i Københavns kommune.

*Så spørger lederen af styregruppen, kan vi acceptere det som vores motionsstrategi? Det kan vi slet ikke bestemme som enkeltstående embedsmænd, der repræsenterer forvaltninger, at beslutte det på vegne af København kommune. Det skal vi tilbage med i vores (politiske) udvalg. Hvor langt går vores beføjelser? Hvad kan vi tiltræde? Det var meget tydeligt, at Folkesundhed København var helt nyetableret og egentlig ikke havde fod på, hvordan de kommunale sagsgange og beslutningsprocesser er. De troede, at vi kunne "bare" gøre en hel masse ting, som vi overhovedet ikke "bare" kunne gøre (...) F.eks. så har vi i kultur- og fritidsforvaltningen en idrætspolitisk redegørelse, den angiver nogle retningslinjer for København kommunes idrætspolitik. Det er da klart, at en såkaldt motionsstrategi kunne meget nemt komme på kollisionskurs med det, der står i den. Og så kunne vores Kultur- og Fritidsudvalg tænke "Hvad (.....) er det for noget?", sidder der nu nogle derovre på tværs af nogle forvaltninger og... hvad er det for noget? (Styregrupperepræsentant for KFF).*

I de fleste tilfælde har den manglende beslutningskompetence dog ikke været et problem, fordi beslutningerne i styregruppen ikke har haft budgetmæssige konsekvenser for den enkelte forvaltning. Herom er der forskellige opfattelser blandt styregruppens medlemmer, hvilket de to nedenstående kommentarer fra repræsentanterne fra KFF og TMF vidner om:

*I og med at jeg ikke var afhængig af at skaffe nogle penge, så har jeg ikke skullet tilbage og rydde op hjemme i forvaltningen. Der har ikke været nogen ting, der har betydet, at jeg har siddet og rystet i bukserne. Eller synes at vores Kultur- og Fritidsudvalg eller den administrerende direktør skulle informeres (Styregrupperepræsentant for KFF).*

*Det har jeg så. Jeg har haft nogle projekter, hvor jeg har måttet afklare det med vores direktørkreds nogle gange: Hvad kan vi, og hvordan skal vi gøre det (Tidligere medlem af styregruppen, TMF).*

### **Forskellig prioritering af motionsstrategiens sundhedsdagsorden.**

En anden mulig forklaring på samarbejdsvanskelighederne mellem forvaltningerne er, at forebyggelse og sundhedsfremme ikke står lige så højt på dagsordenen i de øvrige forvaltninger som i sundhedsforvaltningen.

I interviewene med ansatte i FSK går det igen, at selvom strategien var tilstræbt som en tværsektoriel indsats, så har det i praksis været FSK, der har taget initiativet og været drivkraften, mens de andre forvaltninger ikke har involveret sig deri som tiltænkt. Af nedenstående citater fremgår det, at projektlederne har haft en oplevelse af, at det er FSK, der har haft de største interesser i projekterne.

*Men det er jo også det, der har været vores store lære indtil videre i hvert fald, det er, at alle projekterne har været tænkt, initieret og drevet herfra. Og derfor har det været utroligt svært at få de andre til at synes, at det var deres projekt, de andre forvaltninger (...) det med at de andre forvaltninger skulle tage ejerskab for det, det har været stort set umuligt (2. Projektleder, Styrketræning for ældre).*

*Jeg synes også helt tydeligt, at man har kunnet mærke, når man sad med til styregruppemøderne, at det var dem herinde fra, som styrede det. Selvejledigt har de ikke taget beslutningerne (...) på papiret, men reelt tror jeg mest, det har været (...) De har fremlagt nogle ting, og de andre har nikked til det. Men interessen har ikke været der, og (...) behovet for de her projekter har ikke været der i de andre forvaltninger (1. Projektleder Motionsvejledning).*

De gode samarbejdsrelationer mellem BUF og FSK i forhold til projekt Move@school bekræfter netop også, at der hvor man kan finde fælles fodslag om konkrete målsætninger for fysisk aktivitet og sundhed vil ejerskabet for de enkelte projekter vokse og FSKs målsætning om at varetage driften af de iværksatte projekter lettere kunne virkeliggøres.

Interviewene viser også, at der er store forskelle mellem forvaltningerne på, hvor vigtigt dette projekt opfattes.

*Det er meget meget småt det her projekt. Det er meget vigtigt for Folkesundhed København, men i princippet ikke specielt vigtigt for os andre. Nu siger jeg, hvad jeg har tænkt hen ad vejen! Motionsstrategi - København – en by i bevægelse - hvis man tænker på, hvad der ellers sker på motions- og idrætsområdet, både på skolerne og i særdeleshed hos os, jamen det er jo dét, der er den overordnede motionsstrategi (...) men det var en måde at få fasttømret motionsområdet i Folkesundhed København på, og det har jeg da ikke været blind for. Jeg har bare tænkt, jamen det er da fint, så lad os få gang i det, og det var nogle gode projekter (Styregruppemedlem, KFF).*

Samme styregruppemedlem peger dog samtidig på, at det forhold, at pågældendes forvaltning ikke havde penge involveret i projekterne, måske også har haft betydning for forvaltningens engagement i de forskellige aktiviteter.

*Hvis man ikke har nogle penge i det, så betragter man det nok, selvom det ikke er bevidst, med lidt mere løs hånd. Det tror jeg bliver meget svært at ændre, uanset hvilket forum det er (Styregruppedlem, KFF).*

I denne sammenhæng kan det også spille en rolle, at selvom sundhed nok har en høj prioritet på den politiske dagsorden, så er Folkesundhed København en meget lille forvaltningsenhed i Københavns Kommune. En af medarbejderne i forvaltningen siger.

*Vi er sådan et lille marginalt hjørne af en forvaltning med et kæmpe budget, det synes jeg har været en mærkelig konstruktion (...) Det kan være det er en forenkling, men det er som om, at Folkesundheds mål ikke eksisterer på direktionsniveau og dermed også på det tværsektorielle plan på direktionsniveau (...) Folkesundheds mål, det er krydderi på den her forvaltning. Selv i vores sundhedsforvaltning er Folkesundhed ikke noget strategisk vigtigt mål andet end måske på papiret. Det gennemsyrrer på en måde alt, fordi det betyder, at vi bliver sådan en, vi kalder det selv udviklingsdel, men det har mere en symbolsk karakter, fordi det meget sjældent bliver til drift. Og på den måde kan man sådan pege på os og sige, jamen vi gør noget (...). Men alt sammen foregår jo i småskala og på udviklingsplan, og der er ikke nogen, der forpligtiger sig på stordrift, ikke engang vores egen forvaltning (2.specialkonsulent, FSK).*

Interviewene tegner endvidere et billede af, at samarbejdet i styregruppen på forskellig vis har bidraget til, at man på tværs af forvaltningerne langsomt er i gang med en proces, der skaber en gensidig større forståelse for en 'fælles vision' om en sundhedsdagsorden, der har til formål at gøre københavnere mere fysisk aktive. Samtidig har erfaringerne omkring dette samarbejde betydet, at der er en voksende forståelse for, at forvaltningerne imellem må lære hinanden bedre at kende for at få samarbejdet til at lykkes. Men der er også en tendens til, at man på enkelte punkter muligvis er i gang med en holdningsændring (jf. nedenstående citater fra styregruppens repræsentanter for TMF, FSK og BUF).

*Den (sundhedsdagsorden) spiller i stigende grad en rolle hos os, og jeg tror, den vil blive formuleret i løbet af det næste års tid som et af de væsentlige argumenter for de ting, man gør. Jeg tror, man vil tænke de tanker ind i en lang række andre projekter. Man skal forklare en folkesundhedsdimension i en række af de andre projekter, vi laver (Tidligere styregruppedlem, TMF).*

*Kultur- og fritid er jo en lille forvaltning, og der er en særlig kultur omkring det der med foreninger, nemlig at foreningslivet er frit, og det piller man ikke ved (...) Når vi (i FSK) giver os i kast med foreningslivet og med organisationerne, så har vi altid en dagsorden, og den er vi ikke bange for at tage med. Men det gør kultur- og fritid kun i meget begrænset omfang. Men også der oplever jeg, at der er meget større åbenhed nu overfor at pille ved foreninger og sige, man må godt have et sundhedssigte med nogen af de aktiviteter, som man støtter fra kultur- og fritid, som man bakker op om. En større interesse og stor åbenhed overfor det her med folkesundhed og sundhed i det hele taget, som noget man godt må forfølge mere. Så på den måde er det bestemt også en forvaltning, som jeg oplever som en, der er på vej, og som vi har god, åben dialog med. Vi skal lige finde ud af, hvad det er hinanden kan (2. Folkesundhedschef, FSK).*

*I starten havde vi lidt forskellige tilgange til forebyggelse og sundhedsfremme osv. men det har ændret sig meget. Der synes jeg vi har det samme syn på det i dag, samme sundhedssyn. De forskellige syn dengang var jo meget, at vi jo siger, at vi er en uddannelsesforvaltning, dvs. når vi arbejder med sundhed, så (...) meget firkantet sagt (...) så arbejder vi ikke med at gå ind og ændre børnenes adfærd. Vi arbejder i højere grad med at give dem nogle kompetencer, så de bliver i stand til at foretage nogle forhåbentlige sunde valg. Fokus er på læringen/kompetence udviklingen, hvor man fra sundhedsforvaltningens side havde en mere adfærdsmæssig tilgang til det, hvor det gik ud på at*

*ældre børnenes adfærd, lige meget på hvilken måde havde jeg nær sagt. Der synes jeg det har ændret sig meget. Vi har ændret lidt holdning, tror jeg, og det har man også fra sundhedsforvaltningen' (Styregrupperepræsentant for BUF, 2008).*

Med afsæt i FSKs konkrete erfaringer med at samarbejde med andre forvaltninger om sundhedsprojekter (bl.a. i forbindelse med Byens Grønne Puls) samt med afsæt i den nye struktur, som FSK har fået i 2009, hvor afdelingen for Strategi og Samarbejde skal bygge bro til de andre forvaltninger i kommunen, er projektlederen for BGP i interviewet inde på, at også FSK har flyttet sit syn på sundhed:

*Vi har før haft et fokus, der har været meget borgerrettet, og nu er det sådan, at man efterhånden har fundet ud af, at det giver mere sundhed for pengene, hvis man begynder at arbejde mere strukturelt med sundhed og ændrer rammerne og vilkårene for borgerne. Så vores blik er blevet bredere, og vi prøver at ændre på rammerne, og det kræver så, at man samarbejder og lægger sin energi i at samarbejde med andre forvaltninger, og evt. også NGO'er, og hvem der ellers vil byde sig på banen på sundhedsopgaven. Og det i sig selv, kan man sige, det fokus, det udelukker at vi kan sidde og bruge 90 pct. af vores tid på at være en projektorganisation, der driver projekter, som er borgerrettet – netop fordi at man har fundet ud af, at det giver ikke så meget sundhed for pengene at lave projekter i ti 7. klasser på nogle bestemte skoler og prøve at løfte dem i en eller anden retning ( ). Hvis man laver nogle gode parker, og hvis man laver nogle gode infrastrukturer, så ved man, at folk begynder at bevæge sig mere, end hvis man går ud og laver et eller andet fysisk aktivitetstilbud, som er målrettet borgerne. Så qua det fokus bliver man nødt til at drosle ned på projektaktiviteterne, som også viser at være lidt mere ineffektive - i forhold til sundhed i hvert fald (3. projektleder for BGP i FSK).*

### **Manglende interessefællesskab**

Med afsæt i resultaterne af midtvejsevalueringen, hvor analysen af samarbejdet omkring de enkelte projekter viste, at det er en vigtig forudsætning for samarbejdet, at de forvaltninger, som arbejder sammen om et projekt, har en interesse deri i forhold til mål, aktiviteter og prioriterede målgrupper i den pågældende forvaltning, er dette blevet yderligere tydeliggjort, hvilket bl.a. de gode samarbejdsrelationer i forbindelse med projekt Move@school vidner om. Projekt Move@school er et godt eksempel på, at samarbejdet er lykkedes. Der kom således et godt samarbejde i stand omkring de dele af Move@school, som faldt sammen med mål og aktiviteter i BUF, mens samarbejdet har været mindre godt på de dele, som forvaltningen (eller den pågældende enhed deri) ikke arbejder med. Man udtrykker det selv på den måde, at der var et 'interessefællesskab'.

Omvendt har det været svært at engagere Socialforvaltningen i motionsstrategien, fordi man ikke har oplevet, at de konkrete projekter tog sigte på de målgrupper, som man i denne forvaltning især er optaget af. Tilsvarende har Kultur- og Fritidsforvaltningen forholdt sig lidt distanceret til samarbejdet, fordi projektet på nogle områder bevægede sig ind på denne forvaltnings ansvar for idræt og afveg fra den måde, man i denne forvaltning støtter idræt (uddybet ovenfor). Endelig har det mere generelt været svært at engagere forskellige afdelinger i TMF, KFF og BIF, når der ikke 'fulgte penge med', og det ikke var en opgave, som var prioriteret på højere niveau i forvaltningen.

### **Kulturforskelle på tværs af forvaltningerne**

Samarbejdsproblemerne på tværs af forvaltningerne kan også hænge sammen med forskellige forvaltningskulturer, forskellige fagligheder (rekruttering fra forskellige uddannelser) og forskellige interesser, som hver forvaltning skal tage hensyn til, på tværs af de involverede forvaltninger. Det er dog begrænset, hvad analysen kan fortælle om dette, fordi den bygger på forholdsvis få interviews, mens det ikke har været muligt inden for den tid, der har været afsat til denne undersøgelse, at foretage observationer og interviewe et større antal personer i hver af forvaltningerne. Interviewene afslører dog flere forskelle mellem forvaltningsenhederne, som kan tænkes at påvirke samarbejdet om motionsstrategien.

Den første forskel vedrører, hvilke grupper forvaltningen især er optaget af. Et styregruppemedlem forklarer således forvaltningens lille engagement i projektet med, at det har været svært at få skabt fokus omkring de målgrupper, som pågældendes forvaltning beskæftiger sig med.

*Jeg har da nogle gange tænkt, hvordan kunne jeg lige få sparket nogle psykisk syge eller få nogle stofmisbrugere eller andre sparket noget mere ind i det (.). Jeg husker særligt et møde, hvor lederen sagde: "Ja de psykisk syge kan vi godt have med at gøre, men stofmisbrugere endelig ikke". Hvor jeg sad og tænkte: "Nå, hvorfor egentlig ikke?". Der er hjemløsefodbold, der er masser af dem, som er dybt dopede konstant nærmest (...) skal man lave sådan nogle projekter, synes jeg også, man skal sørge for at få lavet noget, som får alle forvaltninger med, så vi kan se, det her er også til gavn for vores målgruppe. Der har jeg oplevet, at man tænkte meget i ældre, man tænkte meget i børn og unge og ikke så meget de udsatte grupper (Styregruppemedlem i SOF, 2008).*

Mellem forvaltningerne er der imidlertid også forskelle på, hvilken værdi idræt og bevægelse tillægges, og der kan være hensyn til andre mål og politikker, som motionsstrategien kan komme på kollisionskurs med. Det var øjensynligt en overraskelse for den tidligere folkesundhedschef, at man i Kultur- og Fritidsforvaltningen tillægger idræt og bevægelse nogle andre værdier, end man gør i Sundhedsforvaltningen.

*Vi havde nogle interessante diskussioner med styregruppemedlemmet fra Kultur og fritid. Fordi det paradigme med at vi ville have motion som led i sundhedsfremme, det strittede jo imod deres idéer om at idræt, leg og fysisk aktivitet er et spørgsmål om velvære og velbefindende og underholdning. Og så er der nogle sociale aspekter med at holde de unge væk fra gaden og sådan noget. Det var ikke et spørgsmål om sundhed. Og vi blev også klar over, at det kan ikke nytte noget, at vi markedsfører alt ud fra et sundhedsperspektiv. Vi skal også markedsføre ud fra et velbefindende, og at det er sjovt. Det var jo ikke et spørgsmål om, at de ikke forstod konceptet og begreberne. Det var et spørgsmål om, at de ikke havde tradition for det (1. Folkesundhedschef).*

Styregruppemedlemmet fra KFF uddyber denne forskel mellem de to forvaltninger i synet på idræt.

*Det er faktisk sådan en ideologisk ting. Man dyrker idræt, fordi det er sjovt, ikke fordi det er sundt. Man dyrker ikke idræt pga. sidegevinsterne, men fordi idrætten har en egenverdi. At så samtlige undersøgelser af voksenidrætsvaner viser, at 75 % dyrker det, fordi det er sundt, det lader man hånt om. Det er ideologien. Så længe det er det, så vil man hovedsagligt tilbyde idræt og motion og udvikle faciliteterne ud fra primært foreningsidrætten, der står for den del. Så er man også underlagt Folkeoplysningsloven. Den fokuserer udelukkende på måden at organisere sig på, altså det at danne en forening (Styregrupperepræsentant, KFF).*



Endelig synes der også at være nogle mere forvaltningskulturelle forskelle, der har påvirket samarbejdet. Her tænkes på forskellen mellem driftsorienterede forvaltninger og de mere idé- og politikudviklende enheder. En medarbejder i Teknik- og Miljøforvaltningen fortæller om denne forskel internt i denne forvaltning.

*Teknik- og miljøforvaltningen er delt op i ti centre, som har hver deres ekspertiseområde. Vi er meget forskellige. Det der kendetegner Center for anlæg og udbud er nok, at vi netop løser konkrete projekter, vi har meget fokus på at nå et resultat, levere en vare til en given tid og pris og kvalitet, dvs. meget resultatorienteret. Andre centre, også nogle af de andre forvaltninger, arbejder på et mere strategisk niveau med en mere langsigtet planlægning. Det er også helt forskellige medarbejdertyper med forskellig uddannelsesmæssig baggrund. I Center for anlæg og udbud har man typisk en eller anden teknisk, akademisk baggrund, hvor de andre kan have en mere humanistisk tilgang (Områdechef i Center for Anlæg og udbud, 2008).*

En del af forklaringen på alle de praktiske vanskeligheder i samarbejdet om gennemførelsen af 'Byens Grønne Puls' kan måske tilskrives det forhold, at FSK overvejende er en idé- og politikudviklende enhed, som ikke har så stor erfaring med drift af projekter, mens de afdelinger i TMF, som der samarbejdes med om projektet, overvejende er driftsorienterede enheder.

## Konklusioner og anbefalinger

På grundlag af analysen af de gennemførte interviews kan følgende konkluderes.

1. På det overordnede ledelsesmæssige niveau har der været et fint samarbejde om udmøntningen af motionsstrategien i prioriteringer samt vedtagelse af og ændringer i de forskellige projekter. Det er dog helt overvejende FSK, der har haft initiativet, hvilket hænger sammen med, at forvaltningen fik tillagt ledelsesrollen for 'København – en by i bevægelse'.
2. På projektniveau har samarbejdet mellem de involverede forvaltninger imidlertid ikke levet op til forventningerne. Der har været et godt og gensidigt samarbejde på områder, hvor projektet faldt sammen med aktiviteter og projekter i den pågældende forvaltning (fx Move@school), men det har været svært på områder, der ikke er snævert sammenfaldende med den pågældende forvaltnings interesser og faglighed, at få forvaltningen til at prioritere dette samarbejde. På Move@school har samarbejdet fungeret godt og samarbejdet er blevet styrket i takt med et stigende interessefællesskab om tiltag og visioner i de to forvaltninger. På Motionsvejledning forsøgte man at få et samarbejde op at stå med SOF og BIF, hvilket ikke lykkedes, og på Byens Grønne Puls var samarbejdet meget vanskeligt.
3. Det er ikke muligt på dette grundlag at pege på entydige og enkle forklaringer på, hvorfor samarbejdet har haltet. Analysen tyder dog på, at følgende faktorer har spillet en rolle:

- For det første kan det være en forhindring for implementeringen af projekterne, at repræsentanterne for de forskellige forvaltninger i styregruppen ikke har kompetencen til at tage beslutninger på den enkelte forvaltnings vegne eller til at føre styregruppens beslutninger ud i livet.
- For det andet viser interviewene, at selvom der er opbakning til den fælles vision i motionsstrategien, så har den ikke samme betydning i de andre forvaltninger (end FSK). I den forbindelse har det måske haft betydning for involveringen, at der ikke fulgte penge med til de forvaltninger, der blev involveret i et projekt (eller den pågældende forvaltning ikke har afsat midler til projektet).
- For det tredje spiller det en rolle for den enkelte forvaltnings engagement i og prioritering af et samarbejde om projektet, at der er sammenfald mellem interesser, aktiviteter og målgrupper i den enkelte forvaltning og det enkelte projekts (i motionsstrategien) indhold og mål.
- For det fjerde forudsætter samarbejdet på det konkrete projektplan, at de samarbejdende parter tager højde for forskelle mellem de respektive forvaltninger på de værdier, mål og interesser, der er styrende i den enkelte forvaltning, og den måde man traditionelt fungerer på i forvaltningen. Og på grundlag af dette afstemmer hinandens forventninger.

På baggrund af denne konklusion kan følgende overvejes i bestræbelsen på at forbedre det tværsektorielle samarbejde med sigte på at opfylde motionsstrategiens målsætninger?

- Det politiske niveau – borgmestrene og udvalgene som de forskellige forvaltninger refererer til – bør i højere grad engageres i projektets fælles mål.
- Styregruppen for projektet bør bestå af ledere i de respektive forvaltninger, der har beslutningskompetence til at føre vedtagelser i styregruppen ud i livet i den pågældende forvaltning.
- Projektlederne skal i højere grad kende og samarbejde med repræsentanterne for de forskellige forvaltninger i styregruppen, således at der findes et netværk, som kan åbne for samarbejde med de øvrige forvaltninger.
- Det skal prioriteres tydeligere fra borgmestrene og ledelsen i de enkelte forvaltninger, at det tværsektorielle samarbejde er lige så højt prioriteret som forvaltningernes egne mål og aktiviteter.
- Samarbejdet om motionsstrategien skal i højere grad været et ligeværdigt projekt, som i mindre grad end hidtil er domineret af én forvaltning.
- Samarbejde om konkrete projekter på tværs af flere forvaltninger forudsætter en afstemning af forventninger og interesser de involverede forvaltninger imellem og en gensidig forståelse af hinandens arbejdsgange og rutiner.
- En forudsætning for at de forskellige forvaltninger engagerer sig helhjertet i 'København – en by i bevægelse' er, at der anlægges en længere tidshorisont for samarbejdet, som også afspejles i de enkelte forvaltningers budgetter.

## Tre organiseringsformer for Københavns Kommunes forebyggelsesindsats

Kommunerne har stor frihed til at bestemme, hvor mange ressourcer de vil bruge på forebyggelse og sundhedsfremme, hvilke sider af forebyggelsen de vil prioritere, og hvordan de vil organisere indsatserne på området. Kommunerne har da også valgt at organisere indsatsen på dette område på meget forskellige måder. At valg af organiseringsform har stor betydning for opgaveløsningen har der været almindelig enighed om i organisationslitteraturen siden 1930'erne (Egeberg, 1999; Gulick, 1937), men forestillingen om at der findes en bestemt rigtig måde at organisere sig på (Taylor, 1992), er der ikke mange, der tror på i dag. Derimod kan man godt sige noget om, hvilke fordele og ulemper der er ved forskellige organisationsmodeller og forsøge at få maksimalt udbytte af fordelene og minimere ulemperne ved den grundmodel, man har valgt. Det er ud fra denne præmis, at vi i det følgende kontrasterer den grundmodel, man har valgt for organiseringen af forebyggelse og sundhedsfremme i Københavns kommune, med to idealtypisk forskellige modeller, der bruges i en række andre kommuner.

I nogle kommuner har man organiseret forebyggelsesopgaverne i en selvstændig sundhedsforvaltning, hvis ansvar er begrænset til de nye opgaver med forebyggelse og sundhedsfremme. I andre kommuner dækker sundhedsforvaltningen også andre kommunale sundhedsopgaver som fx genoptræning, sundhedspleje og tandpleje. Der er også eksempler på, at forebyggelse i relation til børn og unge placeres i én forvaltningsenhed, der mere generelt har med børn og unge at gøre, mens forebyggelse i forhold til voksne placeres i en anden enhed. Det typiske er dog, at i de kommuner, der har etableret en selvstændig sundhedsforvaltning, er det denne forvaltning, der koordinerer og implementerer forebyggelsesindsatserne i kommunen. Endelig er der også kommuner, der har valgt at placere ansvaret for forebyggelsesindsatsen i en enhed knyttet til den centrale koordinerende forvaltningsenhed i kommunen. Uanset hvordan forebyggelsesindsatsen er grebet an, har de fleste kommuner etableret et samarbejdsorgan (udvalg, netværk), der går på tværs af forvaltningsenhederne. Endvidere har mange kommuner udarbejdet en overordnet sundhedspolitik, der bl.a. placerer ansvaret for de forskellige sider af forebyggelsesarbejdet i de forskellige forvaltningsenheder (Hansen og Jørgensen 2008).

Dette afsnit indeholder en diskussion af fordele og ulemper ved tre forskellige måder at organisere forebyggelse og sundhedsfremme i Københavns Kommune med særlig fokus på den del af forebyggelsen, der vedrører bevægelse og fysisk aktivitet. Analysen bygger på

1. Tidligere undersøgelser af den kommunale organisering af forebyggelse og sundhedsfremme <sup>85</sup>.

---

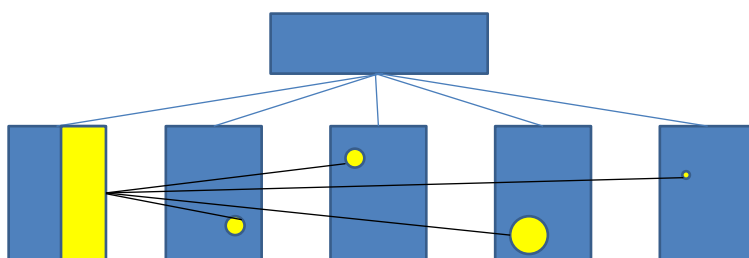
85 Der er gennemført tre undersøgelser af den kommunale organisering af forebyggelse og sundhedsfremme. Den første, der blev gennemført af Rambøll Management for Sundhedsstyrelsen, deltog alle landets kommuner i. Den anden er en analyse, som COWI gennemførte for Kommunernes Landsforening, hvor 85 kommuner bidrog. Den tredje undersøgelse er en mere kvalitativt anlagt undersøgelse gennemført af Anvendt KommunalForskning (AKF), hvor 14 kommuner deltog. Dertil kommer flere opgaver fra universitetsstudier, der belyser den samme problemstilling fra forskellige synsvinkler.

2. Ovenstående analyse af erfaringerne med det tværsektorielle samarbejde om motionsstrategien 'København – en by i bevægelse'.
3. En workshop afholdt den 23. juni 2009 om den tværsektorielle organisering af forebyggelsesopgaven i Københavns Kommune, som alle forvaltninger var inviteret til at sende repræsentanter til at deltage i. Workshopen gik ud på at diskutere erfaringerne med samarbejde på tværs af forvaltningerne samt diskutere fordele og ulemper ved forskellige organiseringsformer, som blev præsenteret på mødet. I workshopen deltog seks repræsentanter fra Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, to fra Kultur- og Fritidsforvaltningen, én fra Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen og én fra Socialforvaltningen. Oplæg og diskussioner på workshopen blev optaget på bånd og efterfølgende transkriberet.

### Tre organiseringsformer for forebyggelse på tværs af forvaltninger

Københavns kommune har valgt en struktur, hvor ansvaret for forebyggelse og sundhedsfremme er placeret i en afdeling - Folkesundhed København - i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen. Dermed er de tværgående koordinerende opgaver placeret i én forvaltning, der herudover blandt andet har den store driftsopgave at levere hjælp og pleje til kommunens ældre medborgere samt varetage den kommunale del af den patientorienterede forebyggelse.

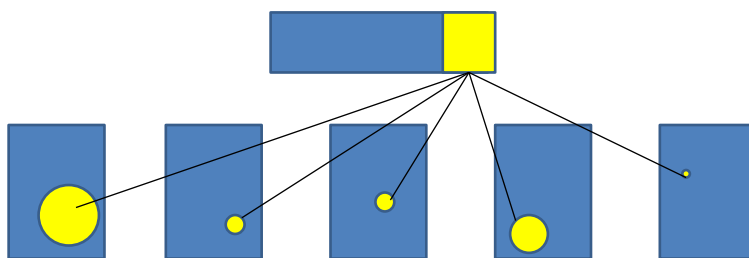
#### 1. Model: En del af en særlig forvaltning



Dette strukturelle valg har nogle fordele og ulemper, som vi vil belyse ved at kontrastere denne struktur med to andre udbredte måder at placere forebyggelsesopgaven i den kommunale struktur. Vi trækker forskellene lidt skarpt op i to idealtypisk anderledes måder at organisere opgaven.

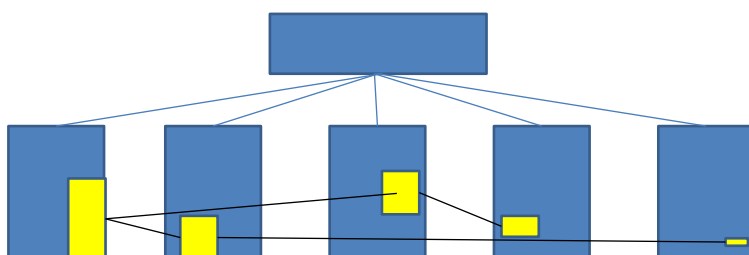
Den ene måde går ud på at placere den koordinerende og initierende del af opgaven i den forvaltning, som primært har koordinerende tværgående opgaver. I de fleste kommuner er dette borgmesterforvaltningen, men i Københavns kommune er det økonomiforvaltningen, der ledes af overborgmesteren, som kommer nærmest den funktion.

## 2. Model. Del af den tværgående forvaltningsenhed



Den anden radikalt anderledes måde at placere tværgående sundhedsopgaver på er at etablere en mindre enhed for forebyggelse og sundhedsfremme i hver forvaltning, der så typisk har en projektorienteret matrixorganiseret relation mellem de enkelte forvaltnings forebyggelsesafdelinger.

## 3. Model. Enhed for forebyggelse i alle forvaltninger



Til sammenligning af de tre måder at organisere forebyggelse og sundhedsfremme i Københavns Kommune anvendes en model, der indkredser de aktører, der er centrale for opgavevaretagelsen. Disse aktører vurderes herefter med udgangspunkt i tre faktorer, der indenfor implementeringslitteraturen er fremhævet som centrale for implementeringen af enhver opgave (Lundquist, 1987; Vedung, 1997), herunder forebyggelsesopgaven som helhed og specifikke programmer til realisering deraf.

1. Har de centrale aktører *forstået* målet med samt omfanget og karakteren af kommunens forpligtelse på forebyggelsesområdet?
2. Har de grundlæggende en *vilje* til og interesse for at virkeliggøre mål og programmer på området? Er området prioriteret, og har det opmærksomhed – politisk og ledelsesmæssigt.

3. Har de centrale aktører de nødvendige *evner* (kompetencer, faglighed) og *ressourcer* (økonomi og tid) til at gennemføre programmet? Det handler i denne sammenhæng både om specifikke faglige kompetencer på sundheds- og forebyggelsesområdet (viden om sundhedsrisici og deres årsag, hvilke tiltag der virker osv.) og viden om og erfaring med samarbejde på tværs af forvaltninger og fagområder.

Det antages, at der på tværs af forvaltningerne er forskelle på 'forståelsen', 'viljen' og 'evnerne' i forhold til forebyggelsesopgaven. Men det antages også, at der er forskel derpå i den enkelte forvaltning. I forhold til problemstillingen i denne analyse skelnes der mellem *det centrale ledelsesniveau* i kommunen (Borgerrepræsentationen, den samlede magistrat og den forvaltning som varetager overordnede koordinerende opgaver, primært økonomiforvaltningen); *forvaltningsniveauet*, som beskæftiger sig med planlægningen af de forskellige kommunale opgaver; og *institutionsniveauet* (fx skoler, daginstitutioner, plejehjem og idrætsanlæg), som står for driften af de kommunale opgaver. Den grundlæggende antagelse er, at der fx udmærket kan være forståelse for forebyggelse på det centrale niveau, mens det ikke findes på institutionsniveau.

I det følgende benyttes denne model til at vurdere fordele og ulemper ved de tre alternative måder at organisere forebyggelse og sundhedsfremme i Københavns Kommune.

## Afdeling i Sundhedsforvaltningen

I henhold til styrelsesvedtægten for Københavns Kommune er det Sundheds- og Omsorgsudvalget og dertil hørende forvaltning, der har ansvaret for 'forebyggende sundhedsmæssige foranstaltninger'. En del af denne opgave varetages af Folkesundhed København (FSK), som en afdeling af Sundheds- og Omsorgsforvaltningen. FSK består af fire enheder, med til sammen ca. 50 medarbejdere, som beskæftiger sig med:

- Politisk betjening, ledelse, kommunikation og økonomi (Sekretariatet).
- Implementering og forankring af forebyggelsesprojekter, rådgivning mv.
- Strategi og samarbejde med andre forvaltninger.
- Analyse, evaluering, udvikling af nye metoder og samarbejde om forskningsprojekter.

FSK har i dag ansvaret for flere forebyggelsesprojekter, som medarbejdere i enheden enten selv står for (fx rygestopkurser) eller har ansvaret for koordineringen af aktiviteter på tværs af forvaltningerne (fx motionsstrategien 'København – en by i bevægelse').

Da FSK blev oprettet, blev afdelingen opdelt efter målgrupper, dvs. en afdeling for ældre, en for voksne og en for børn og unge, og sigtet var især den individorienterede forebyggelse, som afdelingen enten selv stod for eller arbejdede sammen med andre forvaltninger om. Siden har FSK ændret strategi og ser det primært som sit formål at implementere sundhedsfremme og forebyggelse i kommunens overordnede planlægning og i

aktiviteter og institutioner i alle kommunens forvaltninger ved bl.a.:

- At arbejde med strukturel forebyggelse og sundhedsfremme.
- At skabe ejerskab til folkesundhedsopgaven i alle kommunens forvaltninger.
- At tilbyde de øvrige forvaltninger folkesundhedsfaglig rådgivning og konsulentbi-stand.

FSK er således mere en rådgivnings- og samarbejdspartner end en driftsenhed. Enheden tilstræber, at forebyggelsesindsatsen har et højt fagligt niveau, og at de konkrete indsatser bygger på evidens (hvad virker) og omkostningseffektivitet (hvor får vi mest ud af pengene). Mange af medarbejderne har en sundhedsfaglig uddannelse, der gennemføres evalueringer af nye indsatser, og den nyeste viden søges integreret i arbejdet. Den organisatoriske ændring har betydet, at samarbejdet med de andre forvaltninger har fået større vægt. I enheden for strategi og samarbejde med andre forvaltninger har hver medarbejder en anden forvaltning som sit ansvarsområde. Medarbejderen, der har Teknik- og Miljøforvaltningen som sit ansvarsområde, skal således sætte sig ind i, hvordan denne forvaltning er opbygget, hvad deres opgaver er, og hvordan FSK kan samarbejde med den pågældende forvaltning om sundhedsfremme og forebyggelse.

Denne organisationsmodel kan betegnes som den forvaltningsforankrede model, hvor koordineringen primært finder sted ved tværgående horisontal kommunikation og interaktion, men hvor såvel forvaltning som politisk udvalg er sidestillet med andre forvaltningsenheder og politiske udvalg (Schjøtt-Kristensen 2007). Af styrelsesvedtægten for Københavns Kommune fremgår det, at *'hvis et stående udvalg agter at foretage sig dispositioner, der berører et andet udvalgs område, skal der inden iværksættelsen forhandles med dette udvalg i fornødent omfang med inddragelse af økonomiudvalget og overborgmesteren'* (Styrelsesvedtægt for Københavns Kommune, § 9).

Den samme organisationsmodel finder man også på integrationsområdet, hvor det i Københavns Kommune er Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen, der er den initiativtagende og koordinerende forvaltning.

Den forvaltningsforankrede model er den dominerende måde at organisere forebyggelse og sundhedsfremme i kommunerne. 63 pct. af kommunerne havde i 2008 valgt denne model (Hansen og Jørgensen 2008). Modellen ligner til forveksling den model, hvor organiseringen af forebyggelse og sundhedsfremme sker i en selvstændig forebyggelsesforvaltning eller forebyggelsescenter, hvor lederen refererer direkte til direktionen eller kommunaldirektøren. Denne model havde 24 pct. af kommunerne valgt i 2008. Mellem kommunerne er der dog store forskelle på, hvilke opgaver disse sundhedsforvaltninger eller -enheder har. I nogle kommuner er opgaverne afgrænset til de nye opgaver inden for forebyggelse og sundhedsfremme, som følge af den reviderede sundhedslov. I andre kommuner har den selvstændige sundhedsenhed bredere opgaver, fx genoptræning, forebyggende hjemmebesøg og tandpleje (hvorved organisationsmodellen i store træk svarer til Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i Københavns Kommune).

Trods forskelle mellem kommunerne karakteriserer det denne forvaltningsmodel, at

planlægning og udvikling af forebyggelse og sundhedsfremme, med ansvar for alle kommunens ansvarsområder, er placeret i en selvstændig forvaltningsenhed, hvad enten det er et forebyggelsescenter, en afdeling i en større forvaltning eller en særskilt forvaltning, mens den udførende del er placeret i andre afdelinger under den samme forvaltning eller under andre forvaltninger. Det typiske er dog, at udviklings- og planlægningsopgaverne er adskilt fra den udførende del, uanset om denne også er placeret i sundhedsenheden, eller den hører til under andre forvaltningsenheder. Selvom implementeringen af indsatserne sker i de andre forvaltninger og tilhørende institutioner, så deltager medarbejdere fra forebyggelsesenheden typisk i arbejdet dermed. Hvis indsatsen ikke passer ind i de andre forvaltningsenheder, så kan sundhedsenheden selv står for udførelsen af den pågældende indsats. Der findes således kommuner, hvor en stor del af den udførende del finder sted i sundhedsafdelingen.

Selvom området er samlet i en særlig forvaltningsenhed, er der et bevidst politisk ønske om, at forebyggelse og sundhedsfremme skal være en del af de øvrige forvaltningers og tilhørende institutioners tilbud. Dette er i nogle tilfælde formaliseret i form af partnerskabsaftaler mellem forebyggelsesenheden og de forskellige relevante forvaltninger og institutioner. I de fleste af kommunerne har man etableret tværgående udvalg eller organer med repræsentanter for andre forvaltningsområder, hvor indsatser skal gennemføres. Det er dog sundhedsenheden, der tager initiativerne til nye forebyggende indsatser, ofte i samarbejde med andre fagområder.

*Fordelen* ved denne struktur synes for det første at være, at forebyggelsesopgaven udgør så stor og vigtig en del af den samlede forvaltning, at der er en klar 'forståelse' for områdets betydning og opgavernes karakter. Dette afhænger dog af, hvor meget forebyggelse og sundhedsfremme fylder i den pågældende forvaltning. Denne opgave kan således også være en konkurrent til andre opgaver i samme forvaltning. I Københavns Kommune syntes den tidligere leder af motionsstrategien, at såvel borgmesteren som Sundheds- og Omsorgsforvaltningen lagde lille vægt på forebyggelse og sundhedsfremme.

For det andet må det forventes, at der også er en stor 'vilje' i den pågældende forvaltning til at bruge tid og ressourcer på området.

For det tredje kan det antages, at 'evnerne' på det sundhedsfaglige område er store, fordi en samling af medarbejdere med forskellige fagligheder på det forebyggende område øger viden og kompetence på området. Det sidste fremhæves af de kommuner, der har valgt denne model, idet det giver bedre mulighed for at opbygge et sundhedsfagligt miljø. I disse kommuner er man endvidere af den overbevisning, at området har en større synlighed ved at have sin egen forvaltningsenhed, og at det er en fordel, at der findes en faglig enhed af en vis størrelse (i stedet for at være spredt på flere forvaltninger).

*Svagheden* ved strukturen kan for det første være, at der ikke er den samme 'forståelse' for områdets betydning på det overordnede koordinerede niveau i kommunen og i de andre forvaltningers ledelse, og derfor er der ikke samme 'vilje' til at prioritere og afsætte ressourcer til forebyggelsesindsatser, der er udviklet i forebyggelsesenheden. En af deltagerne i workshoppen udtrykte det på denne måde: *'Dilemmaet er, at vi som andre oplever et enormt pres på vores kerneydelse, som giver et tunnelsyn, og derfor er*



*interessen for andre områder tilsvarende mindre'* (repræsentant for Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen). Flere af repræsentanterne for de forskellige forvaltninger peger på, at hvis aktiviteter kan indpasses i det fokus, som den pågældende forvaltning har, så går samarbejdet meget lettere. Fx. fortæller repræsentanten fra Socialforvaltningen, at der er stor fokus på fysisk aktivitet i forvaltningen. *'Socialudvalget går meget op i fysisk aktivitet for udsatte grupper, og vi har også til budgettet for 2010 stillet forslag om et idrætshus for sindslidende, men det er en gruppe, der er meget vanskelig, og De det kræver en stor pædagogisk indsats. I 2008 har vi gennemført et projekt med fysisk aktivitet på bostederne'* (repræsentant for Socialforvaltningen). Diskussionen under workshopen viste imidlertid, at der er en stærk bestræbelse på at komme ud af dette tunnelsyn.

De kommuner, der har valgt denne model, er opmærksomme på, at det kan være en barriere, at realiseringen af indsatser afhænger af, at man får andre forvaltningsenheder (og chefer), som forvaltningen ikke har en naturlig kontakt til, med. Det er ganske enkelt vanskeligt at forpligte andre afdelinger og institutioner derunder til at arbejde for et område, som ikke er deres primære opgave. Man kan invitere de andre forvaltninger til et samarbejde, men man kan ikke stille krav om at iværksætte sundhedsfremmende indsatser. Den enkelte forvaltning tænker først og fremmest på egne opgaver, og derfor er det svært at få medarbejderne til at tænke i sundhedsfremme og få fagområdet til at afsætte de nødvendige ressourcer dertil (Hansen og Jørgensen 2008: 16). Det sidste problem er i nogle kommuner søgt løst ved at afsætte 'frie' midler til sundhedsfremme.

Det synes især at være vanskeligt, når indsatserne er af strukturel karakter, som forudsætter en stærk medvirken fra en anden forvaltning. De tværgående udvalg med repræsentanter for de forskellige forvaltninger medvirker dog til at fremme forvaltningernes indsats på området. Og der peges også på, at udpeging af sundhedsansvarlige i de enkelte afdelinger og institutioner kan fremme forvaltningernes og institutionernes fokus på området (Hansen og Jørgensen 2008). Det kan dog vanskeliggøre koordineringen på tværs af forvaltningerne, hvis det ikke er ledere, der har beslutningskompetence, som sidder i de tværgående udvalg.

Det er endvidere sandsynligt, at den faglige indsigt i de forskellige forvaltninger, hvor indsatserne skal implementeres, ikke matcher den faglighed, som eksperterne i forebyggelsesstaben har. Endelig kan man forestille sig, at en særlig enhed for forebyggelse i Sundhedsforvaltningen vil mangle den nødvendige indsigt i andre fagområder og forvaltningskulturer og også mangle viden om, hvordan man udvikler et samarbejde på tværs af forvaltninger.

## **Enhed knyttet til kommunens koordinerende forvaltningsenhed**

Et alternativ til den måde, forebyggelsesopgaven i dag er organiseret i København, er at placere forebyggelsesenheden under kommunens koordinerende forvaltningsenhed, som i Københavns kommune er økonomiforvaltningen. Denne forebyggelsesenheds opgaver omfatter:

- udvikling af nye forebyggelsesstrategier,
- implementeringen af forebyggelsesstrategier i de forskellige forvaltninger,
- koordinering af forvaltningernes forebyggelsesstrategier,
- samt analyse, evaluering, udvikling af nye metoder og samarbejde om forskningsprojekter.

Enheden står således ikke for gennemførelsen af indsatserne, som helt vil være overladt til de andre forvaltninger. Af samme grund er enheden forholdsvis lille, fordi medarbejdere, der fx arbejder med rygestop, motionsstier og sund mad i skolen, vil være ansat i henholdsvis Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, Teknik- og Miljøforvaltningen og Børne- og Ungdomsforvaltningen.

Denne model, hvor det overordnede ansvar for udviklingen af sundhedsfremme og forebyggelse er placeret i en stabsenhed knyttet til kommunens centrale forvaltning eller i kommunens centrale plan- og udviklingsafdeling, benyttede 13 pct. af kommunerne i 2008 (Hansen og Jørgensen 2008: 11). Man kan betegne modellen som 'den centraliserede model', der er karakteriseret ved at formulere mål og politiske prioriteringer og kommunikere vertikalt nedad, mens forvaltningerne skal kommunikere opad, for at den centrale enhed kan varetage sin koordinerende funktion (Schjøtt-Kristensen 2007:32).

Det typiske for denne model er, at den har relativt få medarbejdere, og at lederen refererer direkte til direktionen. Som under de andre to modeller er der også i disse kommuner etableret tværgående organer, fx. i form af en sundhedsgruppe bestående af sundhedskoordinatorer og fagchefer fra kommunens forvaltninger, der har ansvaret for sundhedsområdet i den respektive forvaltning. Driftsopgaverne vil under denne model udelukkende være placeret under relevante forvaltninger og institutioner. I en af de af AFK undersøgte kommuner, der har valgt denne model, findes der også en sundhedsgruppe i hver af kommunens forvaltninger med medlemmer fra forskellige dele af forvaltningen. I princippet vil ansvaret for forebyggelsesindsatsen være fordelt på alle forvaltninger i kommunen, og der er ansatte i de forskellige forvaltninger, som har det som sit arbejdsområde.

De fleste kommuner har en borgmesterforvaltning eller økonomiforvaltning, som de andre forvaltninger refererer til, og hvor det ville være naturligt at placere en sådan overordnet enhed for forebyggelse. Det findes imidlertid ikke i Københavns Kommune, hvor økonomiforvaltningen formelt er ligestillet med de øvrige forvaltninger, og står relativt svagere end i kommuner uden et magistratsstyre. Koordinationen og tværgående opgaver varetages af den samlede magistrat og af overborgmesteren, som har ansvaret for økonomiforvaltningen (jf Københavns Kommunes styrelsesvedtægt). En analyse for år tilbage af kommunens styrelse viser imidlertid, at den samlede magistrat reelt ikke fungerer som det koordinerende led, hvilket ofte gør det vanskeligt og langsommeligt at træffe beslutninger i Københavns Kommune (Betænkning fra Hovedstadskommissionen om hovedstadsrådets fremtidige struktur).

Flere i workshoppen gav udtryk for, at denne model ikke var realisabel i Københavns Kommune pga. den styringsmodel, der er beskrevet ovenfor. Det var dog ikke en entydig opfattelse. Der blev nævnt eksempler på tværgående samarbejde, hvor der er gode

erfaringer med, at økonomiforvaltningen er drivkraften. Det gælder bl.a. arbejdet med sygedagpengereformen og arbejdsmiljøområdet. *'Selvom de syv forvaltninger er mere selvstændige end i andre kommuner, så ligger der alligevel et signal om en opgaves betydning, når den placeres i økonomiforvaltningen. Det er udtryk for en prioritering af opgaven'* (repræsentant for Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen).

*Fordelen* ved denne struktur synes at være, at enhedens placering tæt på kommunens koordinerende forvaltningsenhed kan give denne enhed en større 'forståelse' for forebyggelsens betydning og karakter, og muligvis også resultere i større 'vilje' til at bruge ressourcer på området. Denne struktur muliggør en økonomisk prioritering af området på tværs af forvaltningsenhederne pga. tilknytningen til økonomiudvalget / direktionen. Det er også tænkeligt, at en sådan enhed vil have en større autoritet, end hvis enheden er placeret i en fagforvaltning. Enheden vil have mulighed for at etablere incitament, der fremmer interessen i forvaltningerne for at gøre noget på området. Fx kan konkurrence mellem forvaltninger og afdelinger om afsatte midler til forebyggelse måske skabe større interesse for at prioritere området.

Det er endvidere tænkeligt, at strukturen vil bidrage til, at man undgår en sektorisering af forebyggelsesindsatsen, og at den vil være fremmende for det koordinerende arbejde med en bedre synlighed og gennemslagskraft i de andre forvaltninger. Dels fordi initiativer til forebyggelse ikke udgår fra en konkurrerende forvaltning. Dels fordi enheden vil være tættere knyttet til kommunens overordnede ledelse. Endelig kan det også have betydning, at placeringen giver flere naturlige berøringsflader med de andre afdelinger og forvaltninger i kommunen, end hvis sundhedsenheden er placeret i et af forvaltningsområderne. Måske kan det også være fremmende for koordineringen, at de ansatte i højere grad må forventes at have en administrativ og forvaltningsmæssig uddannelse.

*Svagheden* ved strukturen kan være, at forebyggelsesenheden ikke er forankret i en forvaltning med en stærk sundhedsfaglig interesse og indsigt, som kan tænkes at svække enhedens 'viden' på området. Den forholdsvis lille enhed vil mangle en faglig sparring, fordi de fleste af de ansatte, som arbejder med sundhed i kommunen, er knyttet til andre forvaltningsenheder.

Endvidere kan det – i lighed med den første model – være en svaghed ved modellen, at udviklingen af nye strategier og konkrete ideer til indsatser er adskilt fra de forvaltninger, hvor strategierne og projekterne skal realiseres. For det første kan det være svært at få tiltag i gang inden for forebyggelse i nogle af kommunens forvaltninger, fordi sundhedsstaben ingen ledelsesmæssige beføjelser har overfor grupper i andre forvaltninger. For det andet kan det svække indsatserne, at opgaverne ikke får den nødvendige ledelsesmæssige forankring på et niveau, der vil lette udviklingen og koordineringen af indsatserne i kommunen, og ikke mindst samarbejdet med andre kommuner mv. For det tredje opfattes sundhed som en konkurrent i forhold til forvaltningens ressourcer og generelle opmærksomhed. Det vil selvfølgelig være en barriere, hvis der ikke følger penge med, men selv hvis det er tilfældet, kan det være svært at få en forvaltning til at engagere sig i en opgave, som hverken ledere eller medarbejdere har deltaget i udviklingen af.

Måske gør denne model det også svært at give forebyggelsesindsatsen en tilstrækkelig

synlighed i kommunen, og der er fare for, at ingen for alvor tager ansvar for området – fordi *alle* i princippet har ansvaret derfor.

## Forebyggelsesenhed i alle kommunens forvaltninger

En tredje måde at organisere Københavns Kommunes forebyggelsesindsats går ud på at etablere særlige forebyggelsesenheder i hver forvaltning – i lighed med at nogle forvaltninger har en særlig stab eller enhed, der beskæftiger sig med integration (fx Projekttrådgivningen i Kultur- og Fritidsforvaltningen). Kommunens samlede ressourcer på området vil således være fordelt på de forskellige forvaltninger, hvilket muliggør flere ressourcer (penge og medarbejdere) til forebyggelse inden for hvert forvaltningsområde. Et eksempel på, at forebyggelse og sundhedsfremme delvis organiseres efter denne model i Københavns Kommune, er Børne- og Ungeforvaltningen, hvor man har etableret en forebyggelsesgruppe på fire personer, der har ansvaret for sundhedsplejeordningen, skolelægeordningen, tandlægeordningen og diverse forebyggelsestiltag.

Den samlede organisering af forebyggelse og sundhedsfremme i kommunen vil således have karakter af en matrix-model, hvor koordineringen af aktiviteter varetages i et koordinationsudvalg bestående af lederne af forebyggelsesenhederne i forvaltningerne.

*Fordelen* ved denne organisationsmodel er først og fremmest, at udviklingen og implementeringen af de forskellige forebyggelsesindsatser sker i samme forvaltning. Forebyggelsesenheden i forvaltningen har derfor stor viden ('evner') om kulturen, fagligheden og rationalerne på det pågældende forvaltningsområde og om de konkrete arenaer (fx skolerne), hvor indsatserne skal implementeres. Det må alt andet lige forventes at gøre det lettere at udvikle indsatser, der kan gennemføres.

Det er endvidere sandsynligt, at det er lettere at skabe en 'forståelse' i forvaltningen for forebyggelsens betydning - og dermed også 'vilje' til at afsætte ressourcer dertil - hvis det sker inden for den enkelte forvaltnings selvforståelse og forvaltningskultur. Det vil dog givetvis afhænge af, hvilken betydning forebyggelse generelt tillægges politisk.

Endelig kan det også ses som en styrke, at denne struktur giver mulighed for faglig udveksling mellem fagområder, der ser forskelligt på problemerne og opererer med forskellige løsningsmetoder. Modellen synes i højere grad end de øvrige modeller at kunne bevirke, at det tværgående samarbejde mellem forvaltningerne bliver udviklet, selvom der mellem forvaltningerne kan opstå en autonomikamp, fordi modsætningerne og kulturforskellene mellem forvaltningerne er så store, at det umuliggør fælles opgaveløsning.

Under workshopen nævnte deltagerne en række eksempler på, at der i det daglige finder et samarbejde sted på tværs af forvaltningerne. Fx har Socialforvaltningen et tæt samarbejde med Børne- og Ungeforvaltningen om udsatte børn. Sundheds- og Omsorgsforvaltningen arbejder tæt sammen med Socialforvaltningen om sygeplejen og med Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen om sygedagpengeområdet. Men der arbejdes også sammen på det mere praktiske niveau. Et eksempel er hvordan et samarbejde på tværs af forvaltningen resulterede i en løsning af nogle problemer med skateranlægget

i Fælledparken. *'Omkring skateranlægget var der gennem et par år opstået nogle problemer med, at området var blevet okkuperet af nogle uheldige grupper. Men Teknik og Miljø havde ingen penge til en bemanning, og det havde de andre forvaltninger heller ikke. Men nu er det blevet bemanded ved fælles hjælp. Der blev fundet hist og pist'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen). Kultur- og Fritidsforvaltningen har i det hele taget en del samarbejde med Teknik- og Miljøforvaltningen, bl.a. var forvaltningen repræsenteret i en arbejdsgruppe om det grønne cykelstinet. *'Det var meget berigende, og da de udarbejdede en politik på området, da var der emner, som vi gjorde opmærksom på, der kom med i teksten. (...). Man får nogle venner, man får meget med hjem, og man får også indflydelse på løsningerne'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen).

Samtidig er der eksempler på, hvordan samarbejdet har inspireret til nye politikker i forvaltningerne. Fx. har Kultur- og Fritidsforvaltningen i driftsaftalerne med de nye idrætshaller Prismen og Korsgadehallen fastlagt, at en del af tiden i hallerne skal bruges til aktiviteter for særlige grupper, som de nævnte idrætshaller selv står for. Mere generelt bevæger idrætspolitikken sig i en retning, der i højere grad er interessant i et forebyggelsesperspektiv. *'Vores politik på idrætsområdet handler om, at vi langsomt forsøger at fremme andet end foreningsidræt, et bredere idrætsbegreb, men det fylder ikke så meget (...). Det næste skridt, vi ser på, er de selvorganiserede, og så kommer de inaktive, og der skal vi gøre noget andet, tage nogle andre greb i anvendelse'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen).

*Svagheden* ved modellen kan være, at opsplitningen af forebyggelsesindsatsen kan svække den overordnede koordinering med fare for, at væsentlige forebyggelsesindsatser ikke tages op, fordi de falder imellem to eller flere forvaltningers interesser. Det kan være vanskeligt at udvikle en fælles forståelse af faglig viden om og erfaring med forebyggelse, når den finder sted i administrative enheder og institutioner med vidt forskellige opgaver og fagligheder, og som i det daglige ikke har noget med hinanden at gøre. Det er muligt, at den samlede faglighed bliver større ved at samle kompetencerne på området i én enhed for hele kommunen.

Medarbejdere fra de forskellige forvaltninger, der blev interviewet eller deltog i workshoppen, tvivler selv på, at de forskellige forvaltningsspecifikke sundhedspolitikker kan komme til at spille sammen og i det hele taget få tilstrækkelig vægt i den enkelte forvaltning. *'Hvis man var splittet ad og sad fem medarbejdere, som egentlig var ansat formelt i Folkesundhed København, så tror jeg hurtigt, at man ville miste kontakten med hinanden og det kollegiale og synergienj'*. Men samtidig er flere også inde på, at man er nødsaget til at have små folkesundhedsafdelinger i hver forvaltning. *'Men risikoen er jo, at de så sidder der med deres egen lille viden og ikke ved, hvor de skal gå hen og få ekspertise eller blive klogere (...), hvis man sad i "Teknik og Miljø", og hvis man var en sundhedsenhed ude i Teknik og Miljø, kunne man måske godt blive sådan indsmurt lidt i teknik og miljø tankegangen eller teknik- og miljødagsordenen'* (tidligere ansat i TMF).

Et af hovedproblemerne ved den tværgående organisering af en kommunal opgave er de forskellige forvaltningslogikker. Hvert fagområdes egne opgaver har første prioritet, og der er ikke en enkelt måde at løse dette problem. Forebyggelse står højt på den politi-

ske dagsorden nu, og derfor vil mange politikker blive hægtet på den vogn i bestræbelsen på at opnå opbakning og legitimitet. Men spørgsmålet er, om de konkrete politikker har en reel forebyggende effekt. Der er således en risiko for, at de politikker og aktiviteter, der sættes i gang i de forskellige forvaltninger, markedsføres som sundhedsfremmende, men reelt ikke har så meget sundhed i sig.

Endelig er der en risiko for, at fraværet af én stor, samlende forebyggelsesstab vil svække den samlede 'forståelse' og 'evne' på området. Forvaltningerne lægger ikke skjul på, at de har forskellige dagsordener. Selvom både Folkesundhed København og Kultur- og Fritidsforvaltningen er optaget af idræt og motion, så har de forskellige mål derfor. *'For os er det jo ikke det primære at opnå sundhed'*, siger en repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen. I BUF har man fokus på fx undervisning og pasningsgaranti, og selvom forvaltningen har etableret en mindre sundhedsenhed, der primært har ansvaret for de lovpligtige sundhedsopgaver knyttet til folkeskolen og daginstitutioner, så har enheden svært ved at få sundhed på dagsordenen i forvaltningen. I den sammenhæng har denne enhed haft glæde af samarbejdet med FSK, fordi man der finder et miljø med samme fokus.

## Konklusion

Ingen af de tre organiseringsmodeller opfylder alle ideale ønsker om høj grad af 'forståelse', 'evne' og 'vilje' på de forskellige organiseringsniveauer i kommunen, og man kan ikke entydigt fremhæve en af dem som bedre end de andre. Denne og andre analyser kan således pege på fordele og ulemper ved forskellige organisatoriske modeller for kommunens organisering af sundhedsfremme og forebyggelse, men kan ikke fremhæve én model frem for de andre. Hvad der er en god løsning for én kommune, dur måske ikke for en anden. De organisatoriske løsninger skal derfor være specifikke for den konkrete kommune, fordi de må tilpasses den enkelte kommunes særlige betingelser og skal også tilpasses opgavernes forskellige karakterer.

Analysen giver grund til at tro, at den centrale løsning med en forankring af den koordinerende enhed til fremme af forebyggelse og sundhedsfremme i kommunen vil styrke den centrale politiske og ledelsesmæssige forståelse og vilje på området, men til gengæld svække mulighederne for at implementere politikken i de enkelte forvaltninger og institutioner. Denne organisationsmodel kan antages at styrke beslutningseffektiviteten men baseret på 'negativ koordination', dvs. en hierarkisk beslutningsstruktur. Denne antagelse bygger dog primært på den teoretiske litteratur, da det ikke er muligt at undersøge model-lens fordele og ulemper, så længe den ikke er realiseret i kommunen.

Omvendt vil den decentrale løsning med særlige forebyggelsesenheder i hver forvaltning fremme implementeringen af sundhedsfremmende tiltag, der passer til den pågældende forvaltnings struktur og kultur, men denne model vil måske svække den overordnede prioritering af opgaven og den tværgående koordinering. Denne model kan altså antages at fremme en mere 'positiv koordination', hvor alle relevante parter inddrages i

de enkelte tiltag, men det kan til gengæld forringe beslutningseffektiviteten.

Styrken ved den eksisterende model med en stab for forebyggelse og sundhedsfremme i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen synes at være, at den opbygger en stor 'evne' på området og stor 'forståelse' og 'vilje' internt i denne forvaltning. Til gengæld kan dens placering i en fagforvaltning svække mulighederne for at tage initiativer i forhold til andre forvaltninger og koordinere aktiviteter på tværs af forvaltningerne.

Blandt de ledende medarbejdere i de forskellige forvaltninger af Københavns Kommune er man generelt af den opfattelse, at den eksisterende struktur er den bedste, og blandt projektmedarbejderne har man ikke tilstrækkelig indsigt i strukturen til at forestille sig andre organiseringsformer.

Uanset hvilken organisationsmodel, der vælges, så peger analysen på en række organisatoriske forhold, som har betydning for, hvor effektiv den kommunale indsats er på det forebyggende og sundhedsfremmende område. Med effektivitet vil vi her forstå evnen til at sætte sundhedsfremmende og forebyggende initiativer i gang i alle forvaltninger i en kommune, som har kontakt med en relevant målgruppe.

1. For det første skal området være prioriteret og have opmærksomhed i kommunen – politisk, økonomisk og ledelsesmæssigt. At der er fælles politisk fodslag for en forebyggelsesindsats i kommunen. *'Det som styrer, om vores samarbejde går let eller er mere udfordrende, det er, om der er penge med, og om der er et politisk fokus på området (...) vi har en række politikker, der er eller kan være konkurrerende med de ressourcer, vi har. Hvad er det, der er kritisk for os i forhold til vores kerneydelse'* (repræsentant for Sundheds- og Omsorgsforvaltningen).

Der skal således ske en økonomisk prioritering af sundhedsfremme og forebyggelse i alle de berørte forvaltninger, afdelinger og institutioner, som beskæftiger sig med grupper af borgere, som det er relevant at nå. Og især at denne prioritering af midler sker *før* udviklingen af konkrete projekter finder sted. AKF's undersøgelse peger endvidere på, at den organisatoriske placering har betydning for, hvilken betydning området tillægges. Hvis området kun er en (mindre) del af en større forvaltning, og hvis lederen også har andre ansvarsområder, så 'forsvinder' området let i den store forvaltning (Hansen og Jørgensen 2008).

Det er FSKs og flere styregruppemedlemmers opfattelse, at motionsstrategien ikke har haft samme ledelsesmæssige opbakning i de andre forvaltninger, som den har haft i Folkesundhed København. Ja selv i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen synes FSK, at projektet ikke har fået den opmærksomhed, som man havde håbet. I Socialforvaltningen har man fokus på særlige målgrupper som psykisk syge, handicappede, stofmisbrugere osv., men da ingen af projekterne i motionsstrategien tog sigte på disse grupper, så har interessen for programmet været lille i denne forvaltning. Et projekt for disse grupper, initieret af forvaltningen selv, ville man hellere søge støtte til i socialudvalget frem for til et projekt, som kommer fra et andet udvalg – selvom det ikke koster penge. Evalueringen tyder endvidere på, at det har været en forhindring for implementeringen af nogle af projekterne, at repræsentanterne for de forskellige for-

valtninger i styregruppen ikke har haft kompetencen til at træffe beslutninger på den enkelte forvaltnings vegne eller til at føre styregruppens beslutninger ud i livet.

2. For det andet tyder analysen på, at det har stor betydning for forebyggelsesindsatsen, at der er et fagligt *kraftcenter for forebyggelse*. I de forskellige forvaltninger påskønner de den faglighed, som de besidder i FSK. Den relativt lille gruppe, som arbejder med forebyggelse og sundhedsfremme i Børne- og Ungeforvaltningen, tillægger det stor betydning, at den kan hente inspiration og faglighed i Folkesundhed København.
3. For det tredje er et tværgående udvalg eller lignende fremmende for forebyggelsesindsatsen. AKF's undersøgelse tyder på, at kommuner, der har etableret tværgående organer for forebyggelsesindsatsen, er kommet længere end kommuner, der ikke har gjort det (Hansen og Jørgensen 2008). Evalueringen af motionsstrategien giver tilsvarende belæg for dette, selvom undersøgelsen også viser, at det langt fra løser alle problemer. Det synes at være en fordel, hvis lederne af de forskellige forvaltningenheder deltager i det tværgående organ foruden medarbejdere, som har et ansvar for forebyggelse og sundhedsfremme, samt at der i gruppen er viden om interorganisatorisk ledelse.

De senere år er der i Københavns Kommune på en række områder etableret tværgående udvalg og netværk, som har til opgave at fremme koordinationen på særlige områder. Mest to eller tre forvaltninger og i færre tilfælde, hvor alle forvaltninger er repræsenteret. Det gælder fx om kommuneplaner, bydelsløft, integration og sundhedspolitik. Endvidere har man etableret et lederudviklingsprogram og et chefforum med sigte på at øge kendskabet til hinanden. Flere fremhæver, at kendskabet til hinanden virker fremmende for samarbejdet. *'Det er jo meget personbundet. At man kender én, man kan ringe til, hvis man har brug for hjælp'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen).

4. For det fjerde forudsætter samarbejdet, at brobygningen mellem forvaltningerne er forankret i en eller flere personer, som har det som deres ansvarsområde. Tværgående udvalg gør det ikke alene. Det er lige så vigtigt med brobygning på det konkrete plan. *'Det er vigtigere at tænke på at udbygge relationer til de forvaltninger, som er relevante for den konkrete opgave, og ikke at alle sidder med omkring bordet om det hele'* (repræsentant for Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen). Dette hænger sammen med det skifte i synet på forebyggelse, der er sket de seneste år, og de krav det stiller til samarbejdet mellem forvaltningerne. *'Med skiftet fra den individorienterede strategi til noget mere rammeorienteret (...) er der sket et paradigmeskifte. Det går i højere grad ud på at binde forebyggelse op på de andre forvaltningers missioner (...) det handler ikke så meget om den samme faglighed. Det handler snarere om, at der er et aftagerapparat i de andre forvaltninger (...) der skal være nogle personer i de andre miljøer og forvaltninger (...) vi tænker forebyggelsen ind i de andre forvaltningers strategier og dermed også deres faglighed'* (repræsentant for Sundheds- og Omsorgsforvaltningen). Det drejer sig om at sammentænke ressourcerne på tværs af



forvaltningsenhederne. I overensstemmelse dermed peger AKF's undersøgelse på, at det har betydning, at hvert fagområde, hvor forebyggelse og sundhedsfremme skal implementeres, udpeger ressourcepersoner med ansvar for at få sat forebyggelse på dagsordenen – i forvaltningen og i den konkrete institution (Hansen og Jørgensen 2008). Det er altså ikke så afgørende, at medarbejderne i de forskellige forvaltninger har en forebyggelsesfaglighed. Det drejer sig snarere om at forstå og integrere de forskellige fagligheder.

Under workshoppen var flere dog skeptiske overfor denne tankegang. Det er ikke gjort alene med en person i hver forvaltning, som skal danne brohoved. *'Jeg er lidt nervøs for den der med en person, der er ansat til en sådan tværgående opgave i forvaltningen. København er bare så stor, og det er forvaltningerne også (...) der vil man komme til at arbejde meget alene (...) det vil kræve en meget stor opbakning i forvaltningen'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen).

FSKs nye struktur tager bl.a. sigte på at styrke samarbejdet med de andre forvaltninger ved at knytte personer i enheden til hver af de andre forvaltninger. Men forudsætningen for at strategien lykkes er, at der også i disse forvaltninger findes en person (eller flere), som kan være forbindelsesled.

Under forberedelsen af 'Byens Grønne Puls' under motionsstrategien søgte man at etablere en sådan forbindelsesperson i Teknik- og Miljøforvaltningen ved at give en medarbejder, der var ansat i FSK, daglig arbejdsplads på TMF. Det fungerede imidlertid ikke. For det første var det uklart, hvem pågældende skulle referere til. For det andet kendte pågældende ikke kulturen, arbejdsgangene og fagligheden i TMF. *'... vores projektledere er jo vant til at bygge vejkruds, lave fodgængerovergange eller skolevejsprojekter. Der er det her projekt lidt anderledes'*. Planerne for 'Byens Grønne Puls' var fine, men dele deraf lod sig ikke umiddelbart realisere, fordi de stred mod en række regler for anlæg, skiltning mv. (styregruppemedlem, TMF).

Men ansættelsen havde alligevel en ikke-intenderet positiv effekt. Pågældende blev nemlig brugt til at inddrage forebyggelse i en række andre projekter, som ikke havde så meget med motionsstrategien at gøre. *'Altså, jeg har jo brugt ham til at lave folkesundhed i en lang række andre projekter (...). Så han har lavet cykelbus og noget sammen med Børne- og Ungeforvaltningen om nogle mini-naturskoler og fået Fri-luftsrådets penge til det og en hel masse andre aktiviteter, som ikke var snævert Byens Grønne Puls, men var rigtig meget folkesundhed'* (styregrupperepræsentant i Teknik- og Miljøforvaltningen). Derved kom der faktisk til at 'diffundere sundhed ud i Teknik- og Miljøforvaltningen', som Folkesundhedschefen udtrykte det.

5. For det femte skal samarbejdet og 'projekterne' have *et længere og mere varigt perspektiv*. Evalueringen af 'København – en by i bevægelse' viser, at projektet og samarbejdet har lidt under, at der har været en meget stor udskiftning i bemanningen på projektet. Lige fra det øverste ledelsesniveau (lederen af FSK, specialkonsulenten for motionsstrategien samt repræsentanterne fra de øvrige forvaltninger i styregruppen) til de ansvarlige for de konkrete aktiviteter, hvor der på alle områder har været udskift-

ning af den eller de ansvarlige. Det sidste hænger bl.a. sammen med, at medarbejderne på projekterne som regel ikke er ansat i faste stillinger. Det synes at være et generelt problem. *'Når mere og mere bliver styret af etårige bevillinger, projekter mv., så er det nødvendigt, at det løftes op på et andet niveau (...) men nu er vi i en anden situation, hvor det meget lettere kan hænges op på en mere overordnet sundhedspolitik og strategi (...) om strukturel forebyggelse, om samarbejde på tværs af forvaltninger (...) og det vil gøre det så uendelig meget lettere (...), da projektet blev vedtaget og implementeret, da manglede nok den nødvendige forankring op ad til (...) i dag ville vi jo hænge de forskellige indsatser op på andre strategier i de andre forvaltninger'* (repræsentant for Sundheds- og Omsorgsforvaltningen).

6. For det sjette er det fremmede for den enkelte forvaltnings prioritering af en forebyggelsesindsats, hvis der følger penge med til indsatsen, så det ikke går ud over andre opgaver, som i forvaltningen opleves som primære. *'Ufinansierede aktiviteter er svære at afsætte til andre forvaltninger. Så det er ikke særligt frugtbart, hvis man udvikler ideer et sted og så vil afsætte det til andre forvaltninger, uden at der følger penge med' (...)* et skræmmeksempel er vores sundhedspolitik med en styregruppe med repræsentanter for alle forvaltninger på et relativt højt niveau (...) men der er ikke fulgt penge med (...) vi mødes ikke særlig tit' (repræsentant for Sundheds- og Omsorgsforvaltningen).

På netop dette punkt har motionsstrategien adskilt sig fra andre samarbejdsområder. *'Det gode ved motionsstrategien har været, at vi har haft et beløb at gøre godt med. Vi skulle ikke tilbage i forvaltningen for at få penge, for så kniber det, det er der, det går galt'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen). Men forvaltningerne vil helst have pengene tilført, så de selv kan råde over dem. Og det var ikke muligt, fordi FSK havde budgetansvaret. Specialkonsulenten med ansvar for motionsstrategien giver i interviewet med hende udtryk for, at det havde været en mere farbar vej at overdrage pengene til den pågældende forvaltning, som så måtte stå til regnskab for 'bevillingen' overfor styregruppen for det samlede projekt.

7. For det syvende kan et passende konfliktpotentiale imellem forvaltninger skabe dynamik og innovation. Dels i form af konkurrence om centralt afsatte midler, fx en eller flere forebyggelsespuljer, som kommunens afdelinger og institutioner kan søge og dermed konkurrere om. Dels ved at fagområder, der ser forskelligt på problemerne og opererer med forskellige løsningsmetoder, konkurrerer – eller samarbejder – om at finde løsninger. Modsætningerne og kulturforskellene kan dog være så store, at det umuliggør fælles opgaveløsning. Det er i den forbindelse også væsentligt, at de enkelte forvaltninger ikke kan nedlægge veto mod forslag og ideer (eller kun kan det i begrænset omfang). Hvis mange parter skal høres, og alle kan nedlægge veto mod (eller reelt forhindre) nye forslag, kan det være en langsom og næsten umulig opgave at gennemføre nye indsatser. Det omtales som en af de største barrierer for motionsstrategiens gennemførelse, at alle planer, der lappede over de andre forvaltninger og udvalgs ansvarsområder, skulle godkendes af det pågældende politiske udvalg. *'Det*

*største problem var, at vi skulle tilbage til udvalget for at få planen godkendt. Først troede man, at motionsstrategien blot kunne godkendes i sundheds- og omsorgsudvalget. Men den skulle også godkendes i de andre udvalg. Så der er grænser for, hvad man kan gøre på tværs, hvis ikke der er en dyb forståelse for det politisk (...) der var da ting i det her, som ikke helt var i overensstemmelse med idrætspolitikken, og derfor skal det selvfølgelig have udvalgets tilslutning'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen).

8. For det ottende spiller det en rolle for den enkelte forvaltnings engagement i og prioritering af et samarbejde om en forebyggelsesindsats, at der er sammenfald mellem interesser, aktiviteter og målgrupper i den enkelte forvaltning og det enkelte projekts indhold og mål. *'Det handler ikke så meget om økonomi, men mere om at man i den enkelte forvaltning oplever, at forebyggelsen og de konkrete indsatser er meningsfulde i forhold til de grupper og aktiviteter, som forvaltningen især har fokus på'* (repræsentant for Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen). Derfor er det også centralt, at medarbejdere, som skal stå for implementeringen af de konkrete indsatser, er med i udviklingen deraf. Det er ganske enkelt vanskeligt at engagere medarbejderne i fx skoleforvaltningen i forebyggelsesaktiviteter, som de ikke selv har udviklet, og det kan betyde, at denne 'udefra pålagte' opgave ikke prioriteres lige så højt, som forvaltningen og institutionens primære opgaver.
9. For det niende forudsætter samarbejdet på det konkrete projektplan, at de samarbejdende parter tager højde for forskelle mellem de respektive forvaltninger på de værdier, mål, interesser og arbejdsgange, der er styrende i den enkelte forvaltning. Og på grundlag af dette afstemmer hinandens forventninger. En leder fra Kultur- og Fritidsforvaltningen udtrykte det på denne måde. *'Vi gør jo ikke noget for at drille jer og forhindre forebyggelse. Men vi har jo nogle andre rationaler, end I har. Vi har en anden 'religion' end jer. Mens I tænker på evidens og på "at måle og veje", så tænker vi mere på "lyst". Vi kommer nok ikke til at tilhøre jeres 'religion', men hvordan får vi dem til at spille sammen?'*

Under workshoppen nævnte flere det udfordrende men også det berigende, der ligger i, at de forskellige fagligheder og syn på et emne mødes. *'Det som jo udfordrer os, er al jeres snak om evidens. Da vi havde den her pulje, som vi kaldte fede drenge og etniske piger, da var der fra FSK hele tiden et ønske om, at man skulle veje dem og måle dem, mens vi lægger mere vægt på lysten. Men da det stødte sammen, så synes jeg, at det gav noget konstruktivt. Vi blev udfordret på vores faglighed'* (repræsentant for Kultur- og Fritidsforvaltningen).

Det er således centralt, at viden fra alle forvaltninger kan inddrages i udviklingen og implementeringen af indsatser. Gennemførelse af isolerede projekter i den enkelte forvaltning kan betyde, at der i samme kommune gennemføres næsten identiske projekter - uden brug af hinandens ressourcer. Der er imidlertid behov for at udvikle en tværfaglighed på projektniveau. Analysen af motionsstrategien viser, at samarbejdet

på tværs af forvaltningerne findes på et overordnet ledelsesniveau eller projektledelsesniveau, men ikke på det konkrete udførelsesniveau: dvs. der hvor detailplanlægningen, projekteringen og realiseringen af projektet gennemføres. Trods stor ledelsesmæssig opbakning til forebyggelsesstrategien i Teknik og Miljø Forvaltningen var den svær at implementere på lavere niveau i forvaltningen. 'Byens Grønne Puls' blev opfattet som et perifert projekt for de afdelinger i forvaltningen, hvor projektet skulle realiseres.

## 8. Konklusioner og perspektiver

Overordnet var formålet med motionsstrategien ”at sikre en langsigtet, tværsektoriel planlægning af aktiviteter, der skulle gøre københavnere mere fysisk aktive og gøre København til en by i bevægelse”. I dette afsluttende kapitel samles der op på evalueringen af de fem projekter og analysen af den tværsektorielle organisering af motionsstrategien. Er det lykkedes at nå målene for strategien? Hvad har fungeret, og hvad har ikke fungeret? Hvad kan man lære af projekterne og den samlede strategi?

### Positiv vurdering af projekterne

Evalueringen af de forskellige projekter viser, at brugerne og kenderne af de forskellige projekter og tiltag vurderer disse meget positivt. De borgere, der er blevet interviewet om Byens Grønne Puls, synes, at det er en god idé med en motionsrute, der forbinder den indre by med grønne naturområder, og derudover er de træningspavilloner, der er anlagt to steder på BGP, et tiltag, som nogle borgere langsomt synes at have taget til sig - som et alternativ til fitnesscenteret. Folkeskolelærerne har taget godt imod de forskellige materialer samt indsatsen med ideer til, hvordan børnene kan blive mere fysisk aktive i skolen. Kendere af idrætscontainerne mener, at de opfylder deres mål, og børnene og de unge, som kommer på containerne, er glade for denne aktivitetsmulighed. Deltagerne i Motionsvejledningen synes at have fået et stort personligt udbytte i form af mere fysisk aktivitet og et større psykisk velbefindende, og ligeledes påskønner deltagerne på styrketræning for ældre også dette tilbud.

### Målgrupper

Motionsstrategien skulle især medvirke til at fremme udsatte målgruppers muligheder for at være fysisk aktive med særlig fokus på følgende målgrupper: *børn, inaktive voksne, ældre og etniske minoriteter*. De enkelte delprojekter for ’København – en by i bevægelse’ har samlet set rettet fokus mod samtlige af disse målgrupper. I forhold til målgruppen af børn har projekt Move@school rettet fokus på at skabe mere fysisk aktivitet, leg og bevægelse blandt københavnske skolebørn, mens projekt Idrætscontainere har været målrettet foreningsløse børn og unge gennem lokal tilstedeværelse af bemandede idrætscontainere i udvalgte områder. De planlagte motionsvejledningsforløb for unge blev ikke realiseret. Med hensyn til målgruppen af inaktive voksne er det primært Motionsvejledningen, der har bidraget med hjælp til fysisk inaktive borgere i København til at finde egnede motionstilbud, samt at overvinde psykiske eller fysiske barrierer i forhold til at være fysisk aktiv. Projektet har derudover haft fokus på gruppen af etniske minoriteter i form af særligt tilrettelagte motionsvejledningsforløb for kvinder med anden etnisk baggrund i Urbanplanen i den første del af projektperioden.

Gruppen af inaktive borgere var oprindeligt tænkt som den primære målgruppe for Byens Grønne Puls, idet etableringen af de i alt 5 planlagte motionsløberuter i byens grønne strøg ”skulle rette sig bredt mod alle københavnere ved at tilbyde uddannelse og træning i brugen af faciliteterne til de professionelle faggrupper, fx daginstitutioner, KKFO’er, skoler, dagcentre for ældre, idrætsklubber og idrætsorganisationer mv.” Efter at Byens Grønne Puls var blevet anlagt med ca. 1½ års forsinkelse, blev projektets målgrupper af såvel ressourcemæssige som tidsmæssige årsager prioriteret anderledes end oprindeligt tænkt, idet man valgte at rette fokus mod de ”i forvejen moderat aktive borgere”. Endelig har der med projekt Styrketræning for ældre været fokus på gruppen af ældre, da man etablerede styrketræningshold for ældre i udvalgte idræts- og ældreklubber.

### **Lavere tilslutning end forventet**

Hvad angår målsætningerne for antallet af deltagere på de enkelte projekter har dette været betragteligt lavere, end man havde forventet i de oprindelige målsætninger. Således var det målsætningen for styrketræning for ældre at igangsætte 20 styrketræningshold á 10 personer (dvs. 200 deltagere i alt), samt at mindst 10 styrketræningshold skulle varetages af en frivillig instruktør. Begge mål har vist sig at være for ambitiøse. Dels har man kun nået halvdelen af det målsatte deltagerantal, dels er det indtil dato kun lykkedes at få fem frivillige instruktører på styrketræningsholdene. Til gengæld er der flere selvtrænere end forventet. På Motionsvejledning er de oprindelige målsætninger om deltagerantal samt antal, der skulle blive foreningsaktive efter forløbene, heller ikke opnået. I den første projektbeskrivelse fra september 2006 var målet et samlet deltagerantal på 300 ved udgangen af 2007. Dette mål blev ikke nået. Tilsvarende nåede man heller ikke målsætningen, da vejledningen flyttede til Sundhedscentrene. Målene blev nedjusteret undervejs, men nåede heller ikke op på det forventede deltagerantal i 2008 på tilsammen 300 på motionsvejledningsforløbene (Move-gruppe og Move-individuel)<sup>86</sup>. Ved etableringen af idrætscontainerne var det målsætningen, at 100 børn blev tilknyttet hver af de fire idrætscontainere, hvilket kun er realiseret på én af idrætscontainerne. Endelig var målsætningen for Byens Grønne Puls, at 50 pct. af de borgere, der er bosat i lokalområdet, samt 50 pct. af de relevante institutioner i pulsens umiddelbare nærhed skulle have kendskab til BGP. Dette er ikke opnået.

### **Forsinkelser og organisatoriske ændringer**

En væsentlig årsag, til at projekterne ikke har nået de forventede deltagerantal, er, at det tog længere tid end først antaget at få planerne for projekterne realiseret. Byens Grønne Puls – i den barberede udgave – endte som nævnt med at blive mere end 1½ år forsinket.

---

<sup>86</sup> Hvis man medregner de 50 deltagere, der ikke er blevet registrerede samt deltagerne på de to forløb ”Move Light” og ”Fysisk træning”, er målene dog tæt på at være opfyldt i den anden del af perioden.

Derudover har det på flere af projekterne været nødvendigt at foretage organisatoriske ændringer i forbindelse med projekternes gennemførelse, hvilket har betydet, at flere af tiltagene er blevet forsinket. Hvad angår idrætscontainerne, skulle der en omorganisering til, før disse fandt en mere permanent og bæredygtig form. Tilbuddet om Motionsvejledning stoppede i DGI byen og Urbanplanen og blev i stedet en integreret del af tilbuddet om 'Motion og Kost i dit Sundhedscenter' på Sundhedscentrene. På Move@school måtte der også justeres på projektets tiltag, idet det ikke var muligt at realisere de oprindelige planer om længerevarende og opkvalificerende kurser for lærerne på skolerne. Endelig blev det undervejs i forløbet på projekt Styrketræning for ældre besluttet, at FSK - i bestræbelserne på at skabe et økonomisk uafhængigt styrketræningskoncept, som ville kunne fastholde ældre i træning - skulle uddanne frivillige instruktører til at stå for styrketræningen i stedet for de professionelle fysioterapeuter, der havde varetaget styrketræningen i projektets opstart.

## Viden, muligheder og handling

I motionsstrategien fremhæves det, at en effektiv sundhedsfremmende og forebyggende indsats på motionsområdet bygger på et samspil mellem tre grundstrategier: Viden, muligheder og handling samt en række tilknyttede delstrategier. Hvordan har hver af de fem projekter opfyldt disse tre strategier?

## Byens Grønne Puls

Hvad angår Byens Grønne Puls var den overordnede målsætning at *"invitere og motivere til uorganiserede og organiserede aktiviteter såsom leg, udeskole, ophold, spadsereture, naturoplevelser, stavgang og andre former for fysisk aktivitet, ved at øge brugen af byens grønne rum og skabe bedre ikke-motoriserede forbindelser i og mellem bydelene, lette adgangen til de udendørs faciliteter og de grønne områder i nærmiljøet, sikre tilgængelighed for fysisk aktivitet i nærmiljøet samt at skabe bedre muligheder for netværksdannelse i lokalområdet"*.

Det må imidlertid konstateres, at store dele af strategiens mål for BGP endnu ikke er blevet indfriet. Først og fremmest fordi det kun er en lille del af de planlagte *muligheder* i form af bedre fysiske rammer for selvorganiseret motion og leg, der skulle *"øge brugen af byens offentlige grønne rum ..."*, som er blevet indfriet. For det første er det kun én af de fem planlagte pulse, der er blevet realiseret. For det andet er aktiveringen af dem (ikke mindst i forhold til skoler og andre institutioner) ikke realiseret. For det tredje er potentialerne ved den etablerede puls begrænset af, at den er anlagt i områder af byen, som i forvejen er populære steder for såvel løbere som fodgængere. For det fjerde er pulsen ensrettet, hvilket begrænser anvendelsen af den som forbindelsesled. Endelig er det ikke tilladt at cykle ad den, hvilket betyder, at pulsen er begrænset til gang og løb. Målet om at *"sikre*

*tilgængelighed for fysisk aktivitet, leg og samvær i nærmiljøet*” synes at være opfyldt i nogen grad - hvilket først og fremmest må begrundes i etableringen af træningspavillonerne, idet disse har vist sig at være populære træningssteder for en stor gruppe borgere.

Hvad angår *viden*, så viser evalueringen, at kendskabet til BGP er så forsvindende lille, at end ikke de i forvejen fysisk aktive borgere, som færdes på ruten, kender til dens eksistens. I forhold til handlingsstrategien begyndte man i sommeren 2009 at gennemføre kursuseftermiddage i instruktion og vejledning i brugen af træningspavillonerne på BGP, som følges op af instruktionsdage fem søndage i efteråret 2009.

Til trods for at de overordnede målsætninger for BGP ikke er opnået, viser evalueringen imidlertid, at ideen med anlæggelse af sådanne grønne pulser har et udviklingspotentiale. Det kan bl.a. ske ved etablering af flere træningspavilloner rundt omkring i byen, en markant bedre markedsføring af ruten samt tilbud om instruktion i brugen af pavillonerne, således at flere borgere tør overskride den barriere, som mange stadig har i forhold til at træne i det offentlige rum. Derudover kunne man ønske sig et større fokus på flere forskellige målgrupper, så man i fremtiden også kan nå de inaktive borgere, der oprindeligt var projektets målgruppe, samt skolebørn og ældre borgere.

## **Move@school**

På projekt Move@school har *vidensdelen* haft en stor tyngde. Således var der fra projektets start lagt op til, at man med uddannelse, kursusforløb og temadage for lærerne, ville kunne bidrage til en opkvalificering af denne faggruppe om fysisk aktivitets betydning. Man er da også kommet langt i forhold til målsætningerne om ”*at give skoleledelse, folkeskolelærere og forældre forståelse for fysisk aktivitets betydning for børns sundhed, udvikling, trivsel og læring samt skolens afgørende rolle og muligheder heri*”. Dette til trods for at det ikke var muligt at gennemføre de planlagte længerevarende kursusforløb. Endvidere synes skolelærerne, at de har fået viden samt flere brugbare redskaber til at tænke mere i bevægelse og fysisk aktivitet i undervisningen såvel som i frikvartererne.

Hvad angår *muligheder* har projekt Move@school bl.a. bidraget med legerekvisitter, som gør den fri leg mere attraktiv i skolegårde på de deltagende skoler, og der er udarbejdet skriftligt materiale, som gør det lettere for den enkelte lærer at inddrage bevægelse i undervisningen. Hvad *handlingsstrategien* angår, er etableringen af legepatruljerne det mest tydelige tegn på, at der er blevet skabt forandringer i form af mere organiseret leg i frikvartererne på flere af skolerne. Der er blevet indført legepatruljeaktiviteter på stort set alle skolerne, som især fungerer godt på pilotskolerne, men som også er ved at finde en form på flere af de skoler, der senest er kommet med i projektet. Derudover synes især det skriftlige materiale - inklusiv redskaberne til gennemførelse af mere ’Bevægelse i undervisningen’ - at have sat gang i flere bevægelsesaktiviteter på flere af skolerne, men også at have resulteret i mere fokus på bevægelse og motivation i forhold til at tænke bevægelse ind i egen undervisningspraksis blandt skolens lærere.

Samlet set må projektets målsætning om, ”*at skabe bedre rammer for børn og unges*



*iboende lyst til fysisk aktivitet i skolemiljøet og dermed øge mængden og udbredelsen af daglig bevægelsesaktivitet i skoletiden blandt børnene*” således at være godt på vej til at blive opfyldt, selvom evalueringen har afdækket en række vanskeligheder ved at organisere projektets tiltag. I forhold til projektets målsætning om at ”*skabe tværfaglige miljøer, der fremmer fysisk aktivitet i skoletiden*” viser evalueringen, at der stadig er et stykke vej, men at viljen og motivationen for på tværs af fagene at tænke ”*mere bevægelse i undervisningen*” er til stede hos mange af lærerne på de skoler, der deltager i projekt Move@school. Det er i denne sammenhæng meget afgørende, at man får skabt mulighed og rum for erfaringsudveksling og supervision til lærerne – samt lærerne imellem. Derudover vil oprettelse af en vidensbank eller erfaringsbase, hvor skolerne kan hente viden og inspiration fra de erfaringer, som andre skoler har gjort sig i forhold til implementering og organisering af projektets tiltag, være af stor betydning for en fortsat udvikling af projektets tiltag.

## **Motionsvejledning**

På projekt Motionsvejledning er *vidensdelen* ligeledes blevet prioriteret højt, og projektet synes da også at være lykkedes med at bidrage med væsentlig viden til en stor del af de borgere, der har deltaget i motionsvejledningen. Deltagerne har dels fået en faglig viden om fysisk aktivitet og kost, dels har de fået kendskab til konkrete motionstilbud, og endelig har de også fået kendskab til egne vaner og barrierer. Inspirationen og motivationen i forhold til at få motion integreret i disse borgeres hverdag foregår nu (efter forskellige justeringer af vejledningstilbuddet) efter en fleksibel modul-model, der kan tilpasses den enkelte deltagers individuelle behov og ønsker.

Med hensyn til *mulighedsstrategien* har det været Motionsvejledningens målsætning ”*at udbrede kendskabet til velegnede motions- og idrætstilbud*” samt ”*at skabe mulighed for netværksdannelse og træningsfællesskaber, der kan støtte fastholdelsen og motivationen blandt fysisk inaktive borgere*”. Deltagerne, der har gennemført forløbene, har fået kendskab til motions- og idrætstilbud, mens målet om netværksdannelse og træningsfællesskaber ikke synes at være opnået blandt deltagerne på gruppeholdene i det omfang, man havde håbet på.

På et overordnet niveau har *handlingsstrategien* været koncentreret om, at tilbuddet om motionsvejledningen ”*synliggøres for københavnske borgere*”, samt at tilbuddet kan være med til ”*at nedsætte social ulighed i sundhed*”. Set i lyset af det antal deltagere, der har gennemført forløbene, kan dette mål ikke siges at være opnået, men der er ingen tvivl om, at der for en del af deltagerne er tale om afgørende ændringer i deres motionsvaner, samt at flere af deltagerne har overvundet mange af de barrierer, som tidligere har forhindret dem i at motionere og være fysisk aktive. Således synes tilbuddet om motionsvejledning på sigt at kunne reducere den fysiske inaktivitet i København, såfremt det lykkes FSK og sundhedscentre at øge deltagerantallet væsentligt. Endelig skal det understreges, at det på baggrund af denne evaluering ikke er muligt at sige noget om, i hvor høj grad deltager-

nes ændrede motionsvaner fastholdes og integreres i deltagernes liv over længere tid.

## Styrketræning for ældre

Målsætningen for Styrketræning for ældre var at skabe et økonomisk uafhængigt tilbud baseret på et frivilligt instruktørkorps, der står for træningen. *Vidensstrategien* på dette projekt har handlet om at tilbyde interesserede ældre et kursus, der kvalificerer dem til at være træner på et styrketræningshold for ældre. Medio 2009 var det imidlertid kun fem ældre, der fungerede som frivillige instruktører, og man har således endnu ikke nået den oprindelige målsætning. Evalueringen viser, at de fleste af deltagerne på kurserne har oplevet, at kurset var godt, men at det ikke er tilstrækkeligt til, at de ældre føler sig kvalificerede til at fungere som træner på styrketræningsholdene. De frivillige instruktører finder det nødvendigt, at kurset følges op, samt at instruktørerne tilbydes løbende sparring og videreuddannelse. Overvejende synes de frivillige instruktører at have stor glæde af at stå for deres egne hold, men de oplever også vanskeligheder og er usikre i forhold til bl.a. manglende viden om fysiske skader og kroniske sygdomme. Således oplever flere af de frivillige instruktører, at de har et for begrænset kendskab til, hvad maskinerne 'kan' og udtrykker et behov for at få mere viden herom samt en mere indgående instruktion i maskinernes anvendelse.

Hvad *muligheder* angår, har intentionen været at etablere fysiske træningsfaciliteter, der er til rådighed på aktivitetscentre - for såvel styrketræning på hold som for selvtræning. Dette mål er lykkedes, om end de fysiske faciliteter vurderes meget forskelligt på de fem forskellige træningssteder. Hvad *handlingsdelen* angår, vurderer deltagerne på styrketræning for ældre tilbuddet meget positivt, og en stor del af deltagerne tilkendegiver, at de har fået det såvel fysisk som psykisk bedre efter at have deltaget i styrketræningen. Deltagerne nævner bl.a., at de får flere kræfter, færre smerter i det daglige, vægttab, stærkere knoglemasse, større glæde og bedre samvittighed mv. En stor del af deltagerne har ligeledes fået styrket deres sociale netværk i form af nye bekendtskaber og deltagelse i andre aktiviteter udover styrketræningen.

## Idrætscontainere

For projekt Idrætscontainere var det primære mål at arbejde på at forbedre *mulighederne* for "at lokale børn, uden tilknytning til idrætsforeninger eller fritidsklubber, fik mulighed for en aktiv hverdag efter skoletid". Derudover ønskede man "at præsentere de foreningsløse børn for foreningslivet og derigennem udsluse dem til det lokale idrætsliv". Fokus for dette projekt har primært været *muligheds- og handlingsstrategien* og i mindre grad *vidensdelen*.

Undersøgelsen af de børn, som benyttede containerne i 2007 (mens koordineringen foregik i regi af FSK), viste, at idrætscontainerne havde fat i rigtig mange børn af anden

etnisk herkomst end dansk. Det var børn, der boede i umiddelbar nærhed, der kom i containerne, og heraf var størstedelen drenge. Målgruppen havde stor glæde af aktiviteterne på idrætscontainerne, men efterspurgte i særdeleshed fodbold, boksning og turneringer. Mange af børnene tilkendegav, at deres lyst til idræt var blevet større – efter at de var begyndt at komme i idrætscontainerne. Der var tale om børn, der havde et stort behov for voksenkontakt, og de koordinatore, der var ansat i containerne, spillede her en meget vigtig social rolle for disse børn.

Undersøgelsen blandt idrætscontainers interessenter, som blev gennemført i 2007, bekræftede resultaterne fra undersøgelsen blandt brugerne på flere forhold. De fleste af samarbejdspartnerne gav udtryk for, at der blev løftet en stor social rolle for børnene i de områder, hvor containerne fandtes. Samlet set var vurderingen, at de ansatte i containerne havde formået at opbygge tillid, ligeværdighed og respekt for målgruppen, samt at de ansatte i høj grad fungerede som gode rollemodeller for børnene i containerne.

I forhold til projektets overordnede målsætning om at tilknytte de lokale børn til idrætscontainerne, og at de derigennem fik en mere fysisk aktiv hverdag efter skoletid, vurderede størstedelen af containers samarbejdspartnere i 2007, at dette skete i høj eller nogen grad. I forhold til projektets anden målsætning om via samarbejdet med de lokale foreninger og klubber at kunne udsluse containerbørnene til foreningslivet var vurderingen, at det skete i et vist - men noget mindre - omfang.

I forhold til videreførelsen af containerne var der i juni 2009 tre containere, der var i brug, mens én container ikke blev brugt aktivt. Evalueringen viser, at bemanningen er meget væsentlig for at få containeren til at være en naturlig del af området, og at det er af afgørende betydning, at de, der bemander containeren, forstår at håndtere problemer og områdets unge. Ser man overordnet på projektets målsætning om, ”*at de lokale børn tilknyttes idrætscontaineren og derigennem får en mere fysisk aktiv hverdag efter skoletid*”, viser evalueringen, at det er lykkedes i Sjælør, Mjølnerparken og Basis 37. En forklaring på dette er et øget fokus på bemanningen af containeren – og deres rolle som rollemodeller - bred promovning af containerne i de områder, de er placeret i, samt gode samarbejdspartnere, der har skabt et grundlag for, at containerne kan fortsætte og opfylde formålet.

## **Værd at bygge videre på**

På trods af de vanskeligheder, der har været forbundet med gennemførelsen af dele af projekterne, tyder udviklingen siden ’København – en by i bevægelse’ blev påbegyndt på, at projekterne har et potentiale, som det er værd at bygge videre på – både hvad angår de strukturelle og de mere borgerrettede sundhedsfremmende tiltag. På baggrund af evalueringen synes fire faktorer imidlertid at være vigtige for i højere grad at kunne realisere potentialerne i motionsstrategien.

## **Større kontinuitet**

For det første forudsætter det, at der er en større kontinuitet i projektledelsen og udviklingen af projekterne. Samtlige delprojekter har været hæmmet af en stor udskiftning i projektledelsen, idet der været to eller tre projektledere på samtlige af motionsstrategiens projekter, (5 på BGP) i perioden. En vigtig årsag hertil synes bl.a. at være de mange midlertidige ansættelser blandt projektlederne i FSK. Derudover har der også været en stor udskiftning hos ledelsen af motionsstrategien, idet såvel specialkonsulenten på motionsområdet samt den øverste ledelse i FSK er blevet udskiftet af to omgange i perioden. Og endelig er de fleste af repræsentanterne i styregruppen blevet skiftet ud en eller flere gange – med undtagelse af medlemmerne fra KFF og BUF, som har været med næsten fra starten. Denne manglende kontinuitet på flere niveauer har haft konsekvenser for projekternes gennemførelse inden for den planlagte tidsramme, men derudover er dialogen og den tværfaglige udveksling mellem den forvaltning, hvor projektet er forankret, og de øvrige forvaltninger blevet vanskeliggjort, fordi man ikke altid har vidst, hvem man overhovedet samarbejdede med. Hvis denne bemandingsmæssige diskontinuitet er et vilkår i Københavns Kommune, må de organisatoriske rammer for et sådant projekt tilpasses dette, så projekterne ikke er så sårbare ved udskiftning af medarbejdere, som det har været tilfældet i 'København – en by i bevægelse'.

## **Udvikling og effektivisering af det tværsektorielle samarbejde**

For det andet skal det tværsektorielle samarbejde på projektniveau udvikles og effektiviseres. Evalueringen viser, at svagheder i samarbejdet på tværs af forvaltningerne har betydet, at flere projekter ikke er blevet realiseret i det omfang og i den form, det var planlagt. Analysen af samarbejdet på tværs af forvaltningerne peger bl.a. på, at et tværgående udvalg som styregruppen ikke er tilstrækkeligt. Formelt var styregruppen projektets 'ejer', men reelt var det FSK. En tydeligere placering af ejerskabet i styregruppen forudsætter imidlertid en entydig opbakning dertil i de forvaltninger, der deltager i styregruppen. Endvidere skal samarbejdet – eller brobygningen - mellem forvaltningerne forankres i en eller flere personer, som har det som sit ansvarsområde, og man skal sammentænke ressourcerne og de forskellige fagligheder på tværs af forvaltningsenhederne. Dernæst spiller det en stor rolle for den enkelte forvaltnings engagement i og prioritering af et samarbejde om en forebyggelsesindsats, at der er sammenfald mellem interesser, aktiviteter og målgrupper i den enkelte forvaltning og det enkelte projekts indhold og mål. Derfor er det også centralt, at medarbejdere, som skal stå for implementeringen af de konkrete indsatser, er med i udviklingen deraf. Endelig forudsætter samarbejdet på det konkrete projektplan, at de samarbejdende parter tager højde for forskelle mellem de respektive forvaltninger på de værdier, mål, interesser og arbejdsgange, der er styrende i den enkelte forvaltning - og på grundlag af dette afstemmer hinandens forventninger. Men det er også udfordrende og berigende, når forskellige fagligheder og syn på et emne mødes.

## **Forankring af aktiviteterne**

For det tredje er det en forudsætning, at aktiviteterne sikres en forankring. Dermed menes, at der er et tydeligt ansvar for de forskellige aktiviteter og deres drift. For det første at det er tydeligt, hvilken forvaltning der har ansvaret for aktiviteten. For det andet at den konkrete drift af aktiviteten er tillagt en institution eller organisation af relativ permanent karakter. Flere af delprojekterne under 'København – en by i bevægelse' manglede den forankring i begyndelsen. Det gjaldt Motionsvejledningen, der i begyndelsen hørte til i DGI byen og Urbanplanen, men uden at disse institutioner havde et ansvar for projektet. Flytningen af Motionsvejledningen til sundhedscentrene synes at have givet dette projekt en bedre organisatorisk forankring, som kan sikre projektet en stabilitet og nogle rammer som forudsætning for en udvikling af projektet. Tilsvarende manglede idrætscontainerne i begyndelsen en forankring i en institution eller organisation, men med udliciteringen af containerne til lokale institutioner og foreninger er projektet knyttet til de lokalsamfund (og tilhørende institutioner), hvor børnene, som projektet tager sigte på, færdes. Som beskrevet ovenfor var det et af problemerne ved Byens Grønne Puls, at der manglede en klar forankring og ansvarsfordeling vedr. udviklingen af dette projekt. En mulig forklaring på Move@schools succes kan være, at der fandtes en sundhedsenhed i BUF til at tage sig af projektet. Og når aktiviteterne i projektet faldt sammen med skolernes og lærernes 'mission', så var skolerne klar til at gennemføre aktiviteterne. Det er en central opgave for udviklingen af motionsstrategien at fortsætte denne forankring, så de respektive organisationer og institutioner tager ansvaret for disse aktiviteter og betragter dem som 'egne aktiviteter'.

## **Længere varighed end 'projekter'**

For det fjerde skal man tænke 'større' end i projekter af forholdsvis kort varighed, hvis man skal nå målene og en forankring af forebyggelsestiltagene. Man må med andre ord turde tro på, at der er perspektiver i at tænke i længerevarende projektføløb. Dette må nødvendigvis også betyde, at man tænker meget mere langsigtet i forhold til ansættelse af de projektledere, der skal føre projekterne til dørs, således at den viden og faglige ekspertise, der oparbejdes, ikke går tabt.

## **En 'kick start' på at fremme bevægelse i København**

'København – en by i bevægelse' er en visionær strategi med flere nye ideer, som det tager tid at udvikle og forbedre. Det er ikke en færdig udviklet 'medicin', som skulle 'testes', men må snarere betragtes som en 'kick start' på en politisk bestræbelse på at skabe mere bevægelse i København. En udviklingspulje hvor det centrale de første år har været at lære og udvikle med sigte på at finde løsninger, der på længere sigt fremmer visionen.

Vurderer man de første tre år af 'København – en by i bevægelse' ud fra dette perspektiv, har motionsstrategien været en succes.

## Litteratur

Egeberg, M. (1999). The impact of bureaucratic structure on policy making. *Public Administration*, 77(1): 155-170.

Ejersbo, Niels (1998). Kommunale strukturer – et studie i lokale variationer, *Politica*, Årgang 30, Nr. 3, pp. 285-297.

Forebyggelseskommissionen (2009). *Vi kan leve længere og sundere. Forebyggelseskommissionens anbefalinger til en styrket forebyggende indsats*. Ministeriet for Sundhed og Forebyggelse.

Gulick, L. (1992). Notes on the Theory of Organization. In J. M. Shafritz & A. C. Hyde (Eds.), *Classics of Public Administration*, Vol. 3: 80-89. Belmont, California: Wadsworth.

Hansen, Ejgil Boll og Jørgensen, Thea Suldrup (2008). *Organiseringen af forebyggelse og sundhedsfremme – Erfaringer fra kommunernes første år*. AKF Workingpaper.

Hansen, Ejgil Boll; Betina Højgaard; Thomas Bue Bjørner og Jes Søgaard (2008). *Forebyggelse og sundhedsfremme – hvordan bliver vi klogere?* Dansk Sundhedsinstitut og AKF.

Knudsen, Morten og Schjerbeck, Rune Hejlskov (2006). Refomr i praksis – kommunernes organisering i 2007. *Nyhedsmagasinet Danske Kommuner*, Nr. 37, 14. December 2006.

København – en by i Bevægelse. Motionsstrategi. Københavns Kommune.

Lundquist, L. (1987). *Implementation Steering. An Actor-Structure Approach*. Lund: Studenterlitteratur.

Mintzberg, H. & Waters, J.A. (1985). Of Strategies, deliberate and emergent. *Strategic Management Journal*, 6(3), 257-272.

Sundhedsstyrelsen (2006). *Borgerrettet forebyggelse i kommunen – rådgivning fra Sundhedsstyrelsen*.

Taylor, F. W. (1992). Scientific Management. In J. M. Shafritz & A. C. Hyde (Eds.), *Classics of Public Administration*, Vol. 3: 29-32. Belmont, California: Wadsworth Publishing Company.

Vedung, E. (1997). *Public Policy and Program Evaluation*. New Brunswick: Transaction Publishers.

