



ET BEVÆGELSESEKSPERIMENTARIUM

Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret
i Nykøbing Sjælland

Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn
og Jens Troelsen

2012:14

Et bevægelseseksperimentarium - Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland

Del af interventionsprojektet EN GOD OMVEJ – Bevægelse i lokalområdet

Charlotte Skau Pawlowski
Lars Breum Christiansen
Jasper Schipperijn
Jens Troelsen

Et bevægelseksperimentarium - Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland: Del af interventionsprojektet EN GOD OMVEJ – Bevægelse i lokalområdet

Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen
Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Udgivet 2012

ISBN 978-87-92646-57-6

Serie: Movements, 2012:14

Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Scanpix

Forsidelayout: UniSats

Fotos i øvrigt: Charlotte Skau Pawlowski

Opsætning: Lone Bolwig

Tryk: Print & Sign, Odense

Forskningsprojektet er støttet af Realdania.

Realdania og Lokale og Anlægsfonden har sammen ydet støtte til finansieringen af anlægsprojekterne.



Indhold

Forord	5
1. Baggrund for evalueringen	7
1.1 Hvad er EN GOD OMVEJ?	7
1.2 Hvorfor etablere bevægelsesrum i bolignære områder?	7
1.3 Formål med evalueringen	8
1.4 Afgrænsning af lokalområde	8
2. Evalueringsmetode	9
2.1 GIS analyse	9
2.2 Feltobservation	9
2.3 Spørgeskemaundersøgelse	10
3. Beskrivelse af det udvalgte lokalområde og EGO aktivitetsområdet	10
3.1 Lokalområdet	10
3.2 EGO aktivitetsområdet, Bevægelseksperimentariet	12
3.2.1 EGO aktivitetsområdet før	12
3.2.2 EGO aktivitetsområdet efter	13
4. En dag på EGO aktivitetsområdet, Et bevægelseksperimentarium	13
5. Rekreativ fysisk aktivitet i det bolignære område	15
5.1 Beskrivelse af respondenterne	15
5.2 Muligheder i lokalområdet for rekreativ fysisk aktivitet	16
5.2.1 Tilfredshed med at bo i lokalområdet	16
5.2.2 Muligheder for leg, bevægelse og socialt samvær	17
5.3 Respondenternes fysiske aktivitet og brug af lokalområdet	18
5.3.1 Fysisk aktivitet i fritiden	18
5.3.2 Brug af lokalområdet til rekreativ fysisk aktivitet	19
5.4 Oplevelse og brug af EGO aktivitetsområdet	20
5.4.1 Brug af Sundhedscentrets park	20
5.4.2 Brug af Bevægelseksperimentariet	21
5.4.3 Synet på Bevægelseksperimentariet	23
6. Konklusion	25
Referencer	26
Bilag	27
Bilag 1: Fotos af Bevægelseksperimentariet – Før etablering	27
Bilag 2: Fotos af Bevægelseksperimentariet – Efter etablering	28

Forord

Denne rapport er en evaluering af et bevægelseksperimentarium, som er ét af ni anlægsprojekter i EN GOD OMVEJ. Bevægelseksperimentariet er placeret i en park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland i Odsherred Kommune.

Institut for Idræt & Biomekanik, Syddansk Universitet har haft ansvaret for evalueringen, som beror på en baselineundersøgelse og en follow-up undersøgelse henholdsvis før og efter etableringen af Bevægelseksperimentariet. Baselineundersøgelsen blev gennemført i 2011, hvor der blev lavet en GIS analyse, feltobservationer på det planlagte sted for Bevægelseksperimentariet samt en spørgeskemaundersøgelse blandt beboere bosat i lokalområdet grænsende op til parken. I 2012, blev der gennemført en follow-up undersøgelse, der bestod af feltobservationer i Bevægelseksperimentariet samt en opfølgende spørgeskemaundersøgelse blandt de samme respondenter, der indgik i baselineundersøgelsen.

Spørgeskemaundersøgelsen er udarbejdet i et tæt samarbejde med Odsherred Kommune, som har stået for indsamlingen af data. Vi vil gerne benytte lejligheden til at sige tak for samarbejdet til Sundhedschef, Thorkild Christensen og Sundhedskoordinator, Sussi Friis, som har haft den overordnede og løbende kontakt med Syddansk Universitet. Desuden vil vi gerne takke øvrige involverede personer fra Odsherred Kommune for et veludført arbejde. Der skal også lyde en stor tak til alle de mennesker, som vi har interviewet under feltobservationerne samt alle de respondenter, der har deltaget i spørgeskemaundersøgelsen. Mange af respondenterne har her vist et stort engagement i undersøgelsen ved at supplere med deres egne begrundede kommentarer til etableringen af Bevægelseksperimentariet. Alle har bidraget med vigtig viden.

Det er vores håb, at evalueringen frembringer viden, som kan være til nytte for Odsherred Kommune og øvrige aktører, der arbejder med sundhed, social integration og byplanlægning.

Odense, november 2012

Charlotte Skau Pawlowski
Projektmedarbejder
Institut for Idræt & Biomekanik,
Syddansk Universitet

Jens Troelsen
Projektleder
Institut for Idræt & Biomekanik,
Syddansk Universitet

1. Baggrund for evalueringen

1.1 Hvad er EN GOD OMVEJ?

EN GOD OMVEJ (EGO) er et udviklingsprojekt, som sætter fokus på, hvordan den fysiske ramme kan skabe bedre vilkår for det aktive og sunde hverdagsliv med fokus på bevægelse i det fri, lige der hvor man bor eller færdes i det daglige. I alt 59 af landets kommuner har deltaget i et udviklingsforløb, der med støtte fra Realdania og Lokale og Anlægsfonden (LOA) har haft fokus på at udvikle kreative, fysiske tiltag, som kan invitere byens borgere til leg og bevægelse. Anlægsprojekterne realiseres for relativt få anlægskroner og fungerer samtidigt som inspiration for den mere langsigtede og strategiske planlægning i forhold til at skabe gode rammer for sunde og aktive boligområder, kvarterer og byer.¹

Ni projekter er udvalgt til realisering:²

- Dronningens Bastion, Fredericia Kommune
- Byens Arena, Gladsaxe Kommune
- Opfordring til udfordring, Kolding Kommune
- Sidesporet, Middelfart Kommune
- Odsherreds gode omvej – Et bevægelseseksperimentarium i Sundhedscentrets park, Odsherred Kommune
- PulsPark i Ringkøbing, Ringkøbing-Skjern Kommune³
- Pixlpark (Den digitale legeplads), Roskilde Kommune
- En Voldsom Omvej, Solrød Kommune
- Naturparken, Mellem bakkedrag og dalstrøg, Sønderborg Kommune

1.2 Hvorfor etablere bevægelsesrum i bolignære områder?

Sundhedsstyrelsen vurderer, at omkring 30-40 % af den voksne danske befolkning ikke lever op til de nationale anbefalinger om 30 minutters fysisk aktivitet om dagen (Kiens et al., 2007). Den Nationale Sundhedsprofil fra 2010 viser, at 16 % af den voksne danske befolkning udelukkende har stillesiddende fritidsaktivitet, men at 68 % gerne vil være mere fysisk aktive (Sundhedsstyrelsen, 2011).

Den teknologiske udvikling og velstand har medført, at vi kan leve et fysisk inaktivt liv og samtidig have rigelig og let adgang til føde hver dag. Arbejdslivet er desuden for mange mennesker præget af stillesiddende aktiviteter, samtidigt med at motoriserede transportformer som bil, bus og tog for mange er den primære transportform. Selvom nogle undersøgelser tyder på, at der er en stigning i fysisk aktive fritidsaktiviteter, er den tid, der bliver brugt herpå, ofte ikke nok til at kompensere for det fysisk inaktive arbejdsliv (Kiens et al., 2007). Fysisk inaktivitet øger risikoen for en række sygdomme, først og fremmest hjerte-kar-sygdomme, type 2-diabetes, muskel- og skeletsygdomme, brystkræft, kræft i tyktarm samt overvægt.

1 Læs mere om EGO projektet ved at gå ind på hjemmesiden www.engodomvej.dk

2 Der er udarbejdet en evalueringsrapport for otte af de ni EGO projekter samt en samlet rapport, hvor de otte EGO projekter indgår. Desuden er der udarbejdet en procesevalueringsrapport. Alle rapporter kan downloades fra hjemmesiden www.engodomvej.dk

3 Anlægning af EGO projektet i Ringkøbing-Skjern Kommune er blevet forsinket og indgår derfor ikke i evalueringen.

Ligeledes oplever fysisk inaktive et lavere selvværd og flere depressioner (Floriani & Kennedy, 2008).

Der er tiltagende evidens for, at fysisk inaktivitet kan tilskrives karakteristika ved børn, unge og voksnes lokalmiljøer, der favoriserer inaktive former for fritid og transport (Dunton et al., 2009). Samtidig er det påvist, at de bolignære fysiske omgivelser har stor betydning for, hvor meget og hvordan børn og voksne dyrker idræt og bevæger sig (Troelsen et al., 2008. Limstrand, 2008. Dunton et al. 2009. Floriani & Kennedy, 2008). Undersøgelserne viser, at især børn er fysisk aktive, der hvor de bor, og at der er en positiv sammenhæng mellem tilstedeværelsen af og nærheden til faciliteter, der kan bruges til fysisk aktivitet (fx parker, legepladser, rekreative områder og idrætsanlæg), og det fysiske aktivitetsniveau. Undersøgelser viser endvidere, at de åbne, gratis, ikke-specialiserede anlæg og faciliteter har større tiltrækning på de mindst fysisk aktive børn end de specialiserede anlæg, der i højere grad tiltrækker de mere fysisk aktive børn. Endelig har undersøgelser vist, at alternative, frie aktivitetsmuligheder med selvbestemmelse og et godt socialt miljø er fremmende for deltagelse i fysisk aktivitet (Troelsen et al., 2008).

1.3 Formål med evalueringen

Denne evalueringsrapport sigter på at opnå viden om:

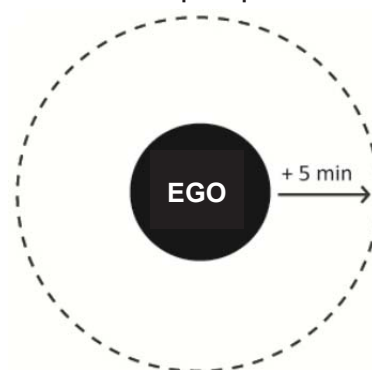
1. Et afgrænset lokalområdes fremmende og hæmmende karakter i forhold til rekreativ fysisk aktivitet.
2. Beboeres tilfredshed med at bo i deres lokalområde samt deres brug af lokalområdet til rekreativ fysisk aktivitet før og efter etableringen af EGO aktivitetsområdet, Bevægelseeksperimentariet.
3. Omfanget og karakteren af rekreativ fysisk aktivitet på EGO aktivitetsområdet, Bevægelseeksperimentariet.

Rekreativ fysisk aktivitet dækker over forskellige former for bevægelse og aktivitet udført på udearealer med rekreativ potentiale, hvilket i undersøgelsen henfører til legepladser, parker, skov, strand, stisystemer, idrætsfaciliteter mv. beliggende i lokalområdet.

1.4 Afgrænsning af lokalområde

I undersøgelsen er der defineret et lokalområde afgrænset efter EGO aktivitetsområdets samlede udstrækning plus en bevægelsesafstand fra EGO aktivitetsområdet på maksimalt ca. fem minutter på cykel svarende til en radius på ca. 1,5 km. (Se figur 1.4). De fem minutter er valgt, fordi adskillige undersøgelser har vist, at nærhed til faciliteter og rum for fysisk aktivitet har afgørende betydning for, hvor idræts- og bevægelsesaktive især børn og ældre er (Limstrand 2008. Dunton et al. 2009. Floriani & Kennedy 2008).

Figur 1.4 Definition af lokalområdet ud fra et afstandsprincip



Det har desuden været medbestemmende for lokalområdets afgrænsning, at der var tilstrækkelige beboere bosat i området til at kunne rekruttere respondenter til spørgeskemaundersøgelsen samt at afgrænsningen blev ”skåret” et naturligt sted som fx større veje, jernbane mv. (Se figur 3.1).

Lokalområdet er således et område, som er defineret ud fra et afstandsprincip til aktivitetsområdet og et tilgængelighedsprincip i forhold til at rekruttere respondenter. Det definerede lokalområde er derfor ikke nødvendigvis det, som den enkelte borger opfatter som sit lokalområde.

2. Evalueringsmetode

Rapportens empiriske materiale består af en baselineundersøgelse umiddelbart før etablering af Bevægelseseksperimentariet og en follow-up undersøgelse gennemført efter etableringen. Metoden er en kombination af det komparative og det longitudinale design (tværsnits- og længdesnitsstudie), der muliggør analyse af dels hvordan adfærd og holdninger er på et givent tidspunkt, og dels hvordan ændringer sker over tid. Nedenfor i tabel 2 ses, hvilke dataindsamlingsmetoder, der blev benyttet og på hvilke tidspunkter, at de er blevet gennemført.

Tabel 2 Dataindsamlingsmetode og tidspunkt for dataindsamling

Metode	Baseline	Follow-up
GIS	Oktober 2011	-
Feltobservation	Februar 2011	Juli 2012
Spørgeskemaundersøgelse	April-maj 2011	April-maj 2012

2.1 GIS analyse

Der blev gennemført en GIS analyse (Geografisk Information System) med henblik på at kortlægge og beskrive lokalområdets arealbenyttelse, herunder infrastruktur, bebyggelse, rekreative områder og faciliteter til idræt, leg og bevægelse. Udover GIS data, som Syddansk Universitet har adgang til, har Odsherred Kommune leveret supplerende GIS data om busstoppesteder og offentlige legepladser for en mere fyldestgørende og detaljeret kortlægning af området.

2.2 Feltobservation

Der blev foretaget feltobservation på én vilkårlig hverdag hhv. før og efter etableringen af EGO aktivitetsområdet. Feltobservationerne blev brugt til at supplere GIS analysens faktuelle beskrivelse af EGO aktivitetsområdet. En kommunal fagperson deltog delvist i baselineobservationen, hvilket gav yderligere en faktuel viden omkring området. Desuden havde feltobservationerne til hensigt at supplere spørgeskemaundersøgelsen i forhold til, hvordan EGO aktivitetsområdet blev anvendt i et hverdagsperspektiv. Fokus var rettet på at observere brugen af området i forhold til alder, sociale grupperinger, aktivitetsformer og varighed. For en mere fyldestgørende empiri inkluderede feltobservationerne desuden ustrukturerede interviews med brugere af Bevægelseseksperimentariet, forbipasserende i parken samt ansatte i sundhedscentret og på det nærliggende plejehjem.

2.3 Spørgeskemaundersøgelse

Spørgeskemaundersøgelsen bestod af en række spørgsmål med henblik på at indhente selvrapporterede oplysninger om adfærd samt subjektive vurderinger af lokalområdets karakter og faciliteter. Spørgsmålene var ens i baseline- og follow-up undersøgelsen. Follow-up spørgeskemaet bestod desuden af en række spørgsmål, der gik på brug og tilfredshed med det færdiggjorte Bevægelseksperimentarium.

SDU og Odsherred Kommune samarbejdede omkring dataindsamlingen, hvor kommunen havde et stort medansvar. Kommunen lavede et tilfældigt udtræk af respondenterne blandt samtlige borgere fra 16 år⁴ bosiddende i det afgrænsede lokalområde og fjernede efterfølgende adressedubletter, således at der kun blev valgt en respondent pr. husstand. Desuden sendte kommunen et informationsbrev om undersøgelsen til samtlige respondenter. Der var mulighed for enten at svare elektronisk på spørgeskemaet eller at rekvirere et papirspørgeskema og returnere det i en svarkuvert. Kommunen sendte to rykkerbreve med ca. 14 dages mellemrum til de respondenter, der endnu ikke havde svaret på spørgeskemaet. I hele perioden for dataindsamlingen var det muligt at få hjælp til at besvare spørgeskemaet ved at henvende sig i Sundhedscentret.

Nedenfor i tabel 2.3 ses hhv. hvor mange respondenter der deltog i spørgeskemaundersøgelsen, hvor mange respondenter, der besvarede spørgeskemaundersøgelsen samt undersøgelsens svarprocent for både baseline- og follow-up undersøgelsen.

Tabel 2.3 Deltagende respondenter og svarprocent

Respondenter	Baseline	Follow-up
Antal respondenter (N)	1.147	1.127*
Antal respondenter, der har besvaret spørgeskemaet (n)	576	374
Svarprocent (%)	50	33

* Der var et frafald på i alt 20 personer grundet bl.a. fraflytning, dødsfald, samt ønske om ikke at deltage i undersøgelsen.

3. Beskrivelse af det udvalgte lokalområde og EGO aktivitetsområdet

Afsnittet indeholder en deskriptiv beskrivelse af både det afgrænsede, udvalgte lokalområde og EGO aktivitetsområdet på baggrund af GIS analyse og feltobservation.

3.1 Lokalområdet

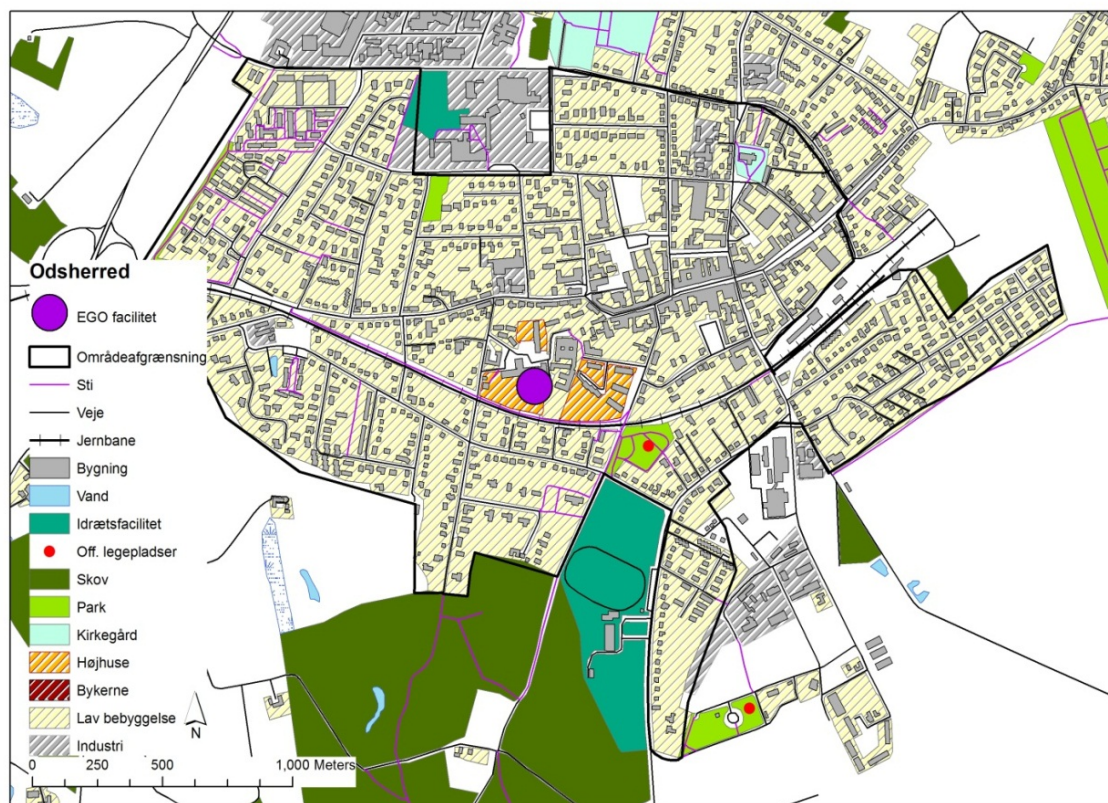
Det udvalgte lokalområde udgør en stor del af Nykøbing Sjælland og har et areal på 434,8 ha (4,4 km²). På 335,4 ha ud af de 434,8 ha er der bebyggelse svarende til at 77,1 % af lokalområdet er bebygget (se figur 3.1 og tabel 3.1).

Området gennemskæres af en jernbane, der opdeler byen i to dele. Der er imidlertid mulighed for, at passerer banen flere steder i bycentrum. Lokalområdet rummer primært lav bebyggelse med gamle parcelhuskvarterer. Nord for jernbanen er der et mindre område med høj bebyggelse i form af boligblokke og i umiddelbar nærhed af området med høj bebyggelse

4 Bevægelseksperimentariet er tiltænkt alle aldersgrupper, men eftersom der kan være vanskeligheder forbundet med at gennemføre en spørgeskemaundersøgelse blandt de yngste aldersgrupper er målgruppen for spørgeskemaundersøgelsen afgrænset til beboere fra 16 år.

ligger byens gågadesystem med butikker. Der er ca. 5.500 indbyggere i Nykøbing Sjælland hvoraf ca. 4.000 beboere bor indenfor det afgrænsede lokalområde. Der er relativt mange ældre beboere i området.⁵

Figur 3.1 GIS kort over lokalområdet



I lokalområdet er der opgivet 5,5 km sti, som primært er anlagt i den vestlige del af det afgrænsede lokalområde. I det afgrænsede lokalområde er der opgivet rekreative områder på i alt 2,5 ha, svarende til 0,6 % af det totale areal og 0,2 ha idrætsfaciliteter, svarende til 0,1 % af det totale areal. Det største rekreative område i det afgrænsede lokalområde er en større offentlig legeplads (Byens legeplads) placeret i et grønt område med både klassiske legeredskaber, naturelementer og amfiscene.

Tabel 3.1 Forskellig arealanvendelse i lokalområdet opgivet i størrelse samt procent af hele lokalområdet

Arealanvendelse	Størrelse	% af total
Lokalområde	434,8 ha	
Bebygget areal*	335,4 ha	77,1 %
Idrætsfacilitet	0,2 ha	0,1 %
Rekreativt område**	2,5 ha	0,6 %

* Samlet betegnelse for lav bebyggelse, højhuse og industri

** Samlet betegnelse for skov, park og kirkegård

Imidlertid er der et større område med idrætsfaciliteter både umiddelbart syd (Stadion og Kongehallen) og nord (Hallerne) for lokalområdet. Der er også større rekreative områder

5 Oplysninger fra Odsherred Kommune.

var enkelte stier i parkens nordvestlige hjørne, bl.a. én, som førte fra nogle cykelstativer og hen til Sundhedscentrets indgang. I parkens vestlige del var der en tilgroet trappe ned til Sygehusvej, og i parkens sydøstlige hjørne var der en grussti, der forbandt parken med stien langs jernbanen. Der var flere bordbænkesæt placeret forskellige steder i parken. (Se fotos af Sundhedscentrets park før etableringen af Bevægelseseksperimentariet i bilag 1).

Eftersom parken tidligere fungerede som sygehuspark oplevede borgerne ikke parken som en offentlig tilgængelig park. Med en anlægsøkonomi på 2.545.000 kr. havde Odsherred Kommune et mål om at gøre Sundhedscentrets park kendt og brugbar for alle borgere ved at gøre parken lettilgængelig og samtidig gøre den til et trygt og smukt rum, der motiverer til leg, bevægelse og ophold.⁶

3.2.2 EGO aktivitetsområdet efter



I oktober 2011 åbnede parken lanceret som et bevægelseseksperimentarium, bygget af naturmaterialer. Det består af otte elementer fordelt som forskellige bevægelseszoner i parken: *Styrkestativet*, som man både kan kravle og balancerer på, *Pulstrappen*, der skal give indtryk af stablede træstammer i skoven, som kan bruges både til pulsøvelser, klatring og ophold. *Pulsstien*, der slynger sig som en løbe- og gåsti, som i mørke bliver oplyst. *Balancespindet*, der som

et spindelvæv og en sansegyngende kan bruges til at klatre og gyngende i. *Højen* med stålbøjler, der kan bruges til styrkeøvelser og kolbøtter. *Klatreskoven*, der med lodrette klatrepinde og trampoliner, muliggør klatring og hoppelege. *Plænen*, som er et stort friareal med mulighed for arrangementer, fællestræning, krolf mv. samt *Springpytterne*, der tilbyder spring og leg i stiliserede vandpytter. Der er også opsat bænke og skraldespande i parken. Langs Sundhedscentrets facade er der enkelte bordbænkesæt. Parken er åbnet op mod vest, men ligger stadig gemt bag den store sygehusbygning og de store træer. Ved begge indgange til parken er der opsat en søjle med kort og information omkring Bevægelseseksperimentariet. (Se fotos af Sundhedscentrets park efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet i bilag 2).

4. En dag på EGO aktivitetsområdet, Et bevægelseseksperimentarium

Afsnittet indeholder en deskriptiv beskrivelse af en heldagsobservation i og omkring Bevægelseseksperimentariet foretaget ni måneder efter etableringen af projektet.

Der var en summen af børnestemmer ved ankomst til Bevægelseseksperimentariet i Sundhedscentrets park en tidlig formiddag. Det var en hverdag i den første uge af skolernes sommerferie, ca. otte måneder efter åbningen af Bevægelseseksperimentariet. Det var en varm dag med sol fra en skyfri himmel og området var indtaget af flere børnehaver, en dagplejemor og et bedsteforældrepar med deres to børnebørn. Ved ankomst er en børnehave på vej hjem fra parken. De var kommet allerede om morgenen. Den anden børnehave leger spredt ud over hele parken. De leger fangeleg, gemmeleg, hopper i trampoliner, kravler, hopper og balance-

⁶ Odsherred Kommunes projektbeskrivelse kan rekvireres på hjemmesiden www.engodomvej.dk

rer. Alle installationer er i brug. Også flere af pædagogerne prøver styrkestativet. Bedsteforældrene holder til ved et bordbænkesæt i et hjørne af parken og dagplejemoderen spiser sammen med børnene på et tæppe på plænen inden de også tager installationerne i brug. Flere af de besøgende i parken kommer fra andre byer i kommunen. De giver udtryk for, at der ikke er andre steder i kommunen, hvor man kan tage hen og lege med børnene. Børnehaven har taget toget hertil fra Fårevejle. Det er første gang, at de er her. De skulle have været på den nærliggende legeplads, Byens legeplads, men blev anbefalet at tage hertil i stedet for og det har de ikke fortrudt: *"Det er ikke sidste gang vi er her"*, siger den ene af pædagogerne. Dagplejemoderen er kommet hertil med toget fra Hørve. Det er tredje gang, hun er her med børnene. Ved 11-tiden kommer et hold på ca. 20 ældre ud af Sundhedscentrets dør. De stiller sig i en cirkel på plænen og begynder at lave opvarmning før de forlader parken for en times gåtur. Flere af børnehalebørnene ser nysgerrigt til og de ældre synes det er skønt at børnene er der.

Ved middagstid spiser børnehalebørnene frokost på nogle af de store træsveller, der ligger på plænen. Mens de spiser siger den ene pædagog til børnene: *"Her vil vi gerne bo. Så kunne det der [peger op på Sundhedscentret] være vores børnehave"*. Både pædagogerne og dagplejemoderen synes, at det er et skønt sted, hvor man kan opholde sig længe og hvor der er masser af udfordringer for børn i alle aldre. De kan godt lide stedet, fordi det både er en stor legeplads og en park med store skyggefulde træer og opholdsmuligheder. Det eneste, dagplejemoderen savner, er, at parken er indhegnet, så de mindste børn ikke løber ud af parken. Hun har derfor taget sin søn med til at hjælpe med at passe på børnene. Da madpakkerne er spist, siger en dreng til en anden dreng: *"Skal vi gå hen på en anden legeplads?"* Hvorefter de løber fra springpytterne tværs over plænen og hen til styrkestativet. Det er tydeligt at børnene oplever parken som værende opdelt i aktivitetszoner og at det motiverer dem til leg og bevægelse i lang tid.

Efter middag er der mere stille i parken. Nogle piger kommer sammen med en voksen og leger på nogle af faciliteterne, nogle andre piger kommer også og leger. Få passerer parken med hund. Ved et bordbænkesæt placeret ved Sundhedscentret sidder en af de ansatte i Sundhedscentret og spiser frokost. Ved et andet bord sidder nogle træningsassistenter og fysioterapeuter og spiser, mens de nyder solen og parken. De fortæller, at de ofte bruger parken til træning af borgerne i stedet for de indendørs træningslokaler, fordi parken er smuk og inspirerende at være i. De bruger parkens forskellige installationer til at træne kondition, styrke, balance og koncentration.

Om eftermiddagen og om aftenen er der helt stille i parken. Bilerne kan ikke høres inde fra parken, og stilheden brydes kun af et forbipasserende tog af og til. Kun en mand passerer sidst på eftermiddagen parken, sidder lidt på en af bænkerne for derefter at forlade parken igen. Ansatte på det nærliggende plejehjem (med store panoramavinduer ud til parken) forklarer, at det er meget atypisk, at der ikke har været nogen og lege i parken om eftermiddagen og aftenen. Selvom parken er mest brugt i dagtimerne af skoler, daginstitutioner, foreninger og Sundhedscentret, kommer der normalt også mange børn, børnefamilier og bedsteforældre med børnebørn om eftermiddagen, aftenen og i weekenderne og leger og spiser i parken. Det var mod deres forventning, at parken er så brugt. Den ene plejehjemsansat siger: *"Jeg må indrømme, at jeg var lidt skeptisk inden, - vil det mon blive brugt? Men det gør det altså, rigtig meget og det lige siden det åbnede"*. De mener, at grunden til at der

ikke har været nogle denne eftermiddag og aften er, at det har været en meget varm dag og at nogle er taget på ferie. På den nærliggende Byens legeplads er der imidlertid både børn og voksne der leger om eftermiddagen.

Sundhedscentret har et ønske om at etablere flere bordbænkesæt i parken, men serviceansatte på Sundhedscentret beretter om, at der er et problem med unge der fester i parken om aftenen. De smadder flasker og brænder genstande af. Indtil videre er der imidlertid kun sket mindre skader på faciliteterne. Det var også et problem før Bevægelseseksperimentariet blev lavet, men det frygtes nu, at der sker flere og større skader. Der er ingen toiletforhold i parken, men i Sundhedscentret er der toiletter, som brugerne i parken kan benytte. Pga. de mange brugere med små børn i parken overvejes det at lave puslefaciliteter i forbindelse med toiletterne. Nogle af de ansatte kunne også godt tænke sig at der var en petanquebane og blomsterbede i parken.

5. Rekreativ fysisk aktivitet i det bolignære område

Dette afsnit indeholder indledningsvis en analyse af mulighederne for fysisk - og social aktivitet i lokalområdet, dernæst en redegørelse af beboernes fysiske aktivitet og brug af lokalområde og slutteligt en beskrivelse af beboernes oplevelse og brug af EGO aktivitetsområdet, Bevægelseseksperimentariet. Analysen er udarbejdet på baggrund af spørgeskemaundersøgelsen. Hvor det er relevant er analyserne suppleret med data fra feltobservationerne (jf. afsnit 4).

5.1 Beskrivelse af respondenterne

I det følgende afsnit beskrives respondenterne, der har deltaget i spørgeskemaundersøgelsen fordelt på køn, alder, bruger af Sundhedscentret, boligform, andel med lang videregående uddannelse samt etnicitet. Respondenterne er inddelt i fire kategorier, henholdsvis respondenter der, har svaret på baselineundersøgelsen (n=576), follow-up undersøgelsen (n=374), både baseline- og follow-up undersøgelsen (n=340) samt det totale udtræk respondenter (N=1.147). Herved er det muligt både at se om der er forskel på baseline respondenterne i forhold til follow-up respondenterne og se om der er sket ændringer over tid blandt de samme respondenter.

Det fremgår af tabel 5.1a, at andelen af kvinder, der har besvaret spørgeskemaet (59-61 %), udgør en væsentlig større andel end mænd (39-41 %). Ydermere viser tabellen, at der er lidt færre mænd (39-41 %) og lidt flere kvinder (59-61 %), der har besvaret spørgeskemaundersøgelsen i forhold til andelen af hhv. mænd (44 %) og kvinder (56 %) i det totale udtræk af beboere fra lokalområdet. Desuden fremgår det, at der er betydeligt flere respondenter i aldersgrupperne 45-64 år og ≥ 65 år end tilfældet for aldersgrupperne 16-24 år og 25-44 år⁷.

7 Jf. afsnit 3.1 er der relativt mange ældre beboere i lokalområdet.

Tabel 5.1a Fordeling af respondenter ud fra køn og alder, angivet i procent.

	Alder	Respondenter			Samlet udtræk N=1.147
		Baseline n=576	Follow-up n=374	Baseline + Follow-up n=340	
Mænd	16-24 år	2 %	1 %	1 %	3 %
	25-44 år	5 %	4 %	4 %	9 %
	45-64 år	18 %	18 %	16 %	19 %
	≥ 65 år	15 %	18 %	18 %	13 %
	I alt	40 %	41 %	39 %	44 %
Kvinder	16-24 år	2 %	1 %	1 %	3 %
	25-44 år	10 %	7 %	7 %	10 %
	45-64 år	26 %	26 %	28 %	22 %
	≥ 65 år	21 %	25 %	25 %	21 %
	I alt	59 %	59 %	61 %	56 %

I tabel 5.1b nedenfor ses forskellige baggrundsvariable fordelt på hhv. respondenter fra baselineundersøgelsen, respondenter fra follow-up undersøgelsen samt respondenter fra både baseline- og follow-up undersøgelsen. Det ses, at ca. hver femte respondent i undersøgelsen er bruger af Sundhedscentret og at der er en tendens til, at flere i follow-up undersøgelsen er bruger af sundhedscentret (22 %) end i baselineundersøgelsen (18 %). Ca. halvdelen af respondenterne bor i fritliggende hus. Her er der en tilsvarende tendens til, at flere i follow-up undersøgelsen, bor i fritliggende hus (54 %) end i baselineundersøgelsen (51 %). Blandt respondenterne er det ca. hver 20. der har en anden etnisk baggrund end dansk og der er lidt flere i baselineundersøgelsen (7 %) end i follow-up undersøgelsen (5 %), der har en anden etnisk baggrund end dansk. Baggrundsvariablenes afvigelser imellem de forskellige respondentgrupper er imidlertid begrænsede.

Tabel 5.1b Baggrundsvariable fordelt på respondentgrupper, angivet i procent.

	Respondenter		
	Baseline n=576	Follow-up n=374	Baseline + Follow-up n=340
Bruger af sundhedscentret	18 %	22 %	19 %
Fritliggende hus	51 %	54 %	54 %
Lang videregående uddannelse	6 %	7 %	6 %
Anden etnisk baggrund end dansk	7 %	5 %	5 %

5.2 Muligheder i lokalområdet for rekreativ fysisk aktivitet

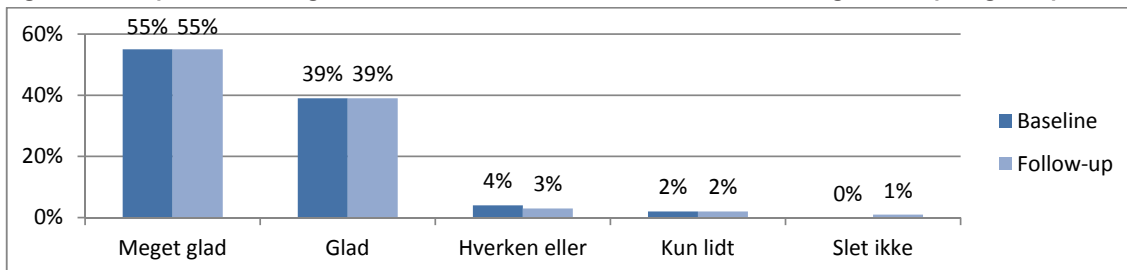
I det følgende afsnit beskrives respondenternes tilfredshed med at bo i lokalområdet samt deres syn på mulighederne for fysisk og social samvær før og efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet.

5.2.1 Tilfredshed med at bo i lokalområdet

Respondenterne i det afgrænsede lokalområde er langt overvejende tilfredse med at bo i deres lokalområde. På spørgsmålet om, hvor glade de er for at bo i lokalområdet svarer 94 % i

både baseline - og follow-up undersøgelsen, at de er glade (39 %) til meget glade (55 %) for at bo i deres lokalområde, og der ses ingen forskel i respondenternes tilfredshed med at bo i lokalområdet over tid (figur 5.2.1).

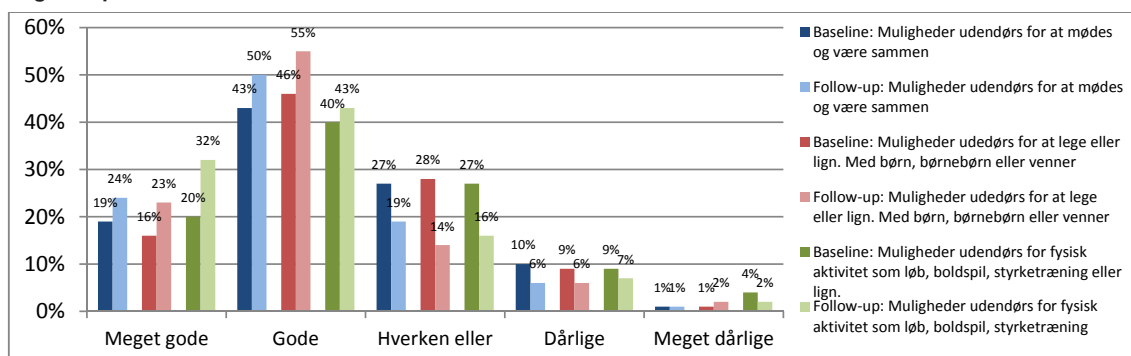
Figur 5.2.1 Respondenternes glæde ved at bo i deres lokalområde ved baseline og follow-up, angivet i procent.



5.2.2 Muligheder for leg, bevægelse og socialt samvær

I figur 5.2.2a fremgår det, at lidt flere end halvdelen af respondenterne er tilfredse med mulighederne udendørs i lokalområdet for hhv. at være sammen, lege og være fysisk aktiv før etableringen af Bevægelseseksperimentariet, og at andelen af tilfredse respondenter er øget markant i follow-up undersøgelsen. Der er 62 % af respondenterne i baselineundersøgelsen og 74 % af respondenterne i follow-up undersøgelsen, som synes at mulighederne for at mødes udendørs og være sammen i lokalområdet er gode til meget gode. 62 % af respondenterne i baselineundersøgelsen og 78 % af respondenterne i follow-up undersøgelsen synes at mulighederne for at lege udendørs i lokalområdet er gode til meget gode. Mens der er 60 % af respondenterne i baselineundersøgelsen og 75 % af respondenterne i follow-up undersøgelsen, der giver udtryk for, at mulighederne for fysisk aktivitet udendørs i lokalområdet er gode til meget gode.

Figur 5.2.2a Muligheder for at mødes, at lege og at være fysisk aktiv i lokalområdet ved baseline og follow-up, angivet i procent.

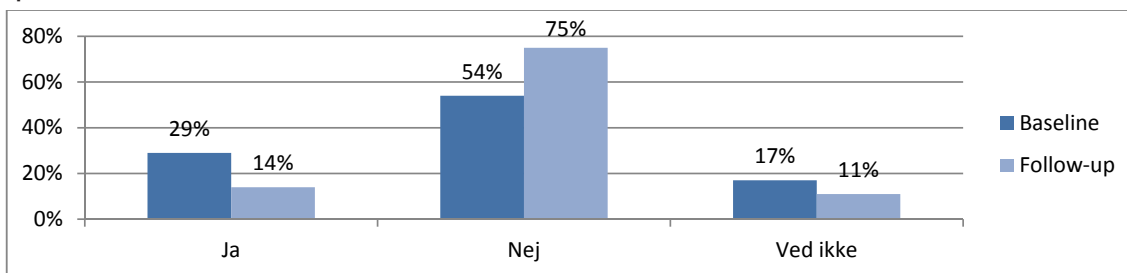


Ser man isoleret på gruppen af respondenter, der både har besvaret baseline- og follow-up undersøgelsen, ses der ligeledes en markant øget tilfredshed med mulighederne udendørs i lokalområdet for hhv. at være sammen, lege og være fysisk aktiv efter at Bevægelseseksperimentariet er etableret. (Fremgår ikke af figuren).

Ligeledes er der en markant positiv forskel før og efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet i forhold til, om respondenterne savner steder eller faciliteter i lokalområdet, hvor

de kan være fysisk aktive. Af figur 5.2.2b fremgår det, at næsten hver tredje (29 %) respondent i baselineundersøgelsen savner steder eller faciliteter i lokalområdet, hvor de kan være fysisk aktive, mens at det er godt hver syvende (14 %) respondent i follow-up undersøgelsen, der savner steder eller faciliteter i lokalområdet, hvor de kan være fysisk aktive. Samtidigt er andelen af respondenter, der svarer, at de ikke savner steder eller faciliteter i lokalområdet, hvor de kan være fysisk aktive steget signifikant fra baselineundersøgelsen (54 %) til follow-up undersøgelsen (75 %).

Figur 5.2.2b Savn af steder eller faciliteter for fysisk aktivitet i lokalområdet ved baseline og follow-up, angivet i procent.



Ser man isoleret på gruppen af respondenter der både har besvaret baseline- og follow-up undersøgelsen ser man den samme forskel over tid i forhold til hvorvidt respondenterne savner steder eller faciliteter i lokalområdet, hvor de kan være fysisk aktive. (Fremgår ikke af figuren).

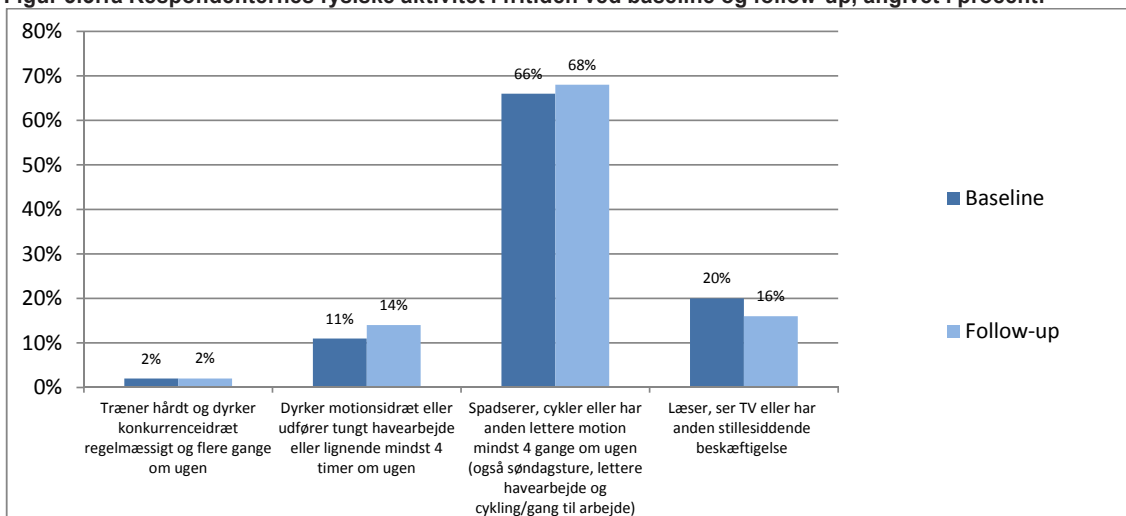
5.3 Respondenternes fysiske aktivitet og brug af lokalområdet

Det følgende afsnit omhandler respondenternes fysiske aktivitet i fritiden samt deres brug af lokalområdet til rekreativ fysisk aktivitet før og efter etableringen af Bevægelseeksperimentariumet.

5.3.1 Fysisk aktivitet i fritiden

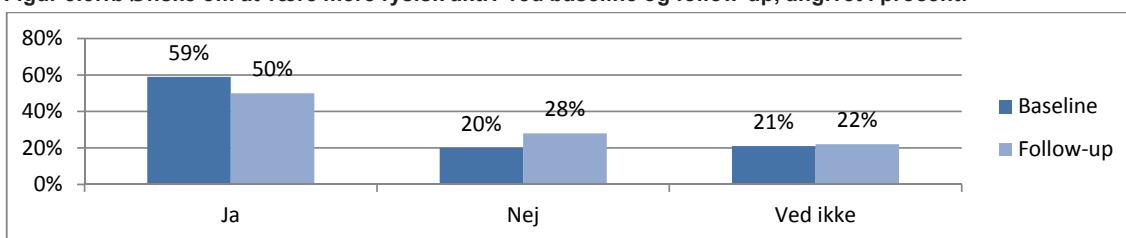
I spørgeskemaundersøgelsen er der blevet spurgt til, hvad respondenterne synes passer bedst som beskrivelse af deres fysiske aktivitetsniveau i fritiden. 2/3 dele af respondenterne angiver, at de spadserer, cykler eller har anden lettere motion mindst 4 gange om ugen (hhv. 66 % i baselineundersøgelsen og 68 % i follow-up undersøgelsen). Der er lidt flere i follow-up undersøgelsen (14 %) end i baselineundersøgelsen (11 %), der angiver, at de dyrker motionsidræt eller lignende mindst 4 timer om ugen, samtidigt med at der er lidt færre i follow-up undersøgelsen (16 %) end i baselineundersøgelsen (20 %), der angiver, at de laver stillesiddende aktiviteter (se figur 5.3.1a). Forskellen er imidlertid mindre, når vi ser isoleret på gruppen af respondenter, der både har besvaret baseline- og follow-up undersøgelsen. (Fremgår ikke af figuren). Det tyder således ikke på, at der er forskel på respondenternes aktivitetsniveau i fritiden over tid, men at det sandsynligvis er de lidt mere fysisk aktive respondenter, der har besvaret follow-up spørgeskemaet.

Figur 5.3.1a Respondenternes fysiske aktivitet i fritiden ved baseline og follow-up, angivet i procent.



Respondenterne blev også spurgt, om de godt kunne tænke sig at være mere fysisk aktive. Der er markant færre i follow-up undersøgelsen (50 %) end i baselineundersøgelsen (59 %), der angiver, at de gerne vil være mere aktive i hverdagen og markant flere i follow-up undersøgelsen (28 %) end i baselineundersøgelsen (20 %), der angiver, at de ikke ønsker at være mere aktive i hverdagen (se figur 5.3.1b).

Figur 5.3.1b Ønske om at være mere fysisk aktiv ved baseline og follow-up, angivet i procent.

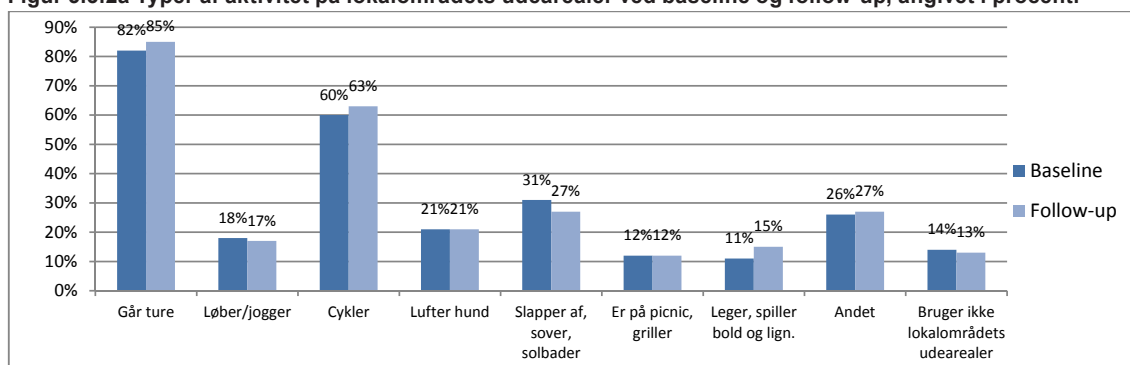


Ser man isoleret på gruppen af respondenter, der både har besvaret baseline- og follow-up undersøgelsen, er der stadig en markant forskel mellem respondenter i follow-up undersøgelsen (50 %) og respondenter i baselineundersøgelsen (59 %), der angiver, at de ønsker at være mere fysisk aktive. (Fremgår ikke af figuren). Det tyder således på, at der er færre respondenter, der har et ønske om at være mere fysisk aktive efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet.

5.3.2 Brug af lokalområdet til rekreativ fysisk aktivitet

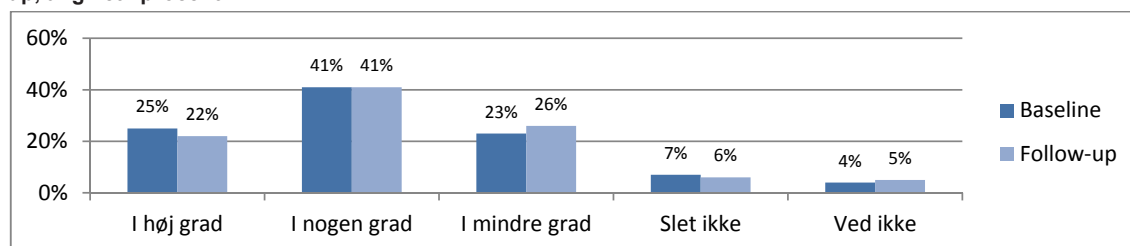
Af figur 5.3.2a fremgår det, at en meget stor andel af respondenterne bruger lokalområdets udearealer til fysisk aktivitet og at området i langt højere grad bruges til fysisk aktivitet end til stillesiddende aktiviteter såsom picnic og afslapning/solbadning. I særdeleshed angiver mange, at de går ture i lokalområdet (82 % i baselineundersøgelsen og 85 % i follow-up undersøgelsen) og en stor andel cykler i lokalområdet (60 % i baselineundersøgelsen og 63 % i follow-up undersøgelsen). 14 % i baselineundersøgelsen og 13 % i follow-up undersøgelsen angiver, at de ikke bruger lokalområdets udearealer. Der ses kun små forskelle i respondenternes typer af aktivitet på lokalområdets udearealer før og efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet.

Figur 5.3.2a Typer af aktivitet på lokalområdets udearealer ved baseline og follow-up, angivet i procent.



Respondenterne er også blevet spurgt om, i hvor stor grad, at de oplever, at der er folk, som leger eller bevæger sig udenfor i lokalområdet. Mere end halvdelen svarer, at der i nogen til høj grad er folk, som leger eller bevæger sig udenfor i lokalområdet (66 % i baselineundersøgelsen og 63 % i follow-up undersøgelsen). Der ses ingen videre forskel i respondenternes svar om, hvorvidt der er folk, der leger eller bevæger sig udenfor i lokalområdet før og efter etableringen af Bevægelseksperimentariet (se figur 5.3.2b).

Figur 5.3.2b Respondenternes oplevelse af leg og bevægelse udenfor i lokalområdet ved baseline og follow-up, angivet i procent.



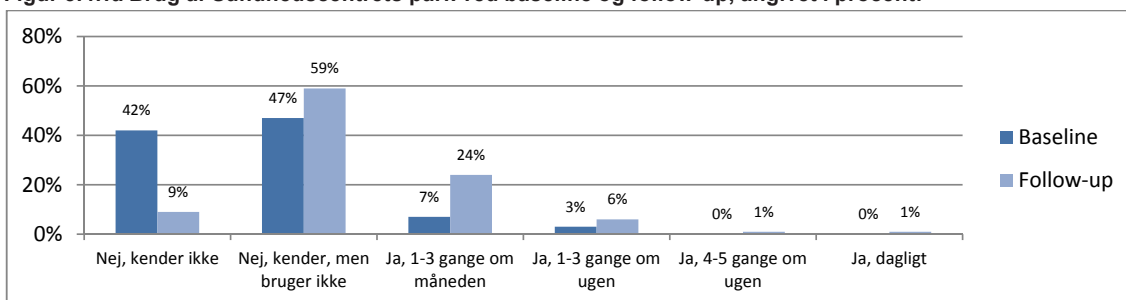
5.4 Oplevelse og brug af EGO aktivitetsområdet

Det følgende afsnit omhandler respondenternes brug og tilfredshed i forbindelse med Bevægelseksperimentariet. Spørgsmålene, som dette afsnit beror på er primært fra follow-up undersøgelsen.

5.4.1 Brug af Sundhedscentrets park

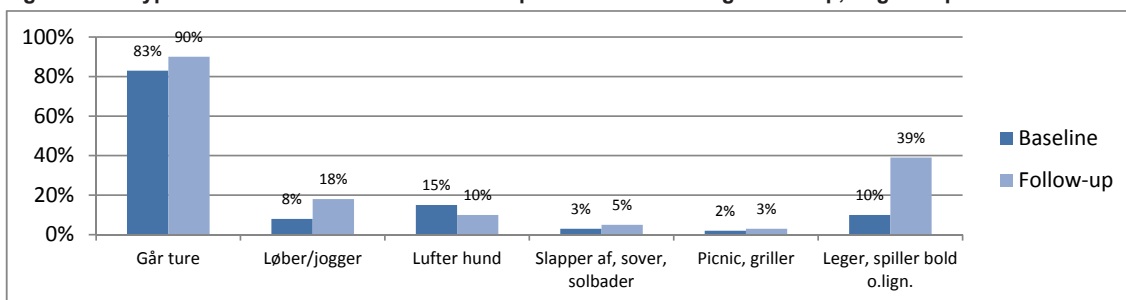
I spørgeskemaundersøgelsen er der spurgt til brugen af Sundhedscentrets park før og efter etableringen af Bevægelseksperimentariet. I figur 5.4.1a ses det, at lige knap halvdelen (42 %) af respondenterne ikke kender Sundhedscentrets park før etableringen af Bevægelseksperimentariet, men at der er væsentlig færre (9 %) respondenter, der ikke kender parken efter etableringen af EGO aktivitetsområdet. Der er markant flere, der bruger parken efter etableringen af Bevægelseksperimentariet, hvor 32 % af respondenterne angiver, at de bruger parken mod 10 % før etableringen af Bevægelseksperimentariet. De fleste angiver, at de bruger parken 1-3 gange i måneden.

Figur 5.4.1a Brug af Sundhedscentrets park ved baseline og follow-up, angivet i procent.



I figur 5.4.1b nedenfor ses det, at parken primært bruges til gåture (83 % i baseline og 90 % i follow-up). Efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet er der desuden væsentlig flere, der bruger parken til løb/jogging (18 % i follow-up mod 8 % i baseline) og til leg, boldspil og lignende (39 % i follow-up mod 10 % i baseline). Derimod er der lidt færre efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet, der bruger parken til at lufte hund (10 % i follow-up mod 15 % i baseline). Besvarelserne i spørgeskemaundersøgelsen stemmer i høj grad overens med feltobservationernes fund, som yderligere viser, at parken i stigende grad bruges i forbindelse med træning i Sundhedscentret efter etablering af Bevægelseseksperimentariet.

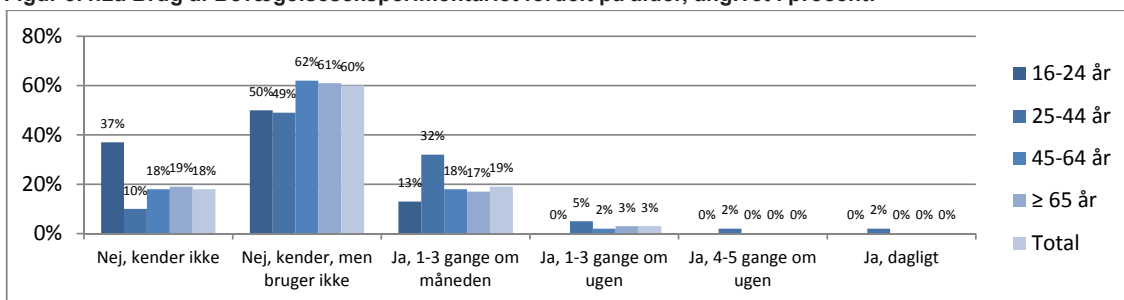
Figur 5.4.1b Typer af aktivitet i Sundhedscentrets park ved baseline og follow-up, angivet i procent.



5.4.2 Brug af Bevægelseseksperimentariet

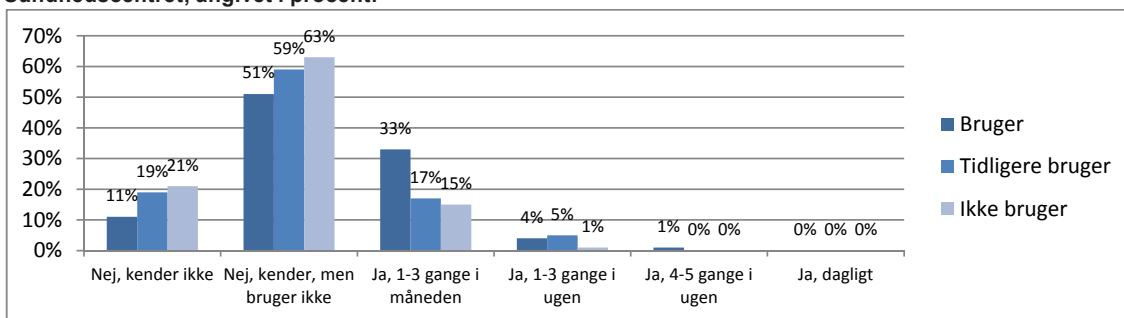
En andel på 22 % af respondenterne svarer, at de bruger Bevægelseseksperimentariet. Det er færre end de 32 %, der svarer, at de bruger Sundhedscentrets park (jf. figur 5.4.1a). I figur 5.4.2a nedenfor ses det, at de fleste svarer, at de bruger Bevægelseseksperimentariet 1-3 gange i måneden (19 %), og at der er væsentlig flere i aldersgruppen 25-44 år, der bruger Bevægelseseksperimentariet set i forhold til de øvrige aldersgrupper. Omvendt er der en andel på 78 % af respondenterne der svarer, at de ikke bruger Bevægelseseksperimentariet. Heraf er der 60 % af respondenterne, der kender Bevægelseseksperimentariet, men som ikke bruger det og 18 % af respondenterne som ikke bruger aktivitetsområdet, fordi de ikke kender det. Det er primært de 16-24 årige, der ikke kender Bevægelseseksperimentariet (37 %).

Figur 5.4.2a Brug af Bevægelseksperimentariet fordelt på alder, angivet i procent.



Brugen af Bevægelseksperimentariet er også opgjort i forhold til, om respondenterne er bruger, tidligere bruger eller ikke bruger af Sundhedscentret. Af figur 5.4.2b fremgår det, at der blandt brugerne af Sundhedscentret er væsentlig færre, der ikke kender Bevægelseksperimentariet end blandt de respondenter, der tidligere har været brugere af Sundhedscentret eller som ikke er brugere af Sundhedscentret (hhv. 11 %, 19 % og 21 %). Desuden er der væsentlig flere blandt brugerne af Sundhedscentret, der bruger Bevægelseksperimentariet end blandt de respondenter, der tidligere har været brugere af Sundhedscentret eller som ikke er brugere af Sundhedscentret (hhv. 37 %, 22 % og 16 %).

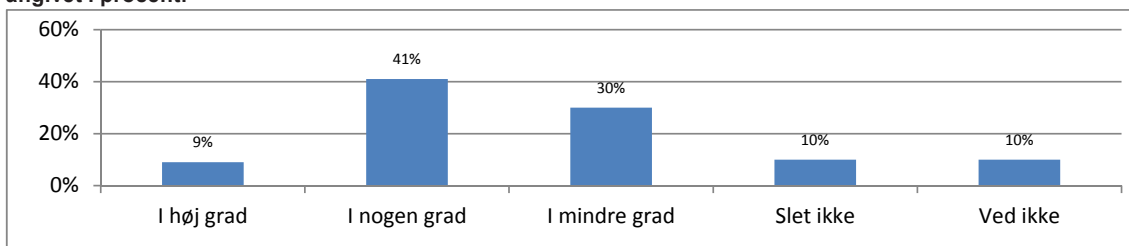
Figur 5.4.2b Brug af Bevægelseksperimentariet fordelt på bruger, tidligere bruger og ikke bruger af Sundhedscentret, angivet i procent.



Blandt de respondenter, der har svaret at de bruger Bevægelseksperimentariet, benytter langt størstedelen området sammen med deres familie (ægtefælle, børn, børnebørn). Nogle bruger også Bevægelseksperimentariet med deres venner, mens meget få svarer, at de bruger det med kollegaer, naboer eller alene. (Fremgår ikke af figuren).

Blandt de 22 % af respondenterne, der svarer, at de bruger Bevægelseksperimentariet, angiver halvdelen, at faciliteterne i Bevægelseksperimentariet i nogen (41 %) til i høj grad (9 %) har givet dem mere bevægelse i hverdagen. 30 % anfører, at faciliteterne i Bevægelseksperimentariet i mindre grad har givet dem mere bevægelse i hverdagen, mens 10 % har svaret at faciliteterne i Bevægelseksperimentariet slet ikke har givet dem mere bevægelse i hverdagen (se figur 5.4.2c). Der er nogenlunde lige mange mænd og kvinder, der angiver, at faciliteterne i Bevægelseksperimentariet i nogen til i høj grad har givet dem mere bevægelse i hverdagen. (Fremgår ikke af figuren).

Figur 5.4.2c Hvorvidt faciliteterne i Bevægelseksperimentarium har givet mere bevægelse i hverdagen, angivet i procent.

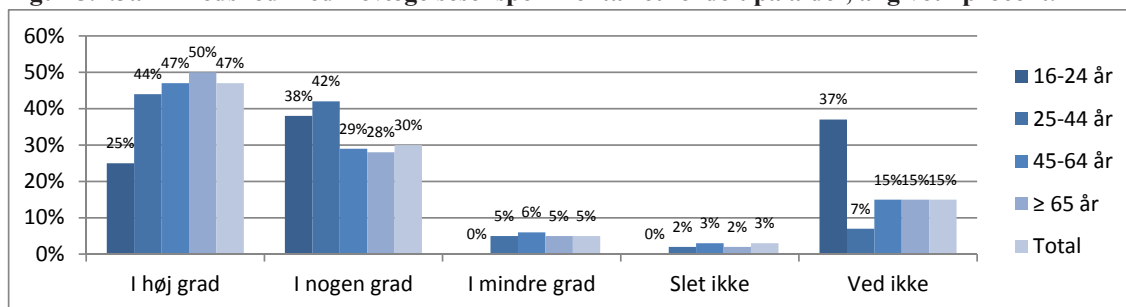


På baggrund af feltobservationerne kan det ligeledes konstateres, at Bevægelseksperimentarium bliver meget brugt i fritiden af børnefamilier og bedsteforældre med børnebørn. Desuden bruges Bevægelseksperimentarium i høj grad af daginstitutioner, dagplejere og skoler fra hele kommunen, foreninger fx krolf samt i forbindelse med træning i Sundhedscentret, hvilket er målgrupper som ikke indgår i spørgeskemaundersøgelsen (jf. afsnit 4).

5.4.3 Synet på Bevægelseksperimentarium

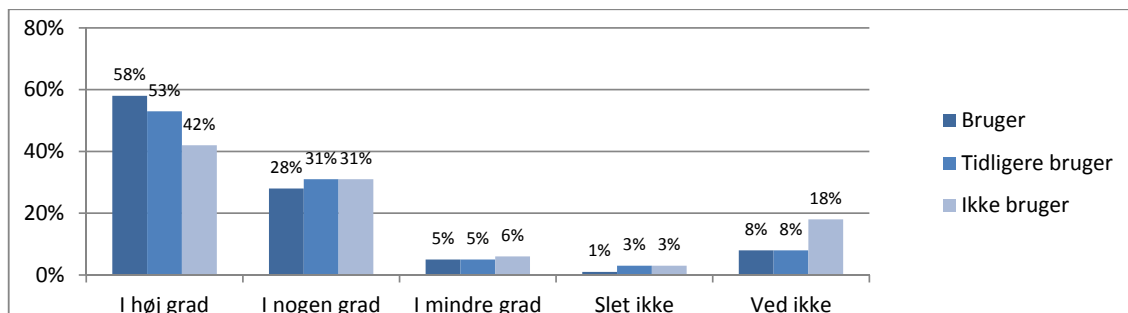
Respondenterne anfører generelt at være tilfredse med etableringen af Bevægelseksperimentarium. 77 % af respondenterne synes i høj grad (47 %) eller i nogen grad (30 %), at det er godt at Bevægelseksperimentarium er blevet etableret, dog er der markant færre af de 16-24 årige (63 %), der i høj grad eller i nogen grad synes, at det er godt, at Bevægelseksperimentarium er blevet etableret. En stor andel af de 16-24 årige kender ikke Bevægelseksperimentarium (jf. figur 5.4.2a). Det kan være forklaringen på, at 37 % af de 16-24 årige ikke ved, om det er godt at Bevægelseksperimentarium er blevet etableret. Det er meget få respondenter (8 %), der i mindre grad eller slet ikke synes, at det er godt at Bevægelseksperimentarium er blevet etableret (se figur 5.4.3a).

Figur 5.4.3a Tilfredshed med Bevægelseksperimentarium fordelt på alder, angivet i procent.



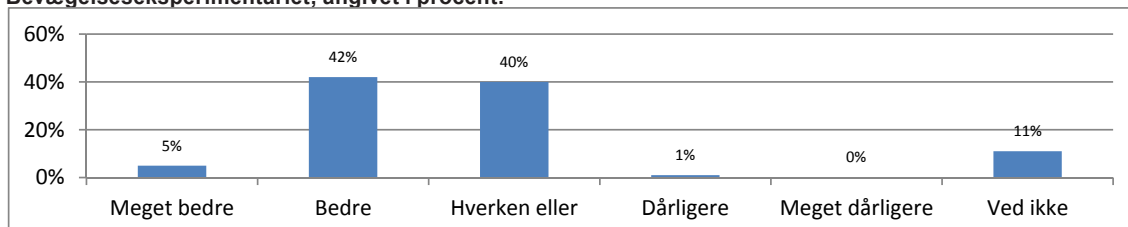
I figur 5.4.3b nedenfor fremgår det, at andelen af respondenter, der i høj grad synes, at det er godt at Bevægelseksperimentarium er blevet lavet, er større blandt dem der er brugere af Sundhedscentret (58 %) end dem der ikke er brugere af Sundhedscentret (42 %). Der er en relativ stor andel af dem som ikke bruger Sundhedscentret, der ikke ved om det er godt at Bevægelseksperimentarium er blevet etableret (18 %). Dette kan være et udtryk for, at de ikke kender Bevægelseksperimentarium.

Figur 5.4.3b Tilfredshed med Bevægelseseksperimentariet fordelt på brugere, tidligere brugere og ikke brugere af Sundhedscentret, angivet i procent.



Der blev i undersøgelsen også spurgt til, om respondenterne synes, at deres lokalområde er blevet et bedre eller dårligere sted at bo efter, at Bevægelseseksperimentariet er blevet etableret. Af figur 5.4.3c fremgår det, at næsten halvdelen (47 %) af respondenterne synes, at deres lokalområde er blevet et bedre (42 %) eller meget bedre (5 %) sted at bo efter, at Bevægelseseksperimentariet er blevet etableret. Kun 1 % synes, at deres lokalområde er blevet et dårligere eller meget dårligere sted at bo efter, at Bevægelseseksperimentariet er blevet etableret. Det er primært kvinderne, der synes, at det er blevet et meget bedre sted at bo efter, at Bevægelseseksperimentariet er blevet etableret, hvorimod mændene primært svarer, at det hverken er blevet et bedre eller dårligere sted at bo efter, at Bevægelseseksperimentariet er blevet etableret. (Fremgår ikke af figuren).

Figur 5.4.3c Hvorvidt lokalområdet er blevet et bedre eller dårligere sted at bo efter etablering af Bevægelseseksperimentariet, angivet i procent.



I spørgeskemaet var der også en åben svarkategori, hvor respondenterne havde mulighed for at skrive, hvad de synes om Bevægelseseksperimentariet. Rigtig mange respondenter benyttede denne mulighed og langt de fleste respondenter synes, at Bevægelseseksperimentariet er et godt initiativ. Det er ikke kun brugerne af parken og Sundhedscentret, der synes, at det er et godt initiativ. Også en del respondenter som ikke bruger parken enten pga. dårligt helbred eller fordi de hellere bruger motionscenter eller de mange omkringliggende naturområder, synes, at Bevægelseseksperimentariet er et godt initiativ.

De positive udsagn går i høj grad på, at Bevægelseseksperimentariet opleves som multifunktionel og kan bruges af alle aldersgrupper. Både børn og voksne kan udfordre sig selv og hinanden på de forskellige faciliteter, samtidigt med at man kan spise og slappe af i smukke omgivelser afskærmet fra trafikstøj. Mange har også ytret, at parken ligger godt placeret og har gode adgangsforhold. Mange synes imidlertid, at der mangler noget information og reklame omkring parken, da den ligger lidt hengemt. Nogle nævner også, at det ville være

godt hvis der var motionshold eller instruktører i parken, som kunne instruere i de forskellige øvelser. Andre synes, at der mangler blomsterbede til yderligere forskønnelse af parken samt bordbænkesæt, grill og toiletfaciliteter til at optimere ophold i parken. Flere har også nævnt, at stibelysningen ikke er kraftig nok i mørke.

Rigtig mange nævner, at de synes Bevægelseseksperimentariet er et godt initiativ, selvom der er mange andre rekreative områder i umiddelbar nærhed af parken fx nævnes Byens legeplads, som et lignende aktivitetsområde. Enkelte har dog givet udsagn om, netop med henvisning til de nært beliggende rekreative områder, at Bevægelseseksperimentariet har været spild af kommunale midler. Få respondenter mener, at parken er blevet ødelagt og har mistet sit æstetiske udseende, ved at der er blevet fældet træer og i stedet blevet opført aktivitetsredskaber i parken. Desuden er der en del respondenter, der nævner, at parken om aftenen bliver brugt som mødested blandt unge, hvilket skaber bekymring og utryghed. Udsagnene stemmer i høj grad overens med fundene i feltobservationerne (jf. afsnit 4).

6. Konklusion

Overordnet handler EN GOD OMVEJ om at udvikle nye og overraskende kreative aktivitetsområder, som kan invitere til bevægelse, og som ikke nødvendigvis kræver mange anlægskroner at realisere. Det overordnede mål med projektet er i høj grad realiseret. Desuden er der på baggrund af de indsamlede data og det efterfølgende analysearbejde belæg for, at Odsherred Kommune har indfriet deres mål om at gøre Sundhedscentrets park kendt og brugbar for alle borgere.

Med Bevægelseseksperimentariet, placeret i en park i tilknytning til et sundhedscenter, er der implementeret et bevægelsestilbud i lokalområdet, der opleves som et godt alternativ til de øvrige rekreative tilbud i lokalområdet. Beboernes tilfredshed med mulighederne for at mødes, lege og at være fysisk aktiv i lokalområdet er øget efter etableringen af Bevægelseseksperimentariet og tilmed synes mange af beboerne, at lokalområdet er blevet et bedre sted at bo.

Bevægelseseksperimentariet betragtes som et multifunktionelt område, hvor park, legeplads og træningslokale er forenet, og som appellerer til en bred brugergruppe. Blandt brugerne er daginstitutioner, skoler, foreninger, sundhedscentrets brugere samt børn, voksne og ældre fra både lokalområdet og den øvrige del af kommunen. I spørgeskemaundersøgelsen ses der samlet set ingen målbar ændring i det fysiske aktivitetsniveau i fritiden blandt beboerne i lokalområdet. Dog angiver halvdelen af Bevægelseseksperimentariets brugere, at aktivitetsområdet i nogen til høj grad har givet dem mere bevægelse i hverdagen. Det er herunder væsentligt at pointere, at ikke alle brugergrupper er inkluderet i spørgeskemaundersøgelsen.

For at øge brugen og tilfredsheden med Bevægelseseksperimentariet yderligere kan det overvejes at planlægge en markedsføring af projektet, der yderligere kan oplyse om stedet og de muligheder, der er for aktivitet. Dels fordi, at mange unge ikke kender aktivitetsområdet, og dels fordi parken ikke umiddelbart er synlig med sin placering bag Sundhedscentret. Desuden bør det overvejes, hvordan der kan dæmmes op for utilsigtet brug af aktivitetsområdet om aftenen, da det skaber utryghed blandt beboerne i lokalområdet.

Referencer

Dunton GF, Kaplan, J, Wolch J, Jerrett M, Reynolds KD (2009). Physical environmental correlates of childhood obesity: a systematic review. *Obes. Rev.*, 10, 393-402.

Floriani V & Kennedy C (2008). Promotion of Physical activity in children. *Curr. Opin. Pediatr.*, 20, 90-95.

Kiens B, Beyer N, Brage S, Hyldstrup L, Ottesen LS, Overgaard K, Pedersen BK, Puggaard L. (2007). Fysisk inaktivitet – konsekvenser og sammenhænge, Motions- og Ernæringsrådet.

Limstrand T (2008). Environmental characteristics relevant to young people's use of sports facilities: a review. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 18, 275-287.

Sundhedsstyrelsen (2011). Den Nationale Sundhedsprofil 2010. Hvordan har du det? Sundhedsstyrelsen, Center for forebyggelse.

Troelsen J, Roessler KK, Nielsen G, Toftager M (2008). De bolignære områders betydning for sundhed. Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.

Bilag

Bilag 1: Fotos af Bevægelseksperimentariet – Før etablering

Sundhedscentrets park set fra forskellige vinkler



Bilag 2: Fotos af Bevægelseksperimentariet – Efter etablering

Klatreskoven



Styrkestativet



Plænen brugt til picnic og træning



Højen med stålbøjler



Pulsstien



Balancespindet



Springpytterne



Pulstrappen



Den nærliggende legeplads, Byens legeplads



Serien MOVEMENTS

Se de tidligere udgivelser i rapportserien på CISC's hjemmeside: www.sdu.dk/cisc

- 2012:17 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Naturparken Mellem Bakkedrag og Dalstrøg - Evaluering af en omdannet græsmark ved boligbebyggelse i Sønderborg.
- 2012:16 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: En Voldsom Omvej - Evaluering af en omdannet støjvold i Solrød.
- 2012:15 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Pixlpark - En Digital Legeplads - Evaluering af en omdannet plads i en ny bydel i Roskilde.
- 2012:14 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Et bevægelseseksperimentarium - Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland.
- 2012:13 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Sidesporet - Evaluering af en omdannet asfaltplads ved Nørre Aaby station.
- 2012:12 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Opfordring til udfordring - Evaluering af omdannede restarealer i Kolding Bycentrum.
- 2012:11 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Byens Arena - Evaluering af en omdannet parkeringsplads ved boligbebyggelse i Høje Gladsaxe.
- 2012:10 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Dronningens Bastion - Evaluering af en omdannet bastion på et historisk voldanlæg i Fredericia.
- 2012:9 Thomas Skovgaard, Kurt Lüders, Jesper von Seelen, Mette Munk Jensen, Bjarne Ibsen, Casper Due Nielsen og Tobias Marling: Svømning i den danske folkeskole.
- 2012:8 Bjarne Ibsen, Venka Simovska og Henrik M. Larsen: Tilgængelighed til og deltagelse i idræt blandt børn og unge på Vesterbro: Evaluering af DGI-byens børne- og ungeprojekt Go-Active.
- 2012:7 Bjarne Ibsen ... et al.: Idrættens outsiders - Inklusion eller eksklusion af vanskeligt stillede børn og unge i idræt: Evaluering af puljen til idræt for vanskeligt stillede børn og unge.
- 2012:6 Jan Arvidsen, Karen Dalgaard Pedersen og Søren Andkjær: Rum og rammer for Aktivt Udeliv : Et litteraturstudie om naturlige omgivers betydning for Aktivt Udeliv.
- 2012:5 Bjarne Ibsen: Human Ressource Management for Volunteers in Sports Organisations in Europe.
- 2012:4 Charlotte Skau Pawlowski og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ - Bevægelse i lokalområdet: Kvalitativ analyse af den kommunale planlægnings- og implementeringsproces forbundet med projektet.
- 2012:3 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af projekt Grib Chancen.
- 2012:2 Louise Bæk Nielsen og Bjarne Ibsen: Idrætsdeltagelse og idrætsfaciliteter i Vordingborg Kommune.
- 2012:1 Thomas Gjelstrup Bredahl: Slutevaluering af Greve Kommunes metodeudviklingsprojekt "MultiMinen" - For 6-8 årige børn med overvægt.
- 2011:6 Peter Lund Kristensen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben': Den kvantitative del - Vejle Kommune.
- 2011:5 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af 'Bevæg dig sund og glad: Et projekt i Esbjerg Kommune for overvægtige børn og deres familier.

- 2011:4 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering vedrørende projekt Idrætszen.
- 2011:3 Bjarne Ibsen og Louise Bæk Nielsen: Idræt og idrætsfaciliteter på Bornholm.
- 2011:2 Jakob Haahr og Søren Andkjær (red.): Muligheder og begrænsninger for friluftsliv: Konference rapport - artikler og abstracts.
- 2011:1 Ejgil Jespersen: Evaluering af Krop og Kontor forsøgsprojekter.
- 2010:7 Pernille Andreassen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben' - Vejle Kommune.
- 2010:6 Forskningsenheden for 'Bevægelse, Idræt og Samfund' (BIS): Forskningsprofil og udviklingsplaner for 2010-2014.
- 2010:5 Bjarne Ibsen, Anne Mette Walmar Hansen og Eva Vennekilde: Ændringer i kommunal idætspolitik efter kommunalreformen.
- 2010:4 Karsten Østerlund: Gå i Gang: Slutevaluering.
- 2010:3 Lise Specht Petersen: Rum for idræt og leg på Vesterbro.
- 2010:2 Bjarne Ibsen og Carsten Hvid Larsen: Aktivitet eller idrætspolitisk arbejde? Frivilligt arbejde i DGI Vestsjælland og DGI Nordsjælland.
- 2010:1 Bjarne Ibsen, Jan Toftegaard Støckel og Charlotte Klinker: Børn og fysisk aktivitet på Vesterbro.
- 2009:7 Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen: København – en by i bevægelse: evaluering af Københavns Kommunes motionsstrategi.
- 2009:6 Ole Lund: Evaluering af projekt 'Sund Cirkel'.
- 2009:5 Carsten Hvid Larsen og Bjarne Ibsen: Frivilligt arbejde i Gigtforeningen.
- 2009:4 Ole Lund: Sund indskoling – evaluering af sundhedsfremmende indsatser i SFO og indskoling i Frederikshavn Kommune.
- 2009:3 Kirsten Kaya Roessler: Gruppesamtaler som psykologisk behandling af kroniske smerter: erfaringer fra projektet "Tilbage til arbejdet".
- 2009:2 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Kolding By 2008.
- 2009:1 Ole Lund: Rend og Hop – Vi si'r stop: et sundhedsprojekts bestræbelser på at skabe bedre betingelser for det sunde liv i Varde Kommune.
- 2008:10 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Roskilde By.
- 2008:9 Per Jørgensen: Idrætspolitik i Gentofte Kommune gennem 100 år.
- 2008:8 Jens Høyer-Kruse, Malene Thøgersen, Jan Toftegaard Støckel, Bjarne Ibsen: Offentlige-frivillige partnerskaber omkring børn og fysisk aktivitet.
- 2008:7 Pernille Vibe Rasmussen: Foreninger og integration: Undersøgelse af foreningers vilkår for integrationsarbejde i Københavns Kommune.
- 2008:6 Thomas Gjelstrup Bredahl: Ekstern evaluering af Motion på Recept i Frederiksberg Kommune: September 2007.
- 2008:5 Thomas Gjelstrup Bredahl: Evaluering af Motion på Recept i Nordjylland 2007.
- 2008:4 Jens Troelsen, Kirsten Kaya Roessler, Gert Nielsen og Mette Toftager: De bolignære områders betydning for sundhed: hvordan indvirker bolignære områder på sundheden? – og hvordan kan udformningen gøres bedre?
- 2008:3 Ole Lund og Pernille Andreassen: Gå i gang: evalueringsrapport.
- 2008:2 Jan Toftegaard Støckel (red.): Parallel leg eller integreret leg? – partnerskaber om børn, leg og bevægelse.
- 2008:1 Pernille Vibe Rasmussen og Kirsten Kaya Roessler: Stofmisbrug og fysisk aktivitet: Evaluering af "Krop og læring – Mere styr på eget liv".
- 2007:1 Bjarne Ibsen: Børns idrætsdeltagelse i Københavns Kommune 2007.