



Bilag 1

Status på indsatser under bevillingen Øget Sundhed for Børn (2023-2026)

I november 2022 udmøntede Sundheds- og Omsorgsudvalget og Børne og Ungdomsudvalget bevillingen 'Øget sundhed for børn' (ØSB) på ca. 11,6 mio.kr. årligt for perioden 2023-2026. Her blev 7,8 mio. kr. afsat til videreførelsen af varige indsatser (tabel 1) og 3,8 mio. kr. afsat til ikke-varige indsatser (tabel 2).

I nedenstående gives en status på de enkelte indsatser, som har været finansieret med udmøntningen af ØSB i perioden 2023-2026.

4. august 2026

Edoc-sagsnummer
2024-0323620

F2 sagsnummer
2024 - 18387

Sagsbehandler
Mette Slottved

Tabel 1. Oversigt over varige indsatser under ØSB-bevillingen

Opgjort i hele 1.000 kr.	B2023	B2024	B2025	B2026
1. Tilbud til børn med svær overvægt (CBUS)	5.528	5.797	6.042	6.252
2. Tidlig forebyggende, opsporende og opfølgende indsats i sundhedsplejen til børn med overvægt	1.689	1.771	1.846	1.910
3. Monitorering af børn og unges sundhed	567	595	620	641
Varige bevillinger	7.784	8.163	8.508	8.804

Tabel 2. Oversigt over ikke varige indsatser under ØSB-bevillingen

Opgjort i hele 1.000 kr.		B2023	B2024	B2025	B2026
4.	En Teenager i Familien	868	910	949	982
5.	Ekstern evaluering af En Teenager i Familien	0	250	0	0
6.	a) Sund Digital Trivsel*	630	519	1.364	1.383
	b) Åben Skoleforløb	262	200	219	227
	c) Partnerskab med skoler om mental sundhed	0	200	288	253
	d) Sundhedsfremmende lokalsamfundssindsats i Bispebjerg	0	0	315	276
	e) Sundhedstjek i udskolingen	0	0	865	1.019
7.	Fælles tilgang til børns sundhed og vægt	150	157	164	170
8.	Pulje til pilotprojekter målrettet spæd- og småbørnsfamilier	277	0	0	0
9.	Børn og Bevægelse	1.619	1.698	0	0
Ikke-varige bevillinger i alt		3.806	3.934	4.165	4.310

* Indsatsen Sund Digital Trivsel har pga. stor efterspørgsel fået tilført ekstra midler i 2026. Midlerne er taget fra indsatserne 'partnerskab med skoler om mental sundhed' og 'Sundhedsfremmende lokalsamfundssindsats i Bispebjerg'.

1. Tilbud til børn med svær overvægt (CBUS)

Københavns Kommunes specialiserede tilbud til børn og unge med *svær overvægt* er forankret i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen under Center for Børn og Unges Sundhed (CBUS).

Tilbuddet er målrettet børn mellem 2 og 18 år med svær overvægt, svarende til et BMI på 30 som voksen, og som enten bor, går i daginstitution eller skole i Københavns Kommune. Indsatsen består af tværfaglige individuelle familiesamtaler, motionstilbud og madværksted. Formålet med indsatsen er, at barnet opnår en sundere vægt samt at forebygge følgesygdomme af overvægt og forbedre børnenes livskvalitet og trivsel.

En evaluering af indsatsen fra juni 2022 viser, at 80 pct. af børnene reducerede deres BMI efter 6 måneder, og ca. 40 pct. fik en lavere fedtprocent. Evalueringen viser desuden, at indsatsen medvirker til en øget

trivsel hos de børn og unge, der havde trivselsproblemer ved forløbets start.

Aktuelt er der tilknyttet ca. 430 børn fra hele byen, og CBUS har kapacitet til at opstarte 275 nye børn årligt. CBUS har fokus på at styrke opsporing og rekruttering af børn, unge og deres familier ved at øge kendskabet til og styrke tilgængeligheden af tilbuddet, bl.a. gennem lokal tilstedeværelse på Amager og i Tingbjerg.

2. Tidlig forebyggende, opsporende og opfølgende indsats i sundhedsplejen til børn med overvægt

Københavns Kommunes tilbud til børn med *moderat overvægt* er forankret i sundhedsplejen i Børne- og Ungdomsforvaltningen. Tilbuddet er en tidlig indsats til familier med børn i børnehaveklasse til 5. klasse med moderat overvægt, hvor børn sammen med deres forældre kan få vejledning til at fastholde en sund livsstil. Formålet med indsatsen er at bremse vægtudviklingen og fremme trivsel og sunde vaner blandt børn med moderat overvægt. Tilbuddet består af fire samtaler med en sundhedsplejerske, som tager udgangspunkt i familiens hverdag med fokus på trivsel, bevægelse, madvaner, søvn og skærmbrug, samt hvordan familien kan skabe ændringer.

Sundhedsplejen har kapacitet til at gennemføre samtaleforløb med op til 500 børn årligt. I skoleåret 2023/24 havde 182 børn mindst én samtale. Flere familier vælger i første omgang at arbejde med at ændre vaner på egen hånd, efter en telefonisk vejledning fra sundhedsplejersken. Samtidig oplever nogle familier, at overvægt kun er én af flere udfordringer, de står med i hverdagen, hvilket betyder, at de ikke har overskud til at indgå i et forløb. Børne- og Ungdomsforvaltningen har fokus på, hvordan indsatsen kan styrkes, så flere børn og familier modtager støtte. Det kan bl.a. ske ved at øge kendskabet til tilbuddet og ved at udvide målgruppen, så også børn og unge i 6.-9. klasse inkluderes.

3. Monitorering af børn og unges sundhed i BUF

Formålet med indsatsen er at bidrage til relevante og systematiske data om børn og unges trivsel og sundhed via sundhedsplejen i Københavns Kommune. Indsatsen er forankret i Børne- og Ungdomsforvaltningen.

Børne- og Ungdomsforvaltningen har et særligt fokus på at anvende data registreret af sundhedsplejen og udarbejder årlige sundhedsdata for hhv. 0-årige og skolebørn om bl.a. graviditetsbesøg, småbørns trivsel, efterfødselsreaktion hos forældre samt skoleelevers motorik og overvægt. Den løbende monitorering gennem data fra sundhedsplejen giver en vigtig viden om børnenes sundhedstilstand, som deles og anvendes bredt i organisationen og anvendes aktivt som led i opsporing og udvikling af tiltag til fx sårbare familier, samt til kvalificering af indsatser. Ovenstående analyser fra sundhedsplejen suppleres med data fra

den nationale trivselsmåling samt fra Københavns Børnesundhedsprofil. Disse datakilder styrker tilsammen den brede fortælling om sundhed og trivsel blandt børn i København, og anvendes i ledelsesdialoger med bl.a. sundhedsplejen, politikere, direktion, chefer og skoleledere til at skabe og fastholde fokus på børns sundhed og trivsel.

4. En Teenager i Familien

En Teenager i Familien er en frivillig alkoholforebyggende indsats målrettet elever i 7. og 8. klasse og deres forældre. Tilbuddet blev etableret i 2009 og har været finansieret af ØSB-midler siden. Tilbuddet er meget efterspurgt og er frivilligt for skoler at deltage i. Formålet er at understøtte dialog i familier, elev- og forældregrupper om fester, alkohol og andre rusmidler, samt at nedbringe de unges risikoadfærd og forventningspres.

En Teenager i Familien består af et dialogmøde for elever og et fællesmøde for elever og deres forældre. Indsatsen varetages af et ungekorps og særligt uddannede SSP-instruktører. SSP-instruktørerne er tilknyttet SSP-samarbejdet (forankret i SOF), og alle har faglig baggrund og erfaring med området børn og rusmidler.

I 2025 blev En teenager i familien gennemført 151 gange og i 2026 er der foreløbigt afholdt 100 arrangementer.

Ifølge Sundhedsstyrelsen bør alkoholforebyggelse være en del af skolens generelle arbejde med trivsel, sundhed og undervisning – særligt i de ældste klasser, hvor risikoen for tidlig alkoholdebut er størst.

5. Ekstern evaluering af En Teenager i Familien

Rambøll har evalueret En Teenager i Familien i 2024. Evalueringen giver både indsigt i indsatsens virkning samt potentialer ift. videreførelsen. Rambølls evaluering af En Teenager i Familien fra 2024 viser bl.a., at indsatsen styrker de unges forståelse af og viden om sociale overdrivelser og flertalsmisforståelser ift. alkohol, fester og rusmidler, og at forældre får ny viden og konkrete værktøjer.

94 pct. af forældrene tror, at de vil bruge noget af det, som de fik præsenteret på fællesmødet til en snak med deres barn. Samtidig viser evalueringen, at syv ud af 10 unge vurderer, at fællesmødet gør det nemmere at tale med deres forældre om alkohol, fester og andre ting, der kan være svære at tale om.

Udover styrkede handlekompetencer blandt forældre, viser evalueringen, at indsatsen kvalificerer dialogen mellem unge og forældre.

På baggrund af evalueringen er elementer af indsatsen justeret i 2025, herunder er der bl.a. gennemført et kompetenceløft for ungeguiderne med særligt fokus på faciliteringsgreb, der kan understøtte en øget involvering af elever og en styrket klasseledelse. Derudover afholdes lø-

bende teameftermiddag for den samlede gruppe af ungeguider mhp. at styrke erfaringsudveksling mellem guiderne.

6. Pulje til Forebyggende indsatser i grundskolealderen

a) Sund Digital Trivsel

Tilbuddet Sund Digital Trivsel er udviklet og afprøvet i 2023-2026 med formålet om at give et godt afsæt for gode klassefællesskaber og dialog i familier, elev- og forældregrupper i 0.-9.klasse om skærm og digitale vaner. Tilbuddet er forankret i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen og består af et klasseoplæg efterfulgt af et forældremøde. Tilbuddet kan rekvireres via Åben Skole af de skoler, som efterspørger det, og er dermed frivilligt for skolerne at deltage i

Sund Digital Trivsel blev etableret efter politisk ønske om at adressere børnesundhedsprofilens resultater ift. søvn og digital adfærd. Den årlige bevilling er øget fra 0,6 mio. kr. i 2023 til 1,4 mio. kr. i 2026 som følge af stigende efterspørgsel. Der er i perioden 2023-2025 gennemført i alt 153 forløb fordelt på 32 forskellige skoler. De fleste er gennemført i 3.-5. klasse.

Rambøll har evalueret tilbuddet i foråret 2026. Udvalget har modtaget evalueringen i Nyt fra SUF fra den 29. juni 2026.

Rambølls evaluering viser bl.a. at, Sund Digital Trivsel er et godt og virkningsfuldt tilbud, som møder stor tilfredshed blandt både forældre, børn og lærere, og at efterspørgslen overskrider kapaciteten, selvom kapaciteten er øget år for år.

Sund Digital Trivsel har bidraget til bedre kommunikation mellem forældre og børn om skærm og skærmvaner og bl.a. skabt et fælles referencepunkt for forældres og børns kommunikation.

Ni ud af ti forældre til børn i 0.-4. klasse angiver, at de fremadrettet vil være mere opmærksomme på at spørge nysgerrigt ind til deres børns oplevelser med skærm, og syv ud af ti forældre har fået inspiration til at lave aftaler i deres familie om brug af skærme.

b) Åben Skole-forløb vedr. digital dannelse

Åben Skole-forløb vedr. digital dannelse har til formål at støtte undervisning og læring inden for digital dannelse og give elever mulighed for at udvikle kompetencer og viden om digital teknologi, medier og online adfærd på en ansvarlig og bevidst måde.

Der er afsat midler til en pulje, som skal sikre skolernes muligheder for at have en tidssvarende dialog med børn og unge i skolerne om blandt andet grænser, fællesskab, etik og sikkerhed i det digitale univers. Med puljen sikres en bred vifte af tilbud til de Københavnske skoler, som kan styrke og kvalificere dialogen i skolen om digital dannelse fra indskoling

til udskoling. Der er stor efterspørgsel efter forløb om digital dannelse blandt skolerne. Alle afsatte midler er anvendt fra 2023-2025.

c) Partnerskab med privat- og friskoler om mental sundhed

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har i skoleåret 2025/2026 afprøvet en partnerskabsmodel med tre københavnske privat- og friskoler for at fremme trivsel og sundhed blandt eleverne.

Partnerskabet tog udgangspunkt i en helhedsorienteret tilgang, hvor tilbud og indsatser kunne iværksættes på flere niveauer – både strukturelt og individrettet. Det inkluderer støtte til at iværksætte tiltag med fokus på skolens rammer og forebyggende arbejde med elevtrivsel, kompetenceudvikling af medarbejdere samt målrettede indsatser for elever med tegn på begyndende mistrivsel og deres forældre.

Hensigten var at sammensætte bæredygtige aktiviteter, der kunne forankres i skolens hverdag og styrke koblingen til eksisterende indsatser, herunder opsporing og rekruttering til kommunens eksisterende tilbud.

Tilbagemeldingerne fra de deltagende skoler peger på, at partnerskabsmodellen fungerer godt. Skolerne oplever, at det er blevet lettere at samarbejde med kommunen, og samarbejdsformen har styrket kendskabet til eksisterende tilbud og gjort dem lettere tilgængelige. Samtidig er erfaringen, at det kræver ressourcer at facilitere samarbejdet i partnerskabsmodellen og et længere tidsperspektiv at forankre modellen bredt blandt københavnske privat- og friskoler. Der ses et generelt potentiale i at styrke information om kommunens tilbud på sundhedsområdet til københavnske privat- og friskoler.

d) Sundhedsfremmende lokalsamfundsindsats i Bispebjerg

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har igangsat en sundheds- og trivselsfremmende lokalsamfundsindsats i Bispebjerg med fokus på at forebygge børn og unges brug af nikotin, skærme og energidrikke. Formålet var at afprøve konkrete greb til aktivering af lokalsamfundsaktører i en flerstrengt og helhedsorienteret indsats omkring børn og unges sundhed og trivsel, og der er igangsat flere spor i indsatsen, herunder Lokal Sundhedsfremmepulje og Samarbejde med Bydelsmødre via Fonden for Socialt Ansvar.

Sundhedsfremmepuljen blev oprettet i et samarbejde med Bispebjerg Lokaludvalg, og havde fokus på børn og unges trivsel og mentale sundhed, herunder deres brug af nikotinprodukter, energidrikke og skærm. Der blev bevilliget midler til følgende aktører: en lokal idrætsforening, et ungeværk og en lokal teaterforening.

I samarbejde med Fonden for Socialt Ansvar er der afholdt to workshops om nikotin, skærm og energidrikke for bydelsmødrene i Bispe-

jerg. Bydelsmødrene skal i efteråret 2026 videreformidle deres viden til lokalområdets beboere.

e) Sundhedstjek i udskoling

Med afsæt i Sundheds- og Omsorgsforvaltningens erfaringer fra partnerskab med ungdomsuddannelser, er Sundhedstjek afprøvet som et valgfrit tilbud til elever i 9. klasse. Sundhedstjek består af enkeltstående samtaler med en kost- og motionsvejleder og foregår på skolen. Tilbuddet er et supplement til sundhedsplejens samtaler med elever i 0.-8. klasse, og har til formål at afhjælpe begyndende sundheds- eller trivselsudfordringer og støtte de unge i overgangen til ungdomsuddannelserne.

Center for Børn og Unge Sundhed (CBUS) har i skoleåret 2025/2026 afholdt i alt 100 sundhedstjek for elever i 9. klasse på hhv. Amagerfælled Skole og Højdevangens Skole på Amager. Samtalerne på de to skoler har bl.a. omhandlet kropssammensætning, kosttilskud, relationer til venner og familie, søvn og stress.

Sundhedsplejen har sammen med medarbejderne fra CBUS deltaget i informationsrunder på skolerne og informeret elever i 8. klasse om tilbuddet. Afgrænsningen af tilbuddet i 9. klasse er besluttet for at undgå overlap til sundhedsplejens obligatoriske samtaler. Den foreløbige erfaring fra afprøvningen er, at det har været tidskrævende at etablere de rette arbejdsgange, og at de afsatte ressourcer til at gennemføre Sundhedstjek har oversteget målgruppens størrelse på de to skoler.

7. Fælles tilgang til børns sundhed og vægt

CBUS har gennem de seneste år arbejdet målrettet med sproget omkring vægt og vejning, herunder hvordan man undgår stigmatisering på flere områder.

CBUS har udarbejdet et vejledende notat, der beskriver, hvordan vejning kan italesættes i forbindelse med samtaler med børn og familier. Både i CBUS og i sundhedsplejen er der desuden arbejdet med at implementere Sundhedsstyrelsens anbefalinger om vejning ved børneundersøgelser. Sundhedsplejen har afholdt en workshop vedr. formidling af overvægt og vejning, hvor CBUS holdt et oplæg ift. sprogbrug om vejning i sundhedsplejens indsats til børn med moderat overvægt. Erfaringer fra projektet er indarbejdet i både CBUS's og sundhedsplejerskens arbejde, og projektet er dermed afsluttet.

8. Pulje til pilotprojekter målrettet spæd- og småbørnsfamilier

I 2023 udviklede CBUS, i samarbejde med sundhedsplejen en række temaoplæg til forældre med børn i alderen 0-6 år. Oplæggene blev både afholdt online og ved besøg i daginstitutionerne. Temaerne omfattede

digitale vaner, små børns sikkerhed og sygdomme samt motorik. Indsatsen er afsluttet.

9. Børn og Bevægelse

Børn og Bevægelseskultur (BOB) er en indsats i Børne- og Ungdomsforvaltningen, der styrker børns motoriske udvikling gennem fokus på bevægelse i det pædagogiske arbejde i dagtilbud. Målet er, at flere børn udvikler sig motorisk alderssvarende, er i kropslig trivsel og er læringsparate ved skolestart.

Indsatsen har siden opstart i 2015 været afprøvet i Vanløse/Brønshøj og Nørrebro/Bispebjerg, hvor der er en høj andel af børn med motoriske udfordringer. En evaluering fra 2022 viser, at BOB understøtter en stærk bevægelseskultur og har en positiv betydning for børns læring og udvikling.

I 2024 blev der via en investeringscase givet varige midler til at udvide indsatsen til alle områder i Københavns Kommune. Indsatsen skal bl.a. kvalificere opsporing og indsats ift. børns motoriske og sensoriske udfordringer fra 0-årsalderen og op i dagtilbud og indskolingen. Det sker via tæt kobling af ergo- og fysioterapeuter på de faglige støttefunktioner i dagtilbud og skole, samt en skærpet opsporing i sundhedsplejen af motoriske og sensoriske udfordringer.