

# **Motionssatsning i Kgs. Enghave og Nord-Vest**

## **Evaluering**

**September 2005**

**Sundhedsforvaltningen  
Kultur- og Fritidsforvaltningen**

<b>0. Indholdsfortegnelse</b>	<b>side 2</b>
<b>1. Indledning</b>	<b>side 3</b>
<b>2. Konklusion og perspektivering</b>	<b>side 4</b>
2.1 Evalueringens afsæt	side 4
2.2 Konklusion	side 4
2.3 Perspektivering	side 4
<b>3. Projektbeskrivelse</b>	<b>side 6</b>
3.1 Projektperiode, valg af geografiske områder, målsætning m.v.	side 6
3.2 Projektets organisering	side 6
3.3 Strategi og arbejdsmetode	side 6
3.4 Økonomi	side 7
<b>4. Projektforløb</b>	<b>side 7</b>
4.1 Projektstart	side 7
4.2 ”Motionssatsning” – 1. halvår	side 8
4.3 ”Motionssatsning” – 2. halvår	side 8
4.4 Midtvejsevaluering	side 9
4.5 Omorganisering af ”Motionssatsning i Kgs. Enghave”	side 10
4.6 ”Motionssatsning” – 3. halvår	side 11
4.7 ”Motionssatsning” – 4. halvår	side 11
<b>5. ”Motionssatsning – Evaluering</b>	<b>side 11</b>
5.1 Evalueringens ramme	side 11
5.2 ”Motionssatsning i Nord-Vest”	side 12
5.3 Konklusion	side 13
<b>6. Bilag</b>	<b>side 14</b>
Bilag 1: Kommissorier for styregruppe og følgegruppe	side 14
Bilag 2: Projektoversigt for Nord-Vest	side 16
Bilag 3: Status på kerneprojekter i Kgs. Enghave	side 21

## 1. Indledning

### **Det politiske grundlag**

Borgerrepræsentationen vedtog den 4. oktober 2001 de overordnede målsætninger og indsatsmål for arbejdet med "Folkesundhed i København 2002-2005" (BR 397/01). Heri indgik, at der skal udarbejdes handleplaner for en række udvalgte indsatsområder, blandt andet *motion*.

**Motionsindsatsning i Kgs. Enghave og Nord-Vest** udgør *handleplanen på motionsområdet*. Der er tale om et 2-årigt projekt udviklet i et samarbejde mellem Kvarterløft Nord-Vest, Sundhedsforvaltningen og Kultur- og Fritidsforvaltningen.

Den 11. juni 2003 godkendte Borgerrepræsentationen motionshandleplanen med en bemærkning om, "at der efter 24 måneder skal foretages en grundig evaluering af projektet." (BR 249/03).

På den baggrund har Styregruppen udarbejdet nærværende evaluering.

*Styregruppen*  
*September 2005*

## 2. Konklusion og perspektivering

### 2.1 Evalueringens forudsætninger

I projektbeskrivelsen af ”Motionssatsning” var der lagt op til, at der i de to udvalgte områder – Kgs. Enghave og Nord-Vest – skulle gennemføres et parallelt udviklingsforløb som beskrevet i den vedtagne handleplan. Af forskellige årsager valgte styregruppen at omorganisere projektdelen i Kgs. Enghave (se afsnit 4.5). Omorganiseringen indebar blandt andet, at indsatsen i Kgs. Enghave i ”Motionssatsningens” andet år (2004-2005) var koncentreret om 4 kerneprojekter. Den ny projektmodel afveg i en sådan grad fra de idéer og den metode, der var lagt op til i den oprindelige handleplan, at styregruppen har valgt at koncentrere nærværende evaluering om ”Motionssatsning i Nord-Vest”.

Det skal i den forbindelse bemærkes, at styregruppen, især i ”Motionssatsningens” andet år, har fokuseret på de *erfaringer* der er indhøstet i *begge* lokalområder med henblik på at udvikle fremtidige strategier for, hvordan indsatsen for at gøre *fysisk inaktive* borgere til *fysisk aktive* borgere kan optimeres. Det har blandt andet givet anledning til at indsamle og bearbejde de erfaringer, der indtil videre er gjort med eksempelvis ”Containeridræt”.

### 2.2 Konklusion

Konklusionen på evalueringen af ”Motionssatsning i Nord-Vest” er

- § At ”kvarterløft” eller ”områdefornyelse” udgør en velegnet organisatorisk ramme for afprøvning af udviklingsprojekter som fx ”Motionssatsning”, under forudsætning af at motion er et prioriteret område i de vedtagne kvarterplaner.
- § At der alene i Nord-Vest er udviklet 32 delprojekter rettet mod ”Motionssatsningens” primære målgrupper: *inaktive børn og unge, inaktive ældre, inaktive etniske og familien som samlet enhed*.
- § At de gennemførte delprojekter ikke ville være realiseret uden idræts- og motionskonsulentens aktive medvirken.
- § At de afviklede delprojekter har ramt en målgruppe (deltagerkreds) som lokalområdet traditionelle aktører på idræts- og motionsområdet ikke tidligere har haft fat i - alternativt udviklet tilbud til.
- § At en periode på 2 år ikke er tilstrækkelig til, at få skabt et solidt grundlag for projektets ”forankring” i lokalområdet.
- § At udviklingsprojekter af denne type skal ledsages af aktivitetsmidler.

### 2.3 Perspektivering

De erfaringer der er gjort med ”Motionssatsning” er indtænkt i den strategi og handlingsplan, som Folkesundhed København har fremlagt for ”En by i bevægelse”. Heraf fremgår det

- § At indsatsen for at gøre København til En by i bevægelse særligt rettes mod børn, inaktive voksne, ældre og etniske minoriteter.
- § At indsatserne særligt prioriteres i bydele, hvor der er social ulighed i sundhed og hvor der tages udgangspunkt i lokalområdets ressourcer, fx i områder med Områdefornyelse og Kvarterløft.
- § At ”Containeridræt”, ”ISA” og ”Sjov Motion for Mænd 40+” er eksempler på projekter der løftes fra ”Motionssatsning” over i regi af Folkesundhed København i samarbejde med Københavns Kommunes øvrige forvaltninger.

En række af ”Motionssatsningens” bærende elementer er derfor videreført i det fortsatte arbejde med at gøre flere *fysisk inaktive* borgere til *fysisk aktive* borgere.

### 3. Projektbeskrivelse

Nedenfor gengives den oprindelige projektbeskrivelse i forkortet udgave.

#### 3.1 Projektperiode, valg af geografiske områder, målsætning og målgrupper

”Motionssatsning i Kgs. Enghave og Nord-Vest” (fremover ”Motionssatsning”) er et toårigt projekt. I den periode skal der gøres en ekstra indsats på motionsområdet i Kgs. Enghave og Nord-Vest.

De to områder blev valgt af flere forskellige grunde: De er to af Københavns mest idrætssvage områder, både hvad angår borgernes fysiske aktivitet og forsyningen af idrætsfaciliteter. Det er bydele hvor den sociale ulighed i sundhed slår stærkt igennem. Bydelene har en overrepræsentation af borgere der ryger, er overvægtige, er fysisk inaktive, har langvarige sygdomme og er uønsket alene.

##### **Målsætningen er:**

*At flere borgere i Kgs. Enghave og Nord-Vest skal være fysisk aktive. Det gælder alle aldersgrupper.*

##### **Målsætningen søges nået ved:**

*at det samlede omfang af tilbud om forskellige former for idræt og fysisk aktivitet øges.*

*at der sikres tilstrækkelige og varierede tilbud til alle alders- og målgrupper med fokus på de fysisk inaktive.*

Den bærende idé i ”Motionssatsning” er, at der igangsættes en lang række projekter. Dels ved at kopiere egnede projekter fra andre bydele. Dels ved at støtte lokale igangværende projekter/projektidéer eller ved at udvikle nye projekter.

Begreberne *synlighed* og *synergieffekt* tillægges en central rolle. Derfor satses der dels på en bred markedsføring af ”Motionssatsning”. Det skal ske via et tæt samarbejde mellem de to lokalområder om udvalgte projekter samt via styregruppen.

##### **Motionssatsningen har følgende særlige målgrupper:**

*Inaktive børn og unge, inaktive ældre, inaktive etniske og familien som samlet enhed.*

#### 3.2 Projektets organisering

Til at udvikle og koordinere projektet ansættes en idræts- og motionskonsulent i henholdsvis Kgs. Enghave og Nord-Vest. Den ene med reference til Sundhedsforvaltningen/Folkesundhed København. Den anden med reference til Kultur- og Fritidsforvaltningen og Kvarterløft Nord-Vest.

Det overordnede ansvar for projektet varetages af en centralt nedsat styregruppe. Derudover nedsættes en lokal følgegruppe i henholdsvis Kgs. Enghave og Nord-Vest.

#### 3.3 Strategi og arbejdsmetode

”Motionssatsning” bygger på borgerinddragelse, lokal involvering. Det vil sige ”bottom up” planlægning frem for ”top down” planlægning. Med ”motionssatsnings”

eksperimenterende karakter in mente, fastsættes der ikke egentlige succeskriterier, men der indsamles tilstrækkelige data til at der ved projektperiodens ophør kan foretages en evaluering.

### **3.4 Økonomi**

Udover de omkostninger der er forbundet med ansættelse af de to idræts- og motionskonsulenter, er der ikke afsat midler til projektet. "Motionsstatsning" tænkes derfor finansieret via pulje- og fondsmidler tilvejebragt gennem fundraising.

## **4. Projektforløb**

### **4.1 Projektstart**

"Motionsstatsning" blev igangsat i Nord-Vest den 1. september 2003 og afsluttet den 31. august 2005. I Kgs. Enghave var projektperioden forskudt med halvanden måned, dvs. med start den 15. oktober 2003 og afslutning den 14. oktober 2005.

*Idræts- og motionskonsulenten* i Nord-Vest fik daglig base i Kvarterløft Nord-Vest's domicil på Lygten Station. Konsulenten i Kgs. Enghave havde som udgangspunkt ikke en fast daglig base, men vekslede mellem Kulturhuset Karens Minde og Folkesundhed København i Sjællandsgade. Den omstændighed har haft afgørende betydning for selve startfasen samt projektets første leveår. Dette uddybes under afsnit 4.5.

*Styregruppen* blev konstitueret den 9. oktober 2003, hvor *kommissoriet* samtidig blev vedtaget (bilag 1). Styregruppen fik følgende sammensætning:

- 2 repræsentanter fra Kultur- og Fritidsforvaltningen/Fritid & Idræt
- 2 repræsentanter fra Sundhedsforvaltningen/Folkesundhed København
- 1 repræsentant fra Kvarterløft Nord-Vest

Fra den 8. marts 2004 har Kgs. Enghave haft en repræsentant i styregruppen. De to idræts- og motionskonsulenter har deltaget i styregruppens møder. Styregruppen har afholdt i alt 12 møder.

Kultur- og Fritidsforvaltningen har varetaget sekretariatsfunktionen.

*Følgegruppen* i Nord-Vest blev nedsat den 19. november 2003 og i Kgs. Enghave den 3. marts 2004. Begge steder afspejler følgegruppens sammensætning de retningslinier der er angivet i *kommissoriet*:

- Projektlederen for kvarterløftet
- 1 repræsentanter for kvarterløftets styregruppe
- 3 repræsentanter for det lokale idrætsforeninger, hvoraf den ene skal være fra en etnisk minoritetsforening
- 2 repræsentanter for skole- børne- og ungdomsinstitutioner
- 1 repræsentant for det lokale børne- og unge netværk
- 1 repræsentant for ældreområdet

Følgegrupperne har i projektperioden afholdt 3-4 ordinære møder samt et strategi- og visionsseminar. Følgegrupperne har fungeret som faglig sparringspartner for konsulenten og medvirket ved udarbejdelse af de halvårige handleplaner.

#### **4.2 ”Motionssatsning” – 1. halvår**

Begge konsulenter startede med en besøgsrunde i lokalområdet. Besøget inkluderede skoler, offentlige og private institutioner, foreninger, projekter og eksisterende netværk. Alle med relation til de målgrupper, som ”Motionssatsning” tager udgangspunkt i.

I forlængelse af besøgsrunden blev der udarbejdet en oversigt over, hvilke aktiviteter/tilbud om fysisk aktivitet der allerede eksisterede i området, samt hvilke idéer, ønsker og behov der var i forhold til målgruppen. I forlængelse heraf blev der i samarbejde med følgegruppen udarbejdet en prioriteret aktivitetsplan for 1. halvår i hhv. Kgs. Enghave og Nord-Vest. Planerne blev efterfølgende godkendt af styregruppen.

I marts 2004 udkom folderen ”Gang i mere – motion for flere”. Folderen gav en oversigt over de aktivitetstilbud som knyttede an til ”Motionssatsning” – enten i det ene eller i begge motionssatsningsområder. Folderen præsenterede følgende tiltag:

- Fairfodbold
- Containeridræt
- Overvægtige piger
- ”Mor og far til sport”
- Uge 23 og 24 (Sundhedsstyrelsens motionskampagne)
- Styrketræning for ældre
- Svømning for etniske kvinder

Folderen havde samtidig det sigte, at gøre både ”Motionssatsningen” og konsulenten synlige i området.

#### **4.3 ”Motionssatsning” – 2. halvår**

I projektets 2. fase blev arbejdet med at udvide såvel aktivitetstilbuddene som samarbejdsfladerne fortsat. Samtidig blev de allerede etablerede aktiviteter konsolideret. Da det var konsulenternes opgave at tilvejebringe finansieringen af hvert enkelt projekt, blev en del af den samlede arbejdstid anvendt hertil.

Af nye aktivitetstilbud kan nævnes<sup>1</sup>:

- Ung til ung – kursus (ISA)
- GAM3
- Stavgang
- Fædregymnastik
- She Zone
- Golf for Etniske ældre

---

<sup>1</sup> I bilag 2 findes en kort beskrivelse af hver enkelt delprojekt.



#### 4.4. Midtvejsevaluering

I overensstemmelse med projektbeskrivelsen blev der i sommeren 2004 udarbejdet en midtvejsevaluering til internt brug.

Evalueringen viste, at der i regi af ”Motionssatsning” var gang i 35 forskellige projekter inden for idræt og motion. Heraf var de 23 projekttyper, der var udviklet andre steder og nu implementeret i Kgs. Enghave og/eller Nord-Vest.

I Nord-Vest var der registreret 32 projekter og i Kgs. Enghave 16 projekter. Af disse var nogle afsluttede og nogle i gang med deltagere, mens andre endnu var under planlægning. Endelig var enkelte projekter sat på stand by eller droppet pga manglende deltagere eller manglende finansiering.

Midtvejsevalueringen i Nord-Vest viste, at der havde været 507 deltagere i de 14 projekter der indtil da var kommet så langt, at der havde været deltagere. I Kgs. Enghave havde der været 103 deltagere i 5 projekter.

Tabel 1. Projekter fordelt på målgrupper og områder

Målgrupper	Projekter pr bydel		Projekt-Typer	Heraf allerede
	KE	NV	i alt	Udviklet
Børn/unge	5	14	14	10
Familien	3	3	4	2
Arbejdspladsen	1	4	4	3
Ældre	3	4	4	3
Særlige grupper		1	1	
Etniske	4	6	8	5
	<b>16</b>	<b>32</b>	<b>35</b>	<b>23</b>
<b>Deltagere</b>				
<i>opgjort 15. juni 2004</i>	<b>103</b>	<b>507</b>		

I projektbeskrivelsen var der lagt op til, at ”Motionssatsning” skulle udvikles i samarbejde med kvarterløft, det lokale erhvervsliv, idrætsforeninger og øvrige foreninger, kommunale forvaltninger og institutioner og evt. med relevante ministerier. Opgørelsen viste, at Nord-Vest havde indgået samarbejde med ca. 20 partnere. Tilsvarende havde Kgs. Enghave indgået samarbejde med 8 partnere.

Samarbejdet i Nord-Vest omfattede en bred vifte af idrætsforeninger/-organisationer: DGI, DIF, DFIF, DAI, KBU, SIK, GAM3, BenHur Altetik, WT Vanløse, WT EBMAS, Pakistansk Badminton Klub, Etniske Ældres Forening, She Zone, ISA og KVVIN. Desuden blev der samarbejdet med lokale kommunale institutioner såsom skoler, biblioteket, sundhedsplejen, fysioterapeuter og ungdomsklubber.

I Kgs. Enghave omfattede de 16 projekter samarbejde med *Ajax, DGI, DIF, SIF og ISA* samt *AOF, Suhs Seminarium og Værestedet Pailletten*.

Efter projektets første leveår var der ikke etableret et samarbejde med erhvervslivet, og målgruppen ”*inaktive på arbejdspladsen*” ikke var nået, blandt andet på grund af manglende interesse fra det lokale erhvervsliv. På den baggrund besluttede styregruppen at foretage en justering, så målgruppen ”*inaktive på arbejdspladsen*” udgik og blev erstattet af ”*inaktive etniske*”.

#### **4.5. Omorganisering af ”Motionssatsning” i Kgs. Enghave**

Allerede i ”Motionssatsningens” indledende fase viste det sig, at der var markant forskelle på projektets gennemslagskraft i Kgs. Enghave og Nord-Vest. Et forhold der først og fremmest skal tillægges de forskellige forudsætninger der var til stede i de to områder:

Kvartersløftet i Nord-Vest blev igangsat i 2001 og afsluttes med udgangen af 2007. Kvarterløftet befandt sig dermed i opbygningsfasen. Ud over en relativ stor mediebevågenhed betød det, at også sekretariatet var under udvikling. Der var med andre ord en del ressourcer som konsulent kunne trække på – og være en del af. Samtidig var *idræt og motion* et højt prioriteret satsningsområde, jf. den vedtagne kvarterløftsplan. Det kom blandt andet til udtryk ved, at der var afsat midler som konsulent kunne anvende til igangsætning af mindre projekter.

Kvartersløft Kgs. Enghave var under afvikling og ophørte med udgangen af 2003. Det betød, at konsulent ikke havde mulighed for at blive koblet på et kvarterløftssekretariat. Desuden var *idræt og motion* et relativt lavt prioriteret område i den tidligere vedtagne kvarterløftsplan for Kgs. Enghave. Det betød, at lokalområdets idrætsnetværk var svagt funderet. Endelig var mulighederne for at synliggøre projektet gennem lokalpressen begrænset i forbindelse med kvarterløftets ophør.

Allerede i januar 2004 blev projektets forskellige forudsætninger – og den deraf afledte udvikling – drøftet på et styregruppemøde. Med det sigte at øge antallet af projekter i Kgs. Enghave, afsatte Folkesundhed København midler til igangsætning af udvalgte projekter.

Det skal i øvrigt bemærkes, at den væsentligste årsag til at en række af de aktiviteter/projekter der stod opført i halvårsplanerne *ikke* blev igangsat var, at finansieringen manglede. Det gælder både for projekter i Kgs. Enghave og Nord-Vest.

Da konsulent i Kgs. Enghave sagde sin stilling op pr. 1. juli 2004, valgte styregruppen, frem for at ansætte en ny konsulent, en løsningsmodel, hvor håndholdklubben Ajax København fik overdraget en del af lønsummen – og dermed ansvaret for at videreudvikle 4 udvalgte kerneprojekter (*se næste afsnit*). Baggrunden for styregruppens beslutning var, at der med den begrænsede tid der var tilbage af motionssatsningen, ikke var tilstrækkelig tid til at introducere en ny konsulent til området og bydelen. I stedet blev det prioriteret at forankre de allerede igangsatte initiativer i området.

#### **4.6 ”Motionssatsning” – 3. halvår**

I første periode af ”Motionssatsningens” andet leveår blev antallet af idræts- og motionsprojekter i Nord-Vest fortsat udvidet. Af nye projekter kan nævnes:

- Nord-Vest Løbet
- Sjøv Motion for Mænd 40+
- Svømning for kvinder
- Sportsdag på Ungemesse
- Containeridræt
- Ungerådets Fodboldturnering
- Børnehaver i bevægelse

I Kgs. Enghave var indsatsen, jf. ovenstående, primært koncentreret om at udvikle følgende kerneprojekter:

- Containeridræt
- Stavgang
- Motionstilbud for etniske piger/kvinder
- Familie, mad & motion

Udover kerneprojekterne skal især fremhæves to succesprojekter: ”Cykelkursus for etniske kvinder” og ”ISA-projektet (Idræt og Socialt Arbejde),

#### **4.7 ”Motionssatsning” – 4. halvår**

I projektets sidste halvår igangsattes der yderligere en række delprojekter i Nord-Vest. Samtidig blev der – i tilknytning til Kvarterløftets generelle udviklings- og satsningsområder – udarbejdet en oversigt over projekter, som idræts- og motionskonsulenten skal arbejde med fra ”Motionssatsningens” officielle ophør (den 31. august 2005) og fremefter.<sup>2</sup>

I Kgs. Enghave var ressourcerne fortsat koncentreret om de nævnte kerneprojekter.

## **5. ”Motionssatsning” – evaluering**

### **5.1 Evalueringens afsæt**

Det faktum, at ”Motionssatsning” fik et vidt forskelligt udviklingsforløb i hhv. Kgs. Enghave og Nord-Vest har medført, at den *synergieffekt* og de *samarbejdspotentialer* der fra starten af var lagt op til stort set udeblev. I den indledende fase blev der, udover den fælles folder ”Gang i mere – motion for flere”, udarbejdet en fælles ansøgning til Byudviklingspuljen om midler til to (idræts)containere. Men bortset fra det, har der reelt været tale om to adskilte projektførløb.

Da ”Motionssatsning i Nord-Vest” er udviklet i fuld overensstemmelse med den overordnede og vedtagne projektbeskrivelse (motionshandleplanen), har styregruppen fundet det oportunt at koncentrere evalueringen om ”Motionssatsning i Nord-Vest”.

---

<sup>2</sup> Kvarterløft Nord-Vest har forlænget stillingen frem til 31. december 2005 og søger fortløbende om finansiering af idræts- og motionskonsulentens stilling helt frem til Kvarterløft Nord-Vest’s ophør ved udgangen af 2007.

Det skal i den forbindelse bemærkes, at styregruppen, især i ”Motionssatsningens” andet leveår, har fokuseret på de *erfaringer* der er indhøstet i *begge* lokalområder med henblik på at udvikle fremtidige strategier for, hvordan indsatsen for at gøre *fysisk inaktive* borgere til *fysisk aktive* borgere kan optimeres. Det har blandt andet givet anledning til at indsamle og bearbejde de erfaringer, der indtil videre er gjort med ”Containeridræt”.

## 5.2 ”Motionssatsning i Nord-Vest”

”Motionssatsning i Nord-Vest” er, som ovenfor anført, udviklet i overensstemmelse med de strategier og arbejdsmetoder der er skitseret i den overordnede, og af Borgerrepræsentationen vedtagne, motionshandleplan.

Da der ikke ved projektperiodens start var opstillet faste succeskriterier for ”Motionssatsning”, er det styregruppens mere reflektive vurderinger der lægges til grund for evalueringen kombineret med det tilgængelige datamateriale. Ud over den samlede projektoversigt drejer det sig om resultaterne af en spørgeskemaundersøgelse. Skemaet havde til formål at kortlægge antallet af deltagere, deltagernes køn og alder, antal gange aktiviteten blev afviklet og projektets forankring. Projekternes forskellighed betød imidlertid, at det er forbundet med store vanskeligheder at foretage en totalopgørelse. For eksempel blev ”Nærgymnastik” blev afviklet 50 gange med ca. 15 deltagere pr. gang, mens ”Ungemessen” blev afviklet én gang med i alt 100 deltagere. Projektet ”Overvægtige piger i fritidsklubber” blev afviklet 40 gange med ca. 8 deltagere pr. gang, og ”Gam3” i alt 14 gange med ca. 15 deltagere pr. gang.

På trods af de komplikationer der er forbundet med denne type data, er det styregruppens klare opfattelse, at ”Motionssatsningen i Nord-Vest” – der ved projektperiodens ophør havde registreret i alt 32 delprojekter – ubetinget må vurderes som en succes. Især fordi projekterne primært orienterer sig mod *fysisk inaktive* i de udvalgte målgrupper.<sup>3</sup>

Med reference til ”Motionssatsningens” *målgrupper, samarbejdspartnere, økonomi, metode m.v.* kan nedenstående summariske status gøres ved projektperiodens afslutning:

Lokalområdet har oplevet, at der er sket mange nye tiltag på idræts- og motionsområdet. Langt de fleste tiltag har været eksplicit rettet mod de prioriterede målgrupper, dvs. de idræts- motions- og ressourcetsvage borgere i Nord-Vest. Det gælder fx delprojekter som ”Overvægtige piger i fritidsklubberne i Nord-Vest” og ”She Zone”.

En af de anvendte strategier har været at verificere forskellige målgrupper behov, og derefter udvikle et aktivitetstilbud. Eksempler herpå er ”Golf for Etniske ældre” og ”Sjov Motion for Mænd 40+”.

---

<sup>3</sup> Den samlede oversigt over de delprojekter der har været udviklet i Nord-Vest inden for den 2-årige projektperiode bringes i sin helhed som bilag 2.

Én af projektets strategier var at *synliggøre* ”Motionssatsning” – og dermed tiltrække nye og/eller allerede afprøvede projekter til området. ”KVVK” (Kvinders Vægt og Velvære Klub Nord-Vest) er et eksempel på et forskningsprojekt, der bevidst blev placeret i Nord-Vest pga. af den igangværende ”Motionssatsning”. Projektet blev støttet med 545.000 kr. af Sundhedsstyrelsen, og ansøgningen blev udarbejdet i samarbejde med idræts- og motionskonsulenten. Som eksempler på tidligere afprøvede projekter, der ligeledes bevidst valgte Nord-Vest som nyt indsatsområde, kan nævnes ”Fairfodbold” og ”Gam3”.

”Motionssatsningen” er ligeledes *synliggjort* gennem artikler i *Nord-Vest Avisen*, *Lokalavisen*, *Helse m.v.* I alt har projektet ”Motionssatsning” været omtalt i 30 artikler.

Idræts- og motionskonsulentens var fra starten af tiltænkt rollen som organisator, katalysator, formidler, samarbejdspartner, projektudvikler m.v. Som eksempler på delprojekter, hvor konsulenten har indtaget forskellige ”roller” kan nævnes: ”Overvægtige piger i fritidsklubber” (idéophav), KVVK (katalysator), ”Stavgang” (initiativtager), ”Ungemesse” (organisator).

Antallet af projekter er vokset kontinuerligt i hele projektperioden. Dertil kommer, at der fortsat er en tilstrømning af nye projekter/projektidéer i Nord-Vest. I og med at konsulentansættelsen er forlænget til udgangen af 2005, er det stadig muligt at igangsætte idræts- og motionsprojekter i kvarterløftsregi. Det flow der har kendetegnet projektudviklingen i Nord-Vest ser således ud til kunne fortsætte – forudsat at rammerne er til stede. Her tænkes specifikt på forlængelse af idræts- og motionskonsulentstillingen og tilførsel af midler til motionsprojekter.

### **5.3 Konklusion**

På baggrund af den foranstående evaluering af ”Motionssatsning i Nord-Vest” kan det konkluderes:

- At ”kvarterløft” eller ”områdefornyelse” udgør en velegnet organisatorisk ramme for afprøvning af udviklingsprojekter som fx ”Motionssatsning”.
- At de gennemførte delprojekter ikke ville være realiseret uden idræts- og motionskonsulentens aktive medvirken.
- At de afviklede delprojekter har ramt en målgruppe (deltagerkreds) som lokalområdet traditionelle aktører på idræts- og motionsområdet ikke tidligere har haft fat i - alternativt udviklet tilbud til.
- At en periode på 2 år ikke er tilstrækkelig til, at få skabt et solidt grundlag for projektets ”forankring” i lokalområdet.
- At der med udviklingsprojekter af denne type skal følge aktivitetsmidler.

## Bilag 1

### ”Motionssatsning i Kgs. Enghave og Nord-Vest”

#### Kommissorium for styregruppen

##### Styregruppens ansvarsområder

Styregruppen har det overordnede ansvar for, at ”Motionssatsning i Kgs. Enghave og Nord-vest” udvikles og gennemføres inden for de retningslinier, der er skitseret i den vedtagne handleplan.

Det skal ske ved, at

- Styregruppen fungerer som overordnet beslutningsorgan for konsulenternes virke.
- Styregruppen godkender halvårsplanerne for de to bydelsindsatser. Handleplanerne udarbejdes af de respektive følgegrupper i samarbejde med konsulenten.
- Styregruppen godkender succeskriterierne for de to bydelsindsatser.
- Styregruppen bistår konsulenterne i arbejdet med at søge midler til aktiviteter i relation til ”Motionssatsning”.
- Styregruppen iværksætter og gennemfører evalueringen af ”Motionssatsning”.
- Styregruppen sætter motion på dagsordenen i relevante sammenhænge, hvor der kan skabes synergieffekt til ”Motionssatsning”.

##### Styregruppens sammensætning

Medlemmer af styregruppen er:

- 2 repræsentanter fra Fritid & Idræt, Kultur- og Fritidsforvaltningen
- 2 repræsentanter for Folkesundhed København
- 1 repræsentant for Kvarterløft Nord-Vest

Frem til den 31. december 2003 har Kvarterløft Kgs. Enghave en repræsentant i styregruppen. Repræsentanten udgår af styregruppen, når kvarterløftet ophører.

De to idræts- og motionskonsulenter deltager i styregruppens møder, men har ingen stemmeret.

Fritid & Idræt, Kultur- og Fritidsforvaltningen varetager sekretariatsfunktionen for styregruppen.

##### Styregruppens møder

Styregruppen mødes 4-5 gange årligt til ordinære møder. De enkelte medlemmer af styregruppen kan indkalde til ekstraordinære møder, hvis der skønnes at være behov herfor.

## **Kommissorium for den lokale følgegruppe i Kgs. Enghave og Nord-Vest**

### **Følgegruppens ansvarsområder**

Følgegruppens opgave er, at medvirke til at udvikle og implementere ”Motionssatsning i Kgs. Enghave og Nordvest”. Det skal ske ved, at

- Følgegruppen fungerer som fagligt forum og sparringspartner for idræts- og motionskonsulenten.
- Idræts- og Motionskonsulenten udarbejder, i samarbejde følgegruppen, halvårige handlingsplaner for ”Motionssatsning”.
- Idræts- og motionskonsulenten opstiller, i samarbejde med følgegruppen, en række succeskriterier for ”Motionssatsning”.
- Følgegruppen bidrager til at udarbejde et halvårigt statusnotat, hvor de opstillede mål for handling samt succeskriterier vurderes.
- Følgegruppen sætter motion på dagsordenen i relevante sammenhænge, hvor der kan skabes synergieffekt til ”Motionssatsning”

Følgegruppen refererer til den centrale styregruppe, som er overordnet ansvarlig for projektets gennemførelse, og som skal godkende handlingsplanerne.

Idræts- og motionskonsulenten er sekretær for følgegruppen.

### **Følgegruppens sammensætning**

Følgegruppen består af 5-8 ordinære medlemmer, sammensat af lokale aktører, eksempelvis med følgende fordeling:

- Projektlederen for kvarterløftet
- 1 repræsentant for kvarterløftets styregruppe
- 3 repræsentanter for de lokale idrætsforeninger, hvoraf den ene skal være fra en etnisk minoritetsforening
- 2 repræsentanter for skole- og børne-/ungdomsinstitutioner
- 1 repræsentant for det lokale børn og unge netværk
- 1 repræsentant for ældreområdet

Følgegruppen konstituerer sig selv, men formanden for skal være fra en frivillig forening, organisation eller lignende.

De to idræts- og motionskonsulenter varetager sekretærfunktionen i deres respektive følgegruppe, men har ingen stemmeret på møderne.

### **Følgegruppens møder**

Følgegruppen mødes 2-6 gange årligt til ordinære møder. De enkelte medlemmer af følgegruppen kan indkalde til ekstraordinære møder, hvis der skønnes at være behov herfor.

Følgegruppens møder er åbne, dvs. at både organisationer og enkeltpersoner der ikke er medlemmer af følgegruppen, kan deltage i møderne. Konsulenterne er kun forpligtiget til at samarbejde med følgegruppens medlemmer.

## Folkesundhedsplan for motion 2003 – 2005

---

### Projektoversigt for Nord-Vest

---

#### Projekter udsprunget af Motionssatsningen

##### Børn og unge

###### *Kerneprojekter*

###### **Overvægtige piger**

Et tværfagligt samarbejdsprojekt mellem U- og U forvaltningen, fritids- og ungdomsklubber og idræts- og motionskonsulenten i Nordvest. En helhedsorienteret metode blev testet og har resulteret i et løst koblet tværfagligt netværk i området.

###### **Brug byen**

Initiativ taget og tænkt af Kvarterløft Nord-Vest og Motionssatsningen. Projektet overtaget af Folkesundhed København. Produktet er en elektronisk selvkørende aktivitets kalender.

###### *Afprøvede udviklingsprojekter*

###### **Container idræt**

Samarbejdsprojekt med Motionssatsningen som initiativtager og implementerende part. Styregruppe: Skoleinspektøren fra Frederikssundsvejens Skole, lederen af Ungdomsskolen, Fritidsklubben Stærekassen, voksenrepræsentant Ungerådet, ISA – Idræt og Socialt Arbejde, Ungdomsvejlederen Frederikssundsvejens Skole og Motionssatsningen. Placeret ved Frederikssundsvejens Skole. Mellem 40 og 50 aktive børn og unge 4 timer 4 gange om ugen.

###### **The Ring**

Bokseprojekt i samarbejde med DIF København. 52 børn og unge har deltaget. Projektet forankret i SIK Fight på Nørrebro.

###### **Ung til ung – kursus**

Kursus afholdt for at opkvalificere instruktørerne i ISA. Der arbejdes nu på at forankre kurserne i DGI Storkøbenhavn.

###### **GAM3**

Kvarterløft Nord-Vest finansierede streetbasket anlæg i Nordvest kvarteret., så GAM3 har kunnet udfolde sig i kvarteret. .

###### **Fairfodbold**

Lokale ambassadører og tovholdere har på Motionssatsningens opfordring været involveret i 2 afholdte stævner med deltagelse af ca. 60 børn og unge.

###### **Bevægelsesbørnehaver**

Motionssatsningen har besøgt og sparret med alle lokale vuggestuer og børnehaver i kvarteret i forhold til at opkvalificere institutionernes arbejde med idræt, leg og bevægelse. Folkesundhed København har bidraget på kost og ernæringsområdet.

###### **Pigeidrætsskoler**

Samarbejdspartner for foreningen She Zone omkring pigeidrætsskoler i kvarteret med deltagelse af 30 piger i en uge.



### ***Bottom Up projekter***

#### **Ungerådets Fodboldturnering**

Flot proces med god involvering af flere interessenter blandt andet KBU – Københavns Boldspil Union. Stævne afholdt med deltagelse af 80 børn og unge fra kvarteret.

#### **Legeplads Rør-Nat**

Motionssatsningen har deltaget i udformningen af legeplads programmet. Har bl.a. også afholdt børn og unge events, som en del af borgerinddragelsesprocessen. Legepladsen står seneste færdig 15. maj 2006.

#### **Idrætsforløb på den tyrkiske og den pakistanske privatskole**

I samarbejde med sundhedsplejerskerne i Nord-Vest har Motionssatsningen etableret et idræts- og bevægelsesmodul på den tyrkiske privatskole i Nord-Vest for 3. – 5. classes drenge og piger. Projektet omhandlede overvægt.

#### **X-hall og sommerferie aktiviteter i X-hall (ny i forhold til aktivitetsplanen)**

Procesansvarlig i forbindelse med stiftelsen af foreningen X-hall. Har siddet med i projektgruppen indtil anlægget stod færdigt. Løbende sparring med X-hall. Afholder og organiserer åbent hus for alle børn og unge i kvarteret i X-hall.

#### **Sjakket**

Har rådgivet og rekrutteret unge til fremtidsseminar samt et længere forløb omkring renovering og istandsættelse af Sjakket. Skal nu indgå i opkvalificering og organisering af idrætsdelen i de nye bygninger.

### **Ældre**

Ældreområdet er meget stærkt funderet på idræts- og motionsområdet i Københavns Nordvest kvarter. Derfor meget få projekter.

#### **Walk and Talk – nu med stavgang!**

Motionssatsningen implementerede stavgang og forankrede initiativet i det eksisterende Walk and Talk netværk. Afholdt kurser og uddannelse. Nu over 60 deltagende to gange om ugen.

### ***Bottom Up projekter***

#### **Golf for etniske ældre**

D. 23. oktober 2003 afviklede Etniske Ældre i Fokus<sup>1</sup> i samarbejde med Motionssatsningen et golfarrangement for etniske ældre. 20 etniske ældre havde en succesoplevelse og oplevede en idrætsgren, der havde en meget positiv indvirkning på deres krop og sjæl. En idrætsgren de alle kunne deltage i på trods af meget forskellige fysiske forudsætninger og helbred.

## **Familien som samlet enhed**

### ***Kerneprojekter***

#### **Nord-Vest Festival**

Tovholder på idrætsdelen i Nord-Vest Festival gruppen. 25 aktive foreninger deltog.

### ***Afprøvede udviklingsprojekter***

#### **Nord-Vest Løbet – nu med fortræning!**

Har afviklet løbet – med fortræning. Projektet forankret i Ben Hur Atletik og Motion. Med desværre alt for få deltagende.

### ***Bottom Up projekter***

#### **Fædregymnastik**

På opfordring fra sundhedsplejerskerne i Nordvest kvarteret oprettede Motionssatsningen fædregymnastik i det lokale Kulturhus. 30 fædre deltog. Projektet er nu forankret i ODK gymnastik.

## Særlige grupper

### Kerneprojekter

#### Svær Overvægt

Et projekt for svært overvægtige kvinder i Københavns Nordvest kvarter iværksat af Motionssatsningen med støtte fra Sundhedsstyrelsen til ansættelse af en ekstern projektleder. Projektet er nu forankret i en forening for svært overvægtige kvinder med 30 medlemmer bosiddende i Københavns Nordvest kvarter.

#### Sjov motion for mænd 40+

Initiativ for inaktive mænd over 40 år, der ikke føler sig hjemme i traditionelt organiserede foreninger og fitness-centre. Der er dannet en forening med 20 aktive, der i disse dage implementerer samme tilbud i fire andre bydele i Københavns Kommune.

### Bottum Up projekter

#### PBK – Danmark

Stifter af foreningen. Ansøgning af tider. Altså hjælp til opstart af forening.

#### She Zone og svømning for kvinder!

Lokal samarbejdspartner til foreningen She Zone. Initiativtager og implementerende part af svømning for kvinder i foreningen med nu 80 deltagende kvinder og piger.

#### MOKOST

Behjælpelig i forbindelse med lokal markedsføring af et DGI projekt omkring kost og motion. 20 deltagende.

#### EBMAS VT

Stifter af ny WT forening, der allerede nu har fat i ca. 40 medlemmer, hvor en stor andel er børn og unge

#### Mosetræf

Deltager i projektgruppen omkring Mosetræf i Utterslevmose.

## Medier

I forbindelse med markedsføring af projekt Motionssatsningen Nord-Vest, har projektet været sat i forbindelse med diverse medier:

Nord-Vest Avisen	7. maj 2003	"Idrætskonsulent en realitet"
KvarterBladet 2400	15. september 2003	"Velkommen til Idrætskonsulent"
Nord-Vest Avisen	17. september 2003	Kvarterforum Annonce
Bispebjerg Lokalradio	30. september 2003	Brændpunkt (1/2 times interview)
Lokalavisen*	1. oktober 2003	"Slut med at hænge ud i sofaen", (s. 1)
Lokalavisen	1. oktober 2003	"Nord-Vest skal bevæge sig", (s.30)
Lokalavisen	1. oktober 2003	"Idrætten på dagsordenen", (s. 41)
Lokalavisen	1. oktober 2003	"Så går startskuddet...", (Annonce s. 70)
København Idræt	Oktober 2003	Motionssatsning 2003 – 2005
Kikkerten	Oktober 2003	Idræts- og motionskonsulenter til Kvarterløftsområderne
Lokalavisen	12. november 2003	"Vær med til at præge idrætten lokalt"
Lokalavisen	3. december 2003	She Zone – Kun for piger.
Helse	Januar 2004	Motion i Kgs. Enhave og Nord-Vest-Kvarteret
Kikkerten	December 2003	Nord_Vest får stærkere motionsprofil
Lokalavisen	14. januar 2004	"Nyt håb for overvægtige"
Lokalrådets nyhedsbrev	Januar 2004	Mød Charlotte Bøge Gregersen
Lokalavisen	4. februar 2004	"ISA satser på de unge"
København Idræt	Februar 2004	KVVIN og Motionssatsningen Nord-Vest
KvarterBladet 2400	Marts 2004	Spring på livet ... motionssatsningen i NV
Helse	Marts 2004	Kun for piger... motion for sjov.
Lokalrådets nyhedsbrev	Februar 2004	Formøde med Charlotte Bøge Gregersen
Lokalavisen	14. april 2004	"I gang med stavene"

Lokalavisen	12. maj 2004	"Sommer med fuld gang i"
Lokalavisen	12. maj 2004	"Streetbasket ved gadedøren"
Kvarterbladet 2400	15. maj 2004	Ildsjæl med interesse for idræt, børn....
Kvarterbladet 2400	15. maj 2004	"Bare gå almindeligt, så kommer stavg...
Kvarterbladet 2400	15. maj 2004	Gadefodbold
Helse	Juni 2004	Stor artikel
Lokalavisen	2. juni 2004	Fortræning til Nord-Vest Løbet
Lokalavisen	Uge 24	Tumlastik

\* Derefter sammen lagt med Nørrebro Avisen og derfor omdøbt til Lokalavisen Nørrebro og Nord-Vest.

## Oplæg

I forbindelse med både markedsføring og networking er følgende oplæg afholdt:

Kvarterløfts Styregruppe – September 2003  
 Kvarterforum – Oktober 2003  
 Institut for Idræt - November 2003  
 Erhvervsnetværket - November 2003  
 Fritids- og Ungdomsklubberne - November 2003  
 Lokalrådet - Februar 2004  
 Fædregrupperne i Nord-Vest – Marts 2004  
 Københavns Kommune, Fritid og Idræt – Marts 2004  
 Skovtofte Social Pædagogiske Seminarium – Maj 2004

## Fysiske projekter under udvikling og udførelse

Herunder et kort rids over de fysiske projekter idræts- og motionskonsulentent enten allerede er involveret i eller skal involveres i en udviklings-, implementerings- eller forankringsfase. Idræts- og motionskonsulentent har haft og vil få en central rolle i udviklingen, implementeringen og forankringen af disse tiltag:

1. Sjakket (*Multihal*)
2. HT – Grunden (*aktivitets-park*)
3. Frederikssundsvejens Skole (*nye udearealer*),
4. "Rør og Nat" (*legeplads*)
5. Glud og Marstrand (*plads og park*)
6. Grøndalsvænge Skole (*nye udearealer*)
7. X – Hall (*skateranlæg*) Se bilag.

### Ad. 1. Sjakket

- Skoletilbud for utilpassede unge særligt fra Nord-Vest/ Nørrebro.
- Etablering af multihal og Thaibox klub.
- Københavns Kommune har bevilget 3.5 millioner til projektet, den samlede anlægssum er på 23,5 millioner - her til kommer det kommunale drift tilskud.
- Indvies sommeren 2006.
- Sjakkets nye multihal skal kunne bruges af lokalområdet beboer. Præcis hvordan dette organiseres og skal fungerer i praksis er ikke planlagt. Det forventes, at idrætskonsulentent skal spille en centralrolle i denne fase.

### Ad. 2. HT – Grunden

- Etablering af ny bydelspark og aktivitetsområde i Københavns Nordvest kvarter. Projektet er i en udviklingsfase, et OPP projekt.
- Anlægsmidler: Staten 10 millioner – Københavns kommune 10 millioner - midler fra entreprenør Kay Wilhelmsen ikke afklaret.
- Indvies 2007 / 2008 (flere etaper.)

### Ad. 3. Frederikssundsvejens Skole

- Frederikssundsvejs skolens udearealer vil indgå i den samlede udviklingsplan for HT – Grunden.

### Ad. 4. Legeplads ved Rørsanger og Nattergalevej

- Omlægning af eksisterende legeplads med nye aktivitetsmuligheder (særlig fokus på idræt og leg).
- Indvies 15. maj forår 2006.

### Ad. 5 Glud og Marstrand

- Etablering af plads og aktivitetspark.

- Samlet investering 12 millioner, heraf offentlige midler 3.5 millioner.
- Detailprojektering i gang.

#### **Ad. 6. Grøndalsvængets skole**

- Omdannelse af skolens ude arealer til aktivitetens formål. Skolens arealer er i dag åbne for lokalområdet.
- Særlige aktiviteter for kvarterets børn og unge i skolesommerferien.
- Indviet sommeren 2003

#### **Ad. 7 X – Hall**

- Dagligt mellem 30 - 40 brugere ca. 120 medlemmer i foreningen X - Hall.
- Brugere: Børn og unge fra hele København, dog med en overvægt af børn og unge fra Nord-Vest og Nørrebro.
- Er på vej ind i en fase, hvor der skal udvikles et nyt organisations koncept og nye aktiviteterne til stedet.
- Nyt driftsbudget er forelagt udvalget.
- Indviet vinteren 2003 – forsøgsperiode udløber ved udgangen af 2005.

---

<sup>i</sup> Se netværks oversigten i Aktivitetsplanen December 2003 – juni 2004.