



Indledning – Handleplaner for målgruppen *Seniorer*

Brøndby Kommune ønsker at skabe flere muligheder for bevægelse og fællesskab for kommunens seniorer. Indsatserne tager særligt afsæt i, at mange ældre i Brøndby ikke er aktive i organiserede fællesskaber, og at kvinder over 60 år er markant underrepræsenterede i foreningslivet (17,2% mod 26,2% på landsplan). Samtidig vil indsatserne have fokus på at nå bredt ud til seniorer med forskellige baggrunde, herunder borgere med etnisk minoritetsbaggrund og ny-tilflyttere til landet, som i mindre grad deltager i foreningslivet. Indsatserne skal derfor understøtte inkluderende fællesskaber og skabe lettere adgang til lokale aktiviteter.

Handleplanerne nedenfor skal bidrage til at engagere flere ældre i fællesskaber og understøtte en aktiv hverdag.

Med afsæt i visionsaftalen *Bevæg dig for livet – Brøndby 2026-2030*, er der derfor defineret to centrale indsatser i 2026 målrettet seniorer:

- Seniorer i almene boliger
- Brobygning til foreningslivet og civilsamfund



Indsats: Seniorer i almene boliger

Beskrivelse	Samarbejdspartnere	Økonomi	Evaluering og forankring	Erfaringer og evidens
<p>Mange ældre bor i almene boligområder, hvor der er store potentialer for at fremme fysisk aktivitet og fællesskaber. Brøndby Kommune ønsker i samarbejde med BL, DGI, DIF at afsøge potentialer for at samarbejde med lokale boligorganisationer med henblik på at skabe partnerskaber, der understøtter bevægelse, trivsel og tryghed i nærområderne.</p> <p>Indikator: - Vi vil etablere nye tilbud for seniorer (60+) i samarbejde med lokale boligorganisationer.</p> <p>Handlinger</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gennemføre kortlægning af nuværende aktiviteter og beboerarrangement i almene boliger. - Indgå partnerskaber med lokale boligorganisationer om et samarbejde. - Udarbejde formål og vision for partnerskabet. - Udarbejde en model for partnerskabet mellem kommunen, BL, DIF, DGI og lokale boligorganisationer. 	<p>Tovholdere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Katrine Stengaard Fritzen, projektleder, Bevæg dig for livet - Maiken Graversen, frivilligkonsulent, Center for Genoptræning og Forebyggelse - Johan Schou, brobygger og fysioterapeut, Center for Forebyggelse og Genoptræning <p>Bidragsgivere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Danmarks Idrætsforbund - DGI Midt- og Vestsjælland - BL – Danmarks Almene Boliger - Lokale Boligorganisationer - Lokale udvalgte foreninger i Brøndby 	<p>Økonomien til denne indsats kan være afhængig af henholdsvis fondsmidler.</p>	<p>Evaluering Evalueringsmetoder besluttet under implementeringsprocessen.</p> <p>Forankring Indsatsen skal på sigt forankres i de lokale boligorganisationer. Foreningerne skal ligeledes være rustet til at kunne drive aktiviteterne videre som en integreret del af foreningens tilbud.</p>	<p>Der ses en markant sundhedsmæssig ulighed blandt beboere i almene boliger sammenlignet med resten af befolkningen, idet en væsentlig større andel lever med kroniske sygdomme såsom type 2-diabetes og KOL (Statens Institut for Folkesundhed, 2021). Derudover oplever næsten dobbelt så mange borgere i den almene sektor at være uønsket alene (Statens Institut for Folkesundhed, 2021).</p>



Indsats: Brobygning til foreningslivet

Beskrivelse	Samarbejdspartnere	Økonomi	Evaluering og forankring	Erfaringer og evidens
<p>Brøndby Kommune står over for en markant demografisk udvikling, hvor andelen af borgere over 60 år forventes at stige med ca. 13 % frem mod 2035 (COWI, 2024). Samtidig er kun 25 % af borgere i Brøndby over 60 år medlem af en forening. Det understreger behovet for målrettede indsatser, der fremmer deltagelse i fællesskaber og understøtter et sundt og aktivt seniorliv, særligt blandt kvinder.</p> <p>Det ønskes dermed at styrke overgangen fra kommunale træningsforløb til aktive fællesskaber, øge kendskab og tilgængelighed til kommunens tilbud samt reducere barrierer for deltagelse i idræts- og foreningslivet hos borgere over 60 år.</p> <p>Indikatorer:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Andelen af borgere, der fortsætter i et foreningstilbud eller på et aftenskolehold, efter endt forløb hos Center for Genoptræning og Forebyggelse skal stige. <p>Handlinger:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kortlægge, hvordan andre kommuner arbejder med brobygning. - Udvikle en lokal model for samarbejde mellem Center for forebyggelse og genoptræning, Kultur, Idræt og Fritid og frivillige foreninger. - Praktisk afprøvning af brobygningstilbud med udvalgte foreninger. - Undersøge om kvinder over 60 år i Brøndby er stærkere repræsenteret i andre typer fællesskaber. - Identificere tiltag, der kan motivere flere kvinder til at deltage i fysisk aktivitet. - Udbrede kendskabet til Klub 60+ gennem målrettet kommunikation og samarbejde med relevante aktører. - Undersøge muligheden for at etablere en fritidspas-ordning til seniorer for blandt andet at reducere økonomiske barrierer. 	<p>Tovholdere</p> <p>Pernille Nordkvist - Kultur, Idræt og Fritid</p> <p>Johan Schou, brobygger og fysioterapeut, Center for Forebyggelse og Genoptræning</p> <p>Maiken Graversen, Frivillighedskonsulent, Center for Genoptræning og Forebyggelse.</p> <p>Bidragydere</p> <p>Center for Genoptræning og Forebyggelse Foreninger Aftenskoler Pensionisthusene DGI Midt- og Vest</p>	40.000, - årligt.	<p>Evaluering</p> <p>Tovholderen sikrer løbende evaluering ift. indsatsens mål ved dialog med foreninger og øvrige samarbejdspartnere.</p> <p>Forankring</p> <p>Indsatserne skal forankres i arbejdsgangene hos Center for Forebyggelse og Genoptræning, så der er en fastlagt procedure for, hvordan borgerne hjælpes videre til foreningslivet. Foreningerne skal ligeledes være rustet til at kunne drive aktiviteterne videre som en integreret del af foreningens tilbud.</p>	<p>Center for Forebyggelse og Genoptræning har gode erfaringer med at brobygge til AOF's tilbud 'Holdspil' og til fysioterapi og fitnesscenteret i Vestbad, hvor borgere til en overkommelig pris kan fortsætte deres øvelser med støtte fra fysioterapeuter. Der mangler dog stadig en velfungerende model for brobygning til foreningslivet, og tidligere forsøg har kun haft begrænset succes. Fysisk aktivitet styrker ældres sundhed og funktionsevne, og Sundhedsstyrelsen anbefaler daglig aktivitet samt regelmæssig træning af muskelstyrke og balance. Foreningslivet kan både understøtte disse anbefalinger og skabe sociale fællesskaber, som kan motivere flere borgere over 60 år til at være fysisk aktive.</p>



<p>- Have fokus på at nå seniorer med forskellige baggrunde, herunder borgere med etnisk minoritetsbaggrund, gennem målrettet kommunikation og samarbejde med lokale aktører.</p> <p>- Undersøge mulighederne for, at foreninger kan benytte Center for Genoptræning og Forebyggelses faciliteter, herunder fitnessredskaber, uden for CGF's åbningstider.</p>				
--	--	--	--	--