



HØRINGSSVAR Ballerup Kommune Budgetforslag 2027

7. september 2026

50-10: reduktioner af "kan"-opgaver i socialpædagogisk voksenindsats Socialudvalget, Center for Social og Arbejdsmarked.

I det skitserede budgetforslag vil Ballerup Kommune fjerne 7 timers ugentlig støtte til "Aktivisterne".

IF Aktivisterne er en idrætsforening for og med psykisk sårbare i Ballerup Kommune og en del af 48 Idræt for Sindet-foreninger i 44 danske kommuner.

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby
Tlf. 43262384
E-mail: dai@dai-sport.dk

CVR nr. 17692712

IF Aktivisterne har nu igennem 17 år løftet en stor samfundsmæssig opgave for Ballerup Kommune hvor mere end 1.700 psykisk sårbare borgere igennem årene har været en del af idrætsfællesskabet.

I forsøget på at maksimere psykisk sårbares muligheder for mentalt velvære igennem idrætten og fællesskabet har en nedsat arbejdsgruppe med repræsentation fra foreningens bestyrelse, nuværende idrætskoordinatorer og Dansk Arbejder Idrætsforbund, DAI skabt en ny retning til det bedste for både psykiske sårbare og Ballerup Kommune.

På vegne af arbejdsgruppen fremsendes en model- og finansieringsforslag IF Aktivisterne 2026-29.

Investering i ulighed i sundhed, forebyggelse af ensomhed og mistrivsel - ind i sociale idrætsfællesskaber

Arbejdsgruppen har gjort sig umage med at balancere en model til det bedste for psykisk sårbare i Ballerup Kommune og den kommunale økonomi.

Der er undervejs i processen hentet den bedste viden og inspiration fra relevante samarbejdspartnere og personer med en kvalitativ indsigt i idrætsforeningens muligheder for den enkelte borger og den kommunale økonomi.

Helt konkret peges på

Arbejdsgruppen peger på ansættelse af en idrætskoordinator 25 t. ugtl. med virkning fra senest den 01. oktober 2026.

Ansættelsen finansieres i et økonomisk forpligtende samspil og via en samarbejdsaftale mellem primært det sociale område evt. andre forvaltningsområder, IF Aktivisterne og DAI, forstået således at DAI i overslagsårene 2026-2029 yder et samlet tilskud kr. 250.000 til at understøtte ansættelsen af idrætskoordinator.

DAI yder konsulentbistand til IF Aktivisterne i samme periode uden beregning for Ballerup Kommune.

Idrætskoordinatoren tilbydes at indgå i et fagligt koordinatorfællesskab i DAI Hovedstaden (3-4 gange årligt med 8 andre kommuners idrætskoordinatorer), samt deltagelse i årlige (2-dages forløb) efteruddannelsesdage for idrætskoordinatorer og idrætsmedarbejdere (næste forløb primo november 2026).

Der er i model- og investeringsforslaget ligeledes anvist et akkumuleret økonomisk råderum ved at etablere et samarbejde med frivillige foreninger ex. IF Aktivisterne, der meget kontant illustrerer et positivt økonomisk rationale for Ballerup Kommune.

Vedhæftet:

1. Idræt for psykisk sårbare i Ballerup Kommune, der inkluderer Budget 2026-2029 idræt for psykisk sårbare i Ballerup Kommune.

En meget tænsom eftertanke

1. Idræt som anset metode til mental recovery

Flere studier fremhæver, at recovery bør ses som en social og identitetsskabende proces, ikke kun som reduktion af symptomer gennem medicinering. Fysisk aktivitet og idrætsfællesskaber kan derfor være en central og vigtig metode, der kan styrke tilhørsforhold, identitet, deltagelse og aktivt medborgerskab, særligt når de foregår i lokalsamfundsbaseerede rammer.

Vigtige elementer er:

1. brugerinddragelse,
2. samskabelse,
3. fælles beslutningstagning.

Det skaber bedre forudsætninger for det, litteraturen kalder for social recovery (Benkwitz et al., 2025; Elsborg et al., 2019).

2. Social støtte er afgørende for deltagelse

For personer med psykiske lidelser er social støtte afgørende for, om de overhovedet møder op til en aktivitet i første omgang. Informationsstøtte er mest udbredt, efterfulgt af emotionel støtte, selvtilidsstøtte og praktisk støtte som transport og udstyr (Gross et al., 2016). I dansk kontekst er betegnelsen 'håndholdt indsats' den mest anvendte, og noget som nærmest al litteratur fremhæver som helt essentielt, hvis man vil hjælpe særlige målgrupper godt på vej til deltagelse. Det er dog sjældent en fastforankret funktion, men ofte noget, projekter ender med at konkludere, det er vigtigt at sætte fokus på og finde finansiering til fremadrettet, hvis man vil lykkes med at forankre et projekt.

Denne form for social støtte kan også indirekte påvirke fysisk og mental sundhed positivt, men evidensen er usikker. Et større review viser, at personer med psykisk sygdom generelt er markant mindre fysisk aktive, og forskerne anbefaler fysisk aktivitet som en del af rutinemæssig behandling. Dog ikke som et individuelt foretagende, men som led i at støtte den enkelte ind i lokale, meningsfulde fællesskaber, der skaber faste holdepunkter i hverdagen (Vancampfort et al., 2017).

3. Tilhørsforhold er afgørende for fastholdelse

Psykisk sårbare personer føler sig ofte fremmedgjorte i almindelige idrætsmiljøer, som domineres af uformelle normer, præstation og social selvfølgelighed. Litteraturen fremhæver derfor fællesskaber, hvor andre deler lignende livserfaringer, og hvor de oplever tryghed og social tryghed.

Deltagelse kræver, at aktiviteter opleves som acceptable, passende og meningsfulde, og kun herved opleves de som socialt trygge (Fehsenfeld, 2015). Sociale miljøer skal altså tilbyde både tilknytning og tilhørsforhold, ellers er deltagelsen ikke bæredygtig (Willis et al., 2019). Samtidig hævder et studie, at tilhørsforhold giver fællesskab, som øger sandsynligheden for fastholdelse

og dermed på sigt også effekt i forhold til trivsel og livskvalitet, selvom det er vanskeligt at måle effekter så direkte (Herens et al., 2015, 2017).

4. Fysisk aktivitet kan have forebyggende effekt

Litteraturen er så optaget af at måle og dokumentere effekter, at der ikke er fokus på, hvad idrætstilbud mere grundlæggende gør ved et menneskes hverdag uden det nødvendigvis virker helbredende på ens psykiske sygdom. En generel betragtning er dog, at indhold i hverdagen i en form, som gør, at personer med psykiske udfordringer finder det relevant og meningsfuldt at komme igen og igen alt andet lige må have en værdi uanset dokumenteret effekt. Ud fra den betragtning kan det være relevant at have fokus på lokale fællesskaber, hvor det faktisk er muligt at komme og være i løbet af en uge, selvom man har det dårligt mentalt.

Opsamlende om psykisk sårbarhed

Litteraturen peger på, at projekter målrettet psykisk sårbare lykkes særligt godt, når:

1. der er mulighed for håndholdt støtte,
2. deltagere deler livserfaringer,
3. aktiviteterne foregår i trygge, lavtærskelmiljøer,
4. der arbejdes med fælles ansvar og samskabelse,
5. præstationsnormer nedtones.

Fysisk aktivitet og idræt kan altså være et stærkt redskab i mental recovery, når det anvendes i fællesskabsbaserede og trygge sociale rammer. Idræt virker ikke primært gennem fysisk træning, men gennem tilhørsforhold, identitet, social deltagelse og relationer. Psykisk sårbare fastholdes bedst i miljøer, hvor de oplever social komfort og lighed med andre deltagere, hvorfor fokus på udlusning til almene foreninger bør gøres med varsomhed, og ikke være et slutmål i sig selv. Snarere er det relevant at se på, om deltagerne kommer igen, da det kan ses som forebyggende for yderligere risikoadfærd hos et menneske i psykisk sårbarhed.

Social støtte, både informationsmæssig, emotionel og praktisk, er afgørende for deltagelse, men der er begrænset evidens for fysisk aktivitet som direkte behandling af psykiske lidelser, men stærkere tegn på forebyggende effekt og på positiv betydning for mental sundhed og trivsel. Overordnet viser litteraturen, at det sociale miljø og ikke aktiviteten i sig selv er nøglen til at styrke psykisk sårbares deltagelse og recovery.

Der findes altså ikke i den videnskabelige litteratur evidens, som systematisk dokumenterer, hvorvidt idrætstilbud kan bidrage til at helbrede psykiske lidelser, men der er forskellige indikationer på, at faste og meningsfulde tilbud kan bidrage til at:

1. opretholde struktur i hverdagen,
2. øge evnen til at indgå i relationer til andre og,
3. skabe mening og dermed øge livskvaliteten på trods af psykiske lidelser.

Disse elementer kan være afgørende for oplevelsen af mestring og handlemuligheder, som er afgørende for evnen til at tage vare på sig selv i hverdagen.

Sammenfattende

Ovenstående er netop det IF Aktivisterne er garanten for i Ballerup Kommune – et meningsfyldt, forebyggende og livsbekræftende fællesskab for alle.

50-01: Tilpasning af budget til Brydehuset Socialudvalget, Center for Social og Arbejdsmarked.

Det er bemærkelsesværdigt, at Ballerup Kommune vil nedlægge KREAVÆRKSTEDET i Cafe Fokus, set i lyset af de seneste års markante sundhedsfremmende effekter ved håndarbejde og håndværk for psykisk sårbare.

BRUG HÆNDERNE – FOR HOVEDETS SKYLD.

Foruden følelsen af ro kan brugerne få kultiveret følelser som glæde, håb og meningsfuldhed og oplevelsen af at sætte et lille spor i verden, eller at glemme tid og sted for en stund. Det sociale fællesskab er ligeledes en positiv medspiller til det gode liv for psykisk sårbare.

Forskning viser, at kreative processer frigiver dopamin og endorfiner, som er kroppens naturlige "feel-good" hormoner. Disse kemiske stoffer kan forbedre humøret, reducere angst og endda lindre symptomer på depression. Når vi maler, strikker, skriver eller udfører et andet kreativt projekt, stimulerer vi ikke blot vores fantasi, men vi engagerer også flere dele af hjernen, hvilket kan øge vores kognitive fleksibilitet og problemløsningsevne.

Ingen tvivl om at den kreative aktivitet medvirker til at minimere ensomhed, isolation og giver noget at se frem til, stå op til og ikke mindst struktur i hverdagen.

Ifølge brugerne i det kreative værksted er deltagerantallet sat væsentligt lavere end det hverdagen i værkstedet reelt afspejler.

Brugerkredsen med ønsker om kreative udfoldelser i et forudsigeligt og trygt miljø vil blive efterladt og tabt med de konsekvenser et uroligt sind vil blive påført.

Idræt for Psykisk sårbare i Ballerup

- Beskrivelse & Økonomi

Formål

1. Tilbuddets formål er at opprioritere idrætstilbuddet IF Aktivisterne – en folkeoplysende foreningskonstruktion for psykisk sårbare borgere i Ballerup Kommune.
2. Få opbygget og implementeret et fællesskab, der via peer-to-peer tilgangen af frivillige hjælpere kan understøtte den enkelte som deltager i sin personlige udvikling gennem idræt.
3. Ansættelse af idrætskoordinatorer 25 t. ugtl. i Center for Social og Arbejdsmarked.

Stærke fællesskaber og et rigt forenings- og kulturliv

"Vision 2019 har som ambition, at Ballerup Kommune har stærke fællesskaber og et rigt forenings- og kulturliv. Det skal være nemt at være frivillig og foreningsidrætten skal understøttes i et godt samarbejde på tværs af aktørerne".

"Civilsamfundet er en del af løsningen, når vi skal hjælpe mennesker i udsatte positioner – og at gode partnerskaber tager tid at opbygge og skal måles på kvalitet, ikke kun på volumen".

Peter Rahbæk Møller, formand KL ved Kommunaløkonomisk Forum, Aalborg, januar 2026.

Målsætninger

Målet for indsatsen er, kort beskrevet, at skabe sociale fællesskaber, ejerskab og nye netværk med idrætten som middel og med Empowerment som arbejdsredskab i et samspil mellem den offentlige og den frivillige sektor, for at kunne tilbyde varige idrætsaktiviteter for psykisk sårbare. Idrætsaktiviteten skal derfor give konkrete eksempler på den helhedsorienterede indsats, og på hvordan der kan arbejdes tværfagligt og tværsektorielt mellem kommune, foreninger og frivillige i en fælles indsats for udsatte gruppen.

Der arbejdes med nedenstående opmærksomhedspunkter i Ballerup Kommune:

- **Et særligt fokus på Ungeløftets målgruppe 18-24** (og udsatte op til 30) år, hvortil Ballerup Kommune har modtaget kr. 5.0 mio. i årene 2025-28. Alene 43 % i målgruppen er psykisk sårbare.
- **Indgår i en del af Startblokkens indsats for unge i mistrivsel**, hvortil Ballerup Kommune har afsat kr. 0.5 mio. i 2026 og herefter kr. 1.5 mio. årligt. Alene 43 % i målgruppen er psykisk sårbare.
- **Et formaliseret samarbejde med OMBOLD**, hvis indsats understøttes økonomisk med kr. 0.225 mio. i årene 2026-2028. Samarbejdet skal fokusere på overgangen fra et uforpligtende "gratis" fællesskab til et forpligtende idrætsfællesskab med bestyrelse, involvering og kontingent på lige fod med alle andre borgere i Ballerup Kommune (RECOVERY-strategi).
- **Tilbyde en forebyggende indsats, som styrker den enkeltes livskvalitet gennem fysisk aktivitet**, jævnfør Lars Green Bach, formand Sundhed og Forebyggelsesudvalgs besøg i IF Aktivisterne den 19. marts 2026, citeret for: **"Forebyggelse er ikke kun planer og strategier – men mennesker, relationer og fællesskaber"**.

IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE I BALLERUP KOMMUNE – BESKRIVELSE & ØKONOMI

- Muligheder for støtte til at skabe bedre aktivitetsforhold for psykisk sårbare i Ballerup Kommune.
- Nye samarbejdsformer mellem den frivillige og den offentlige indsats indenfor social- sundheds- og beskæftigelsesområdet.
- Muligheder for at bringe den enkelte bruger tættere på arbejdsmarkedet eller uddannelse.
- Muligheder for at den enkelte psykisk sårbare minimerer social isolation og marginalisering.
- Nye indsatser som en social og rehabiliterende arena til gavn for den enkelte psykisk sårbare borger.
- Arbejde målrettet med alsidige idrætsaktiviteter for psykisk sårbare med idrætten som middel.
- Arbejde med at rekruttere frivillige, som har fokus på sociale fællesskaber, der understøttes af en peer-to-peer tilgang frem for det etablerede idrætsforeningsliv, der har svært ved at rumme psykisk sårbare.
- Sociale fællesskaber i forskellige fysiske rammer.

Indsatsen vil etablere aktiviteter på alle ugens hverdage. Dette skal sikre, at flere har muligheden for at deltage, og for en større diversitet i aktivitetsudbuddet.

Indsatsen vil ligeledes være brobygger til ordinære (almindelige) idrætsforeninger, når det giver mening for den enkelte borger.

Interessant er det i forlængelse af ovenstående målsætninger, at ca. 13% af alle danskere mellem 18-70 år føler sig udenfor et fællesskab. For udsatte målgrupper er det rystende 57% (VIVE, 2017).

Vision i forhold til indsatsen

Indenfor 4 år er der 150 medlemmer i foreningen.

- Idrætsforeningen går fra 30 medlemmer den 1. januar 2026.
- 50 medlemmer inden udgangen af 2027.
- 75 medlemmer inden udgangen af 2028.
- 125 medlemmer inden udgangen af 2029.

Succeskriterier:

- At tilbuddet har haft kontakt til 200 psykisk sårbare.
- At 70 % af de kontaktede har været aktive i tilbuddet.
- At 50 % efterfølgende fortsat benytter idrætsaktiviteter, og dermed bliver medlemmer.
- At 90 % af de tilknyttede frivillige oplever, at de har haft medindflydelse på etablering af de tilbud/rammer, der kommer i tilbuddet.
- At deltagerne oplever en forbedret livskvalitet defineret ud fra den enkeltes egne værdier.

Økonomi

Her anvises flere andre og relevante tilgange til at skabe det økonomiske råderum for et udviklende idrætsfællesskab for psykisk sårbare i Ballerup Kommune.

IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE I BALLERUP KOMMUNE – BESKRIVELSE & ØKONOMI

Budget 2026-2029 Idræt for psykisk sårbare i Ballerup Kommune		
--	--	--

	Budget 2026	Budget 2027	Budget 2028	Budget 2029
Indtægter				
Finansiering Ballerup Kommune	76.000	229.000	229.000	229.000
Aktivitetstilskud Ballerup Kommune	10.000	12.000	15.000	18.000
Kontingenter	12.000	15.000	20.000	30.000
§ 18 midler	0	35.000	45.000	45.000
Medfinansiering DAI	25.000	75.000	75.000	75.000
Indtægter i alt	123.000	366.000	384.000	397.000
Udgifter				
Idrætskoordinator inklusive pension 25/37	101.000	304.000	304.000	304.000
Aktiviteter, instruktører og rekvisitter	16.000	42.000	60.000	68.000
Kurser og uddannelse	1.000	15.000	15.000	20.000
Diverse	5.000	5.000	5.000	5.000
Udgifter i alt	123.000	366.000	384.000	397.000
Balance	0	0	0	0

Budget 01. oktober 2026

Ballerup Kommunes finansieringsmodel skal ses som en investering i en indsats, der spiller civilsamfundet på banen i en fælles social opgaveløsning for alle parter – *nye muligheder til nye tider*.

1. **Et etableret idrætsfællesskab for psykisk sårbare i Ballerup Kommune har en samlet udgift:** Kr. 304.000 årligt i overslagsårene 2026-2029.
2. **Udgiften til Servicelovens § 85 er alene mellem kr. 60.000-90.000 pr. borger årligt**, så reelt skal blot indgå 5-7 borgere i et idrætstilbud for dermed at skabe en økonomisk balance. Er tilgangen større, hvilket er forventeligt, vil det økonomiske positive rationale være ganske betragteligt.
3. **Vælger Ballerup Kommune** at inddrage idrætsindsatsen relateret til Servicelovens § 82 a (gruppeforløb) & c. (støtte fra frivillige foreninger) kan den økonomiske fordel ses i en omgjort timetakst fra individuel støtte til et gruppeforløb. Blot 10 borgere 1 time om ugen er faktisk kr. 5.000 ugtl. og kr. 20.000 mdl.
4. **Vælger Ballerup Kommune** i et socialiseringsperspektiv (fra isolation til aktivt fællesskab) at ændre bevillingen til den socialpædagogiske indsats (SEL § 85) med min. 1 time ugtl. for ex. 50 borgere og konvertere disse til 1 time ugentlig idræt (50 borgere), vil mindre forbruget allokere kr. 1.300.000 årligt. Modregnes den årlige udgift til idrætskoordinatorer i årene 2026-2029 til idræt for psykisk sårbare, vil der alene her kunne opnås en kommunal økonomisk fordel i overslagsårene på ca. kr. 1 mio. årligt.

5. **DAI indgår i en dialog med Ballerup Kommune** omkring en medfinansieringsmodel for ansættelse af idrætskoordinator i overslagsårene.

Målgruppe

Målgruppen omfatter borgere med en psykisk sårbarhed ex. skizofreni, bipolar lidelse, depressive lidelser, angst, personlighedsforstyrrelser og dobbeltdiagnoser (psykisk lidelse og misbrug).

”Det anslås, at der til alle tider er mere end 700.000 danskere med psykiske vanskeligheder. Det berører ca. 2,1 million pårørende i Danmark. Der er mere end 30.000 danskere, der modtager en socialpædagogisk støtte (Servicelovens § 85) og mere end 10.000 borgere bor på et socialpsykiatrisk bosted (SEL § 107 og § 108, Almenboliglovens § 105 og SEL § 85).”

Ifølge Bedre Psykiatri er det skønnet, at mere end 5.000 borgere i Ballerup Kommune er psykisk sårbare, og det berører over 15.000 pårørende.

Målgruppen er ofte fysisk inaktive og begrænset i deres sociale adfærd, hvor hovedparten må betragtes som ensomme eller med meget lidt kontakt til omgivelserne. Idrætsforeningen er for begge køn, og alderen er typisk mellem 25 og 60 år.

Der er mellem 30% og 50% færre borgere med psykiske sårbarheder, der dyrker idræt i en idrætsforening sammenlignet med mennesker uden psykiske sårbarheder. Det er derudover velkendt, at mennesker med psykiske sårbarheder i gennemsnit dør 15-20 år tidligere end gennemsnitsbefolkningen, bl.a. på grund af livsstilssygdomme, som idræt kan være med til at forebygge (Karsten Østerlund, 2014 – Syddansk Universitet).

Der er lavet utallige undersøgelser om, hvilken forskel regelmæssig idræt gør for menneskers sundhed – og de gevinster får mennesker med psykiske sårbarheder selvfølgelig også. Herudover er der lavet specifik forskning på f.eks. skizofreni og angst, der viser, at der er moderat evidens for, at fysisk aktivitet er gavnlig i behandlingen (Bente Klarlund Pedersen & Lars Bo Andersen, 2018 for Sundhedsstyrelsen).

Frivillige i tilbuddet og deres rolle/opgaver

Det er en forventning om inddragelse af frivillige hjælpere, som enten understøtter den enkelte deltager i et såkaldt motionsmakkerskab, hvor den frivillige sørger for at den enkelte deltager kommer af sted til sin idræt, og/eller deltager i aktiviteten sammen med deltageren, eller står for specifikke hold, som instruktør eller hjælpeinstruktør. Fælles for frivilligheden i tilbuddet er, at de er baseret på en peer-to-peer tankegang.

Idrættens værdier

”Et foreningstilbud skaber og fastholder kvalificerede idrætter til borgere med psykiske vanskeligheder. Gennem idræt, ansvar og fællesskab får udøverne en højere livskvalitet, kommer sig helt eller delvist og bliver en del af lokalsamfundet. Et foreningstilbud giver overskud både menneskeligt og økonomisk for den enkelte kommune (Idræt for Sindet, Dansk Arbejder Idrætsforbund).”

Medlemmerne får **for det første** et fysisk udbytte ud af at deltage i idrætsaktiviteterne. De kommer ganske enkelt i bedre form, og får brugt deres krop. Det fysiske velvære smitter ifølge de idrætsprofessionelle også af på medlemmernes psykiske velvære. Det er med til at give mere overskud i hverdagen.

IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE I BALLERUP KOMMUNE – BESKRIVELSE & ØKONOMI

Fysisk aktivitet og fællesskabet, medfører at medlemmerne får personligt overskud, til at mestre hverdagslivet med indkøb, rengøring m.m. Herudover vil der være interaktion med andre, og gennem idrætssamværet udvikler medlemmerne socialkompetencer, hvor angst og ensomhed kan minimeres. Fællesskabet i idrætten udgør ofte fundamentet for den videre personlige udvikling, og mange af medlemmerne bliver socialt selvhjulpne, og har ikke længere brug for den økonomiske omkostningstunge socialpædagogiske støtte via Servicelovens § 85.

For det andet får medlemmerne et socialt udbytte. De får noget struktur i deres hverdag og noget at stå op til. Idrætsaktiviteterne hjælper medlemmerne med at bryde social isolation. På sigt kan deltagelse i aktiviteterne også give deltagerne netværk med de øvrige deltagere. Endelig kan det at deltage i aktiviteter i en forening for psykisk sårbare blive et springbræt til at prøve sig selv af i andre fællesskaber såsom ordinære idrætsforeninger.

For det tredje giver idrætsaktiviteterne et personligt udbytte i form af øget selvværd. Idrætsaktiviteterne giver medlemmerne nogle succesoplevelser, hvor de kan føle sig inkluderet og anerkendt i det fællesskab, som idrætsforeningen og idrætsaktiviteterne udgør.

For det fjerde henvender tilbuddet sig også til hjælpere, der med tiden vil engagere sig som frivillige i tilbuddets aktiviteter, som selv er eller har været psykisk sårbare (peers), og derfor har en unik indlevelse og forståelse for den primære målgruppes situation.

INEVA, konsulentvirksomhed evaluerede i 2022 Idræt for Sindet indsatsen i Danmark og resultaterne viser:

- **31 % er kommet tættere på job eller uddannelse, efter at de er blevet en del af et meningsfyldt fællesskab med ligestillede i Idræt For Sindet forening.**
- **72% har fået mere mod på at tage ansvar.**
- **57% har fået mere selvtillid til at være i centrum.**
- **77% har fået et større netværk.**
- **66% har fået flere dage, hvor de kan klare det, som de har sat sig for.**
- **86% har fået mere selvtillid.**
- **64% føler sig mindre psykisk sårbare.**
- **23% tager mindre eller ingen medicin.**
- **29% har færre eller ingen genindlæggelser.**
- **Så gør det heller ikke noget:**
- **At 46% af de kommunale chefer svarer, at medlemmernes fysiske, mentale og sociale udbytte udgør en besparelse på det sociale område.**

"Jeg tænker, at det er en økonomisk gevinst, hvis vi sætter en borger i stand til at skabe godt liv til dem selv – færre indlæggelser, mindre medicin, færre vejledningssamtaler."

*Der er jo ikke nogen mennesker, der trives godt og samtidig er en økonomisk belastning for kommunen".
Kultur og Fritidschef Anders Munch Skovgren, Frederikssund Kommune.*

Aktiviteter og tidsplan

Målgruppen rekrutteres i et samarbejde med den kommunale socialpsykiatri og øvrige relevante forvaltningsområder såsom Sundhed, Kultur- og fritid og Jobcenter i Ballerup Kommune.

Rammerne for tilbuddet er allerede skabt både i forhold til lokaler og samarbejdspartnere via Kultur- og Fritidsforvaltningens eksisterende netværk. Indholdet (idrætsaktiviteterne) udvælges efter konkrete behov og borgerinvolvering. Det primære sted for idrætten vil være i og omkring Ballerup Kommunes idrætsfaciliteter og den 3. halvleg i Cafe Fokus eller den Sociale Indgang.

Organisation og ledelse

Tilbuddet organiseres i nuværende idrætsforening IF Aktivisterne – en idrætsforening for psykisk sårbare.

Idrætskoordinator ansættes 25 t. ugtl. i Ballerup Kommune, indgår i en samarbejdsaftale udarbejdet af DAI med socialpsykiatrien og refererer til nærmeste leder. Indgår i faglig sparring med socialpsykiatriens socialpædagogiske vejledere og frivilligkoordinator. Idrætskoordinatoren vil primært have arbejdsplads i Den Sociale Indgang.

Der nedsættes en følgegruppe med repræsentanter fra Den Sociale Indgang, DAI, og SIND Lokalpsykiatrien i Ballerup Kommune. Sekundært samarbejdes der med relevante forvaltningsområder i Ballerup Kommune, Ballerup Idrætscenter, boligforeningerne, sygdomsbekæmpende foreninger og øvrige interessenter, der kan identificeres i målgruppen.

Samarbejdspartnerne i indsatsen, inklusive idrætskoordinatorer, har i fællesskab til opgave at formidle idrættens muligheder til målgruppen. Den lokale socialpsykiatri er forpligtet til at motivere til idrætsaktiviteterne og at yde sparring i forhold til målgruppen.

Indsatsen er organiseret således, at den folkeoplysende forening, IF Aktivisterne, vil have det overordnede ansvar for tilbuddet. Denne idrætsforening blev etableret i 2009 og har siden da løftet en stor samfundsmæssig opgave for det sociale område i Ballerup Kommune.

- **Denne koordinatorfunktion er essentiel for udviklingen og driften af en vellykket indsats.** Idrætskoordinatorernes opgave er mangfoldig, og skaber balancen mellem foreningsarbejdet, den socialpsykiatriske indsats, aktivitetsudvikling, bestyrelsesarbejde og den nedsatte følgegruppe. Idrætskoordinatorerne er bindeleddet mellem foreningens forskellige samarbejdspartnere, forvaltningssektorer, den ordinære idræt m.fl.
- Idrætskoordinatorerne har fokus på ansøgninger om aktivitetstilskud, SEL § 18 midler, idrættens puljer både lokalt og nationalt, samt evt. fonde ligeledes lokalt og nationalt.
- Idrætskoordinatorerne sikrer kvalificerede instruktører.
- Idrætskoordinatorerne er den første idrætsdeltageren møder, er tæt på aktiviteterne og borgerne i de forskellige idrætstilbud.
- Idrætskoordinatoren er der, sikre kontinuitet når sindet slår knuder og foreningen presses grundet bestyrelsesmedlemmers fravær.

IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE I BALLERUP KOMMUNE – BESKRIVELSE & ØKONOMI

- Idrætskoordinatorerne evaluerer denne nye indsats.
- Idrætskoordinatorerne indgår i et regionalt koordinatorknetværk i DAI-Region Hovedstaden (29 kommuner).

Idræts- og bevægelsescertificeret af myndighed på både arbejdsmarkeds- og socialområdet

DAI tilbyder Ballerup Kommune et økonomisk fordelagtigt uddannelsesforløb over 3 dage for myndighedsmedarbejdere på begge forvaltningsområder med et fokus på hvorfor bevægelse og sociale fællesskaber betyder så meget for psykisk sårbare. Et uddannelsesforløb kan aftales med Lisbeth Crafack, Udviklingskonsulent i DAI. Medundervisere er David Madsen, Cand. Psych. og Mads Bank, Lektor Aarhus Universitet. Vejle, Gentofte, Esbjerg, Frederiksberg, Svendborg og Frederikshavn Kommuner har gjort det og Københavns Kommune er på vej.

På vegne af arbejdsgruppen.

Mogens Damgaard, DAI

Juni 2026.

Vi vinder, når alle er med

"Idræt for Sindet giver psykisk sårbare adgang til idræt, fællesskab og foreningsliv.

Det er dokumenteret godt for den enkelte, og det er godt for vores samfund – både menneskeligt og økonomisk".