

Fra: FitforKids Ballerup via Ballerup Kommune [balkom@balk.dk]
Til: Michael Hansen (mic) [mic@balk.dk]
Sendt dato: 25-11-2019 17:31
Modtaget Dato: 25-11-2019 17:31
Vedrørende: Å§18 AnsÅ_gning
Vedhæftninger: budget_2020_ballerup.pdf

Submitted on Mandag, 25. november 2019 - 17:31

Submitted by anonymous user: 10.192.227.15

Submitted values are:

Ansøgers navn FitforKids Ballerup
Ansøgers e-mail adresse ditte@fitforkids.dk
Adresse Bygmestervej 10, 2400 København NV
Aktivitetsens titel FitforKids Ballerup
Bevillingsansvarlig
Ditte Gybel
Bygmestervej 10,
2400 København NV
21200779
ditte@fitforkids.dk
Kontaktperson
Ditte Gybel
Bygmestervej 10,
2400 København NV
21200779
ditte@fitforkids.dk

Kort beskrivelse af ansøgende forening/organisation/personkreds

FitforKids hjælper overvægtige og inaktive børn og deres familier med at få et sundere liv, mere livsenergi og bedre trivsel. FitforKids er en folkeoplysende non-profit forening, hvis primære formål er at yde frivilligt arbejde indenfor social- og sundhedsområdet i Danmark målrettet udsatte børn mellem 7-15 år og deres familier. Vi tror på, at sund livsstil er en hjørnesten for et godt liv. Foreningsidræt giver både motion og fællesskab, men de børn vi henvender os til, føler sig ikke altid hjemme i den lokale idrætsklub. For dem er FitforKids en savnet mulighed for socialt samvær, for en aktiv fritid og et sundere liv med større trivsel.

FitforKids driver pt. 30 børnevægttabshold i 24 kommuner med 300 frivillige og en årlig kapacitet på 1000 familier. FitforKids' program består af fem komponenter 1) kostvejledning i hjemmet, 2) træning to gange om ugen for både børn og forældre, 3) forældre-coaching 4) motivations-program med bl.a. diplomer, pokaler og t-shirts og 5) sociale events, som madlavnings-aftener og deltagelse i lokale løb.

Beskrivelse af aktiviteten

I 2017 startede vi, med støtte fra kommunen, FitforKids Ballerup op. Holdet har fra start af været meget populært og været præget af meget engagerede børn og familier, og ekstremt vellidte og engagerede frivillige, her vil vi især fremhæve vores teamleder Mette Vilinger. Udover selve holdet, har teamet også de seneste år, stået bag velbesøgte sommerferieaktiviteter i Ballerup kommune.

Denne ansøgning gælder videreførelsen af FitforKids i 2020.

FitforKids' metode bygger på robust international forskning, der ved sammenligning af mere end 100 børnevægttabsprogrammer fra hele verden har fastslået, at de mest attraktive og effektive indsatser er lokale, familie-orienterede multikomponente interventioner med en varighed på mindst 6-12 måneder, der sigter på at ændre vaner og tænke måder i familien. En konklusion der gentages i Sundhedsstyrelsens rapport fra 2018: "På baggrund af litteraturgennemgangen vurderes det, at der er bedst evidens for, at kost, fysisk aktivitet og adfærdsterapi benyttes i kombination frem for enkeltvis."

Derfor er FitforKids et program, der inkluderer hele familien, og som består af en kombination af de ovennævnte fem komponenter. Der trænes to gange om ugen: Den ene gang er træningen kun for børn. Den anden gang er træningen for både børn og forældre. FitforKids stiller en stor værktøjskasse til rådighed for familierne: Livsstilsbøger, kostplaner, opgavehæfter, nøgleringe, t-shirts, musik CD'er, motiverende sms'er, motionsløb, foredrag, madlavningsaftener og vores FitforKids Smart Phone App. FitforKids-holdet træner i løbet af et år (august til juni) i minimum 40 uger fordelt på 2 sæsoner (august-december og januar-juni). Der er plads til 25 børn og deres familier på et FitforKids-hold. Der er løbende optag, så der fyldes op på holdet hen over hele sæsonen i tilfælde af frafald. Deltagelse på et FitforKids-hold er helt gratis for familierne Børnene kan gå til FitforKids lige så længe de oplever at have behov for det. I tilfælde af venteliste vil optag af nye børn blive prioriteret over at tilbyde børn der har været i programmet i 12 mdr. ret til at fortsætte.

Ved at FitforKids tilbyder træning som en integreret del af programmet, giver det i sig selv FitforKids en unik stærk social dimension sammenlignet med de rene samtalebaserede interventioner. Derudover inddrager FitforKids forældrene direkte og aktivt ved at insistere på (så vidt muligt), at mindst én forælder deltager i familie-træningen lørdage, og derved gøres hele familien bedre til at træffe de rigtige valg.

Blandt overvægtige børn er der en overrepræsentation af børn fra resourcesvage og/eller etniske familier (Aarup et al. Ugeskrift for

læger 2008;452-456 og Ottosen, SFI, 2010). Denne overrepræsentation betyder, at det ofte er børn fra ressourcetsvage, som får glæde af tilbuddet om at komme på et FitforKids-hold.

Vigtigt er også, at hele FitforKids-indsatsen leveres af frivillige lokale instruktører. At FitforKids foregår i regi af en frivillig forening og på mange måder ligner et helt almindeligt fritidstilbud, er med til at fjerne den stigmatisering som svært overvægtige børn og deres familier ofte oplever ved de offentlige tilbud. De frivillige er organiseret i et team på op til 10 frivillige instruktører, der ledes af en eller to Teamledere. FitforKids' landsorganisations sekretariat servicere det lokale team og leverer materialer og står for rekruttering, uddannelse og efteruddannelse af frivillige.

Samarbejdspartnere er den kommunale sundhedspleje, der henviser børn til FitforKids, lokale skoler og foreninger, der kan henvise børn i målgruppen til FitforKids. Derudover samarbejder FitforKids aktivt med det lokale foreningsliv, herunder kommunens fritidsvejledere med at indsluse FitforKids-børnene i det almindelige idrætsliv, når de har nået deres mål med FitforKids.

FitforKids er videnskabeligt dokumenteret ved et randomiseret kontrolleret forskningsprojekt fra 2012. Lægerne på Rigshospitalets Center for Inflammation og Metabolisme målte FitforKids-børnene på en lang række fysiologiske, metaboliske og kognitive parametre ved start og slut af et 6 måneders FitforKids-forløb og sammenlignede med en kontrolgruppe. Konklusionen var, at FitforKids-børnene i gennemsnit reducerede det alders- og kønskorrigerede børne-BMI, BMI-SDS, med 0,44, hvilket betyder at FitforKids-programmet leverer resultater helt på linje med de kommunale og regionale interventioner.

Indenfor hvilket af kommunens indsatsområder søges der midler til?

Vores primære målgruppe er svært overvægtige og inaktive børn mellem 7-15 år og deres familier i Ballerup kommune.

Ifølge de Nationale Sundhedsprofiler fra 2017, så går det den forkerte vej med danskernes sundhed, og for socialt udsatte børn er udviklingen direkte nedslående: Fra 2011 til 2014 er der blandt lav-socialklasse-børn sket en fordobling i andelen, der spiser usundt (fra 12 % til 24 %) samtidig med, at der blandt høj-socialklasse-børn er sket et fald i andelen, der spiser usundt (fra 14 til 11 %).

Problemet for de overvægtige børn er ikke den øgede risiko de har for at udvikle livsstilssygdomme, som man fra samfundet side måske taler rigtig meget om, men derimod den ensomhed, stigmatisering og mobning, der er deres hverdagsliv: Et 7-årigt barn der er overvægtigt eller fedt ligger jo ikke vågen om natten og tænker "... om 40 år har jeg 30 % større risiko for at udvikle hjertekarsygdomme end et normalt vægtigt barn har..." Dét, der holder de overvægtige børn vågne om natten, som fylder deres tanker og ER deres hverdag, dét de reelt oplever som et problem, og som de lider med, er at de bliver holdt uden, drillet, mobbet og stigmatiseret. Deres trivsel er lav og de føler sig ensomme. Dét, der især er problemet for barnet ved at være svært overvægtig eller fed er hele den sociale dimension; det er den disintegrationen i samfundet som overvægt og fedme medfører, som er det direkte mærkbare problem for børnene. Konsekvensen af den disintegration, der opstår når de overvægtige og især fede børn bliver holdt uden for eller isolerer sig, er at deres sociale kompetencer bliver dårligere. Det fører til en lavere livsindkomst, da de mangler væsentlige forudsætninger (non-kognitive kompetencer) for at begå sig på arbejdsmarkedet. Helt konkret kan denne diskrimination aflæses i at fede børn som voksne har en livsindkomst, der er 16 % lavere end normalvægtige børn, (P. Lundborg, "Body Size, Skills, and Income: Evidence From 150,000 Teenage Siblings" Demography (2014) 51:1573– 1596). Et studie fra Svenske Karolinske Institutet viste, at hvor 76 % af normalvægtige børn gennemfører 12 års skolegang eller mere, er det samme tal for overvægtige børn 56 %. Undersøgelsen har taget højde for forskelle i køn, etnicitet og socialøkonomiske forhold (Jyllandsposten 7. maj 2015).

Ovenstående understøttes af det meget omfattende og veldokumenterede forskningsmateriale der foreligger, som bl.a. viser at overvægt medfører sociale og psykiske problemer som: - depression – angst - lavt selvværd – lav livskvalitet – mobning ensomhed – oplevelsen af at blive fravalgt - ikke social accepteret - selvmordstanker

Konklusionen er, at børneovervægt i sig selv er en social problemstilling, og at den sociale ulighed i sundhed blandt børn i Danmark vokser. Langt de fleste svært overvægtige børn kommer fra familier, der har brug for hjælp for at kunne gennemføre og fastholde en livsstilsændring – familierne kan ikke klare det på egen hånd.

Der er plads til 25 børn og deres familier på holdet, ialt op i mod 100 personer. Der er 5-10 frivillige knyttet til holdet i Ballerup kommune.

Der ansøges om støtte på i alt kr.: 35000

CVR-nr. 33,539,266

Modtog foreningen/organisationen/gruppen § 18 tilskud sidste år fra Ballerup Kommune Nej

Modtager foreningen/organisationen/gruppen § 18 tilskud fra andre kommuner til samme aktivitet som der søges om midler til fra Ballerup Kommune? Nej

Hvis ja, hvor meget i kr.

Indsæt budget for ansøgningen

[budget_2020_ballerup.pdf](#)

The results of this submission may be viewed at:

<https://ballerup.dk/node/30655/submission/20237>