

Vind 10.000 kr. ved blot at fortælle, hvor meget du bevæger dig!

Er du mest til gåture eller sofahygge? Løb eller ludo? Forskningsprojektet Danmark i Bevægelse sætter nu fokus på vores bevægelsesvaner i Rebild Kommune.

Forskere på Syddansk Universitet vil i samarbejde med Rebild Kommune undersøge, hvor meget vi bevæger os, og hvad der motiverer os til at komme ud over dørtrinnet.

”Vi har i vores kommune generelt rigtig fine muligheder for at være fysisk aktive og vi kan altid bruge mere viden om, hvordan vi i fællesskab kan skabe endnu bedre forhold for vores borgere. Skal vi prioritere skovene og de grønne områder på en anden måde, måske med toiletter og bænke? Hvordan kan idrætshallerne blive brugt af flere? Og er der eventuelt noget helt tredje, vi kan gøre, for at flere kommer i gang? Det håber vi at få nogle svar på gennem undersøgelsen,” siger borgmester Leon Sebbelin.

”Nogle bevæger sig for sundhedens skyld, andre for velværets eller for det sociale samværs skyld. Men der er også mange, der ikke bevæger kroppen ret meget og forskningen peger på at det har en negativ påvirkning på vores livskvalitet. Derfor er den her viden vigtigt, for at vi kan lave endnu bedre og målrettede indsatser for at styrke folkesundheden lokalt i Kommunen,” siger byrådsmedlem og formand for Sundhedsudvalget Lene Schmidt Aalestrup.

Byrådsmedlem og formand for Kultur- og Fritidsudvalget Gert Fischer supplerer, ”Det stærke kultur- og foreningsliv vi har i Rebild Kommune, er allerede med til at fremme værdifulde fællesskaber og styrker den fysiske og mentale sundhed hos mange borgere. Men vi tror på, at vi kan få endnu flere med ved at styrke tilbuddene og formidlingen af dem, på baggrund af den indsigt vi får igennem undersøgelsen.”

Derfor får ca. hver tiende voksen over 15 år nu et spørgeskema i deres e-Boks fra projektet ’Danmark i Bevægelse’ i Rebild Kommune. Er du en af de heldige, der får skemaet tilsendt, kan du vinde 10.000 kr skattefrit, hvis du svarer.

Vil vise potentialet: Flere kan være aktive

Danmark i Bevægelse er den største nationale måling af bevægelsesvaner herhjemme, og spørgeskemaet sendes til ca. 400.000 borgere over hele landet.

Undersøgelsen kobler oplysninger om bevægelsesvaner, adfærd og motiver sammen med data om de muligheder for fysisk aktivitet, der findes i hver enkelt kommune, fx cykelstier, idrætsanlæg og grønne områder. På den måde opstår der et Danmarkskort over potentialet for at få flere i gang med at være mere fysisk aktive.

Forskningsprojektet bliver dermed et værdifuldt værktøj til at prioritere og planlægge fremtidens indsatser i hver enkelt kommune, når der skal skabes et Danmark i Bevægelse.

Danmark i Bevægelse

Danmark i Bevægelse er den hidtil største nationale måling af vores bevægelsesvaner. 400.000 voksne danskere modtager spørgeskemaet i deres e-Boks.

Hver kommune modtager en opgørelse over potentialet til at få flere i gang med fysisk aktivitet i netop deres område.

Projektet løber fra 2019-22 og udføres af Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet, med professor Bjarne Ibsen i spidsen. Det er støttet af Nordea-fonden med knap 12 mio. kr.

www.danmarkibevægelse.dk

- - - Til pressen:

Yderligere information:

Bjarne Ibsen, professor, Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet. Tlf. 2728 9904. Mail: bibsen@health.sdu.dk.

Jens Høyer-Kruse, adjunkt, Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet. Tlf. 2135 6136. Mail: jhkruse@health.sdu.dk