

## 5.1 Projektets arbejde med sunde rammer

### 5.1.1 Motionslegepladsen

Sundt Venskabs ønske med Motionslegepladsen var at kunne tilbyde nærmiljøets voksne sunde rammer i form af gratis og let tilgængelige motionstilbud som supplement til fx fitnesscentre. Målet med etableringen af Motionslegepladsen var foruden at øge antallet af fysisk aktive også at skabe et attraktivt mødested for områdets beboere og samtlige Herlevborgere, så livet mellem husblokkene blev øget. (L.N, 11-07-2014:13).

I Lille Birkholm I og II findes der allerede en attraktiv legeplads for børn, som støder op til en af områdets børneinstitutioner. Visionen bag projektet var derfor, at udnytte områdets popularitet og give forældrene til børnene mulighed for at træne samme sted (Sundt Venskab, 2013e). Projektaktivitetsgruppen vedtog derfor at anlægge motionslegepladsen i forlængelse af denne for at udnytte synergieffekten. Motionslegepladsen blev efter et længerevarende forarbejde med at skaffe medfinansiering fra afdelingsbestyrelserne og forskellige eksterne bidragsydere, en realitet, da forslaget mødte opbakning fra de tre samlede bestyrelser.

Visionen om at etablere en motionslegeplads har været i spil i det meste af projektiden. Først opstod idéen om træningspavilloner i alle tre boligområder, men pavillonerne var ikke nyskabende nok til at modtage fondsmidler. Efter at have nedsat en arbejdsgruppe<sup>11</sup> opstod idéen om at etablere én stor motionslegeplads. I 2013 afholdt Sundt Venskab en workshop, hvor beboere og nærmiljøets aktører blev inviteret, til at diskutere hvilke træningsredskaber og rammer man ønskede for motionslegepladsen. Efter at have drøftet mulighederne, blev parterne enige om en model bestående af træningsredskaber, der animerede til træning i fællesskab med andre og et elektronisk element, i håbet om også at tiltrække børn og unge (Sundt Venskab, 2013e). Desuden blev det legende element prioriteret med det formål, at motionsuovante også fandt pladsen attraktiv. Kommunens sundhedscenter og nærmiljøets fitnesscenter blev også inddraget for at give arbejdsgruppen et indblik i hvordan nærmiljøets areaner bedst kunne bruge de nye sunde rammer.

---

<sup>11</sup> Arbejdsgruppen bestod af beboerrepræsentanter, medlemmer fra afdelingsbestyrelserne og projektmedarbejderne.

Arbejdet med at anlægge motionslegepladsen startede i juni 2012 og primo juni 2014 stod motionslegepladsen klar til indvielsen. Ud over Sundt Venskab, Lille Birkholm I og II og Hjortegården har motionslegepladsen modtaget økonomisk støtte fra flere forskellige fonde (Sundt Venskab, 2014e).

### Et sundt samlingspunkt

Efter flere besøg på motionslegepladsen erfarede vi, at pladsen er flittigt besøgt (MLP, 2014\_1\_2\_3\_4). Blandt de besøgende tæller blandt andet skoler og institutioner, som både bruger motionslegepladsen som supplement til deres egne udendørsarealer og som ekskursionsmål i området. Motionslegepladsen er også blevet et stort aktiv for børnefamilier, som blandt andet benytter de nye faciliteter til at afholde familiesammenkomster og børnefødselsdage. Mange af de besøgende børnefamilier nævner, at de også plejede at komme på ”den gamle legeplads”, men sætter pris på de nye, forbedrede faciliteter. At motionslegepladsen er etableret i forlængelse af den allerede velbesøgte legeplads, er et effektivt trækplaster, samt det faktum at mange skolebørn passerer pladsen til og fra skole (Ibid.).

Plejecentret Lille Birkholm Centret, som ligger med udsigt ud over Motionslegepladsen, har også glæde af den. Teamlederen i Aktivitetscentret, fortæller, hvordan hun gennem workshops, blev medinddraget i processen omkring projektet, således at legepladsen også tiltalte brugerne og personalet i Aktivitetscentret. Hun uddyber, at legepladsen med sine legende elementer, aktiverer plejehjemsbeboerne og de ældre, ud over hvad personalet troede muligt (Teamleder-Aktivitetscentret, 2014).

Brugerne af Sundt Venskabs stolemotionshold, som bliver kørt, hver uge af en frivillig ildsjæl, var med til indvielsen af motionslegepladsen for at demonstrere stolemotionen for andre ældre. Ved interviewet med stolemotionisterne fortæller flere af dem, at de kender til motionslegepladsen, fordi de har deltaget ved

#### **Besøg på Motionslegepladsen**

08.08.2014, kl.9.45-11.30.

32 børn og tre voksne piler ind på pladsen. Børnene giver sig hujende og hajende til at lege med redskaberne. Specielt Neos er et hit, som pt optages af ti børn. Vi falder i snak med en af lærerne, Vibeke. Gruppen viser sig at komme fra Herlev Privatskole. De bruger motionslegepladsen som supplement til deres egne sparsomme udearealer, og børnene elsker at komme der. De brugte den også forrige onsdag, hvor der foruden dem selv også havde været en anden institution. Privatskolen fik kendskab til pladsen gennem nogle forældre, der havde benyttet den til afholdelse af fødselsdage. Børnene fortæller også, at de ofte har været der i weekenden, og ud af ørekrogen hører vi et af børnene råbe, at der er færre mennesker end normalt.

indvielsen og selv flere af de, som ikke selv har været der siden indvielsen, beretter, at de har hørt, at der er mange mennesker, som bruger den (Stolemotionister, 2014).

I relation til at øge antallet af fysisk aktive i området får redskaberne stor ros for deres inkorporerede sociale element. Som læreren Vibeke understreger, så lærer børnene at samarbejde, og de lærer hinanden op i hvordan det elektroniske legeredskab Neos fungerer (MLP, 2014\_2). Mange skolebørn bruger motionslegepladsen efter skoletid i stedet for at tage hjem og spille computer (Ibid.).

Af de beboere vi interviewer på deres bopæl er der flere, som kender til motionslegepladsen og har en positiv holdning til den (Beboerinterview, 2014).

Som en mandlig beboer udtrykker det: ”[...] de som ikke har råd til at gå i fitness og sådan noget, de kan sikkert også godt bruge det herude, som er gratis” (Ivan:1):”Det giver lejlighed til spontan sportsaktivitet og giver de unge mulighed for at få gratis motion i stedet for at sidde og bænge” (Beboerinterview, 2014).

### **Kulturer mødes på tværs**

Vi erfarer at kendskabet til den nye motionslegeplads ikke kun begrænser sig til nærmiljøet. Flere Herlevborgere kender den og kommer fra midtbyen op i området for at benytte sig af de nye faciliteter. Det er primært mundtlig overdragelse og positiv omtale blandt familie og venner, der har medført det store kendskab til motionslegepladsen. Mange fortæller også, at de har læst om motionslegepladsen i Herlev Bladet og flere mener, at motionslegepladsen har givet området et løft (MLP, 2014\_1).

Under vores besøg på motionslegepladsen bemærker vi, at der blandt de besøgende er en overvægt af børn og unge med anden etnisk baggrund end dansk. Motionslegepladsen udgør for denne gruppe et naturligt samlingspunkt, der giver mulighed for at de unge kan sidde og snakke på bænkerne, mens deres mindre søskende leger (MLP, 2014\_1\_2\_3\_4). Flere af de beboere, vi har talt med, nævner også, at der oftest er et miks af nationaliteter på motionslegepladsen, hvilket fremhæves som et stort plus (Beboerinterview, Bænkerne omkring pladsen lægger op til at de forældre, der er afsted med deres børn falder i snak med hinanden, og en kvinde fortæller, at hun har opnået nye sociale relationer under sine besøg på motionslegepladsen (Beboerinterview, 2014).

### **En voksenlegeplads?**

Der er bred enighed om at den nye legeplads er til glæde og gavn for nærmiljøet og dets beboere. Dog nævner størstedelen af de voksne beboere, vi taler med på motionslegepladsen, at de ikke selv bruger den til motion, men at de har en formodning om, at andre nok bruger den. Mange af de voksne, vi taler med, begrundet deres manglende brug af motionslegepladsen med travlhed. Vi observerer dog, at en

anden væsentlig faktor for de voksnes manglende brug af redskaberne er, at de enten er for små eller for lidt udfordrende. Samtidig får vi også indsigt i, at der er voksne beboere, som ikke selv benytter motionslegepladsen, fordi de dyrker en anden form for motion end den pladsen tilbyder (MPL, 2014\_1\_2\_3\_4). Ved vores besøg på motionslegepladsen udforsker vi selv nogle af redskaberne og vurderer at disse er for små (parkourstativet) og for lidt udfordrende i forhold til den tiltænkte målgruppe (Sundt Venskab, 2013e). En projektmedarbejder beretter tilbage i 2013, at beboerne i meget lille grad har været involveret i processen og beslutningerne omkring pladsen (Kanne M.K., 2013), mens andre understreger den store grad af inddragelse. På baggrund af den tilgængelige empiri vurderer vi, at det ikke er inddragelsesprocessen, der har fejlet. I stedet skal forklaringen måske findes i manglende rådgivning og vejledning fra legepladsfirmaet, i relation til indsatsens målgruppe.

## **Opsamling**

På baggrund af ovenstående analyse, ses det hvordan motionslegepladsen (jf. succeskriterierne) tiltrækker mange forskellige beboere fra nærmiljøet, men også udefrakommende Herlevborgere benytter pladsen. Motionslegepladsen har, udover supplement til skolerne og institutionernes udearealer, også skabt mere liv i nærmiljøet. Flere børnefamilier udnytter for eksempel de nye faciliteter til familiesammenkomster, fødselsdage og andre sociale arrangementer. En stor del af motionslegepladsens succes kan skyldes, at legepladsen er etableret på et område, som i forvejen er kendt og benyttet af beboerne. I forhold til spørgsmålet om hvorvidt indsatsen indbyder voksne til at dyrke mere motion, kan der stilles spørgsmålstegn ved, om redskaberne i højere grad tiltaler børn og unge end voksne. Der er uenighed om, i hvor høj grad beboerne har været inddraget i processen omkring motionslegepladsen, men på baggrund af empirien vurderer vi, at beboerne har haft mulighed for at ytre sig og bidrage med synspunkter og ønsker. Forklaringen på hvorfor motionslegepladsen i mindre grad benyttes af nærmiljøets voksne skal måske snarere findes i samarbejdet med udbyderen Elverdal. Derudover må spørgsmålet om nærmiljøets kultur og beboernes adfærd og holdning til udendørs motion også medinddrages. Selvom adspurgte beboere bakkede op om og efterspurgte gratis motionstilbud, er der langt fra holdning til handling. Et sundhedsprojekt drejer sig ikke blot om udbud og efterspørgsel, men også om en grundlæggende kulturel ændring, som på længere sigt kan føre til en adfændsændring hen imod et sundere liv.

### **5.1.2 Zumba og sunde rammer**

Ved Sundt Venskabs opstart blev der blandt beboerne efterspurgt gratis eller billige motionsformer i nærmiljøet (Sundt Venskab, 2013h). Sundt Venskabs mål med at opstarte zumba var derfor at tilbyde et