



INSPIRATION TIL
FOLKETINGETS
SUNDHEDSUDVALG

ARBEJDSPLADSERNE I BEVÆGELSE

NY FORSKNING FRA SYDDANSK UNIVERSITET OM, HVORDAN
OG HVORFOR VI DYRKER FIRMAIDRÆT OG KOLLEGAMOTION

- **Når vi dyrker firmaidræt på arbejdspladserne, kan det mindske ulighed i sundhed**
Deltagelse i firmaidræt er mindre påvirket af socioøkonomiske forhold end i den generelle idræts- og motionsdeltagelse. Uddannelsesniveaue er ikke afgørende i firmaidræt.
- **Arbejdspladserne og firmaidrætsforeningerne er vigtige arenaer for bevægelse for de unge**
Hver femte af alle erhvervsaktive unge (15-29 år) – en gruppe der ofte falder fra i den ordinære foreningsidræt – dyrker motion med kollegerne på arbejdspladsen eller i firmaidrætsforeningerne.
- **Flere mænd end kvinder dyrker firmaidræt**
Arbejdspladsen og firmaidrætsforeninger er gode til at inkludere og tiltrække de erhvervsaktive mænd.

Det viser analyser fra rapporten 'Arbejdspladserne i bevægelse', som Syddansk Universitet har offentliggjort i samarbejde med Dansk Firmaidræt.

Undersøgelsen er den hidtil største kortlægning af danskernes bevægelsesvaner på arbejdspladserne.

Vidste du, at...

- 12,4 % af alle erhvervsaktive danskere dyrker selvorganiseret motion med deres kolleger mindst én gang om ugen?
- 6,8% af alle erhvervsaktive danskere dyrker firmaidræt på deres arbejdsplads eller i en firmaidrætsforening mindst én gang om ugen?



DANSK
FIRMAIDRÆT

Undersøgelsens resultater

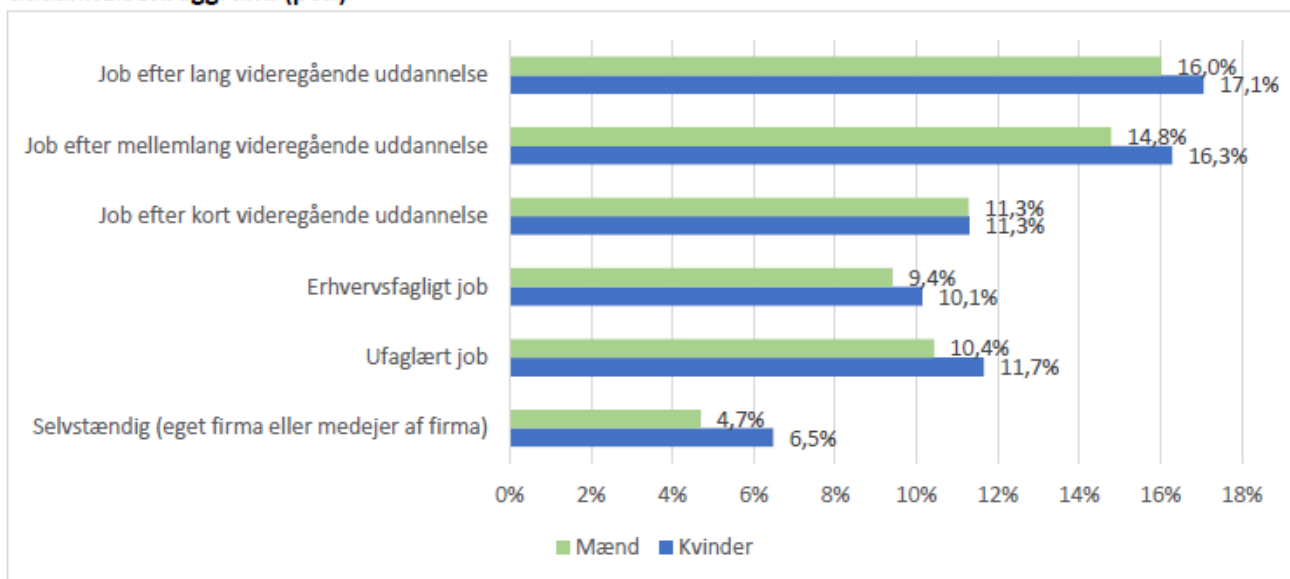
Mindre ulighed i sundhed

– flere er fysiske aktive på arbejdspladsen uanset baggrund

I andre idrætsfællesskaber er der en tydelig sammenhæng mellem uddannelseslængde og idrætsdeltagelse. Når en arbejdsplads tilbyder motion og bevægelse for medarbejderne – eller tager initiativ til fælles aktiviteter – så udlignes denne forskel, og vi danskere er fysisk aktive høj som lav på arbejdspladsen – og uddannelsesniveau spiller en mindre rolle.

Dét kommer ikke kun arbejdspladsen til gode, men også hele samfundet.

Figur 2.2 – Andel af erhvervsaktive kvinder og mænd, der dyrker kollegamotion, fordelt på job- og uddannelsesbaggrund (pct.).



N=83.176

Undersøgelsen fremhæver derfor, at landets arbejdspladser er vigtige sundhedsfremmende arenaer i forhold til at få flere danskere til at leve et aktivt liv, og til at mindske ulighed i sundhed.

Vidste du, at...

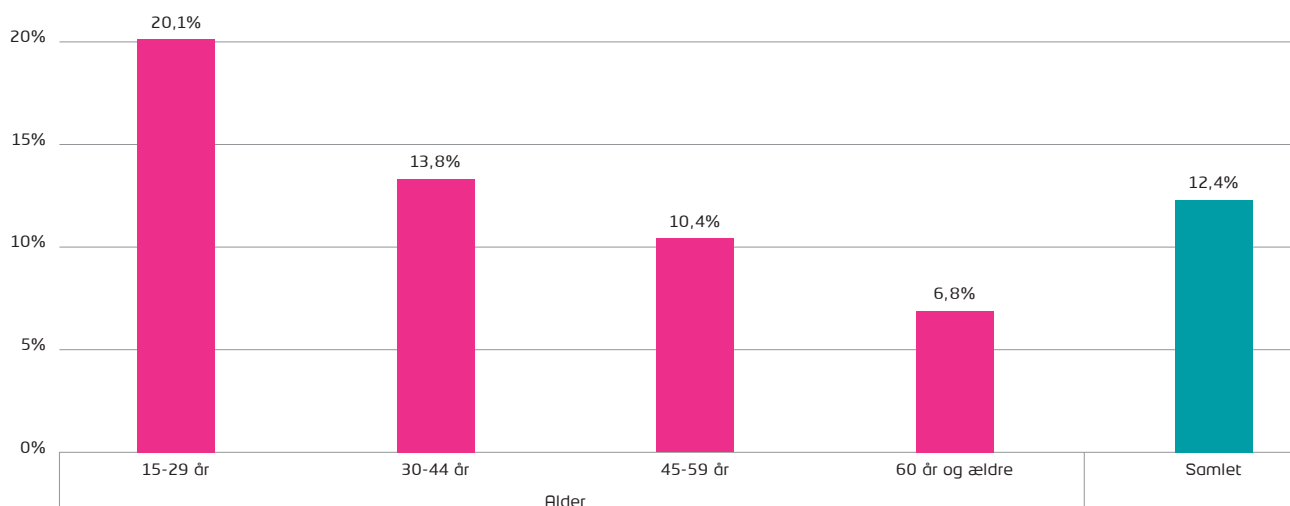
- de mest populære aktiviteter blandt de kollegamotionsaktive er: gåture, styrketræning, konditionstræning og løb?
- blandt de ti mest populære idrætter finder vi også cykling, yoga, friluftsliv, fodbold og crossfit?



Særligt de unge erhvervsaktive dyrker idræt med kollegerne på arbejdspladsen

Undersøgelsen viser, at den aldersgruppe, der er de mest aktive med deres kolleger, er de unge mellem 15 og 29 år. Blandt dem dyrker hver femte motion med kollegerne.

Andelen af erhvervsaktive danskere, der dyrker kollegamotion



Det vidner om, at der er et stort potentiale i at bruge arbejdspladsen og firmaidrætsforeningerne som arena for bevægelse og motion i forhold til at aktivere nogle af aldersgrupper, der ellers falder fra i den ordinære foreningsidræt.

Flere mænd end kvinder dyrker firmaidræt

Hver ottende dansker i job dyrker jævnligt motion med sine kolleger – og knap 7% dyrker firmaidræt på arbejdspladsen og eller i en firmaidrætsforening mindst én gang om ugen.

Hér trækker mændene i førertrøjen. Der er nemlig flere mænd (7,4%) end kvinder (6,1%), der dyrker firmaidræt.

Dét står i modsætning til andre undersøgelser og tyder altså på, at arbejdspladsen og firmaidrætsforeninger særligt er vigtige arenaer og medspillere i forhold til at aktivere de erhvervsaktive mænd.

Om rapporten

- Data i rapporten 'Arbejdspladserne i bevægelse' bygger på den hidtil største kortlægning (mere end 163.000 besvarelser) af danskernes bevægelsesvaner: "Danmark i bevægelse", som Syddansk Universitet står bag – og som er støttet af Nordea-fonden. Heraf angav 83.176, at deres hovedbeskæftigelse er 'erhvervsaktiv', og det er disse data, "Arbejdspladserne i bevægelse" primært bygger på.
- Rapporten er udarbejdet af Syddansk Universitet og støttet økonomisk af Dansk Firmaidræt.



Scan QR-koden
– og dyk ned i uddrag af rapporten.

Organisationerne bag undersøgelsen

Dansk Firmaidræt

Dansk Firmaidræt kæmper for at sætte Danmark i bevægelse på arbejdspladserne og i landets 82 firmaidrætsforeninger.

Dansk Firmaidræt har over 350.000 medlemmer – og bevægede over 180.000 kolleger i 2021 til både fysiske events, kampagner og digitale kollegamotionstilbud.

De fleste af firmaidrættens medlemmer er tilknyttet en lokal firmaidrætsforening via en firmaidrætsklub på deres arbejdsplads eller ungdomsuddannelse. Det er firmaidrætsforeningerne, der udgør forbundets repræsentantskab og som fastlægger forbundets politikker og strategi.

Derudover er der også organiseret 10 landsdækkende brancheforbund under Dansk Firmaidræt – fx Coop Alliancen, Dansk Politiidrætsforbund og SKAT Fritid & Idræt – som også udgør en vigtig del af forbundets medlemsskare.

Dansk Firmaidræt arbejder aktivt med partnerskaber inden for brancheforeninger, fagforbund, patientforeninger og store arbejdspladser.

Dansk Firmaidræt står bag bl.a. Tæl Skridt og Danmarks Motionsuge.

Syddansk Universitet

Syddansk Universitets (SDU) Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund udgav undersøgelsen "Danmark i bevægelse", hvormed SDU ønsker at bidrage til, at flere danskere oplever glæden ved bevægelse og deltager i idrættens fællesskaber til gavn for dem selv og folkesundheden. Dataene fra denne undersøgelse ligger til grundlag for rapporten "Arbejdspladserne i bevægelse".

Kontakt os gerne for yderligere informationer



Bjarne Ibsen
professor, Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund, Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet.
Tlf. 27 28 99 04
bibsen@health.sdu.dk



Peder Bisgaard
formand for Dansk Firmaidræt.
Tlf.: 24 45 30 15
bis@firmaidraet.dk



Merete Spangsberg Nielsen
direktør for Kollegamotion, Dansk Firmaidræt.
Tlf.: 20 97 88 05
msn@firmaidraet.dk



DANSK
FIRMAIDRÆT