

# Senioridræt

- en ny målgruppe for faciliteterne?

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN



# Kontekst

- *...Om 25 år vil der være i omegnen af 500.000 flere danskere i aldersgruppen 60 år og opefter*
- *Seniorerne vil gå fra at udgøre cirka en fjerdedel af befolkningen til at udgøre knap en tredjedel*
- *En stor målgruppe: indflydelse...behov...krav!*
- *Ikke en homogen gruppe – fysiske, sociale og økonomisk forskelle*

# Aldersinddeling



I følge sociologen Henrik Dahl:

- Bliver man i dag betragtet som barn fra 0-9 år
- Man føler sig selv som ung fra 10 til 60 år - *en næsten livslang pubertet fyldt med narcissisme*
- Omkring de 60-80 år oplever man sig selv værende i "den tredje alder"
- Først efter 80 års-fødselsdagen vil mange definere sig selv som gamle

# Fakta og drømme!

- "Mange mennesker på 65 år har i dag en krop som en 45-årig i forhold til for 30 år siden,"



Citat: Lis Puggaard, ph.d. Syddansk Universitet

# Fokus - den tredje alder ..

*....En tredje karriere, hvor seniorer ud over den nyvundne frihed efter fuldtidsjobbet også søger at engagere sig i noget meningsfuldt, der rækker ud over den personlige interesse i et lønnet arbejde eller inden for det frivillige område. I gøremål, hvor der er mulighed for fortsat udvikling og inspiration i et fællesskab med andre.*

*Poul-Erik Tindbæk er ph.d. og projektleder, Aarhus Kommune.*

Tiden, der er tilbage at leve i, manifesterer sig som en stadig mere tydelig opfattelse af, at man ikke er udødelig.

Poul-Erik Tindbæk er ph.d. og projektleder, Aarhus Kommune.

En evig ferie ville være en god definition på helvede«, Bernhard Shaw .

# Ny udnyttelse af eksisterende faciliteter



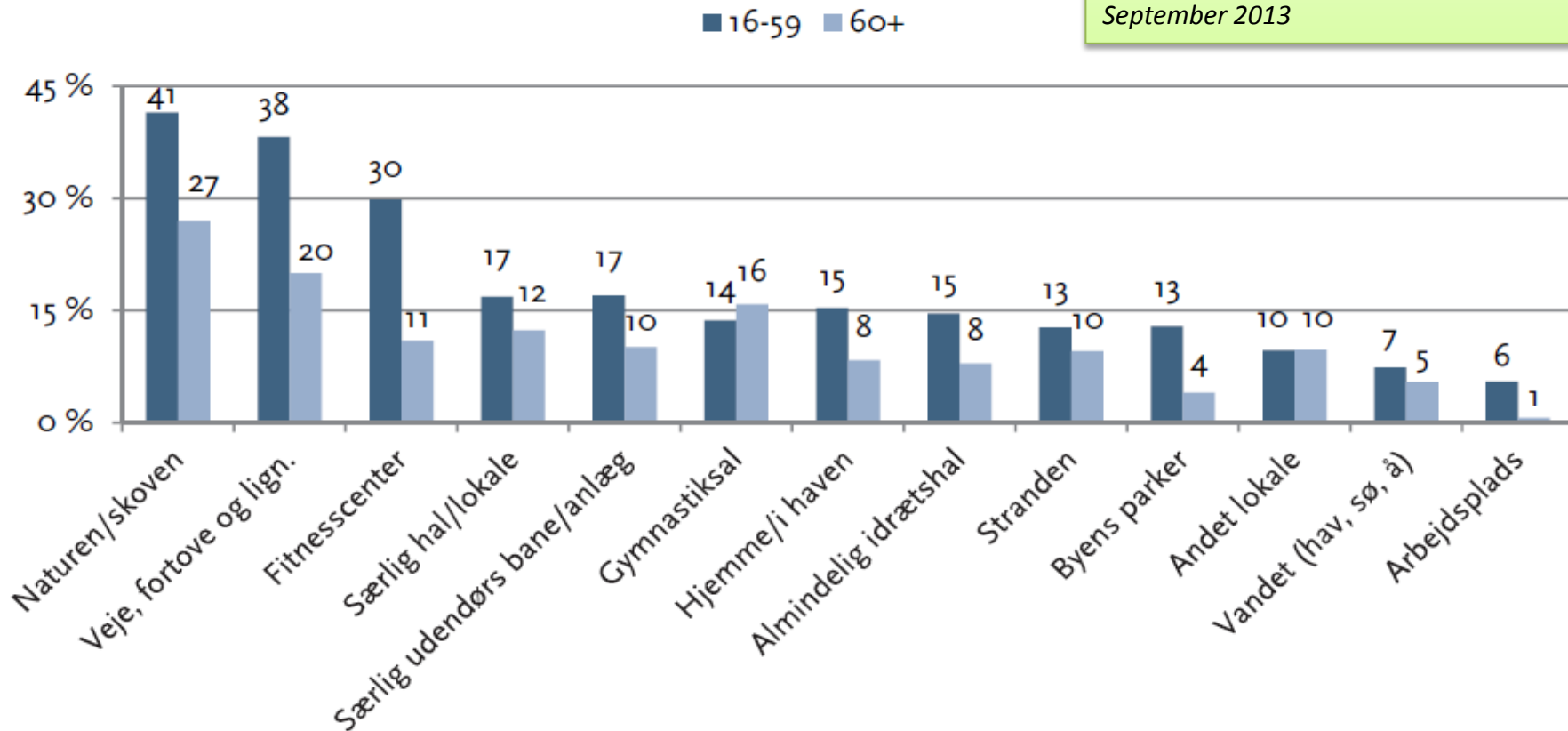
- Seniorer ønsker også at træne i dagtimer og mindre på de sene tidspunkter om aftenen
- Øget kapacitetsudnyttelse – men også kamp om lokaler på skoler f.eks.
- Generationsmødet kan netop finde sted på skolerne
- Rapport om Kulturvaner og faciliteter (2013)

## 60 + gruppen er meget ude!

..De interviewede aktører understreger betydningen af det sociale og fællesskabet som et vigtigt element i seniortilbuddene.

Ditte Toft, Idrættens Analyseinstitut  
September 2013

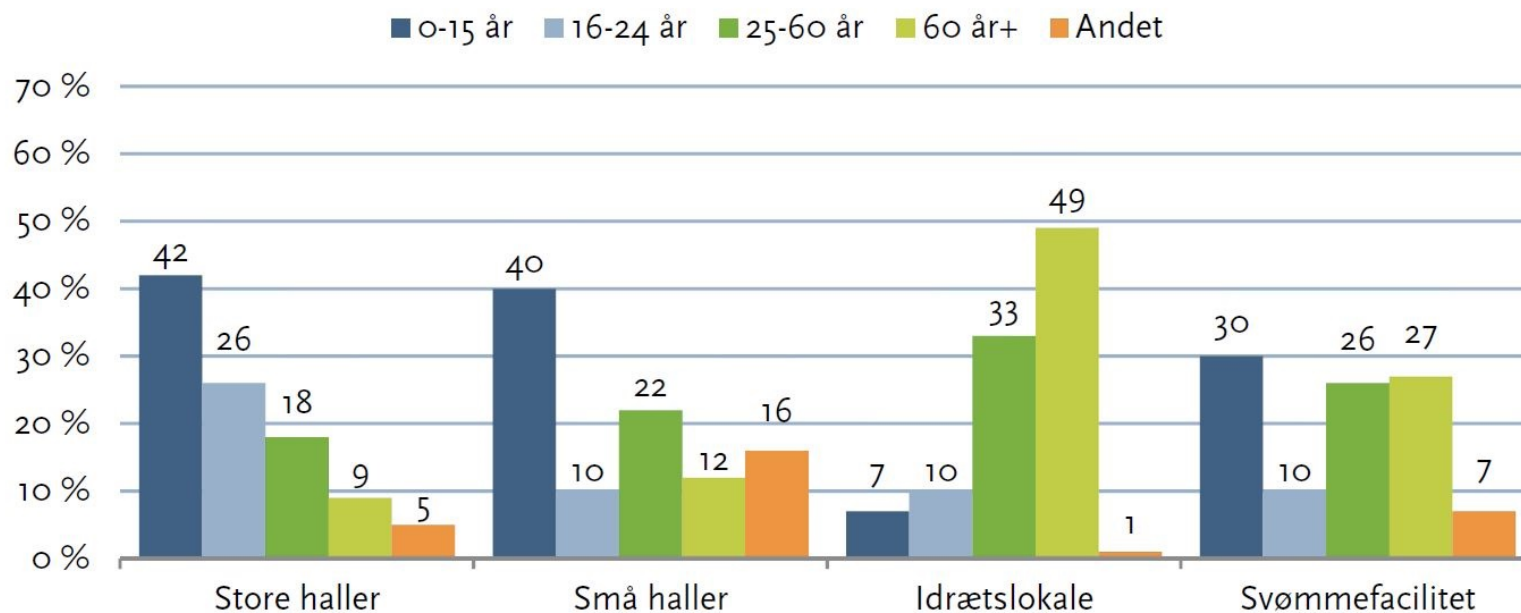
Figur 10: Seniorer er i stor udstrækning aktive udenfor



Beregninger på baggrund af undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2011'.

# Hvilke rammer foretrækkes?

Figur 14: Seniorer benytter i stor udstrækning mindre idrætsfaciliteter



*Indendørs faciliteter som de enkelte aldersgrupper benytter til sport og motion i Rudersdal Kommune. Kilde: Forsberg & Høyer-Kruse 2013.*



# Aktiviteter

Tabel 8: De ti største idrætter blandt voksne, med fokus på 60 år+ (pct.)

	16-59 år	60-64 år	65-69 år	70-74 år	75 år+
Vandreture	20	36	35	37	16
Gymnastik	8	19	22	25	26
Styrketræning	28	14	17	14	9
Cykling <sup>6</sup>	11	16	14	6	4
Svømning	13	9	8	11	11
Jogging/motionsløb	41	14	12	4	2
Golf	5	7	9	9	4
Spinning/kondicykel	13	6	8	7	5
Dans (alle former)	5	6	5	9	5
Aerobic/zumba <sup>7</sup>	15	7	6	5	1

Beregninger på baggrund af undersøgelsen 'Danskernes motions- og sportsvaner 2011'.

# Eksempler



- Den klassiske idrætshal / arena
- Nye tiltag – eksempler på Lokale og Anlægsfondens arbejde

# Idrætshallen



# Den indre by fælled

## / den multianvendelige idrætsfacilitet

- Rum til både de pladskrævende og mindre pladskrævende aktiviteter
- Store, åbne baner kombineret med de mere "private" områder
- Muligt at dumpe ind fra gaden og lade sig inspirere til aktivitet og muligheden for at se på

# DGI-huset i Aarhus

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN





# Sdr. Nissum

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN



# Hallen /storrum







Små rum , lys, fleksibilitet, mange aldre .....

# Gyrstinge beboer- og kulturhus







# Kombinationsmuligheder

Haraldslund

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN



# Idom-Raasted



# Vandkultur



# Naturrum (Kirstinelyst)

Vandreture/udeliv

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN





# Søndermarken

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN

## Liv og lys – løberute/udeliv





# Vinterbadning



# Hasle Havnebad

LOKALE OG  
ANLÆGS  
FONDEN



# Vigtigt med ophold/samvæersmuligheder

LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN



# Vi må videre! – faciliteter til seniorer

*Bygherren: jeg skal bruge "noget", der aktiverer og interesserer de ældre!*

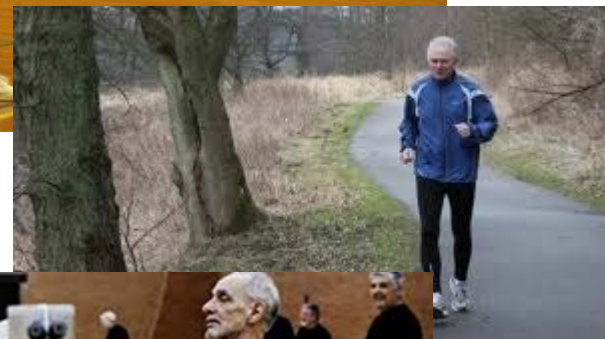


*Arkitekten : Ok, jeg overvejer  
mulighederne og kommer med et bud...*



*...Petanque eller krolf, det er godt,  
.. og så en multibane til de unge ..*





En aktiv, mangfoldig gruppe



Kræver mangfoldige og  
fleksible rammer

En udfordring frem for en  
hæmsko