

Vidensgrundlag og metoden i Børneliv i sund balance



Børneliv i sund balance er et udviklings og implementeringsprojekt. Indsatserne tager afsæt i den eksisterende viden om hvordan børns sundhed og trivsel fremmes. Denne viden bliver i samarbejde med akøtere fra kommuner og lokalsamfund omsat til konkrete aktiviteter praksis der kommer børnene til gavn

Stor social ulighed i sundhed – behov for at tænke nyt

Hvert femte barn i skolealderen har overvægt eller svær overvægt. Der er en betydelig social ulighed i forekomsten af overvægt, og den højeste forekomst ses blandt børn og unge af forældre med få sociale og økonomiske ressourcer. Vidensråd for Forebyggelse har samlet vidensgrundlaget for forebyggelse af overvægt blandt børn og unge og konkluderer, at der på basis af den nuværende forskning ikke kan peges på enkeltstående effektive indsatser, og at der derfor er behov for at tænke nyt. De mest lovende indsatser er langvarige, multikomponente og gennemføres i flere forebyggelsesarenaer (settings), og rapporten peger på, at der kan skabes ny viden om implementeringsmuligheder og effekt ved at kombinere elementer fra sådanne lovende indsatser.

Langvarige helhedsorienterede lokalsamfunds indsatser

Der er internationalt et stigende fokus på lokalsamfundsbaseerede 'whole system approach' indsatser, der arbejder med at skabe sunde rammer og engagere aktører i lokalsamfundet. Børneliv i sund balance er baseret på erfaringer ikke mindst fra tidligere danske lokalsamfundsprojekter samt fra Healthy Weight Programme i Amsterdam, der viser, at forudsætningerne for succes i lokalsamfundsindsatser er inddragelse af lokale aktører, et stærkt politisk lederskab, ledelsesmæssig forankring og ejerskab og en fastholdelse af indsatsen over en længere årrække.

Som lokalsamfundsindsats kan Børneliv i sund balance karakteriseres som et 'parallel track'-projekt, idet et tydeligt forebyggelsesperspektiv, jf. målsætningerne, kombineres med opbygning af kapacitet lokalt til at samarbejde om at udvikle og implementere vidensbaserede indsatser. Den overordnede ide samt målsætningerne blev udviklet på workshops i samarbejde med forskere og kommunale repræsentanter forud for projektstart, mens de konkrete indsatser er udviklet i projektperiodens første år på et stort antal samskabende workshops og møder med deltagelse af de involverede kommunale ledere og medarbejdere og med vidensoplæg, webinarer mv. som udgangspunkt og til inspiration. Foreningsliv og øvrige lokale aktører er blevet involveret i udvikling af indsatser efterfølgende.

En tydelig visuel identitet og tre gennemgående målsætninger

Fra indsatsen i Amsterdam er Børneliv i sund balance blevet inspireret til at have en tydelig visuel identitet, der skaber genkendelighed og synlighed om Børneliv i sund balance og de tre



gennemgående målsætninger målsætningerne i alle de forskellige lokale arenaer, børnene og deres familierne bevæger sig i i hverdagen:

- Leg og bevægelse sammen
- Sund mad og drikke sammen
- Oplevelser og nærhed sammen

Den visuelle identitet går igen i kampagneelementer og i konkrete materialer og redskaber, der udvikles i relation til indsatser til familierne i sundhedsplejen, dagtilbud, skole, idrætsforeninger og andre relevante lokale aktører.

En sund start for nye børnefamilier – indsats i sundhedsplejen

De konkrete indsatser i sundhedsplejen, dagtilbud og skoler tager afsæt i de faglige anbefalinger i Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakker, især vedrørende mad og måltider, fysisk aktivitet, mental sundhed og overvægt. I relation til sundhedsplejens indsatser kommer væsentlig viden desuden fra temarapporter fra Databasen Børns Sundhed (SIF) samt erfaringer fra 21 kommuner med ekstra besøg af sundhedsplejen i de første 1.000 dage hos familier i udsatte positioner. Indsatsen i sundhedsplejen til småbørnsfamilier styrker den almene indsats til alle og omfatter desuden en proaktiv indsats til sårbare familier. Den proaktive tilgang har i flere sammenhænge vist sig lovende til at kunne tilbyde udsatte borgere hjælp til en sundere livsstil, og der inddrages konkrete erfaringer med en proaktiv ammeindsats.

Fremme rammer for sundhed og trivsel i dagtilbud og skoler

Indsatsen i dagtilbud og skoler fokuserer på at skabe sunde rammer for børnene og at styrke forældresamarbejdet om børnenes sundhed og trivsel. I relation til målsætningen om Sund mad og drikke baseres indsatser især på anbefalinger fra forebyggelsespakken vedrørende udarbejdelse af handleplaner for mad og måltider samt at eventuelle madordninger lever op til Fødevarestyrelsens anbefalinger. I relation til Leg og Bevægelse er der fokus på, at alle børn – også bevægelsesuvante og børn i socialt udsatte positioner – bevæger sig i løbet af dagen. De udviklede fælles principper for dagtilbud er inspireret af erfaringer fra Svendborg Kommune, der sammen med Syddansk Universitet og UCL har udviklet en indsats, hvor dagtilbud efterlever handlingsanvisninger, såkaldte "Gazelle-hop", mens den legebaserede undersøgelse i Børneliv i sund balance er inspireret af tidligere erfaringer fra Nyborg Kommune og Viborg Kommune. I indskolingen er der bla. fokus på betydningen af voksenstyrede aktiviteter og læreres rolle som bevægelseskaber, på det aktive frikvarter og aktiv transport samt inddragelse af lokale idrætsforeninger som del af den åbne skole.



Artikler og forskning om Børneliv i sund balance, udgivet pr. januar 2023

- Lokalsamfund som sundhedsfremmende arena - fra politik til praksis, en håndbog udgivet af Sund By Netværket, hvor Børneliv i sund balance er én af casene FINAL_Haandbog_Lokalsamfund_SundByNetvaerk.pdf (sund-by-net.dk)
- Strategisk ledelse af samskabelse - en hårfin (magt)balance. Johanne Frøsig Pedersen, Kirsten Schultz Petersen og Charlotte Overgaard. LEDERLIV – inspiration til livet som leder, 2022. Link: Strategisk ledelse af samskabelse – en hårfin (magt)balance | lederliv
- Mere bevægelse i dagtilbud: Fælles ansvar for et Børneliv i sund balance gennem samarbejde mellem dagtilbud og lokalsamfund. Karen Eriksen, Kristina Thitgaard Poulsen & Tine Curtis. MOV:E, nr. 13 2022.

Væsentligste referencer ifm. vidensgrundlag

Carlsen EM, Kyhnaeb A, Renault KM, Cortes D, Michaelsen KF, Pryds O. Telephone-based support prolongs breastfeeding duration in obese women: a randomized trial. American Journal of Clinical Nutrition 2013;98(5):1226–1232.

Foxvig I, et al. Projekt Sundhed og Lokalsamfund – SoL. Integrerede indsatser for at fremme sundheden blandt børnefamilier i udvalgte lokalsamfund på Bornholm og i Odsherred. Steno Diabetes Center, 2016

Hawkes C. What can be learned from the Amsterdam Healthy Weight programme to inform the policy response to overweight in England? Obesity Policy Research Unit, London, 2017.

Laverack G, Labonte R. A planning framework for community empowerment goals within health promotion. Health Policy and Planning; 2000, 15(3): 255–262.

Statens Institut for Folkesundhed. Temarapporter fra Databasen Børns Sundhed. Amning, 2016; Overvægt, 2017; Mad og måltider, 2017; Herkomst og sundhed, 2018; Motorisk udvikling i det første leveår, 2019.

Sundhedsstyrelsen. Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakker, 2012-2018. Sundhedsstyrelsen. Forebyggelse i nærmiljøet - Kommunale erfaringer, 2015. Sundhedsstyrelsen. Omgivelsernes betydning for fysisk aktivitet – litteraturstudie af byens indretning og betydningen for fysisk aktivitet, 2019.

Sundhedsstyrelsen og Niras. Sundhedsplejebesøg de første 1.000 dage hos familier i udsatte positioner og i dagtilbud. Tværgående midtvejsevaluering af et projekt i 21 danske kommuner, 2021.



Svendborg Kommune. Koncept for aktive børn i dagtilbud, sundere gladere og klogere børn, 2016.

Toftager M, et al. Det aktive frikvarter. Center for Interventionsforskning, Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, 2019.

Tofft-Jørgensen L. DIF get2sport - Effekten af foreningsidræt i udsatte boligområder. Danmarks Idrætsforbund, 2017.

UC syd og Syddansk Universitet, temarapporter MOV:E, Bevægelse i skolen, 2021, Sundhed, 2020, Implementering 2018-2021.

Vidensråd For Forebyggelse. Forebyggelse af overvægt blandt børn og unge, 2021.