

A group of young people are seated around a long table in a room with whiteboards. A woman in a dark blue shirt is standing and pointing at a whiteboard, presenting to the group. The whiteboard has diagrams and sticky notes. The room has a large skylight and a projector screen.

DGI Storstrømmen

Søren Frandsen - kano, kajak & SUP
Bjarne Malmros - foreningsudvikling

”Hvem er du, og hvor startede du som ung frivillig?”

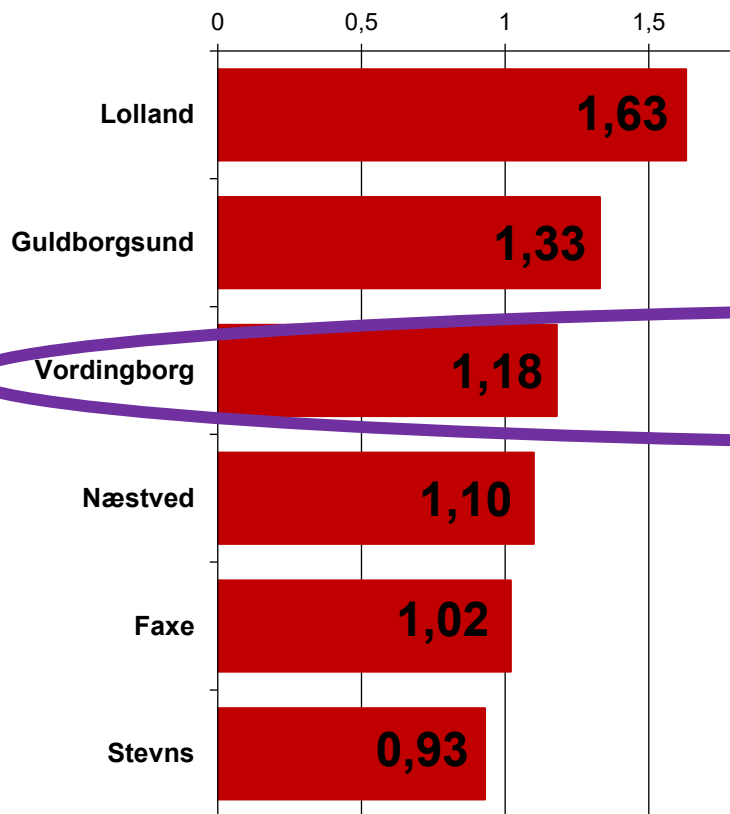
State of the Union – Vordingborg Kommune

- De næste 10 år forventes et fald i aldersgrupperne under 67 år, mens der forventes en stigning i aldersgrupperne fra 67 år og opefter. Der er en tendens mod færre skolebørn, færre erhvervsaktive i alderen 16-64 år og flere ældre, med særligt store stigninger i aldersgruppen 80+ år.

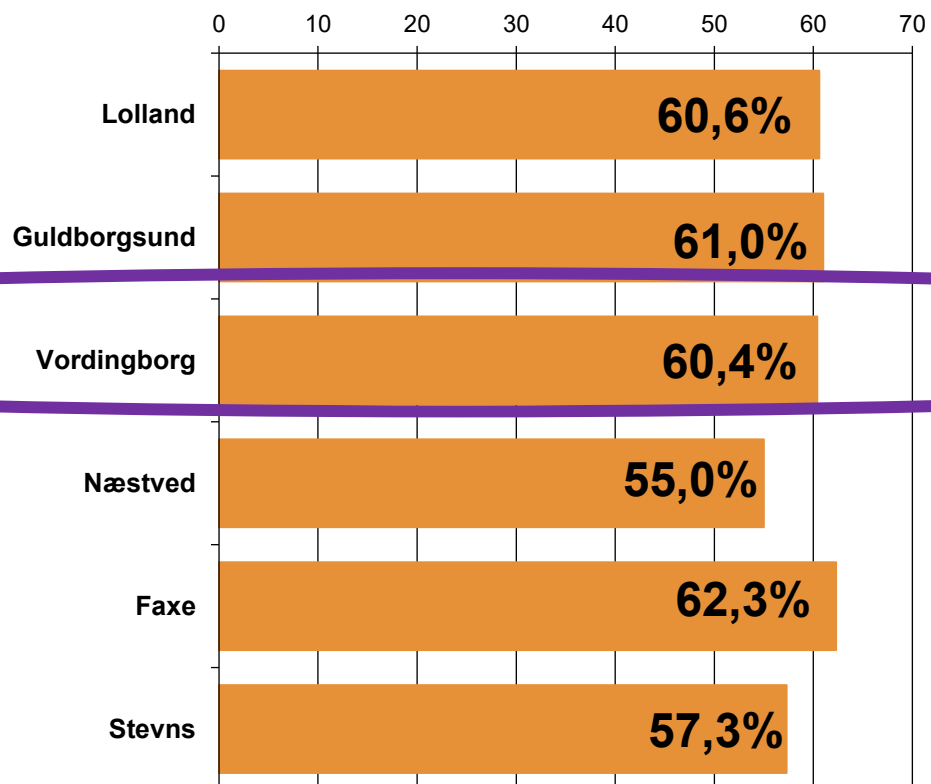
Aldersgruppe	2026	2037	Udvikling (abs)	Udvikling (pct)
0-2 år	927	883	-44	-4,8%
3-5 år	1.048	1.001	-47	-4,5%
6-16 år	4.630	4.305	-325	-7,0%
17-24 år	3.459	2.975	-484	-14,0%
25-59 år	17.486	16.277	-1.209	-6,9%
60-66 år	5.162	4.687	-475	-9,2%
67-79 år	8.365	8.861	496	5,9%
80-89 år	3.312	3.869	557	16,8%
90+ år	446	852	406	91,0%
I alt	44.835	43.712	-1.123	-2,5%

- Vordingborg Kommune er økonomisk presset og ligger under landsgennemsnittet på flere velfærds- og indkomstparametre. Borgerne har en gennemsnitlig disponibel indkomst og formue under gennemsnittet for Danmark, og kommunen modtager jævnligt særtilskud fra staten for at få budgettet til at hænge sammen.

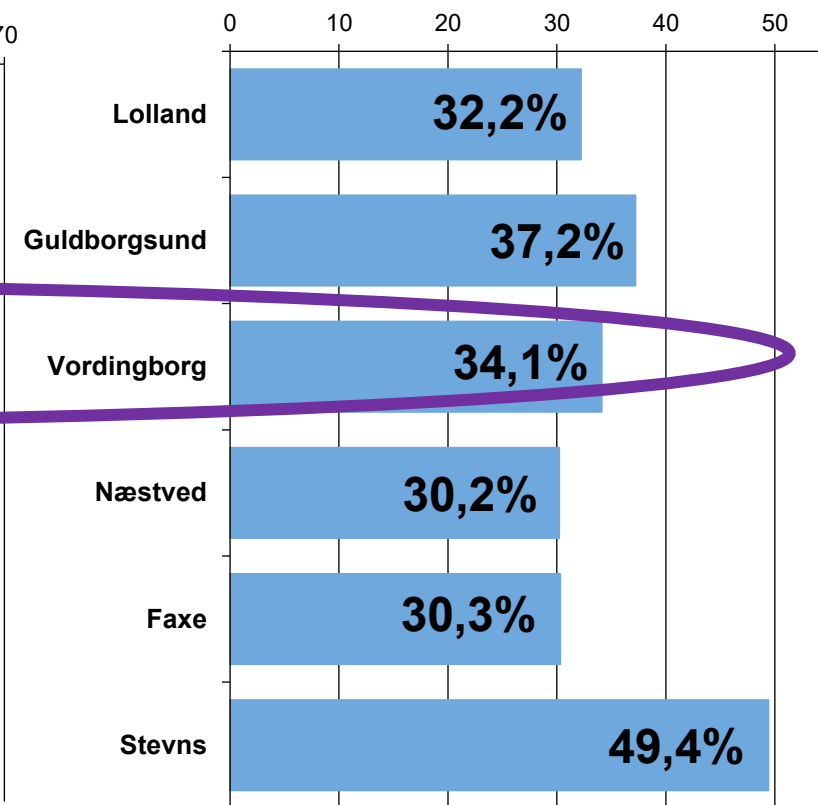
Socioøkonomisk indeks 2025



Ikke lever op til WHO-anbefalinger for fysisk aktivitet



Medlemstæthed



**Dagens tema:
Det gode ungeliv – flere
unge i aktive fællesskaber**

A group of young people are running on a track inside a large indoor sports hall. The track is made of wooden planks and has white markings. The young people are wearing various athletic clothing like t-shirts, shorts, and leggings. They are all smiling and looking towards the camera. In the background, there are wooden bleachers and a brick wall. A red and white striped barrier is visible on the left side. The overall atmosphere is energetic and positive.

Kend de unge

Livsfaser – hvem er de unge?



Baby



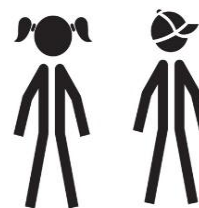
Tumling



Børnehavealder



Tidlig skolealder



Tweens



Teens



Identitet



Eablering



Familie med små børn



Familie med skolebørn



Familie med teens



Selvrealisering

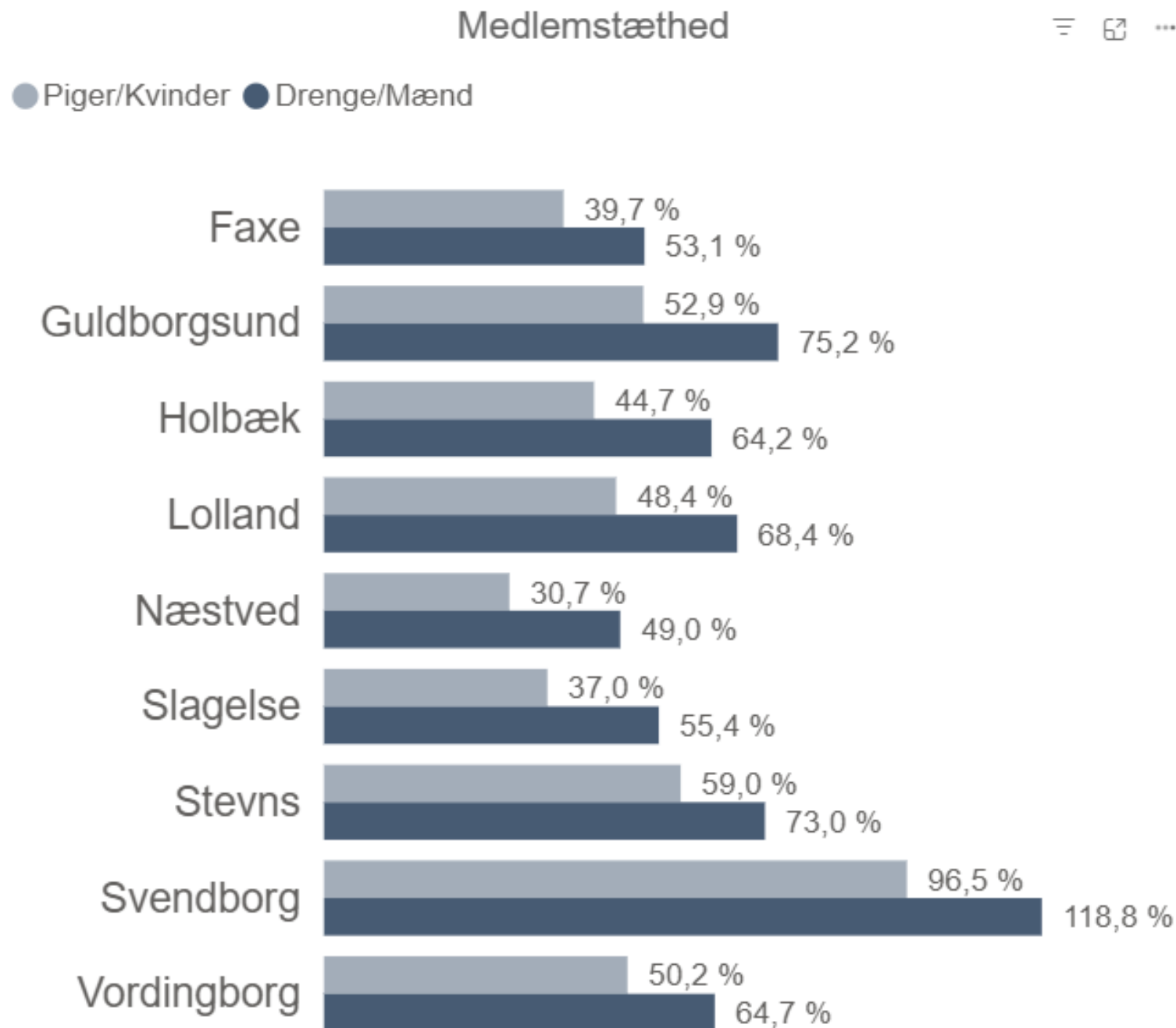


Ny senior



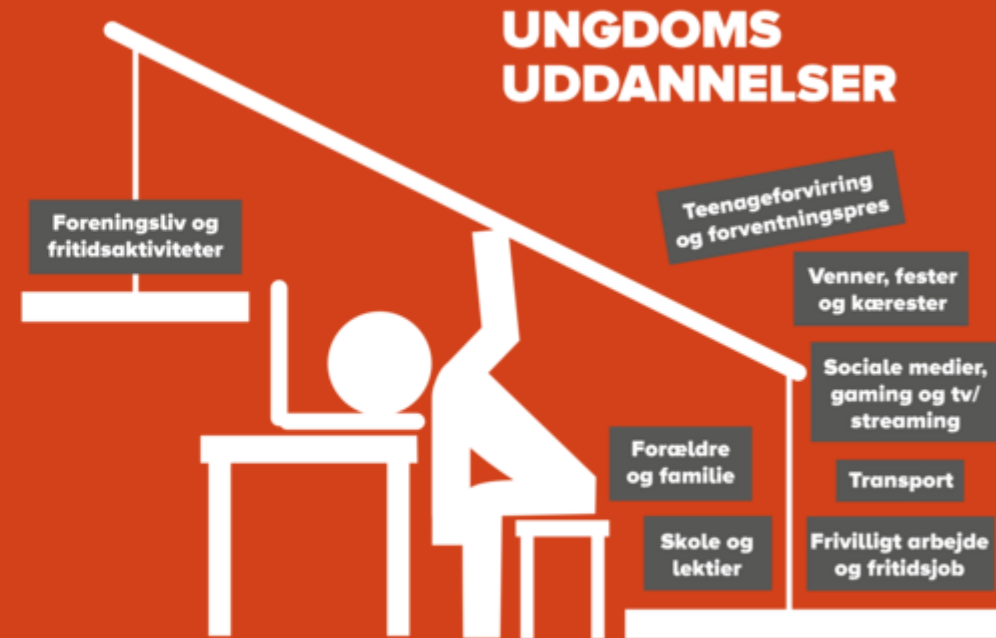
Rutine senior

Medlemstæthed i 2025 for 13-24 årige



Unge hverdagsliv

Unge mister ca. 11 timers fritid om ugen når de efter folkeskolen starter på en ungdomsuddannelse



Typiske fordele for foreningen

- Ambassadører, der kan få flere unge med
- Få besat træner- og hjælpetrænerposter
- Få løst ny type opgaver kommunikation, digitalisering, bæredygtighed
- Nye aktiviteter og events
- Udvikling og nye perspektiver et udefra-ind perspektiv på egen forening



Typiske fordele for unge

- Spændende og sjove opgaver
- Venner og netværk
- Læring og udvikling – en øvebane
- En meningsfuld rolle - sagen i fokus
- Mulighed for at realisere sig selv. Fortællingen om "mig"
- Kompetencer og CV



Hvad vil du gerne arbejde med?

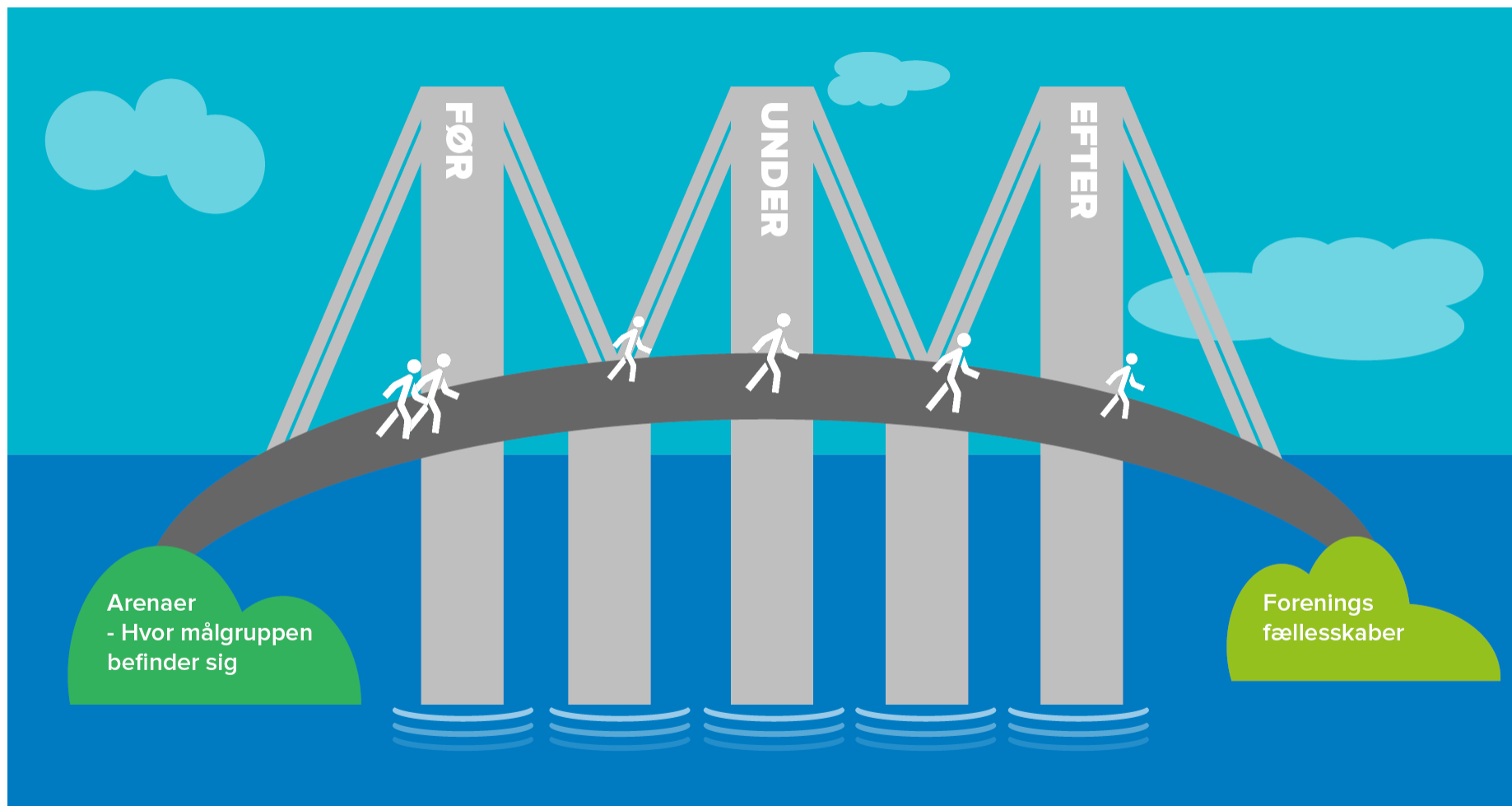
1. Bæredygtighed og klima: 38%
2. Besøgsven og mentor: 37%
3. Leg og bevægelse: 32%
4. Cafe og væresteder: 32%
5. Lektiehjælp: 30%
6. Træning og idræt: 24%
7. Flygtninge og integration: 21%
8. Praktisk arbejde: 17%
9. Bestyrelse og strategi: 16%

A group of young people, including two girls and two boys, are running on a wooden track inside a large indoor sports hall. They are all smiling and looking towards the camera. The background shows the high ceiling and brick walls of the gymnasium. A semi-transparent orange banner is overlaid across the middle of the image, containing the text.

Hvordan engagerer vi de unge?

Unge motivation for idræt





Familie/andre
betydningsfulde voksne

DGI



UNG

BROBYGNING



SKOLEN



FORENINGEN

KOMMUNE

LOKALOMRÅDE



Jeg forstår ikke, at konkurrencen i sport skal være så stor. Kan vi ikke bare slappe af og give plads til at lære nye ting? Jeg begyndte ikke på det her hold, fordi jeg ville være professionel. Jeg begyndte, fordi jeg ville lære nye ting og møde nye mennesker. Jeg elsker at svømme. Det er ikke en konkurrence, hvor jeg skal være bedre end andre.

Jeg tror, det er det der er med sport lige nu hos os unge. Vi skal være bedst i alt, og ikke bare have det sjovt og lære nye ting. Jeg tror det er noget, vi skal huskes på nogle gange [at have det sjovt og lære nye ting], selv trænerne skal huskes på det nogle gange.

- Ung på nybegynderhold



DGI

**Skal vi arbejde med
unge på kanten?**

Bag om mistrivslen: Mange unge oplever et forventnings- og præstationspres fra dem selv og andre

61 pct.

Føler sig ofte eller hele tiden presset af egne eller andre forventninger.

87 pct.

Føler i nogen, høj eller meget høj grad, at de skal præstere noget særligt for at være gode nok.

73 pct.

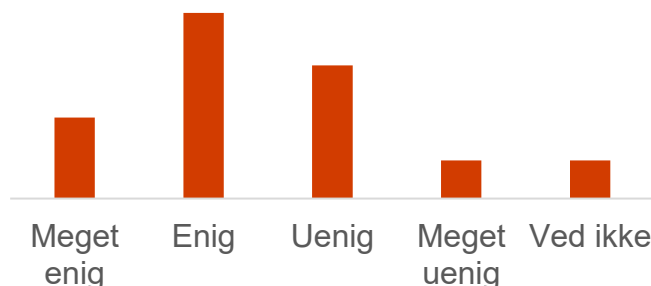
Svarer, at det pres, de føler, kommer fra dem selv. 45 pct. Svarer, at det kommer fra hhv. skolen og samfundet.

Piger

Oplever i højere grad end drenge præstations- og forventningspres

Kilde: "frirum som værn mod mistrivsel", Mandag Morgen & DUF, 2022

Jeg føler kun, at jeg er god nok, når jeg har succes på næsten alle områder af mit liv(fx skole/job, venner, fritidsaktiviteter, udseende).



Kilde: Psykiatrifonden, 2021: "En undersøgelse af selvværd og oplevelse af pres blandt 16-24-årige"

Idrætsforeningernes muligheder for at imødekomme trivselsudfordringen

1.

At børn sikres lige adgang til forenings- og fritidsfællesskaber

2.

Præstationsfrie rum er vigtige for, at unge kan opleve at være sammen om noget uden at skulle noget bestemt

3.

Lettere adgang til fællesskaber som middel mod individualiseringen

De tre S'er

SJOV

Motivationen for at være med

SAMMEN

Vi skaber rammer, hvor vi løfter i fællesskab

SAGEN

Mening: Hvorfor gør vi det?

Vi gør det fordi
det er **sjovt!**

Vi gør det
sammen
som et hold!



Unge er i langt højere grad motiveret af at løse frivilligopgaver sammen som en gruppe. Gør derfor opgaverne delbare og del ansvaret mellem flere.



Noget man brænder for. Det kan være lokalsamfundet, klima, medborgerskab, glæden ved at give gode oplevelser til andre...

Fælles veje:

Det gode eksempel

Hvordan bygger vi broerne i fællesskab, så flere unge får lyst til at engagere sig i foreningslivet?

Tak for i dag 😊