



Til Folketingets Sundhedsudvalg

Dato: 1. februar 2024

DGI's arbejde for mental sundhed blandt børn og unge

Først og fremmest godt nytår.

Motiverende og meningsfyldte aktiviteter i de lokale foreningsfællesskaber bidrager til børn og unges sundhed. Både den fysiske og den mentale.

Med denne henvendelse vil vi gerne fortælle om, hvordan vi i DGI har integreret og arbejder med "ABC for mental sundhed". Idrætsforeningerne skal være frirum fra perfektionskulturer og overdrevne præstationspres.

Som en stærk forskningsbaseret sundhedsfremmeindsats er det derfor naturligt for DGI at integrere ABC for mental sundhed i den måde, vi udvikler de danske idrætsforeninger på. Det sker i et tæt samarbejde med Københavns Universitet.

Siden 2018 har over 8.600 frivillige trænere og ledere fra over 1.000 foreninger deltaget i DGI's kurser, hvor ABC for mental sundhed har været omdrejningspunktet. Alene i 2023 har flere end 3.000 frivillige trænere og ledere fået redskaber og viden, der bygger på ABC-metoden.

ABC for mental sundhed er én vigtig tilgang blandt flere, når vi i DGI hvert år kompetenceudvikler idræt for børn og unge og uddanner tusinder af frivilligere trænere og instruktører. DGI's arbejde med netop ABC indgår også i Sundhedsstyrelsens gennemgang af, hvordan fritidsfællesskaber kan fremme unges mentale sundhed. I disse år indgår vi også i kommunale netværk for at inspirere og selv blive inspireret.

Vi har udviklet klare anbefalinger til motiverende børneidræt og siger tydeligt fra over for live-streaming af de aktiviteter i unges hverdag, der skal være naturlige frirum. I DGI har vi, i tæt samarbejde med kommunerne, også målrettede aktiviteter gennem vores Jump4Fun-hold for de børn, der har fysiske, kognitive eller sociale udfordringer (f.eks. overvægt eller angst), og som ikke trives på traditionelle foreningshold.

Vi håber, at I har lyst til at læse med.

Med venlig hilsen

Charlotte Bach Thomassen