

Referat af møde i Opgaveudvalg En times motion dagligt

**Mødetidspunkt 10-06-2020 19:30
Mødeafholdelse Gentofte Rådhus**

**Protokollen blev læst
og mødet hævet kl.: 21:00**

Tilstede:

**Brigitta Volsted Rick, Pia Nyiring, Bente Frimodt-Møller, Charlotte Glahn,
Lisbeth Blak-Lunddahl, Lukas Byca, Michael Fenger, Odd Rune, Peter Arne
Sørensen, Ulla Schmidt Nielsen og Trine Nørklit Jørgensen**

Fraværende:

**Jeanne GuldbRAND Toxværd, Kirsten Henriksen, Kirsten Varming og Lisa Vork
Borchert.**

Indholdsfortegnelse

Opgaveudvalg En times motion dagligt

10-06-2020 19:30

1 (Åben) Opgaveudvalget En Times Motion Dagligt, femte møde 10. juni 2020	3
Offentlig titel	3

1 (Åben) Opgaveudvalget En Times Motion Dagligt, femte møde 10. juni 2020

Offentlig titel

Sags ID: EMN-2019-05903

Resumé

Opgaveudvalget holder d. 10. juni 2020 sit femte møde.

På mødet skal opgaveudvalget genoptage arbejdet med at udforme anbefalinger til, hvordan der skal arbejdes med visionen om En Times Motion Dagligt.

Opgaveudvalget skal drøfte principper for adfærdsdesign i forhold til at motivere til mere idræt og bevægelse.

Baggrund

Formålet med opgaveudvalget er at bidrage til, at alle borgere i Gentofte Kommune er fysisk aktive en time om dagen, og at bevægelse er integreret i hverdagen.

Opgaveudvalget har til opgave at:

- Styrke Gentofte Kommunes indsats med En Times Motion Dagligt.
- Levere indsigt og viden om de væsentligste faktorer, der kan motivere de mindst aktive borgere i at bevæge sig en time om dagen.
- Identificere de væsentligste aktører, der kan hjælpe med at Gentofte Kommune når målet om en times motion dagligt.
- Formulere innovative og praktisk realiserbare projekter, der kan afprøve nye tilgange til at skabe bevægelse en time om dagen for udvalgte målgrupper.

Målet med opgaveudvalgets femte møde er at arbejde videre med anbefalingerne til hvordan En Times Motion Dagligt kan løftes. Opgaveudvalget skal drøfte viden om adfærdsdesign i forhold til eksisterende viden om motiverende faktorer for bevægelse.

Dagsorden for femte møde i opgaveudvalget En Times Motion Dagligt:

- Velkomst
- Status på opgaveudvalgets proces
- Oplæg om adfærdsdesign af Maja Holm, DGI
- Drøftelse adfærdsdesign og motiverende faktorer
- Tak for i dag

Opgaveudvalget afholder næste møde:

- Mandag den 7. september 2020 kl. 17.00-19.00

Indstilling

Børn og Skole, Kultur, Unge og Fritid indstiller

Til opgaveudvalget En Times Motion Dagligt

- At udvalget drøfter motiverende faktorer i sammenhæng med viden om adfærdsdesign

Tidligere beslutninger:

.

Beslutninger:

Opgaveudvalget En Times Motion Dagligt holdt sit femte møde i Rådhushallen. Formanden Brigitta Volsted Rick bød velkommen til mødet. Mødet startede med at gøre status over betydningen af covid-19 for opgaveudvalgets planlagte proces. Som konsekvens af afbrydelsen marts-juni forlænges opgaveudvalgets møderække frem til januar 2021.

Maja Holm, fra DGI Bevæg Dig For Livet introducerede adfærdsdesign i forhold til at skabe mere bevægelse i hverdagen. Målet er at gøre det nemmere at komme fra intentionen om motion til faktisk handling. Principperne i Bevæg Dig For Livets koncept går på at få dybt kendskab til målgruppen og identificere alle de mulige barrierer. Dernæst skal der skabes handlingskæder ved at 1) gøre det nemt, 2) bruge den rette tid og kontekst og 3) arbejde med motivation.

Opgaveudvalget arbejder videre med principperne i udarbejdelse af anbefalinger til Kommunalbestyrelsen.

Bilag

.