



CENTER FOR **SUNDT  
LIV &  
TRIVSEL**

# Handleplan 2024 - 2026

# Indhold

Introduktion.....	3
Datagrundlag.....	4
Normer .....	4
Årsager.....	4
Rammer og tilbud.....	5

## Introduktion

Center for Sundt Liv og Trivsel har en ambitiøs vision om **sund vægt og trivsel for alle børn og unge**. Det kræver en lige så ambitiøs handleplan.

Centrets handleplan for perioden 2024-2026 indeholder en række aktiviteter og projekter, som ved hjælp af redskaberne **sundhedsfremme, forebyggelse, social lighed og nul stigma** skal medvirke til at opfylde visionen. Vi har samlet aktiviteterne i følgende flagskibe:

- **Idealkommune:** Vi vil stræbe efter at skabe samfundsstrukturer, rammer og tilbud, der sikrer sund vægt og trivsel – sammen med kommuner og andre aktører.
- **Kropskultur:** Vi vil arbejde for at fjerne fordomme, skubbe til normer, skabe inkluderende miljø og kropsglæde blandt børn og unge.
- **Vægtmysteriet:** Vi vil skabe mere viden om årsager til udvikling af høj vægt, herunder fars betydning og social ulighed.

Handleplanen afspejler kompleksiteten og udfordringerne, vi står overfor i arbejdet med børns vægt- og trivsel. Der findes ingen enkeltstående forståelsesramme eller metode, der er tilstrækkelig. Derfor trækker vi på forskellige forskningsparadigmer og benytter en bred vifte af metoder, lige fra dyrestudier over kvalitative eksplorative afdækninger, epidemiologiske undersøgelser og kontrollerede forsøg til kampagnegreb. Udvalgt efter hvad vi ønsker at få svar på – og handle på.

Centret vil spille en aktiv rolle i alle projekter. Størstedelen af dem er af typen 'Strategisk', hvor vi, på baggrund af et grundigt forarbejde, vil drøfte samarbejder med relevante forskningsmiljøer i ind- og udland, fx via tilbud. Der vil dog også være projekter, der kommer i 'Åbent opslag' samt projekter, vi arbejder med 'Internt' eller bestiller i en 'Konsulentaftale'.

Udover den vidensdeling, der er en integreret del af de enkelte projekter, gennemfører vi i hele centrets levetid vidensdeling- og kommunikationsaktiviteter, som for eksempel rådgivning inden for forskningsformidling til bevillingsmodtagere, konferencer og Morning Talks, samt interessevaretagelse, visuel identitet, sociale medier, hjemmeside og nyhedsbreve og presse for centret.

Handleplan 2024-2026 er drøftet og besluttet af centrets bestyrelse og sætter rammen og retningen for centrets arbejde de kommende tre år.

De følgende sider er et resumé af den samlede handleplan, som er struktureret efter fire fokusområder:

1. Datagrundlag
2. Årsager
3. Normer
4. Rammer og tilbud.

## Datagrundlag

Formålet med fokusområdet 'datagrundlag' er at indsamle data om børn og unges sundhed, herunder vægt og trivsel fra før undfangelse til ungdom, der skal sikre løbende monitorering og evaluering, og understøtte kvalitetsudvikling og forskning.

Med opstart i 2024 arbejdes med:

- **Bedre datagrundlag for børn og unge.** Formålet er at støtte arbejdet med udvikling og gennemførelse af en samlet database for børn og unge (0-25 år). Der skal indtænkes en bæredygtig finansieringsplan.
- **Udvikling og gennemførelse af spørgeskemaundersøgelse blandt forældre.** Formålet er at udvikle og gennemføre en national spørgeskemaundersøgelse vedr. forældres oplevelser, ressourcer og udfordringer i forhold til deres børns sundhed, trivsel og vægt. Denne udsendes til en repræsentativ del af danske forældre.

## Normer

Formålet med fokusområdet 'normer' er at undersøge og afklare definitioner og samfundets normer og holdninger til vægt og trivsel med det formål at reducere fordomme og fremme en hensigtsmæssig kultur omkring krop, vægt og trivsel.

Med opstart i 2024 arbejdes med:

- **Udvikling og afprøvning af indsatser målrettet kropsoptagelse.** Formålet er at afdække, udvikle og afprøve indsatser og initiativer, der skal fremme sund kropsoptagelse/kropspåskønnelse blandt børn og unge.
- **Undersøgelse af håndtering af vejningssituationer.** Formålet er at afdække, hvordan vejning italesættes, håndteres og opleves.
- **Afdækning af børn og unges sprogbrug om vægt og trivsel.** Formålet er at undersøge, hvordan børn og unge taler om krop, vægt og trivsel; særligt til brug for centrets vidensdeling/kommunikation.
- **Afdækning af begreber og indsatser – trivsel.** Formålet er at undersøge, hvordan børn og unge selv definerer trivsel og mistrivsel samt viden om eksisterende virksomme indsatser målrettet børn og unges trivsel.
- **Nye normtal for the 'Strengths and Difficulties Questionnaire'.** Formålet er at udvikle nye og mere retvisende/repræsentative normtal til brug for fremtidige studier, herunder sammenhæng mellem vægt og trivsel, udarbejdes på baggrund af eksisterende datakilder, nye normtal på et større og mere repræsentativt materiale.

## Årsager

Formålet med fokusområdet 'årsager' er at undersøge faktorer af betydning for vægt og trivselsudfordringer hos børn og unge inklusive samspillet mellem disse for at understøtte målrettede initiativer.

Med opstart i 2024 arbejdes med:

- **Far: Undersøgelse af sammenhængen mellem fars sundhed og barnets vækst.** Formålet er at undersøge potentielle medierende effekter af sundhedsadfærd på sammenhængen imellem faderens vægt inden undfangelsestidspunktet og barnets vækst og udvikling.
- **Far: Påvirkeligheden af sædcellens epigenetik.** Formålet er gennem en dyremodel at undersøge, om optimeret sundhedsadfærd, med særlig fokus på kost, fysisk aktivitet og søvn,

kan fremme sædcellens epigenetik med henblik på en gavnlig transgenerational effekt på afkommets egen epigenetik og metaboliske profil.

- **Undersøgelser af sammenhænge mellem vægt og trivsel.** Formålet er at foretage en litteraturgennemgang samt gennemførelse af længdesnitsanalyser baseret på eksisterende kohortedata.
- **Analyser af betydning af social ulighed for udvikling af høj vægt.** Formålet er at foretage analyser af eksisterende kohortedata af mekanismer, der kan forklare den sociale ulighed i høj vægt.
- **Analyser af faktorer, herunder samfundsmæssige, der har haft betydning for vægtudvikling.** Formålet er at foretage en detaljeret gennemgang af sammenhængene mellem udviklingen i en lang række potentielt fremmende faktorer og fedmeepidemiens start i forskellige lande i verden.
- **Undersøgelse af om unge med høj vægt har forskellige livsmuligheder end unge med normal vægt.** Formålet er at foretage analyser af vægts betydning for unges livsmuligheder, herunder uddannelsesfrafald. Baseret på eksisterende kohortedata.
- **Langtidseffekt af intervention før og under graviditet på barnets/den unges vækst og udvikling.** Formålet er at foretage langtidsopfølgning af børn fra allerede gennemførte interventioner med indsats før og under graviditeten, hvor undersøgelser af vægt og trivsel indgår som væsentlige elementer.
- **Udvikling og afprøvning af intervention om effekt af forskelligt proteinindtag under graviditeten for barnets vægt og udvikling.** Formålet er i et lodtrækningsforsøg at undersøge effekterne af et optimalt, kontra forventet suboptimalt proteinindhold hos kvinder under deres graviditet på barnets vækst og udvikling.

## Rammer og tilbud

Formålet med fokusområdet 'rammer og tilbud' er at undersøge rammer omkring og tilbud til børn og unge med henblik på at identificere forbedringsmuligheder, igangsætte og evaluere målrettede initiativer.

Med opstart i 2024 arbejdes med:

- **Udvikling og afprøvning af et kommunalt systemorienteret, datadrevet og samskabende trivselsprojekt.** Formålet er at udvikle, implementere og evaluere en systemorienteret, datadrevet og samskabende metode til trivselsfremme og forebyggelse i en kommune. Evalueringen vil desuden fokusere på kropopfattelse og vægt.
- **Udvikling af kommunalt systemorienteret partnerskabsprojekt om sund vægt og trivsel blandt børn.** Formålet er via et stærkt partnerskab at arbejde målrettet med samskabelse og systemforandringer i en hel kommune med henblik på at fremme sund vægtudvikling og trivsel.
- **Nationalt partnerskab: Kun Vand.** Formålet er at stifte et nationalt partnerskab, der skal sikre adgang til gratis drikkevand til børn og unge.
- **Sunde tumlinger og børnehalebørn.** Formålet er at igangsætte et samarbejdsprojekt, der skal udvikle, implementere og evaluere indsatser målrettet dagtilbud med henblik på at fremme trivsel og sund vægtudvikling hos 2-6-årige børn.
- **Ekstra idræt og bevægelse i skoletiden.** Formålet er at tilpasse, implementere og evaluere en indsats med ekstra idrætstimer og bevægelse i folkeskolen.
- **Evaluering af en hospitalsbaseret non-farmakologisk behandlingsmetode.** Formålet er at evaluere Holbækmodellen som behandling af svær overvægt blandt børn. I projektet udføres en mix-methods evaluering.
- **Udvikling af indsats, der kan føre til optimeret sundhedsadfærd blandt gravide.** Formålet er at foretage litteraturafdækning samt kvalitative afdækninger. Indsigterne vil indgå i en

samskabelsesproces med relevante fagprofessionelle samt gravide med henblik på at udvikle en indsats, der efterfølgende kan implementeres og afprøves i praksis.

- **Afdækning af betydning af indsatser målrettet graviditet og spædbørn for vægtudvikling og trivsel under graviditet og tidlig barndom.** Formålet er at foretage en gennemgang og evt. supplerende kvalitative og kvantitative undersøgelser til at afdække evidens, igangværende indsatser og potentialer på området.
- **Udvikling af en partnerskabs-model til implementering af gode måltidsrammer på danske grundskoler.** Formålet er at afdække evidens om madordninger og gode måltidsrammers indvirkning på trivsel og sund vægtudvikling hos skolebørn samt viden om implementeringsstrategier og indsatser.
- **Udvikling og afprøvning af online trivselsindsats til forældre med børn i 0.-5. klasse.** Formålet er at udvikle og pilotafprøve en digital platform og trivselsindsats målrettet forældre med børn i indskolingen, der har tidlige tegn på mistrivsel. Evalueringen vil desuden fokusere på kropopfattelse og vægt.
- **Evaluering af en online trivselsindsats på unges kropsofattelse.** Formålet er at evaluere Mindhelper ift. dens effekt på de unges kropsofattelse/kropspåskønnelse.
- **Evaluering af kommunale tilbud målrettet børn og unge med høj vægt.** Formålet er at udvikle en programteori samt evaluere potentielle virkninger af de kommunale tilbud.
- **Afdækning af indsatser målrettet børn og unge i udsatte positioner.** Formålet er at afdække evidens, igangværende indsatser og potentialer på baggrund af litteraturgennemgang samt supplerende kvalitative og kvantitative undersøgelser. Afdækningerne vil tydeliggøre aktører på området og derved understøtte en målrettet indsats med særligt blik på at mindske ulighed i sundhed.
- **Etablering af andre partnerskaber og samarbejder:** Formålet er at etablere en række partnerskaber og samarbejder allerede eksisterende anerkendte organisationer med henblik på at fremme centerets impact. Netværk for danske og internationale forskere, der arbejder med systemorienterede projekter inden for sundhedsfremme og forebyggelse.
  - Strategisk partnerskab målrettet kommercielle sundhedsfaktorer
  - Samarbejder med:
    - Alliancen Børnevægt i Balance om et nationalt interessentforum
    - Vidensråd for Forebyggelse om udarbejdelse og formidling af relevante rapporter
    - Center for Forebyggelse i praksis, KL, om rådgivning om kommuner og indsatser i kommuner
    - Sund By Netværket om formidlingsmateriale til dialogen om vægt med familier og trykafprøvning af nye initiativer blandt netværkets medlemmer
    - Internationale organisationer på overvægtområdet om netværksdannelse.