

Idræt for Sindet som social investering

En analyse af potentielle kommunale besparelser ved foreningsbaserede idrætsfællesskaber

Oktober 2026 / Sebastian Carlsen & Maja Pilgaard



Idrættens
Analyseinstitut

IDRÆT FOR SINDET SOM SOCIAL INVESTERING

Titel

Idræt for Sindet som social investering. En analyse af potentielle kommunale besparelser ved foreningsbase-rede idrætsfællesskaber

Forfatter

Sebastian Carlsen & Maja Pilgaard

Rekvirent

Idræt for Sindet

Layout

Idrættens Analyseinstitut

Forsidefoto

Idræt for Sindet

Udgave

1. udgave, Aarhus, oktober 2026

ISBN

97887-85579-05-8 (pdf)

Udgiver

Idrættens Analyseinstitut

Vester Allé 8B, 3.

DK-8000 Aarhus C

T: +45 3266 1030

E: idan@idan.dk

W: www.idan.dk

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

Indhold

Indledning	5
Læsevejledning	5
Metode og datagrundlag	6
Scenariemetoden som afsæt	6
Del 1: Overblik over eksisterende viden om idræt for psykisk sårbare målgrupper	9
Generel viden om idrætsstilbud for psykisk sårbare målgrupper	9
Viden om indsatser i Idræt for Sindet	12
Del 2: Potentielle økonomiske besparelser	16
Kommunale foranstaltninger	16
Fra IFS til kommunal besparelse	17
Fire scenarier for kommunale besparelser	18
Afrunding	23
Litteraturliste	25

Indledning

Denne analyse er udarbejdet af Idrættens Analyseinstitut (Idan) på vegne af Idræt for Sindet (IFS), som er en indsats under Dansk Arbejder Idrætsforbund sat i verden for at lave idrætsaktiviteter og lokale foreninger for mennesker med psykisk sårbarhed. IFS har ønsket en analyse af potentielle økonomiske besparelser for en kommune ved at understøtte etablering og drift af en IFS-forening. Selvom IFS er organiseret som almindelige idrætsforeninger, hvor bestyrelsesarbejdet så vidt muligt varetages af frivillige medlemmer, kan der være behov for særligt understøttende arbejde for at drive foreningerne og varetage opgaver som f.eks. kassererrollen. Dertil kræver det ofte fagprofessionelle at understøtte selve træningen eller at følges med borgerne de første par gange, og det er årsagen til, at kommunalt samarbejde og økonomisk understøttelse ofte er en forudsætning for etablering af IFS lokalt. Foruden etablering af lokale idrætsforeninger arbejder IFS også med idrætscertificering af botilbud og jobcentre, men i denne sammenhæng er fokus primært på deltagelse i lokale IFS-foreninger.

Analysen tager afsæt i generel viden om idræt for mennesker med psykisk sårbarhed samt tilgængelige analyser og evalueringer, der er udarbejdet specifikt med blik for deltagelse i IFS. Datagrundlaget suppleres med indsigter fra enkelte interviews afholdt i forbindelse med udarbejdelsen af denne analyse.

Læsevejledning

Analysen er opdelt i to dele.

Del 1 giver et overblik over den eksisterende viden om idræt for psykisk sårbare målgrupper. Hvad siger litteraturen generelt om effekter af deltagelse i idrætsfællesskaber? Her inddrages også viden fra diverse materialer, der specifikt omhandler IFS, bl.a. en evaluering foretaget af analysebureauet INEVA i 2023 samt interviews med et medlem af en IFS-forening og en IFS koordinator.

Del 2 har fokus på de potentielle økonomiske besparelser. Her udvælges centrale kommunale foranstaltninger eller paragraffer, som det er muligt at estimere udgifter på, hvorefter analysen gennem fire scenarier ser på, hvad en indsats som IFS ville kunne føre til af økonomiske besparelser for en kommune.

Analysen afrundes med opsamlende perspektiver på, hvad sådan en økonomisk analyse kan bidrage med, hvilke forbehold man bør tage samt refleksioner omkring overførbareheden fra at se på indsatser gennem IFS til andre aktiviteter, indsatser eller tilbud, der retter sig mod målgruppen af psykisk sårbare mennesker.

Metode og datagrundlag

Analysen tager afsæt i viden om mennesker med psykisk sårbarhed, som deltager i idrætstilbud for sindslidende fra forskellige datakilder som evalueringer, interviewdata og offentligt tilgængelige oplysninger om kommunale indsatser og takster.

For det første anvendes eksisterende evalueringer af IFS, herunder en evaluering blandt deltagere på en idrætsfestival (Ineva, 2022) og en analyse med blik for potentielle økonomiske gevinster (Dansk Arbejder Idrætsforbund, 2020). Disse evalueringer viser blandt andet deltagernes selvvaluerede udvikling i trivsel, selvværd, sociale relationer, mestringsevne og tilknytning til job eller uddannelse. Evalueringerne giver ikke direkte information om deltagernes brug af kommunale ydelser, ligesom de beror på et beskedent og potentielt skævt datagrundlag, da indsigterne er fra personer, der er et sted i livet, hvor de formår at deltage på en idrætsfestival over flere dage med deltagere fra hele landet. Man kan muligvis forvente, at dette ikke viser et repræsentativt billede af IFS-medlemmer, da nogle af dem, som ikke deltager på idrætsfestivalen, potentielt står et dårligere sted i livet i forhold til deres psykiske velvære. Data bidrager dog med viden om de mekanismer, der potentielt kan føre til et reduceret støttebehov blandt mennesker med psykisk sårbarhed.

For det andet indgår der oplysninger fra interviews og dialog med repræsentanter fra IFS. Formålet med disse interviews har været at opnå indsigt i målgruppen, deltagernes typiske støttebehov, samspillet mellem IFS og kommunale tilbud samt de udviklingsforløb, som medarbejdere og frivillige observerer blandt deltagerne. Konkret er der gennemført tre interviews/samtaler fra forskellige perspektiver (en deltager, en kommunalt ansat koordinator samt repræsentanter fra IFS).

For det tredje anvendes der offentligt tilgængelige kommunale takster og prisoplysninger for relevante sociale indsatser. Da takster varierer mellem kommuner og tilbud, skal de anvendte priser betragtes som estimater og ikke som landsdækkende standarder.

Datagrundlaget gør det muligt at opstille plausible scenarier for, hvordan forbedret trivsel og mestring blandt mennesker med psykisk sårbarhed potentielt kan omsættes til et reduceret behov for kommunale indsatser og dermed udgifter. Datagrundlaget giver derimod ikke mulighed for at dokumentere faktiske besparelser eller kvantificere den gennemsnitlige effekt af deltagelse i IFS. Derudover er det ikke muligt inden for rammerne af denne analyse at sammenholde de potentielle effekter af et IFS-tilbud med alternative tilbud.

Scenariemetoden som afsæt

Da der ikke foreligger data om deltagernes faktiske brug af kommunale indsatser før og efter deltagelse i IFS, er analysen gennemført med afsæt i en såkaldt scenarieanalyse.

Scenarieanalyser anvendes ofte i situationer, hvor det ikke er muligt at dokumentere faktiske effekter, men hvor man ønsker at undersøge, hvordan et udviklingsforløb kan påvirke økonomiske forhold (Moniz. 2008).

På baggrund af det beskrevne datagrundlag ovenfor er der opstillet fire fiktive deltagerprofiler: Ida, Ole, Jens og Eva. Profilerne repræsenterer forskellige grader af støttebehov og forskellige mulige udviklingsforløb.

Ida repræsenterer et nulscenarie, hvor deltagelse i IFS muligvis bidrager positivt til trivsel og livskvalitet uden at medføre reducerede kommunale udgifter. Ole og Jens repræsenterer scenarier, hvor øget mestring og selvstændighed potentielt kan føre til et reduceret behov for kommunale støtteindsatser, mens Eva repræsenterer et ambitiøst, langsigtet scenarie, hvor et omfattende støttebehov gradvist reduceres over tid.

Scenarierne er ikke baseret på konkrete borgere, men repræsenterer mulige forløb med afsæt i indsigterne fra eksisterende undersøgelser og data. Formålet er dermed at vise spændet mellem forskellige mulige udviklingsforløb og synliggøre, hvor økonomiske gevinster teoretisk kan opstå.

De beregnede besparelser kan dog ikke nødvendigvis tilskrives IFS alene, da ændringer i støttebehov typisk vil være resultatet af en samlet indsats, hvor både kommunale medarbejdere, behandlingssystemet, pårørende og civilsamfundsaktører kan spille en rolle.

DEL 1: OVERBLIK OVER EKSISTERENDE VIDEN OM IDRÆT FOR PSYKISK SÅRBARE MÅLGRUPPER



Del 1: Overblik over eksisterende viden om idræt for psykisk sårbare målgrupper

Dette afsnit samler centrale indsigter fra eksisterende viden om indsatser, der bruger idræt og aktive fællesskaber som metode i arbejdet med psykisk sårbare målgrupper – først med fokus på viden baseret på et litteraturstudie og dernæst med fokus på viden specifikt fra IFS.

Generel viden om idrætsstilbud for psykisk sårbare målgrupper

Idan har i foråret 2026 gennemført et omfattende litteraturstudie af over 300 artikler og rapporter, som opsamler den læring, der har været om metoder og indsatser i forskellige projekter og interventioner om idræt og fællesskab for sårbare mennesker. Studiet har fokus på en bred vifte af målgrupper og ikke specifikt på mennesker med psykiske lidelser.

Der er dog en række generiske fund i litteraturen i forhold til, hvad der er vigtigt, hvis man vil skabe inkluderende, meningsfulde og bæredygtige idrætsfællesskaber uanset målgruppe. Særligt for mennesker med psykiske lidelser ses der et behov for at indgå i fællesskaber med ligesindede. Herunder følger en kortfattet gennemgang af centrale pointer fra litteraturen.

Litteraturen peger relativt enslydende på, at idrætsfællesskaber fremstår som en god og egnet metode i arbejdet med mental recovery.

Fire temaer præger litteraturen om psykiske lidelser:

1. Idræt er en anset metode til mental recovery
2. Social støtte er afgørende for deltagelse
3. Tilhørsforhold er afgørende for fastholdelse
4. Fysisk aktivitet kan have en forebyggende effekt, men der er begrænset behandlingsdokumentation.

1. Idræt er en anset metode til mental recovery

Flere studier fremhæver, at recovery bør ses som en social og identitetsskabende proces, og ikke kun som en reduktion af symptomer gennem medicinering. Fysisk aktivitet og idrætsfællesskaber kan derfor være en central og vigtig metode, der kan styrke tilhørsforhold, identitet, deltagelse og aktivt medborgerskab, særligt når de foregår i lokalsamfundsbaseerede rammer.

Vigtige elementer er:

- brugerinddragelse
- samskabelse
- fælles beslutningstagning.

Det skaber bedre forudsætninger for det, litteraturen kalder social recovery (Benkwitz et al., 2025; Elsborg et al., 2019).

2. Social støtte er afgørende for deltagelse

For personer med psykiske lidelser er social støtte afgørende for, om de overhovedet møder op til en aktivitet i første omgang. Informationsstøtte er mest udbredt, efterfulgt af emotionel støtte, selvtilidsstøtte og praktisk støtte, såsom transport og udstyr (Gross et al., 2016). I dansk kontekst er betegnelsen 'håndholdt indsats' den mest anvendte, og noget som nærmest al litteratur fremhæver som helt essentielt, hvis man vil hjælpe særlige målgrupper godt på vej til deltagelse. Det er dog sjældent en fastforankret funktion, men ofte noget, som projekter ender med at konkludere, er vigtigt at sætte fokus på og finde finansiering til fremadrettet, hvis man vil lykkes med at forankre projektet.

Denne form for social støtte kan også indirekte påvirke fysisk og mental sundhed positivt, men evidensen er usikker. Et større review viser, at personer med psykisk sygdom generelt er markant mindre fysisk aktive, og forskerne anbefaler fysisk aktivitet som en del af rutinemæssig behandling. Dog ikke som et individuelt foretagende, men som led i at støtte den enkelte ind i lokale, meningsfulde fællesskaber, der skaber faste holdpunkter i hverdagen (Vancampfort et al., 2017).

3. Tilhørsforhold er afgørende for fastholdelse

Psykisk sårbare personer føler sig ofte fremmedgjorte i almindelige idrætsmiljøer, som domineres af uformelle normer, præstation og social selvfølgelighed. Litteraturen fremhæver derfor fællesskaber, hvor andre deler lignende livserfaringer, og hvor de oplever tryk.

Deltagelse kræver, at aktiviteter opleves som acceptable, passende og meningsfulde, og kun her ved opleves de som socialt trygge (Fehsenfeld, 2015). Sociale miljøer skal altså tilbyde både tilknytning og tilhørsforhold, ellers er deltagelsen ikke bæredygtig (Willis et al., 2019). Samtidig hævder et studie, at tilhørsforhold giver fællesskab, som øger sandsynligheden for fastholdelse og dermed på sigt også øger effekten i forhold til trivsel og livskvalitet, selvom det er vanskeligt at måle effekter så direkte (Herens et al., 2015, 2017).

4. Fysisk aktivitet kan have forebyggende effekt – men der er begrænset behandlingsdokumentation

Der er tegn på, at fysisk aktivitet især kan forebygge depression, særligt blandt kvinder – men estimerne er usikre, og der findes ingen sikker evidens for, at fysisk aktivitet ligefrem kan behandle en eksisterende depression (Gianfredi et al., 2020). Der er dog noget, der tyder på, at regelmæssig motion kan hjælpe godt på vej og nedbringe behovet for medicin.

Derudover dokumenterer flere studier effekter af fysisk aktivitet i forhold til social inklusion, forbedret social recovery og styrket tilhørsforhold, men en vigtig pointe er, at effekten kommer gennem det særligt tilrettelagte fællesskab og ikke gennem aktiviteten i sig selv. Det skyldes ifølge studiet, at deltagelse i en gruppe ændrer selvforståelsen hos den enkelte, som får mere mod til at indgå i sociale sammenhænge generelt (Benkwitz et al., 2025; Gross et al., 2016).

Et metastudie finder en markant stigning i forskningsaktivitet, der undersøger sammenhænge mellem fysisk aktivitet og henholdsvis depression, selvværd og kognitive funktioner over de seneste årtier. Den stærkeste evidens for en kausal sammenhæng findes i relationen mellem fysisk aktivitet og øget kognitiv funktion, mens der er mere begrænsede indikationer på en sammenhæng med depression. For mental trivsel, selvværd og angst, er evidensen dog svag og

inkonsistent (Biddle et al., 2019). Flere studier fremhæver udfordringer med data, som ofte er baseret på få respondenter, mangelfulde oplysninger i forhold til reelt at kunne dokumentere effekter samt selektionsbias, hvor opfølgende dataindsamlinger eksempelvis primært besvares af dem, der har valgt at fortsætte deltagelsen. Endelig peger studierne på udfordringer med at have lange nok tidsperspektiver i data til reelt at kunne måle effekter af interventioner.

Litteraturen er så optaget af at måle og dokumentere effekter, at der ikke er fokus på, hvad idrætstilbud mere grundlæggende gør ved et menneskes hverdag, uden at det nødvendigvis virker helbredende på ens psykiske sygdom. En generel betragtning er dog, at det at have indhold i hverdagen, som personer med psykiske udfordringer finder relevant og meningsfuldt nok til at komme igen og igen, alt andet lige må have en værdi i sig selv, uanset om effekten kan dokumenteres. Ud fra den betragtning kan det være relevant at have fokus på lokale fællesskaber, hvor det faktisk er muligt at komme og være i løbet af en uge, selvom man har det dårligt mentalt.

Opsamlende om psykisk sårbarhed

Litteraturen peger på, at projekter målrettet psykisk sårbare lykkes særligt godt, når:

- der er mulighed for håndholdt støtte
- deltagere deler livserfaringer
- aktiviteterne foregår i trygge miljøer med lav adgangsbarriere
- der arbejdes med fælles ansvar og samskabelse
- præstationsnormer nedtones.

Fysisk aktivitet og idræt kan altså være et stærkt redskab i mental recovery, når det anvendes i fællesskabsbaserede og trygge sociale rammer. Idræt virker ikke primært gennem fysisk træning, men gennem tilhørsforhold, identitet, social deltagelse og relationer. Psykisk sårbare fastholdes bedst i miljøer, hvor de oplever social komfort og lighed med andre deltagere, hvorfor udslusning til almene foreninger bør nedtones som endegyldigt mål. Snarere er det relevant at se på, om deltagerne kommer igen, da det kan ses som forebyggende for yderligere risikoadfærd hos en person i psykisk sårbarhed.

Social støtte, både informationsmæssig, emotionel og praktisk, er afgørende for deltagelse. Der er dog begrænset evidens for fysisk aktivitet som direkte behandling af psykiske lidelser, men stærkere tegn på forebyggende effekter og en positiv betydning for mental sundhed og trivsel. Overordnet viser litteraturen, at det sociale miljø og ikke aktiviteten i sig selv er nøglen til at styrke deltagelse og recovery for personer med psykisk sårbarhed.

Der findes altså ikke evidens i den videnskabelige litteratur, som systematisk dokumenterer, hvorvidt idrætstilbud kan bidrage til at helbrede psykiske lidelser, men der er forskellige indikationer på, at faste og meningsfulde tilbud kan bidrage til at:

- opretholde struktur i hverdagen
- øge evnen til at indgå i relationer til andre
- skabe mening og dermed øge livskvaliteten på trods af psykiske lidelser.

Disse elementer kan være afgørende for oplevelsen af mestring og handlemuligheder, som er afgørende for evnen til at tage vare på sig selv i hverdagen, men litteraturen efterspørger bedre data og længerevarende tidsperspektiver for at kunne dokumentere robuste sammenhænge.

Det følgende afsnit dykker tættere på evalueringsrapporter, som Idræt for Sindet selv har fået gennemført, og analyserer potentielle kommunale økonomiske besparelser ved at have et idrætstilbud som Idræt for Sindet.

Viden om indsatser i Idræt for Sindet

Idræt for Sindet bygger på en grundlæggende antagelse om, at deltagelse i meningsfulde idrætsfællesskaber kan styrke trivsel, recovery og social deltagelse blandt mennesker med psykiske lidelser. Hvor det foregående afsnit gennemgik den eksisterende forskning på området, samler dette afsnit op på, hvordan disse mekanismer kommer til udtryk i praksis i IFS.

Fællesskabet er den centrale drivkraft

Fællesskabet fremstår som den bærende mekanisme i IFS. På tværs af evalueringer og interviews beskrives det sociale fællesskab ikke blot som en ramme om den fysiske aktivitet, men som den væsentligste årsag til, at deltagerne oplever øget trivsel, tilhørsforhold og fortsat deltagelse.

Dette afspejles tydeligt i en evaluering fra INEVA, hvor hele 98 pct. af deltagerne angiver, at de i høj eller meget høj grad føler sig som en del af et fællesskab. Samtidig oplever 81 pct., at de har fået flere venner gennem foreningen, mens 77 pct. vurderer, at de har fået et større socialt netværk. Resultaterne er måske ikke så overraskende i betragtning af, at undersøgelsen er gennemført blandt deltagere, der er med på en flere dage lang festival. Det er dog samtidig en væsentlig pointe i sig selv, at flere hundrede deltagere hvert år deltager på denne festival, som er et udtryk for, at de er nået dertil, hvor de kan overskue at være tæt med andre mennesker, som de ikke nødvendigvis kender på forhånd.

Resultaterne understøttes af et interview med en ung deltager (i 20'erne) i en IFS-forening, hvor fællesskabet beskrives som en afgørende forandring i hverdagen:

"Det har skabt venner for mig, og det har skabt, at man nærmest kan kalde det en familie – en ekstra familie, jeg har fået af at være der."

IFS medlem i 20'erne

Interviewet illustrerer samtidig, at fællesskabet ikke alene handler om at være sammen med andre, men om at føle sig accepteret og lyttet til. Medlemmet beskriver blandt andet, hvordan oplevelsen af at blive hørt i foreningens bestyrelsesarbejde har styrket troen på, at deres egne holdninger har værdi.

En idrætsskordinator for IFS peger på den samme mekanisme. Han beskriver fællesskabet som fundamentet for IFS' arbejde og fremhæver, at relationerne mellem medlemmerne ofte bliver den væsentligste årsag til, at deltagerne fastholder deres tilknytning til foreningen.

Mestring, selvtillid og aktiv deltagelse

En gennemgående pointe i både forskningen og evalueringen af IFS er, at deltagelse i fællesskabet kan bidrage til mere end øget trivsel. For mange deltagere synes foreningen også at understøtte udviklingen af større selvtillid, øget handlekraft og troen på egne evner. Disse elementer udgør centrale aspekter af recovery-processen, fordi de styrker den enkeltes muligheder for at tage aktiv del i hverdagslivet og gradvist at mestre nye situationer.

Evalueringen peger på, at en stor del af deltagerne oplever positive forandringer på netop disse områder. Hele 93 pct. vurderer, at medlemskabet har haft en positiv betydning for deres livskvalitet, mens 86 pct. oplever øget selvtillid. Samtidig angiver 66 pct., at de i højere grad oplever at kunne klare det, de sætter sig for, og 64 pct. oplever, at de føler sig mindre psykisk sårbare i hverdagen (INEVA, 2022).

Disse resultater bliver konkrete i interviewet med den unge informant, hvor udviklingen beskrives som en gradvis bevægelse fra usikkerhed til større tro på egne evner. Deltageren beskriver blandt andet udviklingen således:

"Det gør, at jeg er blevet mere selvsikker på mig selv, og jeg ved, at min mening den tæller."

IFS medlem

Interviewet peger samtidig på, at denne udvikling ikke alene kommer til udtryk i foreningen, men også overføres til andre dele af hverdagen. Deltageren beskriver eksempelvis, hvordan den øgede selvtillid har gjort det lettere at tage initiativ og sige sin mening på arbejdspladsen, hvor vedkommende nu selv tager dialogen med sin chef, når noget opleves uhensigtsmæssigt. Dermed peger interviewet på, dels at hun kan overkomme at have et job, dels at erfaringer fra idrætsfællesskabet kan bidrage til større handlekraft og aktiv deltagelse også uden for foreningen.

Et andet gennemgående tema er muligheden for at påtage sig ansvar og få indflydelse. Evalueringen beskriver, hvordan frivilligt engagement og deltagelse i foreningens aktiviteter giver deltagerne mulighed for at afprøve nye roller og opleve, at deres bidrag har værdi. Den samme udvikling genfindes i interviewet med deltageren, hvor deltagelse i bestyrelsesarbejdet beskrives som en vigtig anledning til at opleve, at ens holdninger bliver lyttet til og taget alvorligt.

Interviewet med idrætskoordinatoren peger på samme udvikling. Her beskrives det, hvordan deltagerne gennem gradvist øget ansvar, frivillighed og aktiv deltagelse ofte udvikler større selvstændighed og en større tro på egne evner. Samtidig understreges det, at denne udvikling sjældent sker isoleret, men i samspil med øvrige kommunale støtteindsatser og over længere tid. IFS bør derfor forstås som et supplement til den kommunale rehabiliteringsindsats frem for en erstatning for eksisterende tilbud.

Samlet peger både evalueringen af IFS og de kvalitative interviews på, at deltagelse i foreningen kan understøtte flere af de mekanismer, som litteraturen forbinder med recovery blandt mennesker med psykiske lidelser. Særligt udviklingen af sociale relationer, oplevelsen af tilhørsforhold samt øget mestring og selvtillid fremstår som gennemgående temaer på tværs af datakilderne.

Samtidig peger både evalueringen og praksiserfaringerne på, at disse forandringer udvikles gradvist og i samspil med øvrige kommunale indsatser. Det er derfor ikke muligt at isolere betydningen af IFS eller dokumentere direkte effekter på deltagernes behov for kommunal støtte. De beskrevne udviklingsforløb peger imidlertid på mekanismer, som for nogle borgere kan bidrage til øget selvstændighed og et reduceret støttebehov over tid.

På den baggrund undersøger del 2, hvordan disse udviklingsmekanismer teoretisk kan omsættes til potentielle økonomiske gevinster for en kommune.

DEL 2: POTENTIELLE ØKONOMISKE BESPARELSER



Del 2: Potentielle økonomiske besparelser

Dette afsnit ser nærmere på, om en forening som IFS potentielt kan bidrage til kommunale besparelser på socialområdet gennem forbedret trivsel, øget mestring og stærkere sociale relationer blandt borgere med psykiske udfordringer.

Analysen tager udgangspunkt i antagelsen om, at forbedringer i deltagernes mentale trivsel og evne til at mestre hverdagen i nogle tilfælde kan reducere behovet for kommunale støtteindsatser. Scenarieanalysen omfatter forebyggende støtte efter servicelovens § 82, socialpædagogisk støtte efter § 85, beskyttet beskæftigelse efter § 103 samt botilbud efter §§ 107 og 108. Indsatserne repræsenterer forskellige niveauer af støtte fra forebyggende og kompenserende indsatser i eget hjem til mere omfattende støtte i botilbud og illustrerer dermed, hvordan et forbedret funktionsniveau kan få betydning på tværs af forskellige dele af socialpsykiatrien.

Analysen har ikke til formål at dokumentere faktiske besparelser eller måle den præcise effekt af IFS. Der foreligger ikke data, som gør det muligt at følge deltagernes brug af kommunale indsatser før og under deltagelse i foreningen. Formålet er derimod at illustrere, hvordan mulige økonomiske gevinster kan opstå, hvis deltagelse i et fællesskabsbaseret tilbud som IFS bidrager til et reduceret støttebehov blandt nogle deltagere.

Kommunale foranstaltninger

I samarbejde med IFS er følgende kommunale paragraffer udvalgt som centrale for analysen af potentielle økonomiske besparelser.¹

Tabel 1: Oversigt over paragraffer fra Serviceloven, som er centrale for analysen

Kommunal serviceindsats	Beskrivelse
§ 85 Bostøtte	Kommunalbestyrelsen skal tilbyde hjælp, omsorg eller støtte samt optræning og hjælp til udvikling af færdigheder til personer, der har behov herfor på grund af betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer. Støtte efter § 85 skal tilrettelægges på baggrund af en konkret og individuel vurdering af borgerens behov. I konkrete tilfælde kan dele af den visiterede støtte tilrettelægges i forbindelse med borgerens deltagelse i en IFS-forening, eksempelvis som støtte til at opbygge sociale relationer, deltage i fællesskaber eller håndtere isolation og ensomhed.
§ 82 Bostøtte	Til personer, der har nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller sociale problemer, og personer, der er i risiko for at udvikle funktionsnedsættelse eller sociale problemer, kan kommunalbestyrelsen iværksætte eller give tilskud til tilbud om tidsbegrænset individuel hjælp, omsorg eller støtte samt tidsbegrænset individuel optræning og hjælp til udvikling af færdigheder.

¹ Foruden de nævnte paragraffer er servicelovens § 79 relevant i relation til Idræt for Sindet. Paragraffen giver kommunerne mulighed for at understøtte generelle, forebyggende og aktiverende tilbud, der fremmer trivsel, deltagelse og sociale fællesskaber. I modsætning til de øvrige paragraffer i tabellen vedrører § 79 ikke visiterede indsatser og indgår derfor ikke i analysen af potentielle kommunale besparelser.

§ 103 Beskyttet beskæftigelse	Kommunalbestyrelsen skal tilbyde beskyttet beskæftigelse til personer under folkepensionsalderen, jf. § 1 a i lov om social pension, som på grund af betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer ikke kan opnå eller fastholde beskæftigelse på normale vilkår på arbejdsmarkedet, og som ikke kan benytte tilbud efter anden lovgivning.
§§ 107/108 Midlertidigt og permanent botilbud	Kommunalbestyrelsen kan tilbyde midlertidigt/permanent ophold i boformer til personer, som på grund af betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller særlige sociale problemer har behov for det.

De økonomiske beregninger i analysen tager udgangspunkt i offentligt tilgængelige takster og prisoplysninger fra danske kommuner. Formålet er at estimere størrelsesordenen af de kommunale udgifter forbundet med forskellige sociale indsatser og dermed illustrere det potentielle besparelsesrum.

Det skal understreges, at kommunale takster varierer betydeligt på tværs af kommuner, tilbud og målgrupper. De anvendte priser skal derfor ikke opfattes som landsdækkende standarder, men som estimater baseret på konkrete kommunale prisoplysninger fra udvalgte kommuner.

For enkelte indsatser, herunder § 82-støtte, findes der ikke offentligt tilgængelige standardtakster. I disse tilfælde er der foretaget et skøn baseret på sammenlignelige indsatser. Konkret er det antaget, at timeprisen for § 82-støtte omtrent svarer til timeprisen for bostøtte efter servicelovens § 85, da begge indsatser typisk leveres af socialfagligt personale og har overlappende formål.

Botilbudsområdet udgør et særligt tilfælde, da priserne varierer betydeligt afhængigt af støtteintensitet, organisering og målgruppe. De anvendte takster skal derfor alene forstås som eksempler på de omkostningsniveauer, kommuner kan stå over for ved forskellige grader af støttebehov.

Fra IFS til kommunal besparelse

Kommunale støtteindsatser tildeles med udgangspunkt i borgerens funktionsniveau og behov for støtte. Formålet er at kompensere for eller udvikle funktionsevnen, så borgeren i videst muligt omfang kan mestre hverdagen og deltage aktivt i samfundslivet. Støttebehovet er derfor ikke statisk, men kan ændre sig i takt med, at borgerens funktionsevne og psykiske tilstand udvikler sig.

Hvis en borger over tid bliver bedre i stand til at strukturere hverdagen, indgå i sociale fællesskaber, tage initiativ eller håndtere situationer, som tidligere krævede støtte, kan det medføre, at behovet for kommunale indsatser ændrer sig. En sådan udvikling vil ikke nødvendigvis betyde, at støtten ophører, men den kan for nogle borgere føre til, at støtteomfanget reduceres eller tilpasses et ændret funktionsniveau.

Praksiserfaringerne fra IFS peger på, at sådanne udviklingsforløb kan forekomme. En idrætskoordinator i IFS beskriver blandt andet eksempler på deltagere, der over tid bliver mindre afhængige af støtte i forbindelse med fritidsaktiviteter, borgere, der har kunnet flytte fra botilbud til egen bolig, samt enkelte medlemmer, som ikke længere modtager kommunal støtte. Samtidig

understreges det, at disse udviklingsforløb sker over længere tid og i samspil med øvrige rehabiliterende indsatser, hvorfor de ikke kan tilskrives IFS alene. IFS beskrives derimod som ét led i den samlede rehabiliteringsindsats, der for nogle borgere kan bidrage til en positiv udvikling.

På den baggrund gennemgås fire forskellige scenarier, hvor det er muligt at knytte økonomi til den potentielle udvikling.

Fire scenarier for kommunale besparelser

I det følgende opstilles fire scenarier, der viser, hvordan forskellige udviklingsforløb teoretisk set kan påvirke kommunale støtteindsatser. Scenarierne bygger på de udviklingsmekanismer, der er identificeret i litteraturen og i evalueringen af IFS, samt på gældende takster for udvalgte kommunale indsatser. Formålet er ikke at forudsige konkrete besparelser, men at illustrere størrelsesordenen for et potentielt økonomisk spænd under forskellige antagelser.

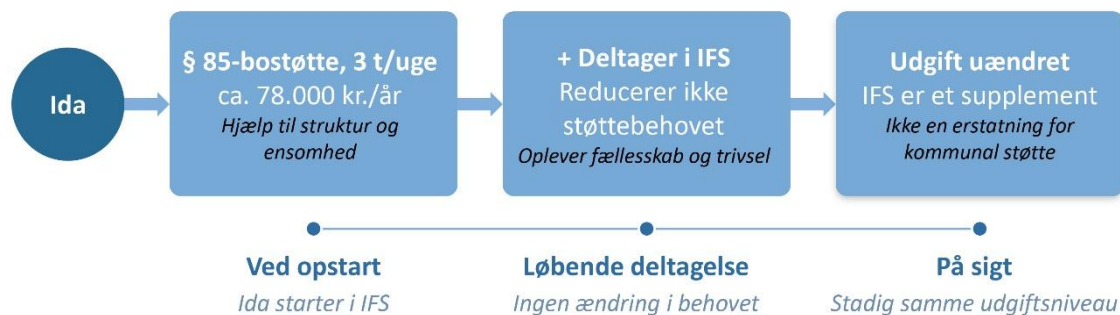
Scenarie 1 – nulscenariet

Det første scenarie illustrerer en situation, hvor deltagelse i IFS bidrager positivt til deltagerens trivsel og sociale liv uden at medføre ændringer i de eksisterende kommunale støtteindsatser. Scenariet fungerer således som et nulscenarie og tydeliggør, at deltagelse i IFS ikke nødvendigvis fører til et reduceret støttebehov eller en økonomisk besparelse, selvom den enkelte får indhold i hverdagen, som fører til en selv vurderet øget trivsel.

I scenariet modtager Ida bostøtte efter servicelovens § 85 med fokus på struktur i hverdagen og håndtering af ensomhed. De samlede kommunale udgifter til disse indsatser udgør omkring 78.000 kr. årligt. Samtidig deltager Ida i IFS og oplever øget trivsel og værdi gennem fællesskabet, men udviklingen er ikke tilstrækkelig til, at kommunen vurderer, at støttebehovet kan reduceres. De kommunale støtteindsatser fortsætter derfor uændret.

Scenariet illustrerer, at IFS i nogle tilfælde vil fungere som et supplement til de eksisterende kommunale indsatser frem for en erstatning. Selvom der ikke opnås en direkte økonomisk gevinst, kan deltageren fortsat opleve en forbedret livskvalitet, større social deltagelse og øget trivsel. Disse gevinster indgår ikke i de økonomiske beregninger, men kan have selvstændig værdi for både borgeren og kommunen.

Scenariet understreger samtidig et centralt metodisk udgangspunkt for analysen. Analysen bygger ikke på en antagelse om, at alle deltagere i IFS vil reducere deres behov for kommunal støtte. Nulscenariet fungerer derfor som et vigtigt referencepunkt for de efterfølgende scenarier, hvor udviklingen gradvist fører til ændringer i støttebehovet.



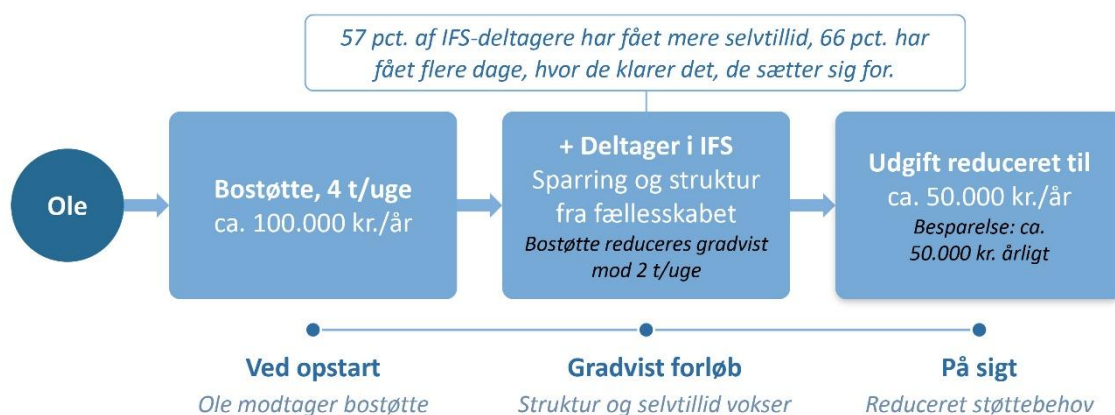
Scenarie 2 – moderat øget selvhjulpenhed

Det andet scenarie illustrerer en deltager, hvor udviklingen gennem et længere rehabiliteringsforløb bidrager til et mindre, men konkret reduceret behov for kommunal støtte. Scenariet bygger på den antagelse, at de udviklingsmekanismer, som er beskrevet i de foregående afsnit, for nogle borgere kan føre til øget selvstændighed og dermed et lavere støtteomfang.

I scenariet modtager Ole bostøtte efter servicelovens § 85 svarende til fire timers støtte om ugen. Gennem deltagelse i IFS udvikler Ole gradvist større mestring i hverdagen, opbygger sociale relationer og bliver mindre afhængig af støtte til at skabe struktur og fastholde en aktiv hverdag. På den baggrund antages det, at kommunen vurderer, at behovet for bostøtte kan reduceres med to timer om ugen. Dette svarer til en potentiel kommunal besparelse på omkring 40.000-60.000 kr. årligt.

Scenariet illustrerer en relativt beskeden ændring i støtteomfanget, men viser samtidig, hvordan selv mindre forbedringer i funktionsniveau kan have økonomisk betydning over tid. Samtidig vil en reduktion i bostøtten ikke nødvendigvis være udtryk for, at borgeren ikke længere har behov for støtte. Der er fortsat tale om en borger med et støttebehov, men hvor udviklingen gør det muligt at tilpasse indsatsen til et lavere niveau.

Scenariet repræsenterer dermed et konservativt eksempel på, hvordan de udviklingsmekanismer, der er beskrevet tidligere, teoretisk kan omsættes til en begrænset kommunal besparelse uden at forudsætte omfattende ændringer i borgerens samlede livssituation.



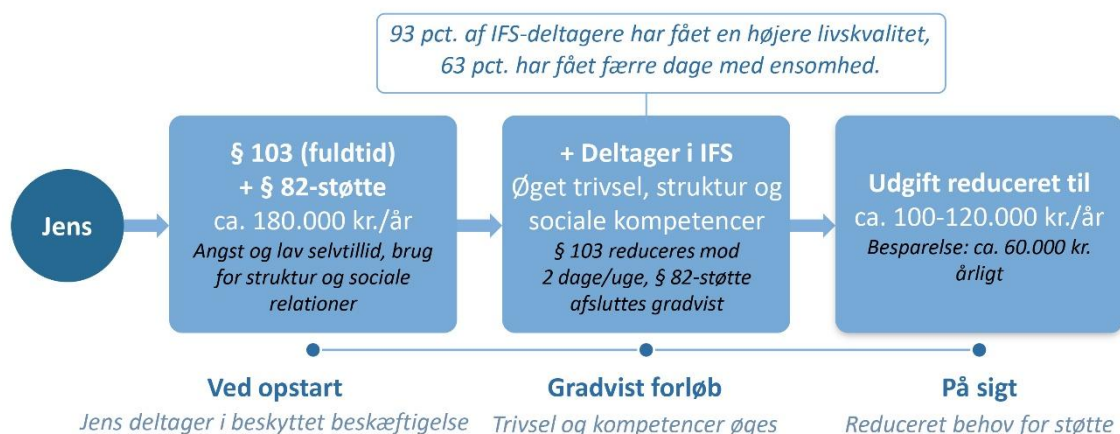
Scenarie 3 – reduktion af flere støtteindsatser

Det tredje scenarie illustrerer en deltager, hvor udviklingen over tid fører til ændringer i flere kommunale støtteindsatser. Scenariet bygger på den antagelse, at et forbedret funktionsniveau og en øget selvstændighed gør det muligt gradvist at reducere støtteomfanget på flere områder samtidigt.

I scenariet deltager Jens i beskyttet beskæftigelse efter servicelovens § 103 og modtager samtidig socialpædagogisk bostøtte efter § 82. Gennem et længere rehabiliteringsforløb, hvor IFS indgår som én af flere understøttende indsatser, udvikler Jens større mestring, stærkere sociale relationer og øget selvstændighed i hverdagen. Det antages derfor, at behovet for bostøtte reduceres med én time om ugen, samtidig med at deltagelsen i beskyttet beskæftigelse reduceres fra tre til fem dage om ugen til to dage ugentligt. På baggrund af de anvendte takster svarer dette til en potentiel kommunal besparelse på omkring 60.000-80.000 kr. årligt.

Scenariet illustrerer, hvordan flere mindre ændringer i støttebehovet samlet kan føre til en væsentlig økonomisk effekt. Ingen af ændringerne forudsætter, at borgeren bliver selvforsørgende eller ikke længere har behov for kommunal støtte. Der er fortsat tale om en borger med betydelige støttebehov, men hvor udviklingen gør det muligt at tilpasse indsatserne til et lavere omfang.

Scenariet viser samtidig, at potentielle kommunale gevinster ikke nødvendigvis opstår gennem én stor ændring, men kan være resultatet af flere gradvise tilpasninger på tværs af forskellige støtteindsatser. Det afspejler den rehabiliterende tilgang, hvor udviklingen ofte sker trinvis, og hvor ændringer i funktionsniveauet løbende kan føre til en revurdering af borgerens samlede støttebehov.



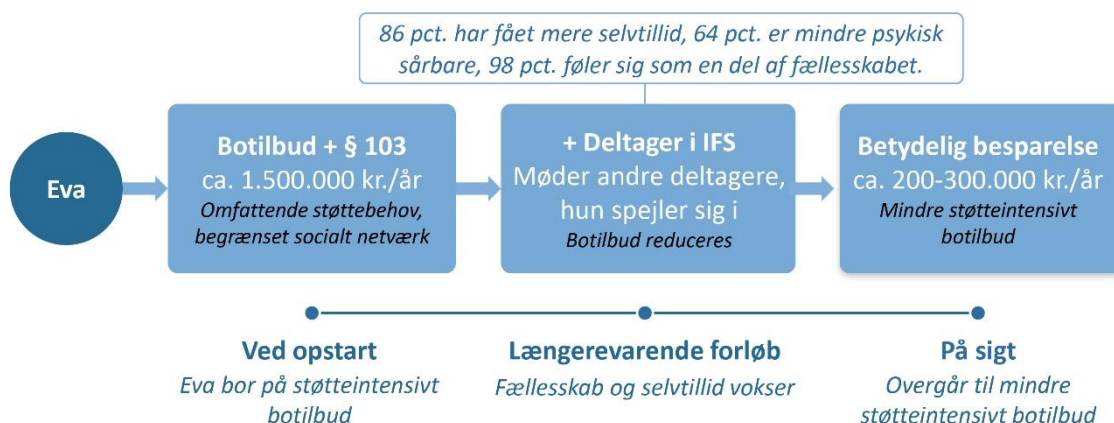
Scenarie 4 – fra botilbud til eget hjem

Det fjerde scenarie illustrerer et udviklingsforløb, hvor en borger over en længere årrække opnår en så betydelig udvikling i funktionsniveau og selvstændighed, at der sker en mere omfattende ændring i de kommunale støtteindsatser. Scenariet repræsenterer den mest vidtgående udvikling i analysen og må betragtes som et sjældent forløb, der kun vil være relevant for en mindre gruppe borgere.

I scenariet bor Eva i botilbud og modtager samtidig socialpædagogisk støtte. Gennem et længere rehabiliteringsforløb, hvor behandling, kommunale indsatser, eget netværk og deltagelse i IFS tilsammen understøtter udviklingen, opnår Eva gradvist større selvstændighed og et forbedret

funktionsniveau. Udviklingen gør det muligt at overgå fra et mere støtteintensivt botilbud til et mindre støtteintensivt tilbud. På baggrund af de anvendte takster svarer denne ændring til en potentiel kommunal besparelse på omkring 200.000-300.000 kr. årligt.

Scenariet bygger på den antagelse, at omfattende udviklingsforløb kan forekomme, men ikke er typiske. Denne forståelse understøttes af interviewet med en IFS-kordinator, som beskriver eksempler på borgere, der over tid er flyttet fra botilbud til egen bolig eller ikke længere modtager kommunal støtte. Samtidig understreges det, at sådanne udviklingsforløb er resultatet af en længere rehabiliteringsproces og ikke kan tilskrives IFS alene.



Samlet økonomisk potentiale

De fire scenarier illustrerer, at selv relativt beskedne ændringer i deltagernes støttebehov over tid potentielt kan føre til væsentlige kommunale besparelser. Tabel 2 viser et eksempel på en lokal IFS-forening med ti aktive deltagere fordelt på de fire scenarier. Med denne sammensætning overstiger de potentielle kommunale besparelser den årlige kommunale investering i indsatsen (som i denne analyse er anslået til ca. 600.000 kr. for den samlede indsats, herunder løn til kordinator, idrætsmedarbejdere, udgifter til afholdelse af aktiviteter mv.), hvilket indikerer, at IFS under de opstillede antagelser kan være en økonomisk rentabel investering. Udgifter til andre supplerende indsatser er ikke medregnet i analysen. Tilsvarende indgår potentielle afledte besparelser, der måtte følge af deltagernes forbedrede trivsel, heller ikke i beregningen. Estimatet er derfor behæftet med betydelig usikkerhed.

Det er vigtigt at understrege, at eksemplet alene har til formål at illustrere størrelsesordenen af et muligt økonomisk potentiale. Den konkrete fordeling af deltagere vil variere mellem foreninger, og mange lokale IFS-foreninger har samtidig langt flere end ti aktive medlemmer. Det samlede potentiale vil derfor afhænge af både foreningens størrelse og deltagernes individuelle udviklingsforløb.

Samtidig bygger beregningerne udelukkende på ændringer i udvalgte kommunale støtteindsatser efter serviceloven. Potentielle gevinster som færre psykiatriske indlæggelser, reduceret medicinforbrug, øget tilknytning til uddannelse eller beskæftigelse samt de generelle sundhedsgevinster ved regelmæssig fysisk aktivitet er ikke indregnet. Beregningerne må derfor betragtes som et konservativt estimat af det samlede samfundsøkonomiske potentiale.

Tabel 2: Samlet estimat over økonomisk besparelse ved ti deltagere med forskellige forløb baseret på de fire scenarier

Område	Vurdering
Deltagerprofil	2 x Ida, 4 x Ole, x 3 Jens, 1 x Eva
Årlig kommunal investering	Ca. 600.000 kr.
Besparelspotentiale (fra-trukket udgiftsniveau på 600.000 kr.)	-60.000 – 180.000 kr.
Primære besparelseskilder	Mindre brug af § 85, § 82, og § 103
Yderligere potentiale	Færre indlæggelser, mindre medicin, tættere på job/uddannelse
Konklusion	Selv med konservative antagelser kan indsatsen være selvfinansierende. Når sundheds- og beskæftigelseseffekter medregnes, styrkes casen yderligere. Tilsvarende stiger besparelspotentialet, hvis kommunen ikke har udgifter til en fuldtidsansat medarbejder.

Afrunding

Denne analyse er udarbejdet på baggrund af et ønske fra Idræt for Sindet om at komme nærmere en dokumentation af de effekter og potentielle kommunale besparelser, der kan være forbundet med indsatsen. Analyser af denne type er relativt sjældne, og det er der gode grunde til. Det er metodisk vanskeligt på en retvisende måde at isolere og værdisætte effekten af et tilbud som Idræt for Sindet. Der findes aktuelt ikke data, der dokumenterer den direkte effekt af deltagelse, samtidig med at der kan tages højde for det kontrafaktiske spørgsmål om, hvad der ville være sket, hvis den enkelte ikke havde deltaget i Idræt for Sindet eller i stedet havde benyttet et andet tilbud.

Serviceovens § 104 tilsiger, at kommunerne er forpligtede til at tilbyde aktivitets- og samværstilbud til personer med betydelig nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne. Kommunerne arbejder således allerede med forskellige aktiveringsindsatser, og erfaringerne fra IFS er da også, at IFS flere steder taler ind i og samarbejder med denne type af tilbud lokalt. Måske er det gennem det kommunale aktivitetstilbud, at nogle mennesker bliver rekrutteret eller gjort bekendt med IFS, og måske er det nogle af de samme medarbejderressourcer, der er til stede begge steder. Analysen har af denne grund bevidst fravalgt at beregne potentielle besparelser på § 104, da IFS netop har til hensigt at supplere og understøtte de kommunale aktivitets- og samværstilbud frem for helt at erstatte dem.

Analysen bygger derfor på opstillede scenarier baseret på den bedst tilgængelige viden om mennesker med psykisk sårbarheds oplevede udbytte af deltagelse kombineret med økonomiske takster for relevante kommunale foranstaltninger. Resultaterne skal læses som kvalificerede estimater snarere end som dokumentation for kausale effekter.

Analysen afspejler samtidig en stigende efterspørgsel efter at kunne dokumentere økonomiske gevinster ved sociale og sundhedsfremmende investeringer. Denne udvikling hænger dels sammen med en øget opmærksomhed på at arbejde data-drevet, dels med en stigning i antallet af forskellige aktører og indsatser, der retter sig mod de samme eller overlappende målgrupper. I den sammenhæng befinder IFS sig i et landskab, hvor tilbuddet ikke er til stede i alle kommuner, og hvor både kommunale, frivillige og civilsamfundsbaseerede aktører arbejder med lignende målgrupper og målsætninger. Analysen anlægger ikke et komparativt perspektiv på disse tilbud. Ikke desto mindre peger analyserne på et behov for fremtidig forskning og dataindsamling, der gør det muligt at sammenligne effekter på tværs af forskellige indsatser. En sådan tilgang kunne bidrage til mere robuste vurderinger af både potentielle besparelser og den særlige værdi, som IFS skaber i forhold til andre tilbud.

Den komparative øvelse er umiddelbart lidt kynisk og kunstig og svarer i realiteten til, at man begyndte at forholde sig til de økonomiske effekter af bordtennis vs. tennis som afsæt for at tildele tilskud eller investere i forskellige facilitetstyper lokalt uden hensyn til lokale forhold og de aktuelle mennesker og aktører, der findes der. Tankegangen er dog ikke helt fjern. Der findes allerede analyser af f.eks. fodboldens sundhedsøkonomiske effekter eller DIF-idrættens økonomiske værdi, ligesom Bordtennis Danmark har ønsket om at kunne dokumentere de samfundsøkonomiske effekter af at tilbyde bordtennis for 60+-målgruppen bredt set i Danmark.

På den ene side bidrager denne analyse med nye perspektiver på de potentielle økonomiske besparelser, som ikke tidligere har været særligt tilgængelige, men som giver et tankevækkende indblik i, at der skal relativt få positive udviklingsforløb blandt medlemmerne til, før indsatsen samlet set kan fremstå selvfinansierende set fra et kommunalt perspektiv.

På den anden side illustrerer analysen også begrænsningerne ved denne type analyser. Hvis økonomiske effektberegninger fortsat udvikles i afgrænsede analyseuniverser, dvs. uden skelen til alternativer og kontrafaktiske scenarier, risikerer de at bidrage til en upræcis praksis, i forhold til tilvejebringelse og anvendelse af data.

Der er fremadrettet behov for i højere grad at se på, hvordan forskellige tilbud og indsatser spiller sammen, altså mere tværgående analyser, hvis de økonomiske beregninger for alvor skal danne et solidt og præcist grundlag for datainformerende prioriteringer. Omvendt er det værd at reflektere over, hvor langt man bør gå med de økonomiske beregninger. Tværgående analyser er mere komplekse og omfattende og dermed omkostningstunge at gennemføre, og i hvilken grad er der behov for tilvejebringelse af sådanne data og analyser, hvis man har tilbud, som mange søger, og som intuitivt virker meningsfuldt lokalt?

Litteraturliste

Astrup, C. J., & Daugaard, N. (2022). Evaluering af Idræt for Sindet. Ineva ApS for Dansk Arbejder Idrætsforbund. <https://dai-sport.dk/wp-content/uploads/2023/03/Evaluering-af-Idraet-For-Sin-det.pdf>

Benkwitz, A., Ogundipe, E., & Spencer, K. (2024). A step towards community inclusion for individuals experiencing mental health challenges: Promoting social inclusion and social recovery through physical activity. *Mental Health and Social Inclusion*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1108/MHSI-06-2024-0100>

Elsborg, P., Nielsen, G., Klinker, C. D., Melby, P. S., Christensen, J. H., & Bentsen, P. (2019). Sports-based recreation as a means to address social inequity in health: Why, when, where, who, what, and how. *BMC Public Health*, 19(1), Article 1084. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7428-3>

Fehsenfeld, M. (2015). Inclusion of outsiders through sport. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 65(1), 31–40. <https://doi.org/10.1515/pccsr-2015-0009>

Gianfredi, V., Blandi, L., Cacitti, S., Minelli, M., Signorelli, C., Amerio, A., & Odone, A. (2020). Depression and objectively measured physical activity: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), Article 3738. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103738>

Gross, J., Vancampfort, D., Stubbs, B., Gorczynski, P., & Soundy, A. (2015). A narrative synthesis investigating the use and value of social support to promote physical activity among individuals with schizophrenia. *Disability and Rehabilitation*. Advance online publication. <https://doi.org/10.3109/09638288.2015.1024343>

Moniz, A. (2008). Scenario-building methods as a tool for policy analysis. MPRA Paper No. 8094, University Library of Munich. <https://mpra.ub.uni-muenchen.de/8094/>

Vancampfort, D., Firth, J., Schuch, F. B., Rosenbaum, S., Mugisha, J., Hallgren, M., Probst, M., Ward, P. B., Gaughran, F., De Hert, M., Carvalho, A. F., & Stubbs, B. (2017). Sedentary behavior and physical activity levels in people with schizophrenia, bipolar disorder and major depressive disorder: A global systematic review and meta-analysis. *World Psychiatry*, 16(3), 308–315. <https://doi.org/10.1002/wps.20458>

Willis, C. E., Reid, S., Elliott, C., Nyquist, A., Jahnsen, R., Rosenberg, M., & Girdler, S. (2019). 'It's important that we learn too': Empowering parents to facilitate participation in physical activity for children and youth with disabilities. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 26(2), 135–148. <https://doi.org/10.1080/11038128.2017.1378367>

