

# SØNDAGSAKTIVITETER 2017

## Spørgeskemaundersøgelse

### Baggrund

Søndagsaktiviteter er et tilbud målrettet kommunens borgere, der ønsker at komme i gang med let motion eller har lyst til at blive inspireret til nye gåture eller andre aktiviteter. Aktiviteten er arrangeret i samarbejde mellem DGI-Vestjylland, Ringkøbing-Skjern Museum samt Kultur, Land, By & kultur, naturvejlederne og Sundhedscenter Vest i Ringkøbing-Skjern Kommune.

Lokaliteterne i Søndagsaktiviteterne er udvalgt af styregruppen, som er tovholderne i planlægningen. Lokaliteterne kan derudover komme som forslag fra borgerne, der har henvendt sig om et særligt lokalområde som vedkommende eller lokalforeningen gerne vil vise frem. Det kunne også være et nyt sted eller et sted, hvor der er lavet nogle forbedringer. Styregruppens medlemmer kan blandt andet vælge en lokalitet, de gerne vil have vist frem eller et område, hvor det er længe siden, der har været afholdt en aktivitet. Der planlægges 10 årlige ture med fokus på natur, kultur og fællesskab og de fordeles geografisk jævnt i kommunen. Tovholderen på de enkelte ture er altid en af styregruppens medlemmer.

Søndagsaktiviteter blev i 2016 valgt at være en del af projektet 'Naturens Rige' under Sund By Netværk. Projektets formål er at fremme borgernes mentale sundhed. Der skal undersøges og også skabes ny viden om, hvordan vi bedst bruger naturen i det mentale sundhedsfremmearbejde.

### Metode

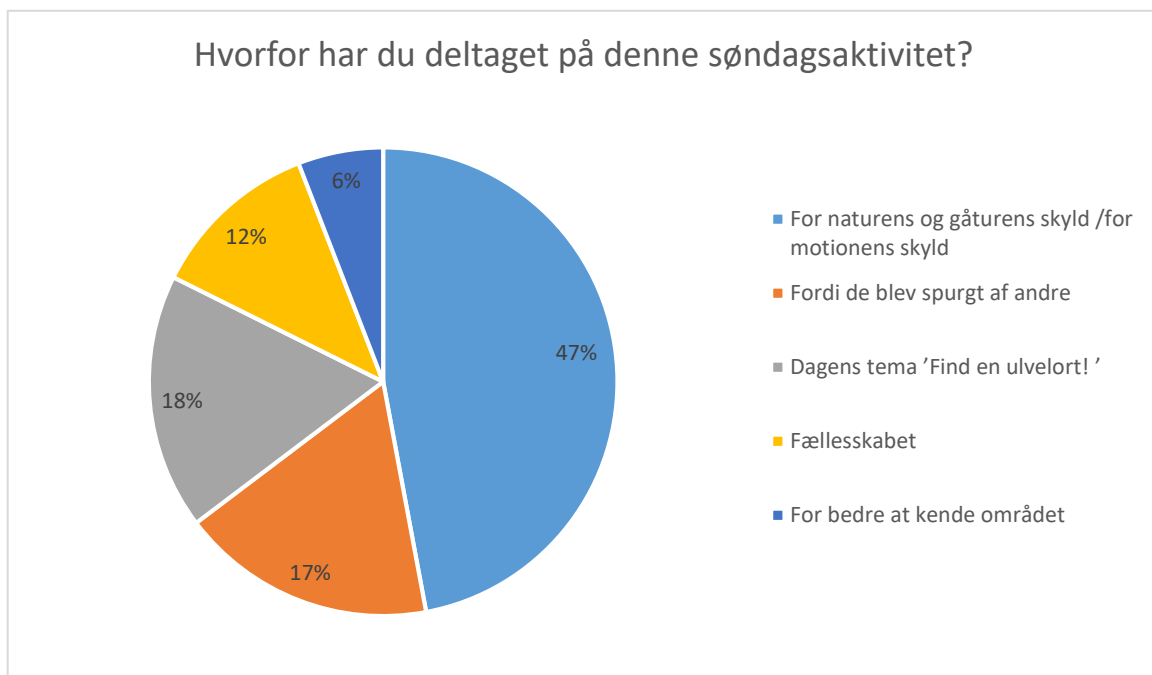
For at kunne udvikle søndagsaktiviteterne og for at bedre målrette tilbuddet blev der udarbejdet spørgeskemaer i form af postkort med i alt 5 spørgsmål. Hvert postkort indeholder 2 spørgsmål i forskellige konstellationer. Formålet med postkortene var at lokalisere tendenser som går på tværs af besvarelserne og at lave en kategorisering af de vigtigste. Svarene er indsamlet over 3 søndagsaktiviteter, hvor der har været mellem 25-40 personer. Der er ikke alle, der har fået de samme spørgsmål. (Se postkortene i Bilag 1)

## Analyse

### Spørgsmål 1: Hvorfor har du deltaget på denne søndagsaktivitet?

Vi har fået 15 besvarelser og 6 forskellige årsager. Et svar kan indeholde flere årsager.

Svar kategori	Antal svar	Bemærkninger
For naturens og gåturens skyld / for motionens skyld	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>for at få en frisk og anderledes oplevelse</li> <li>for at få noget historie og viden om naturen</li> <li>historisk gåtur</li> </ul>
For bedre at kende området	1	
Fordi de blev spurgt af andre	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>spurgt af veninde</li> <li>foreslået af arbejdskolleger</li> </ul>
Dagens tema 'Find en ulvelort!'	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>stor interesse for ulve</li> </ul>
Fællesskabet	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>samvær</li> <li>for at kunne opleve turen med andre mennesker</li> </ul>

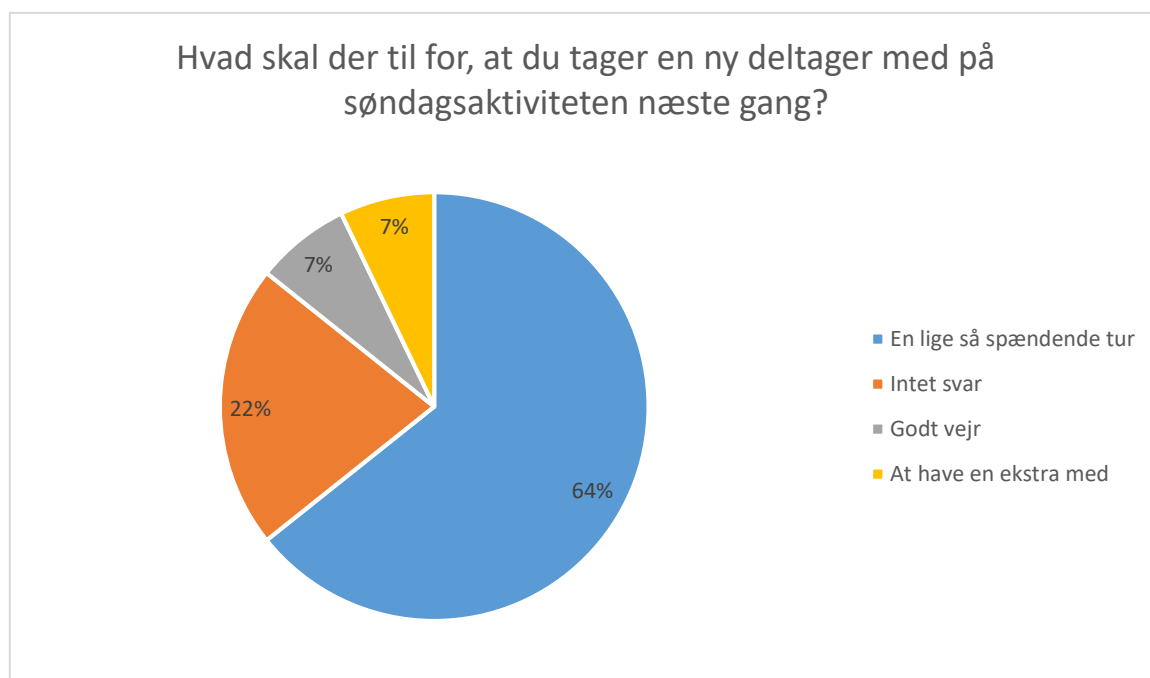


Alle deltagerne har svaret på spørgsmålet. En stor andel af dem deltager pga. naturens og gåturens skyld samt for motionens skyld. Der er 6% svarende til 1 person, der deltager for bedre at kende området. Det betyder enten, at deltagerne kender området godt eller, at lære området at kende ikke er en motivationsfaktor.

## Spørgsmål 2: Hvad skal der til for, at du tager en ny deltager med på søndagsaktiviteten næste gang?

Vi har fået 14 besvarelser og 5 forskellige svar kategorier. Et svar kan placeres i 2 eller flere svar kategorier.

Svar kategori	Antal svar	Bemærkninger
En lige så spændende tur / Interessant område	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• det hele var en fin tur</li> <li>• jeg vil varmt anbefale</li> <li>• meget god formidler</li> <li>• stor ros</li> </ul>
Godt vejr	1	
At have en ekstra med	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kun at jeg kan finde nogen, der vil med</li> </ul>
Intet svar	3	

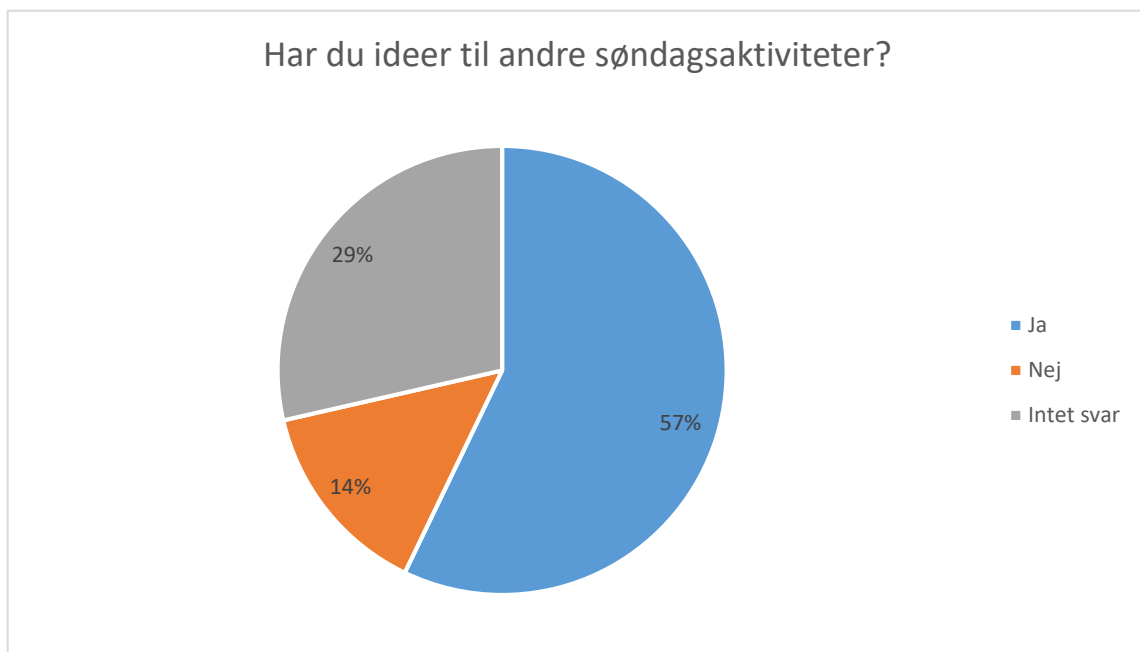


Det er ikke alle deltagerne, der har svaret på dette spørgsmål – 3 respondenter valgte ikke at svare på spørgsmål 2. Der er 64%, der svarer, at de vil deltage igen, hvis der laves en lige så spændende tur, mens der kun er 7%, der svarer, at deres deltagelse er afhængig af vejret. Konklusionen er, at vejret spiller ikke en lige så vigtig rolle som turens tema.

### Spørgsmål 3: Har du ideer til andre søndagsaktiviteter?

Vi har fået 14 besvarelser i alt.

Svar kategori	Antal svar	Bemærkninger
Ja	8	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 'Jernalder tur'</li> <li>➤ 'Tipperne' (2 svar)</li> <li>➤ 'Hestevogn tur i skoven'</li> <li>➤ 'Byvandring'</li> <li>➤ 'Den grønne korridor i Skjern'</li> <li>➤ 'Tur til den nye mole i Hvide Sande med guide, der fortæller om molens opbygning'</li> <li>➤ 'Brosbølgaard'</li> <li>➤ 'Syd fra Tarm'</li> <li>➤ 'Værnege'</li> <li>➤ 'Borris Lejren'</li> </ul>
Nej	2	
Intet svar	4	



Det er 57% af respondenterne, der har svaret på spørgsmål 3. Alle forslagene vil blive drøftet af styregruppen, når de næste ture planlægges.

**Spørgsmål 4: Har du snakket med en du ikke kender i dag?**

Vi har fået 36 besvarelser.

Svar kategori	Antal svar	Bemærkninger
Ja	35	
Nej	1	
Intet svar	0	



Alle deltagerne har svaret på spørgsmålet. 97% af respondenterne har svaret positiv på spørgsmålet om fællesskab. Der kan nemt konkluderes at fællesskab og det sociale aspekt spiller en utrolig vigtig rolle i planlægningen af fremtidens søndagsaktiviteter.

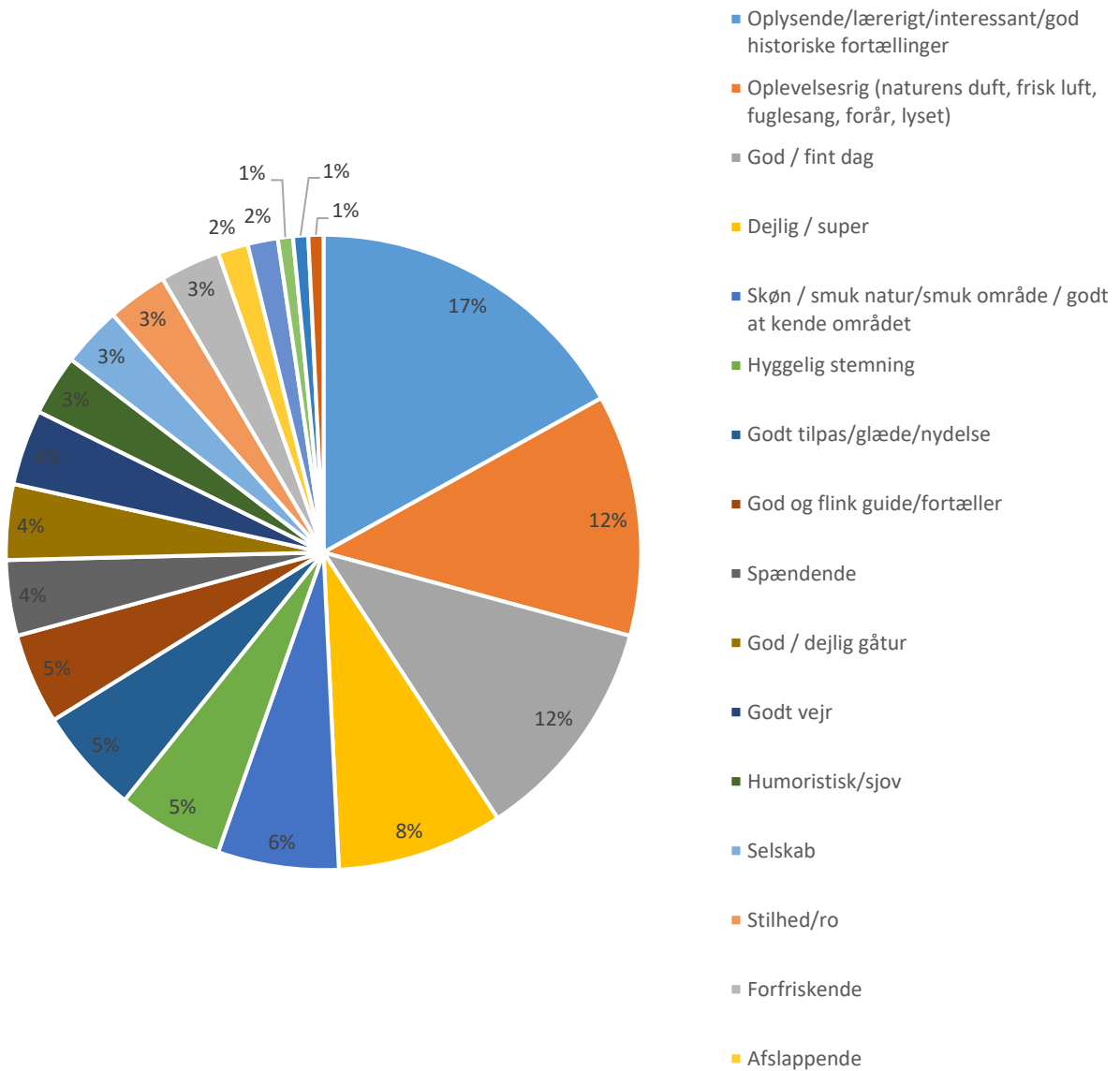
**Spørgsmål 5: Skriv 3 ord, som beskriver din stemning/oplevelse af dagen.**

Vi har fået 51 besvarelser.

Svar kategori	Antal svar	Bemærkninger
Svaret	51	
Ubesvaret	0	

Svar kategori	Antal svar
Oplysende/lærerigt/interessant/god historiske fortællinger	22
Oplevelsesrig (naturens duft, frisk luft, fuglesang, forår, lyset)	16
God / fint dag	15
Dejlig / super	11
Skøn / smuk natur/smuk område / godt at kende området	8
Hyggelig stemning	7
Godt tilpas/glæde/nydelse	7
God og flink guide/fortæller	6
Spændende	5
God / dejlig gåtur	5
Godt vejr	5
Humoristisk/sjov	4
Selskab	4
Stilhed/ro	4
Forfriskende	4
Afslappende	2
Inspirerende	2
Motion	1
Kaffe	1
Godt koordineret	1
Overraskende	1
Fantastik	1
Engagement	1
Føles godt for helbredet	1
Undres over den skabte verden / undrende	1
Anderledes	1

### Din stemning/oplevelse af dagen



Alle deltagerne har svaret på spørgsmålet. 17% af svarene viser at turens tema, dvs. hvor oplysende, lærerig og interessant dagens fortælling er spiller en meget vigtig rolle. Næsten lige så vigtig er de sensoriske oplevelser, som naturens duft, frisk luft, fuglesang, forår og lys med et svarprocent på 12.

## Anbefalinger

Analysen peger på, at motion ud i natur er den største motivationsfaktor for borgerne, når de vælger at deltage på Søndagsaktiviteter. For at undgå, at det 'kun' bliver en tur i naturen, så kan der findes et tema for dagen/for turen, som f.eks. 'Find en ulvelort', 'Kulturhistorisk tur i Dejbjerg Plantage', 'Ladywalk', 'Cykeltur til de ukendte pumpestationer', 'Juletur i stiv kuling', m.m. eller noget andet, det fremhæver områdets særlige identitet, kvaliteter og landskabsmæssige karakter. Det gør at turen bliver oplysende, lærerigt og interessant, som deltagerne beskriver det.

Ydermere betyder fællesskabet, samværet og det sociale aspekt en del for deltagerne, da næsten alle har snakket med en anden, som de ikke kender under turen. Det er ikke fællesskabet, der får deltagerne ud af huset, men det er det, det gør dagen til noget hyggeligt.



**Bilag 1 - Postkorts**



**Gør kedelige søndage til spændende søndage...**

Få inspiration til bevægelse, oplevelser og natur  
– aktiviteter, hvor ALLE KAN VÆRE MED



**Gør kedelige søndage til spændende søndage...**

Få inspiration til bevægelse, oplevelser og natur  
– aktiviteter, hvor ALLE KAN VÆRE MED



**Gør kedelige søndage til spændende søndage...**

Få inspiration til bevægelse, oplevelser og natur  
– aktiviteter, hvor ALLE KAN VÆRE MED



**Gør kedelige søndage til spændende søndage...**

Få inspiration til bevægelse, oplevelser og natur  
– aktiviteter, hvor ALLE KAN VÆRE MED

**Tak** fordi du vil være med til at udvikle og gøre os lidt klogere på Søndagsaktiviteterne.

Jeg deltog på søndagsaktiviteten d. \_\_\_\_\_

To spørgsmål:

1. Hvorfor har du deltaget på denne søndagsaktivitet?

---

---

---

2. Hvad har været bedst på turen i dag?

---

---

---

**Tak** fordi du vil være med til at udvikle og gøre os lidt klogere på Søndagsaktiviteterne.

Jeg deltog på søndagsaktiviteten d. \_\_\_\_\_

To spørgsmål:

1. Hvad skal der til for, at du tager en ny deltagelse med på søndagsaktiviteten næste gang?

---

---

---

2. Har du ideer til andre søndagsaktiviteter?

---

---

---

**Tak** fordi du vil være med til at udvikle og gøre os lidt klogere på Søndagsaktiviteterne.

Jeg deltog på søndagsaktiviteten d. \_\_\_\_\_

To spørgsmål:

1. Hvorfor har du deltaget på denne søndagsaktivitet?

---

---

---

2. Skriv 3 ord, som beskriver din stemning/oplevelse af dagen i dag?

---

---

---

**Tak** fordi du vil være med til at udvikle og gøre os lidt klogere på Søndagsaktiviteterne.

Jeg deltog på søndagsaktiviteten d. \_\_\_\_\_

To spørgsmål:

1. Har du snakket med en du ikke kender i dag?

---

---

---

2. Skriv 3 ord, som beskriver din stemning/oplevelse af dagen i dag?

---

---

---