

# Aftenskolen

En sund  
samfundsøkonomisk  
investering



**Fakta** om aftenskolen

”Hvis man som læge kunne skrive **venskab på recept**, så skulle man gøre det. Et socialt netværk betyder meget for den generelle sundhedstilstand”.

– Bente Klarlund Pedersen, Sundhedsforsker og leder af TrykFondens Center for Aktiv Sundhed.



Henvisninger/rapporter:

(a) Mental sundhed og øget trivsel – aftenskolerne betydning for borgere i Aalborg kommune. Videncenter for Folkeoplysning, juni 2016.

(b) Aftenskolerne og psykisk sårbare. Videncenter for Folkeoplysning, januar 2016.

(c) Folkeoplysning og frivilligt arbejdes betydning for demokratisk deltagelse.

Syddansk Universitet – Institut for idræt og biomekanik, juni 2015

Center for Sund Aldring: [www.sundaldring.ku.dk](http://www.sundaldring.ku.dk)

Sundhedsstyrelsen: [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

# Aftenskolen

## Vejen til viden, muligheder og livskvalitet

Hvert år deltager mere end 800.000 danskere i en aktivitet i aftenskolen. Nogle vil gerne lære nyt og skabe sig nye muligheder. Andre vil gøre noget godt for kroppen og sundheden. Og andre igen har lyst til at udfolde deres kreative eller musikalske åre.

Fælles for dem alle er også, at de bliver en del af et meningsfyldt fællesskab, der styrker vores samfund. Og så har ny forskning netop dokumenteret noget, som vi dybest set altid har vidst: Nemlig, at mennesker får øget deres trivsel og livskvalitet, når de er aktive i aftenskolen.

Aftenskolerne er en vigtig aktør, når det gælder folkesundhed. Og tilmed er det deltagerne selv, der finansierer langt hovedparten af udgifterne til deres kursusdeltagelse. Der er derfor god samfundsøkonomisk fornuft i at investere i aftenskolen.

Det kan du læse mere om i denne lille pjece, hvor vi synliggør en række fakta, der forhåbentlig kan gøre dig klogere på aftenskolen.

Med venlig hilsen

John Meinert Jacobsen *AOF*, Henrik Christensen *DOF*, Otto Juhl Nielsen *FOF*,  
Bernhard Trier Frederiksen *Fora* & Per Paludan Hansen *LOF*

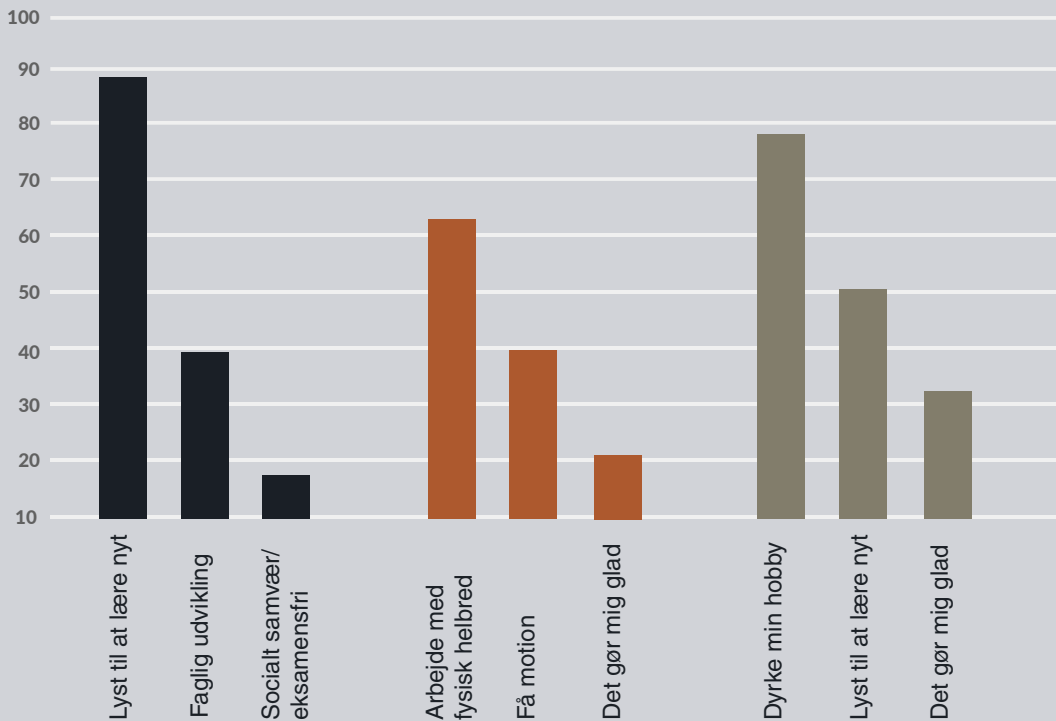


# For flertallet er den vigtigste årsag til at gå på aftenskole, at de har **lyst til at lære nyt**.

78 % vurderer, at aftenskolen underviser på et højt fagligt niveau.

Det viser en undersøgelse af aftenskolernes betydning, som Videncenter for Folkeoplysning har gennemført.

Figuren herunder viser de tre årsager, som flest kursister vælger, som begrundelse for at gå i aftenskole.



- Dansk, regning og sprogfag m.v.
- Sundhed- og bevægelsesfag
- Kunst- og håndværksfag

# Aftenskolerne giver viden og muligheder

Aftenskolerne er en vigtig aktør i vidensamfundet. Borgerne holder hjernen i gang i aftenskolen og tilegner sig ny viden, som kan give dem nye muligheder.

For et stort flertal af aftenskolefolk er lysten til at lære nyt den klart vigtigste årsag til at gå på aftenskole. Samtidig vurderer 78 %, at aftenskolen underviser på et højt fagligt niveau. Det viser den undersøgelse (a) af aftenskolernes betydning, som Videncenter for Folkeoplysning gennemførte i sommeren 2016.

Aftenskolerne understøtter i høj grad den offentlige sektors mål om at gøre os alle til digitale borgere. På en lang række af aftenskolekurser har mange lært basale IT-kundskaber – og de er blevet undervist i, hvordan man bruger netbank, nem-id, kommunale hjemmesider, borger.dk etc. Med styrkede digitale kompetencer kommer styrkede muligheder for at begå sig i verdenen anno 2017.

I aftenskolerne styrker mange danskere deres kundskaber i engelsk, tysk og andre fremmedsprog. Mange får også styrket deres IT-, matematik- og dansk-kundskaber gennem deltagelse i Forberedende Voksen Undervisning og Ordblindundervisning i aftenskolens regi. Til gavn for dem selv, deres arbejdsplads og samfundet.

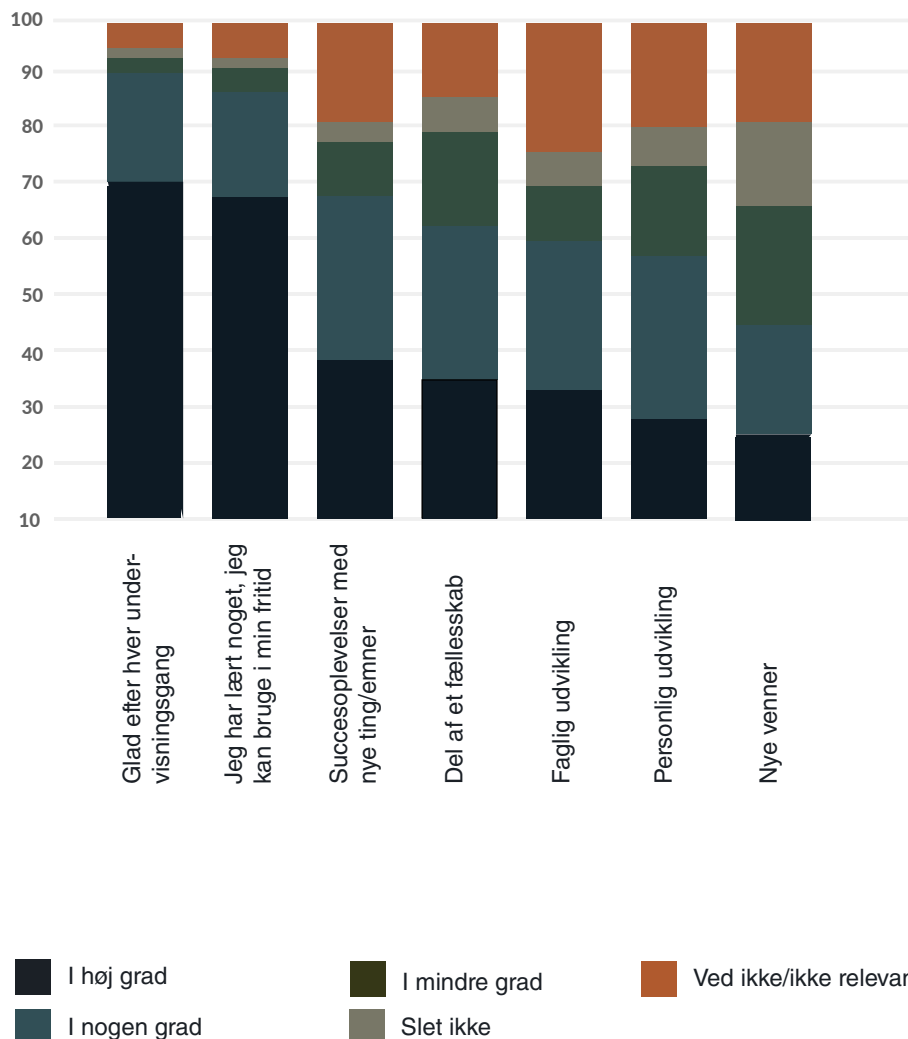
”Det faglige er i kursisternes top tre, både når de skal prioritere, **hvad det er vigtigt** for en aftenskolelærer at kunne, og når de skal sige, hvad der passer på deres aktuelle lærer.”

– Henriette Bjerrum, forsker ved Videncenter for Folkeoplysning.

# Glæde og læring er nøgleord, når kursisterne skal beskrive, hvad de får ud af at bruge aftenskolen.

Det fremgår tydeligt af undersøgelsen (a) fra Videncenter for Folkeoplysning.

Figuren herunder viser kursisternes selvvaluerede udbytte.







# Aftenskolerne styrker folkesundheden

Mere end 250.000 deltager i fag inden for sundhed og bevægelse, som har udviklet sig til aftenskolernes største og mest populære fagområde.

Aftenskolerne er med andre ord en vigtig aktør, når det gælder indsatsen for folkesundheden. Det gælder ikke blot den fysiske sundhed gennem motion og bevægelse, men også med kurser i "livsmestring" og stresshåndtering. Og aftenskolen appellerer til en del af befolkningen, som ikke kan se sig selv i en idrætsforening eller et fitnesscenter - hvorimod de trives i fællesskabet på deres hold, hvor de holder sig i form sammen med andre med samme interesse.

Aftenskolerne har noget for alle – også for dem, der skal tage særlige hensyn til sig selv. Undervisning på små hold er vigtigt for den enkelte. Men det er samtidig også en god samfundsøkonomisk investering.

## Aftenskolerne holder ældre aktive og selvhjulpne

Den demografiske sammensætning i befolkningen ændrer sig kraftigt. Der kommer markant flere ældre, og kommunerne kan se frem til voldsomt stigende udgifter til forsørgelse, pleje og behandling af den ældre del af befolkningen, der ikke helbredsmæssigt kan tage hånd om sig selv.

Aftenskolerne har rigtig godt fat i den ældre del af befolkningen. I aftenskolerne skaber de ældre sig et aktivt liv med givende relationer. Og det er blandt andet fremhævet af både Sundhedsstyrelsen og Center for Sund Aldring, at moderat træning for ældre ikke blot styrker deres fysik, men også deres mentale sundhed bliver bedre. Og med en bedre fysisk og mental sundhed kan man klare sig selv længere uden offentlig hjælp. Til glæde for den enkelte – og for samfundet.

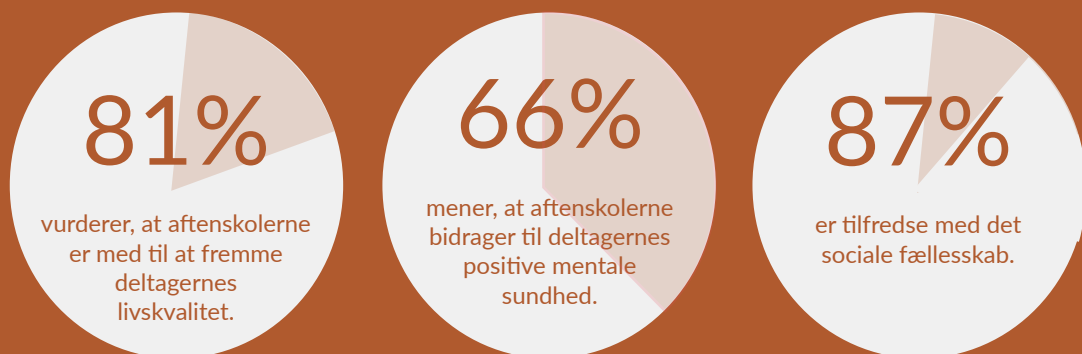
*"Meget af det, der sker i aftenskolerne, spiller godt sammen med den befolkningssammensætning vi har, hvor der bliver flere ældre. Der er brug for, at de ældre holder sig friske længere. Og det er en rigtig sund udvikling, at mange ældre gør noget mere for sig selv. Og det er jo ikke bare kroppen, men også hovedet, som det gælder om at holde frisk."*

– Claus Wistoft, borgmester Syddjurs Kommune



En undersøgelse fra Videncenter for Folkeoplysning dokumenterer, at aftenskolerne **skaber øget livskvalitet** og fremmer deltagerens mentale sundhed.

Sådan vurderer deltagerne værdien af at deltage i aftenskolens tilbud:



Det er til stor gavn for den kommunale økonomi, at ældre holder sig aktive i aftenskolen.

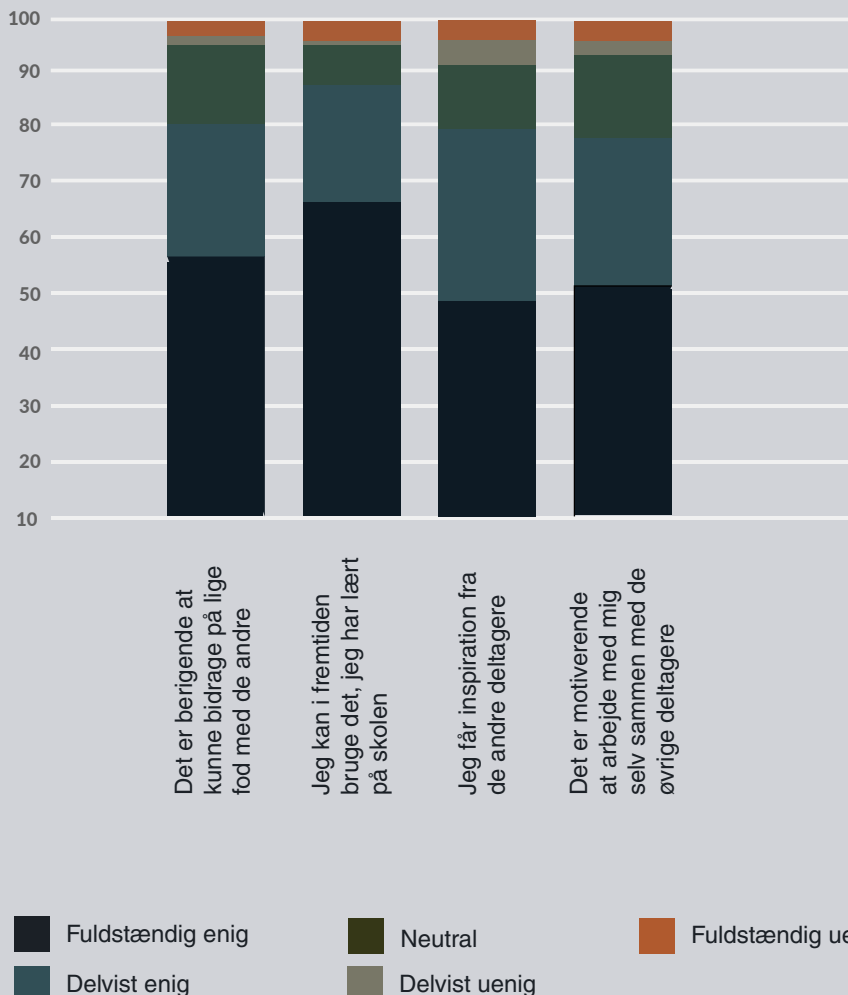
De betaler selv hovedparten af kursusudgiften. Så det er en rigtig billig investering for kommunerne at sikre ældre borgere adgang til velfungerende aftenskoler med et bredt aktivitetsudbud.

En aktiv deltagelse i aftenskolen mindsker som bekendt behovet for kommunal støtte til ældre borgere.

# Aftenskolen – også for dem, der **har det svært!**

Aftenskolerne er et frirum for mange. Også psykisk sårbare og sindslidende har stor gavn af at deltage i aftenskoletilbud, hvor kursisterne oplever at blive beriget, opnå flere muligheder og trives i et miljø præget af ligeværdighed. Det dokumenterer rapporten (b) ”Aftenskolerne og psykisk sårbare” udarbejdet af Videntcenter for Folkeoplysning i januar 2016.

Figuren herunder viser, at langt de fleste kursister får personligt udbytte af kurserne.



# Aftenskolens fællesskab giver livskvalitet

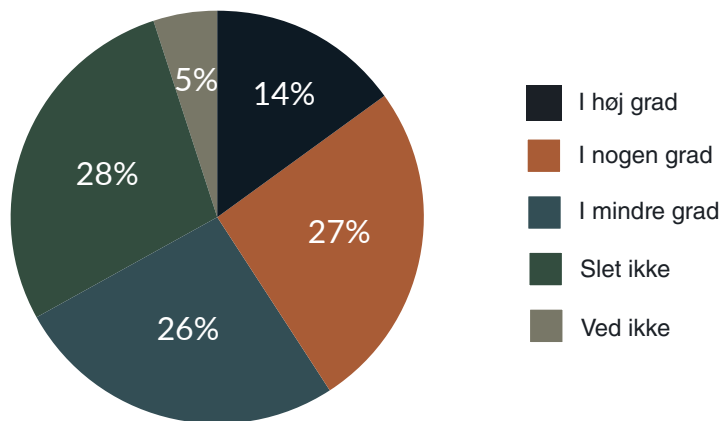
Samlet set fylder det sociale fællesskab meget for kursisterne. Uagtet at det hverken er det vigtigste motiv for at deltage eller det vigtigste udbytte, er fællesskabet den store positive "bivirkning," og aftenskolen bidrager således også til kampen mod ensomhed. På trods af, at fællesskabet ikke er det primære, dokumenterer en rapport (a) fra Videncenter for Folkeoplysning, at 87 procent af kursisterne er tilfredse med det sociale fællesskab i aftenskolen.

*"81 % af kursisterne vurderer, at aftenskolerne er med til at fremme deltagernes livskvalitet, når de bliver spurgt om deres generelle holdning til aftenskolernes betydning. Desuden mener 66 %, at aftenskolerne generelt bidrager til deltagernes mentale sundhed. Kursisterne giver således på mange måder udtryk for, at aftenskolerne kan være med til at øge borgernes generelle trivsel."*

– Henriette Bjerrum, forsker ved Videncenter for Folkeoplysning.

Mere end 40 %, der har deltaget på et aftenskolehold, oplever, at de derigennem er blevet en del af et fællesskab og har fået nye venner.

## Har du fået nye venner og er blevet del af et fællesskab?





”Der er ikke nogen undskyldning for ikke at ville være klogere på sig selv og på fællesskabet. **Kultur er først og fremmest det fælles.** Folk vil gerne gøre noget sammen med andre.”

– Tidl. kulturminister Bertel Haarder (V)

Foto: Frigge Fri Volander Himmelstrup.

