

# Idrætsprojektets HEL-indsatser Metode og Cases

Socialt arbejde der forgrener sig



## Indhold

<b>BAGGRUND FOR HEL-INDSATSEN</b> .....	<b>3</b>
<b>HVORFOR EN METODEBESKRIVELSE?</b> .....	<b>3</b>
<b>HEL – over 50 forskellige indsatser i København, der opstår og udvikles organisk</b> .....	<b>5</b>
<b>Udvikling af de enkelte indsatser</b> .....	<b>8</b>
1. Dialog med Idrætsprojektets eksisterende samarbejdspartnere .....	8
2. Nye aktiviteter i lokalområder, hvor Idrætsprojektet har sin gang.....	8
3. Dialog med børn og unge i lokalområderne, omkring hvad de kunne tænke sig .....	
4. Indsatser som trænere i Idrætsprojektet brænder for .....	
Observation af hvor de unge hænger ud.....	10
Analyse af, hvilke steder, der i særlig grad mangler tilbud til unge .....	10
Indsatser forgrener sig .....	10
<b>PRINCIPPER for HEL-indsatsen</b> .....	<b>11</b>
PRINCIP nr. 1: Gør samarbejdet med lokale aktører til en socialfaglig kompetence .....	12
PRINCIP nr. 2: Skab indsatser som børn, unge og familier selv tilvælger .....	13
PRINCIP nr. 3: Skab åbne inkluderende fællesskaber, så flere kan være med .....	15
PRINCIP nr. 4: Bring pædagogik ind i foreninger og i det boligsociale arbejde.....	19
PRINCIP nr. 5: Giv børn og unge nye kompetencer, der baner vej videre i livet .....	22
PRINCIP nr. 6: Brobygning til fællesskaber og job efter HEL-indsatsen .....	25
PRINCIP nr. 7: Giv børn og unge rollemodeller, som de kan spejle sig i .....	27
PRINCIP nr. 8: Gør det nemt for de unge at være med og ryd barrierer af vejen .....	28
PRINCIP nr. 9. Skab noget, som de unge er stolte over i lokalområdet .....	29
PRINCIP nr. 10: Omfavn det entreprenante sociale arbejde .....	30
<b>AFSLUTNING: Indsatser, der forgrener sig og spreder sig som ringe i vandet</b> .....	<b>33</b>
Case 1. BØRNEBASKET PÅ TINGBJERG SKOLE .....	36
Case 2. HÅNDBOLD i IF STADION i Husum .....	37
Case 3. CYKELVÆRKSTEDET i Tingbjerg .....	38
Case 4. E-SPORT i Grøndalscenteret .....	40
Case 5. Madfællesskaber .....	43

*HEL-indsatsen er åbne tilbud til børn og unge og familier i otte københavnske boligområder. Indsatserne er udviklet i et samarbejde mellem Idrætsprojektet og samarbejdspartnere i de 7 områder. Indsatserne udvikles desuden i dialog med børn og unge. Trænerne i Idrætsprojektet har frihed til kreativt at udvikle nye indsatser, så de matcher børn og unges behov, ønsker og drømme. I dette katalog beskrives HEL-indsatsens metode. Der sker ved at beskrive, hvordan HEL-indsatser opstår og hvilke principper, indsatserne tager udgangspunkt i. Der præsenteres også udvalgte cases fra HEL-indsatserne samt en forandringsteori. Formålet med kataloget er en faglig beskrivelse af HEL-indsatsens metode - så den kan formidles og spredes internt i Socialforvaltningen og til andre kommuner.*

## **BAGGRUND FOR HEL-INDSATSEN**

Idrætsprojektet har over en 4-årig periode fået et budget på 12 mio. til at lave indsatser for målgruppen af kriminalitetstruede børn og unge i de otte boligområder: Mjølnerparken, Aldersrogade, Lundtoftegade, Tingbjerg/Utterslevhuse, Gadelandet/Husumgård, Bispeparken, Stærevej og Hørgården. Indsatsen kaldes HEL (**H**jem **E**nergi **L**eg).

Idrætsprojektet udvikler og gennemfører en lang række aktiviteter til lokale børn og unge og deres familier i de 8 områder. Det sker i tæt samarbejde med lokale klubber, skoler og foreninger, boligsociale helhedsplaner samt kommunens lokale indsatser (f.eks. gadeplansindsatsen og Københavnerteamet). Opgaven er forankret i selvstyrende teams i Idrætsprojektet. Målgruppen for indsatsen er primært udsatte børn og unge og sekundært mødre, fædre og familier.

## **HVORFOR EN METODEBESKRIVELSE?**

Formålet med en metodebeskrivelse af HEL-indsatsen er at formidle og sprede metoden bredt i Socialforvaltningen i Københavns Kommune – både til beslutningstagere og til ledere og medarbejdere, der ønsker faglig inspiration. Formålet er også at formidle metoden til andre kommuner, der gerne vil etablere lignende indsatser. Endelig skal metodebeskrivelsen bidrage til den videre udvikling af indsatser i HEL ved at skabe større metodebevidsthed blandt Idrætsprojektets trænere. Vigtige komponenter i metodebeskrivelsen er en beskrivelse af indsatsens principper og beskrivelsen af, hvordan indsatserne bliver til i en entreprenant tilgang til socialt arbejde. Metodebeskrivelsen indeholder endvidere en forandringsteori med fokus på formål, effekter, adfærd og kompetencer. Metodebeskrivelsen har fokus på to typer af HEL-indsatser: brobygning til foreningsliv og brobygning til fritidsjobs/lommepengejobs til unge.

Metodebeskrivelsen er blevet til på baggrund af fire feltbesøg hos konkrete HEL-indsatser, to workshops med trænere og unge i HEL-indsatsen samt 15 interviews med ledere og trænere i Idrætsprojektet, samarbejdspartnere samt unge. Materialet er herefter bearbejdet af Dorte

Bukdahl og Ronja Kjærgaard fra Mobilize Strategy Consulting og Robin Vickery fra Fjerde Sektor Rådgivning – og er færdiggjort i dialog med projektlederne af HEL-indsatsen, Niklas Lyng Villersholt og Martin Jensen og leder af Idrætsprojektet Pernille Weinreich Matthiesen.

## **HEL - over 50 forskellige indsatser i København, der opstår og udvikles organisk**

HEL-indsatsen giver børn og unge mulighed for at få et aktivt fritidsliv. Mange børn og unge, hænger ud derhjemme eller på gaden, når de har fri fra skole. De går ikke til fritidsaktiviteter i foreninger og klubber, ligesom mange af deres familier heller ikke er en del af foreningslivet. Aktiviteterne i HEL giver børn og unge mulighed for at få et aktivt og indholdsrigt fritidsliv ved siden af skolen og kan bidrage til at fjerne rastløshed og kedsomhed.

Nogle af indsatserne giver også unge mulighed for at gøre sig de første erfaringer på arbejdsmarkedet gennem lommepegejobs. Alternativitet for mange ville måske have været at være hjemme:



Jeg har nu det princip, at arbejde kommer før fjernsyn

- Ung i lommepegejob i HEL-indsatsen

Hvis jeg ikke gik til basket, ville jeg nok bare have spillet på min Ipad

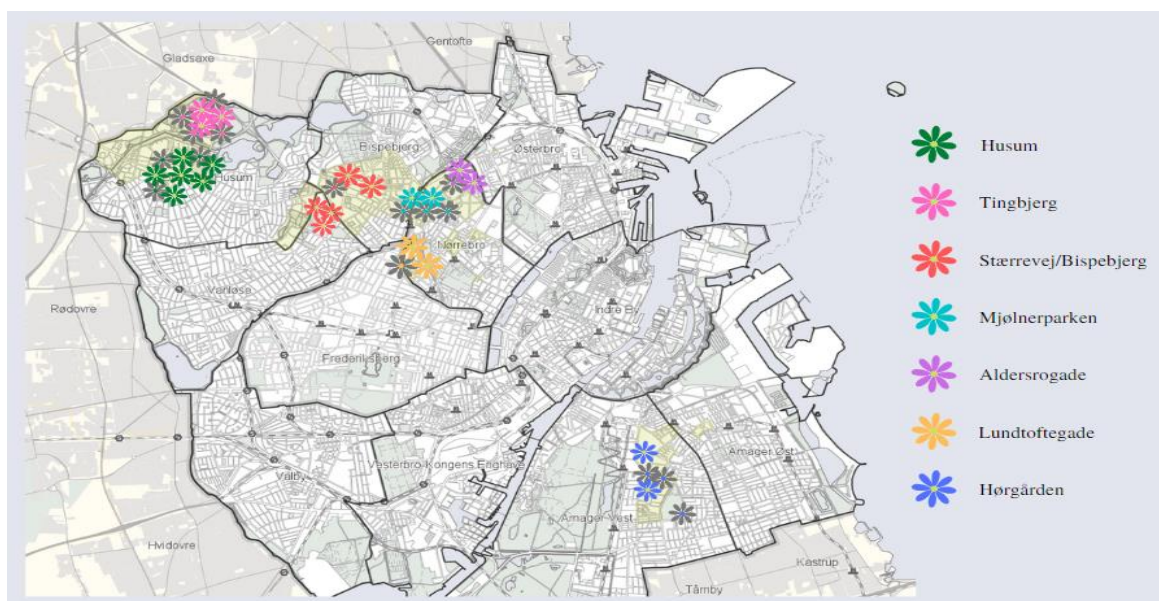
- Ung der går til Basketball



HEL-indsatserne bygger på det fundament, at det er godt for børn og unge at have et aktivt fritidsliv og fritidsjob. Det er der godt forskningsmæssigt belæg for. Fritidsaktiviteter har overordnet set en positiv betydning for børn og unge. Særligt sociale og fysisk aktive fritidsaktiviteter er forbundet med bedre mental sundhed og trivsel og kan være kriminalitetsforebyggende. En asocial eller inaktiv fritid er derimod forbundet med dårligere mental sundhed og mistrivsel.

Et studie fra 2010 af 6-11-årige har undersøgt sammenhængen mellem fritidsaktiviteter og problemadfærd samt sociale evner. Børn, der deltog i både sport og i en anden organiseret fritidsaktivitet, havde signifikant højere sociale evner sammenlignet med børn, der ikke deltog i nogle af de nævnte fritidsaktiviteter.

Der findes ligeledes god forskningsmæssigt belæg for, at det at have et fritidsjob giver unge bedre livschancer. Fritidsjob er f.eks. gavnligt for de unges personlige udvikling. Dialog med kolleger og kunder styrker deres sociale kompetencer og gør, at de bliver bedre til at tale med fremmede. Når de får ansvar for og lykkes med konkrete arbejdsopgaver, oplever de en stolthed, ansvarsfølelse og øget selvtillid til egne evner. Arbejdet giver også unge kendskab til normer på arbejdsmarkedet og hvad det konkret vil sige at være på en arbejdsplads. De unge får derved mere realistiske forventninger til arbejdsmarkedet, hvilket hjælper dem i forhold til at planlægge deres egen uddannelsesvej og eget arbejdsliv. Fritidsjob har endelig en kriminalitetsforebyggende effekt. Den socialøkonomiske virksomhed FRAK har på [denne](#) side samlet forskningsviden om betydningen af at have et fritidsjob.

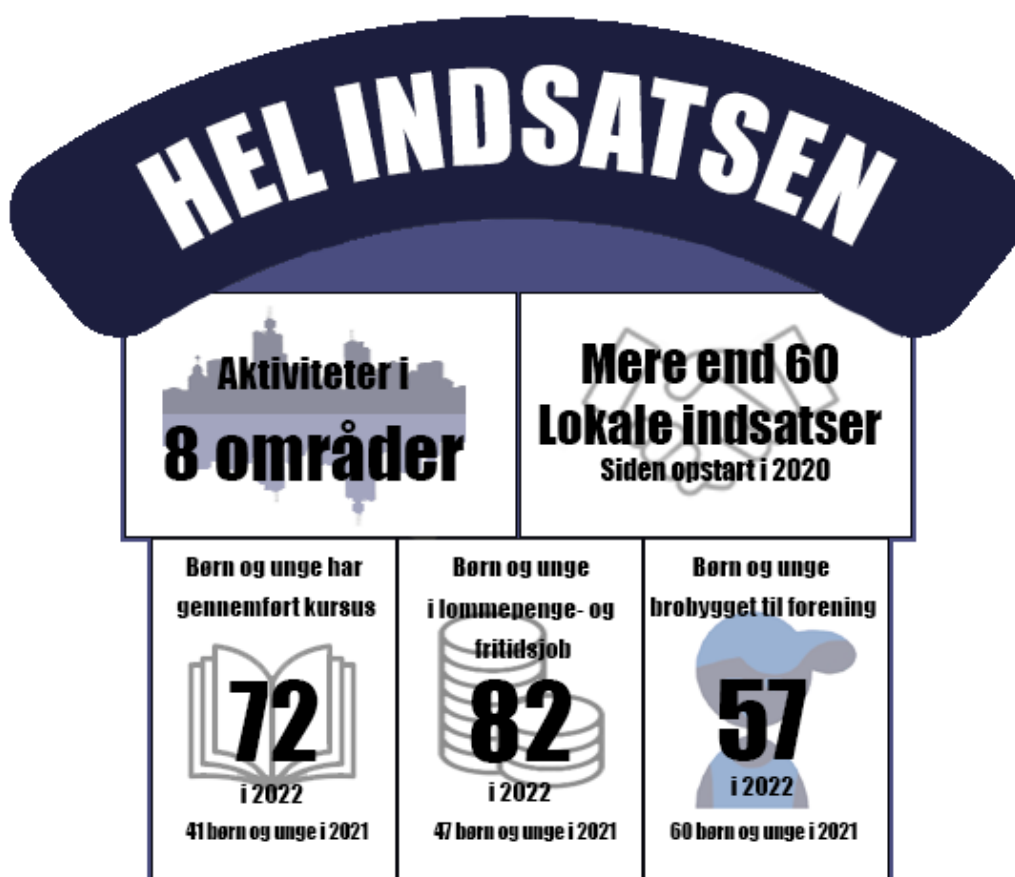


På dette kort ses HEL-indsatserne fordelt på de syv boligområder i København. Hver blomst viser en indsats. De grå blomster viser afsluttede indsatser

De mange indsatser i HEL er alle specialdesignede. De trækker på inspiration fra hinanden, men ser ofte ret forskellige ud. På den måde står indsatserne i en kontrast til de såkaldte manualiserede indsatser på det sociale område - dvs. indsatser, der følger en bestemt standard, beskrevet i en manual. I stedet lægger indsatserne sig mere i den socialfaglige tradition fra udlandet, det kan kaldes "localism" (Katz og Nowak, 2018). I denne tilgang mener man, at der er brug for at tage udgangspunkt i liv, der hvor mennesker bor, når nye indsatser skal designes. Det kræver indsatser, der designes lokalt sammen med lokale samarbejdspartnere. Det kræver også, at begge parter er åbne og nysgerrige i forhold til at skabe indsatser sammen.

I bilag 1 findes en samlet oversigt over de indsatser, der er blevet gennemført i HEL-indsatsen siden opstart. Indsatserne er geografisk fordelt i de udvalgte bydele og indebærer alle samarbejde med lokale foreninger, skoler og helhedsplaner. Nogle af indsatserne indebærer også, at der etableres lommepegejob til unge.

Endvidere ses her nøgletal for HEL-indsatsen for 2021 og 2022:





## Udvikling af de enkelte indsatser

Et unikt aspekt ved HEL indsatserne, er den måde de enkelte indsatser udvikles på. Trænerne i Idrætsprojektet har frihed til kreativt at udvikle nye indsatser. Det betyder, at indsatserne opstår på meget forskellig vis – ved at gribe de ideer og muligheder, der opstår – og ved analytisk at identificere, hvad børn og unge efterspørger, og hvor der mangler indsatser. Hver indsats har sin egen historie om, hvordan den er opstået. Centrale greb, der tages i brug, når Idrætsprojektet udvikler indsatser er:

1. Dialog med Idrætsprojektets samarbejdspartnere
2. Nye aktiviteter i lokalområder, hvor Idrætsprojektet har sin gang
3. Dialog med børn og unge i lokalområderne om, hvad de godt kunne tænke sig at gå til
4. Indsatser, som trænere i Idrætsprojektet brænder for
5. Observation af, hvor de unge hænger ud
6. Analyse af, hvilke steder, der i særlig grad mangler tilbud til unge
7. Indsatser forgrener sig

Nedenfor beskrives hver af de centrale greb:

### 1. Dialog med Idrætsprojektets eksisterende samarbejdspartnere

Idrætsprojektet samarbejdede inden HEL-indsatsen allerede med mange forskellige foreninger, boligsociale medarbejdere, helhedsplaner, skoler mv. I HEL-indsatsen har man bygget videre på dette gode netværk. Ofte er ideer til indsatser således opstået i dialogen med samarbejdspartnere. Det kan være, at der etableres helt nye indsatser som følge af dialogen eller det kan være, at HEL-indsatsen kan ”opgradere” en eksisterende indsats ved at tilføre socialpædagogiske ressourcer i form af en træner fra Idrætsprojektet, hvor metoden og Idrætsprojektets socialpædagogiske viden forankres gennem i klubben gennem *co-teaching*.

F.eks.: Samarbejde med håndboldklubben IF-Stadion. Klubben oplevede nogle udfordringer i dynamikken på et af deres hold. Idrætsprojektet bistod holdet med en ekstra træner, der særligt assisterede med et socialpædagogisk perspektiv.

### 2. Nye aktiviteter i lokalområder, hvor Idrætsprojektet har sin gang

Idrætsprojektets trænere er gode til at få øje på de uudnyttede muligheder, der er i lokalområder og i de bygninger, hvor trænerne færdes. En ide kan således starte med en lokalitet, som derefter kobles til en aktivitet. Når nye aktiviteter indledes, har Idrætsprojektet fokus på hvordan alle parter i samarbejdet oplever en gevinst; F.eks.: Opstart af dans i en mellemgang i en bygning, der



ikke kunne bookes i de kommunale systemer, og som ikke blev brugt til noget. Et andet eksempel kunne være brugen af skoler, hvor gymnastiksalen står tomme i eftermiddagstimerne.

### **3. Dialog med børn og unge i lokalområderne, omkring hvad de kunne tænke sig**

Trænerne og samarbejdspartnerne er løbende op-søgende i forhold til børn og unge i lokalområderne. Hvad kunne de godt tænke sig at gå til? Hvilke tilbud mangler i lokalområdet? Ofte er det børnenes efterspørgsel, der sætter HEL-indsatser i gang.

F.eks.: Street aktiviteter i Ressourcegården og dansehold i Husum er opstartet, fordi børn og unge efterspurgte det.

### **4. Indsatser som trænere i Idrætsprojektet brænder for**

Idrætsprojektets trænere kommer med mange forskellige unikke kompetencer, som de gerne vil sætte i spil. En indsats kan opstå heraf. Og først herefter finder man ud af, om det også er noget, som børn og unge synes er spændende.

Eksempel: To trænere med erfaring inden for dans startede et dansehold i Energicenter Voldparken i Husum. Efter nogle måneder havde de to trænere skabt et helt dansehold med lokale unge som nu er det blevet forankret til et nyt "ordinært" foreningshold.

Eksempel: En træner har en baggrund som kok. Han har lavet madkurser på Peder Lykke Skole for skolens elever, og for visiterede unge og børn gennem Borgercenter Børn og Unge.

*"Det var mig, der startede E-sport i Grøndalscenteret."*

Dreng, 11 år

Drengen havde længe - på egen hånd - set efter de fede E-sport faciliteter, der var i Grøndalscenteret. Han fik ved flere lejligheder overbevist en vagt om, at han var en del af et hold - og blev lukket ind, så han kunne sidde og spille. Han var der bare og ryddede altid pænt op efter sig. Men på et tidspunkt kontaktede Grøndalscenteret Idrætsprojektet og spurgte, om drengen, der lånte E-sport-rummet, var en de samarbejdede med. Det var det.

Det blev starten på, at man i HEL-indsatsen fik øjnene op for, at E-sport kunne være et godt tilbud til børn og unge. Se også case om E-sport

### **Observation af hvor de unge hænger ud**

De unge bevæger sig typisk ikke særligt langt uden for deres lokalområde, men færdes og ”hænger ud” særlige steder i deres kvarter. Disse steder er oplagte at bruge til at rekruttere unge. Og ved at placere aktiviteter i umiddelbar nærhed af det sted, hvor de unge hænger ud, så bliver det nemt for de unge at gå til aktiviteten.

F.eks.: Unge, der hænger ud på gaden rekrutteres til boksetræning i Nordvest. Der rekrutteres bl.a. unge fra Stærevej, Den Grønne Trekant, Tagensboskolen og Mimersparksen.

### **Analyse af, hvilke steder, der i særlig grad mangler tilbud til unge**

Et startsted kan også være mere analytisk at kigge på, hvilke tilbud, som der er til børn og unge i et givet lokalområde og forsøge at igangsætte indsatser på områder, der mangler. Denne analyse kan med fordel kvalificeres i dialog med lokale børn og unge, helhedsplaner i området, SSP, Kultur- og Fritidsforvaltningen og skolerne.

F.eks.: Mills i Mimersparksen. Her var der ikke noget Skate-tilbud til unge, så derfor etablerede man en sådan indsats i HEL-indsatsen.

### **Indsatser forgrener sig**

Flere indsatser har undervejs forgrenet sig til yderligere nye indsatser. Det kan være nye indsatser, der ligner den oprindelige indsats (f.eks. flere cykelværksteder), indsatser, der bruger kompetencer fra den første indsats til at blive en del af en anden indsats (f.eks. madkurser til børn og unge, hvor unge bruger de kompetencer, de har tilegnet sig på kurset i en ny/anden i indsats som er lommepege- eller fritidsjob, der har sammenhæng til den oprindelige indsats, mv.

F.eks.: Idrætsprojektet har etableret et madkursus i et samarbejde med Meyers Madhus (Se case nummer 5 bagerst i kataloget). Trænere fra Idrætsprojektet er blevet uddannet hos Meyers Madhus, så de har opnået færdigheder i forhold til at arbejde i et køkken (f.eks. tilberedningsmetoder, hygiejne m.m.) og kreativt kan tænke pædagogikken ind i forhold til at udvikle indsatser til børn og unge. Indsatsen er et eksempel på, hvordan en indsats forgrener sig til en lang række andre indsatser. Samarbejdet med Meyers Madhus har forgrenet sig til såkaldte ”Mad-labs” som f.eks. er blevet afviklet på Peder Lykke Skolen, Rådmandsgade Skole og Energicenter Voldparken, hvor unge uddannes i køkken- og madkompetencer og får et kursusbevis. Flere unge er efterfølgende ansat i lommepegejob i forbindelse med en fast kagebagningsaktivitet i Energi Center Voldparken (ECV). Der er også flere nye ideer på vej i forlængelse af mad-labs. En af de unge skal stå for et forløb, hvor hun lærer andre unge at lave mad. Der er også overvejelser om at etablere og drive ”Ungdommens Folkekøkken”. Endelig har en restaurant tilkendegivet, at de gerne vil ansætte unge i fritidsjob, der har været en del af Mad-labs.

## PRINCIPPER for HEL-indsatsen

Indsætserne i HEL er meget forskellige, og det er vigtigt, at der er stor frihed til at designe en indsats sammen med lokale samarbejdspartnere og de børn og unge, der bor der. Vi har identificeret en række principper, som HEL-indsætserne står på.

Med principper forstår vi de byggesten eller virkemidler, som vi mener er centrale for, at en indsats skaber positive forandringer. I arbejdet med principper vil vi bruge Michael Quinn Pattons anbefalinger til at arbejde med principper (Quinn Patton, 2018). Han siger bl.a., at gode principper er kendetegnet ved:

- ✓ At de kan lede adfærd i en bestemt retning
- ✓ At de kan hjælpe til at træffe gode valg, der leder mod en effekt
- ✓ At de er inspirerende og baseret på værdier, der gør dem meningsfulde
- ✓ At de kan anvendes i forskellige kontekster og i en verden, der forandrer sig
- ✓ At det muligt at finde ud af, om principperne er blevet fulgt, og om de leder til effekt

Øvelsen ”at formulere gode principper” for en indsats kan ikke sættes på formel. Det er en analytisk øvelse, hvor faglighed og metodiske kompetencer er nyttige. Endvidere er det godt at inddrage perspektiver fra forskellige fagpersoner og erfaringseksperter. I denne sammenhæng har vi trukket på ledere og trænere fra Idrætsprojektet samt unge tilknyttet HEL-indsatsen.

Vi har i alt udledt 10 principper, der tilsammen udgør HEL-indsatsens metode. De ti principper, der er centrale i HEL-indsatsen, er:

1. *Gør samarbejdet med lokale aktører til en socialfaglig kompetence*
2. *Skab indsætser som børn, unge og familier selv tilvælger*
3. *Skab åbne inkluderende fællesskaber, så flere kan være med*
4. *Bring Pædagogik ind i foreninger og i det boligsociale arbejde*
5. *Giv børn og unge nye kompetencer, der baner vej videre i livet*
6. *Brobygning til fællesskaber og job efter HEL-indsatsen*
7. *Giv børn og unge rollemodeller, som de kan spejle sig i*
8. *Gør det nemt for de unge at være med og ryd barrierer af vejen*
9. *Skab noget, som de unge er stolte over i lokalområdet*
10. *Omfavn det entreprenante sociale arbejde*

## **PRINCIP nr. 1: Gør samarbejdet med lokale aktører til en socialfaglig kompetence**

I alle HEL-indsatserne samarbejder Idrætsprojektet med forskellige lokale aktører.

Samarbejdets karakter kan variere fra indsats til indsats, men det er afgørende at samarbejdet vægtes som noget helt centralt i det daglige arbejde. Man kan sige, at samarbejdet med lokale aktører skal gøres til en socialfaglig kompetence - forstået på den måde, at det er en faglig disciplin, at opdyrke og pleje de lokale samarbejder. Medarbejderne må mestre denne disciplin, hvis det skal lykkes at udvikle lokalforankrede indsats. Derfor skal samarbejdskompetencen anerkendes som en del af socialfagligheden og det må fx vægtes højt i rekruttering af medarbejdere.

Hvis samarbejdet skal være vellykket, skal man fra starten have lavet klare aftaler om, hvordan det konkret skal foregå. Her er det vigtigt at have fokus på:

- Hvilket fælles **mål** er der for indsatsen?
- Hvilke **roller** har de forskellige aktører i afviklingen af aktiviteter?
- Hvem har hvilket **ansvar** i dagligdagen?
- Hvornår skal vi **mødes løbende** og koordinere, evaluere og justere?
- Hvilke øvrige **ressourcer** kan der bringes i spil – både i form af økonomi, medarbejdere, faciliteter m.m.?
- Hvordan **kommunikerer** vi om indsatsen – bl.a. i forhold til rekruttering af børn og unge?
- Hvornår skal vi gøre status og **evaluere indsatsen**?

Den konkrete fordeling af opgaver i de enkelte indsats vil ofte afhænge af, hvilke konkrete kompetencer og ressourcer, som de forskellige aktører hver især har mulighed for at bringe i spil. I forhold til lommepenge- og fritidsjobs har man f.eks. kunne udnytte, at der i regi af helhedsplanerne både har været en konkret pulje i helhedsplanen til betaling af børn og unges løn, når de varetager lommepenge- og fritidsjobs, og at der var medarbejdere, der kunne hjælpe med det praktiske i forhold til udbetaling. Og i cykelværkstedet har HEL-indsatsen finansieret en container, der har forbedret de fysiske rammer for indsatsen.

Et særligt opmærksomhedspunkt er her, at der kan følge nye administrative opgaver med et samarbejde. Har foreningen mod på dette, og har de ressourcerne? Hvordan kan Idrætsprojektet støtte op om dette?

Et andet vigtigt opmærksomhedspunkt er, at de lokale foreninger skal opleve et samarbejde med Idrætsprojektet – hvor man ”spiller hinanden gode”. Idrætsprojektet skal ikke opleves som en konkurrerende aktør. Her bliver den gode og tillidsfulde relation mellem medarbejdere fra henholdsvis Idrætsprojektet og samarbejdsorganisationerne afgørende.

Ofte er der internt i Idrætsprojektet en arbejdsdeling mellem koordinatore, der har ansvar for koordinering af de samlede indsatser og trænere, der er en del af de lokale aktiviteter for børn og unge. I forandringsteorien sidst i rapporten er det beskrevet, hvordan de to roller er forskellige.

### **PRINCIP nr. 2: Skab indsatser som børn, unge og familier selv tilvælger**

De unge i HEL-indsatsen har en oplevelse af at have valgt indsatsen selv. De fleste ser ikke indsatsen som en social indsats, som de er blevet givet eller pålagt, men derimod som en mulighed de har grebet. De ser ikke indsatsen som noget "kommunalt".

Dette bliver tydeligt i interview med de unge:



Først vidste jeg ikke, hvad det var. Jeg var derhenne sammen med min træner. Så spurgte Martin, om jeg ville være med. Og så synes jeg, at det var ret sjovt. Jeg har også gået til fodbold og bordtennis, men jeg kan godt lide at lære nye spil

- Ung om at starte til E-sport

Det samme fremgår, når vi taler med de unge om at få et lomme pengejob i HEL-indsatsen, hvor de fortæller om, at søge jobbet og at det er et privilegie:

Idrætsprojektet sagde, at jeg kunne arbejde som hjælpetræner. Så jeg kom herover. Og så var jeg på kursus som hjælpetræner. Det er sjovt at være på kursus, og der fik jeg venner. Det var en nice ting. Der var også et fællesskab med de andre, som skulle være hjælpetrænere

- Ung om at blive hjælpetræner i håndboldklub





Først skrev jeg en ansøgning, men så var der en anden, der fik jobbet. Men da han var færdig, så var det min tur

- Ung om at søge lommepengejob som cykelmekaniker

Det er centralt at dem, der rekrutterer børn og unge til indsats, har øje for dette. Det kan både være trænere fra Idrætsprojektet og samarbejdspartnere i foreninger, lærere på skoler, boligsociale medarbejdere og fremskudte sagsbehandlere mv. De skal være gode til at gribe de unges interesser som ledetråde til at matche dem med en aktivitet – eller til at starte en helt ny indsats op, fordi der er noget, som lokale unge efterspørger. I HEL står ”E” for energi og ”L” for leg – og begge dele støtter op om princip nr. 1.

Helt konkret skabes match mellem de unge og indsats ved, at Idrætsprojektet spørger de unge, hvad de godt kunne tænke sig. Endvidere skaber sammen med de unge nye indsats sammen med de unge – som imødekommer deres ønsker til fritidsaktiviteter.



Samtidigt er det vigtigt, at de unge kan vælge at stoppe med at deltage i en aktivitet, hvis de alligevel ikke var motiveret for den. Så kan de hjælpes videre til en anden aktivitet. Det er OK at ”prøve noget af”. HEL-indsatserne giver på den måde de unges inspiration til hvilke fritidsaktiviteter, som de kan tænke sig at gå til. Og lommepengejobs giver også de unge inspiration til mulige karriereveje og ordinære fritidsjobs.

E-sport i Grøndalscenteret er et godt eksempel på, at man ved at tage udgangspunkt i de unges motivation og interesse kan aktivere børn og unge, som ellers har været meget svære at engagere i fællesskaber. Deres interesse for gaming/E-sport er ofte tilknyttet hjemmet hvor de unge sidder alene. Idrætsprojektet har gjort dette til et positivt fællesskab, hvor de kan dyrke deres interesse sammen med andre unge.

Et modsat eksempel er et fodboldbold, som man i HEL-indsatsen forsøgte at starte på Nørrebro.

Pigerne på holdet var rekrutteret fra en lokal fritidsklub. Og det viste sig, at det mere var klubben, der havde skubbet på for at få pigerne til at gå til en fritidsaktivitet, end det var deres eget ønske. Pigerne syntes ikke fodbold var fedt. Efter noget tid blev indsatsen afviklet.

Når de unge selv har valgt en indsats, afspejles det sig generelt i, at de unge synes det er fedt eller sjovt at deltage. Børn og unge i indsatsene udtrykker en stor glæde ved at være en del af fællesskabet i indsatsen/på holdet:

Jeg synes, at det er sjovt at drible med boldene, og så er det sjovt, når vi spiller kamp

- Pige der går til børnebasket i Tingbjerg



At noget er fedt, kan også handle om, at det er noget, man gør sammen med sine venner – eller at man har fået venner der, hvor man går til noget. Flere af de unge giver udtryk for, at de selv har ”trukket deres venner med”, hvilket også er en indikation af, at de ser indsatsen som noget positivt. Her har det også betydning, at det er let at blive en del af indsatsen, jf. princip nr. 7. Vennerne kan bare møde op.

### **PRINCIP nr. 3: Skab åbne inkluderende fællesskaber, så flere kan være med**

Indsatsene i HEL har alle fokus på, at børn og unge skal opleve glæden ved at være en del af et inkluderende fællesskab hvor man indgår i aktiviteter med andre unge. I aktiviteterne er man sammen om ”et fælles tredje” – f.eks. en idrætsaktivitet eller en aktivitet hvor man udfører håndværk f.eks. sammen med en cykelsmed eller en tømrer.

Samtidigt er der fokus på, at børn og unge tilegner de sociale kompetencer, de skal bruge for at begå sig i fællesskabet. Trænerne i Idrætsprojektet tilføjer indsatsene et socialpædagogiske element, der udvider rammerne for, hvem der kan deltage.





Vi har tidligere forsøgt at starte et hold op i området, hvor det ikke lykkedes. Holdet fungerede ikke og børnene holdte op med at komme. Det er ikke nok, at børnene bare kommer og træner basket. Ved at samarbejde med Idrætsprojektet kan vi skabe et hold, hvor der faktisk er plads til alle - både almindelige børn og dem der kommer med en udsat baggrund. Vi får størst succes, når der på den måde er en baskettræner og en træner med en pædagogisk baggrund.

- Samarbejdspartner fra Børnebasketfonden

Et inkluderende fællesskab er et fællesskab, der er trygt, og hvor alle er velkomne. Der er fokus på gode relationer og venskaber mellem de unge, og at de unge lærer at samarbejde med hinanden. Og der er fokus på, at børn og unge i HEL-indsatserne oplever et tilhørsforhold til fællesskabet.

Når man har noget, man godt kan lide at gøre sammen, så connecter man, og bliver nemmere gode venner. Vi connecter især godt, når vi er afsted til turnering. Her er alle involverede i, at vi gør noget sammen

- Ung på håndboldhold



Det er karakteristisk for HEL-indsatserne, at man *starter med at indgå i fællesskabet*. I mange andre pædagogiske indsatser arbejder man typisk 1-1 med de unge, med henblik på at den unge bliver klar til at indgå i fællesskabet. I HEL-indsatserne skaber man i stedet de rammer, der kan inkludere de unge fra starten, så de kan træne at være i et fællesskab, mens de er en del af fællesskabet.

I HEL-indsatserne blandes børn og unge fra lokalområdet. Udsatte unge er sammen med unge, der kommer fra mere ressourcestærke baggrunde og omvendt. Det giver børn og unge mulighed for, at de kan spejle sig i andre unge med en anden baggrund end dem selv. Og dette bidrager til at styrke den sociale kapital i lokalsamfundet. I nogle af indsatserne deltager børn og unge, der har en visiteret indsats i Idrætsprojektet – uden at det i aktiviteten er tydeligt hvem, der har en visiteret indsats og hvem der ikke har.

Der arbejdes i indsatserne systematisk med at **skabe de rum**, hvor relationerne mellem børn og unge opstår. I E-sport har man f.eks. samlinger i starten og slutningen af træningen. Så er de unge på forhånd kender dagens program og bliver trygge ved dagens træning. De unge skiftes også til at holde oplæg for hinanden under træningen.



De er alle særligt gode til enkelte spil - og her får de muligheden for at holde et oplæg om det spil, som de kan lide og på den måde lære fra sig. Det udvikler dem at træde ind i rollen, som den der inspirerer andre

- Træner tilknyttet E-sport

Midtvejs i træningen er der fysisk aktivitet, der ofte indebærer boldspil eller andre aktiviteter med fokus på samarbejde. Der er også fokus på at skabe gode relationer inde i de computerspil, der spilles, og hvor man bevæger sig inde i en fælles spille-verden.

På håndboldholdet i Stadion IF har træneren fra Idrætsprojektet nogle øvelser inkluderet i hver træning, hvor der er særlig fokus på samarbejde og på at være en god holdkammerat, så de unge træner deres sociale kompetencer f.eks. at følge fælles regler eller løse konflikter på en konstruktiv måde.

Ofte benyttes **samarbejdsøvelser**, hvor de unge er nødsaget til at samarbejde i fællesskab for at lykkes med opgaven. I E-sport har man f.eks. benyttet en øvelse med tagrener. Øvelsen går ud på, at de unge skal fragte en bold fra A til B med tagrenerne, uden at bolden rammer gulvet. De unge er hver især ansvarlig for en tagrende og er i den forbindelse nødsaget til at kommunikere/hjælpe hinanden for at komme i mål.

Der arbejdes også med, at børn og unge tager **ansvar for fællesskabet**. Det gøres bl.a. ved, at de unge er med til at bestemme, hvad der skal ske, og at de på skift får roller, hvor de bliver ansvarlige for en del af træningen eller en opgave. Det er med til at styrke fællesskabet, fordi alle får en rolle i at gøre de fælles aktiviteter til en succes.

Mange børn og unge i HEL-indsatserne kommer med negative erfaringer fra andre fællesskaber, hvor de er blevet ekskluderet. Men i HEL-indsatserne oplever de, at de bliver inkluderet og kan deltage aktivt på lige fod med alle de andre. Det er med til at opbygge en ny selvforståelse hos dem, som nogen, der er kompetente og er betydningsfulde for de andre og som nogen, der "går til noget". Det er også en vigtig pointe for aktiviteterne i HEL, trænerne de blander forskellige børn og unge. Der er både unge, der har en social sag i Socialforvaltningen og unge, der ikke har. Og der er både ressourcestærke og mindre ressourcestærke børn og unge.

Unge, der ikke har været en del af et fællesskab i længere tid, har ofte brug for at få tilegnet sig kompetencer **til at indgå i sociale relationer** og være en del af et hold. "*Hvordan taler man til hinanden?*". "*Hvordan tager man hensyn til hinanden i et samarbejde?*". Og "*Hvordan kan man hjælpe hinanden?*".

I HEL-indsatserne arbejdes der på at give børn og unge disse kompetencer. Det er bl.a. kompetencer, som de unge har brug for, hvis de skal gennemføre en uddannelse eller indgå i et arbejdsfællesskab. Mange af HEL-indsatserne kan her ses som en øvebane til at kunne indgå i andre fællesskaber.

### Socialtræner på Amager Judoskole

Judoskolen holder til på Peder Lykke Skolen på Amager. Der var i klubben en konsekvent tilgang til børn og unge med fokus på disciplin og ikke så meget på pædagogik. F.eks. blev man sendt over i et hjørne, hvis man ikke gjorde, som der blev sagt. Det havde en god effekt på nogle børn og unge. Men det betød også, at klubben ekskluderede andre unge.

Trænerne fra Idrætsprojektet kunne hjælpe med at få alle børn og unge med i træningen ved at bringe pædagogikken i spil på holdet, f.eks. ved at introducere fællesskabsøvelser og ved at håndtere konflikter på andre måder.

Klubben endte med selv at ansætte en socialtræner med pædagogisk baggrund, og HEL-indsatsen har derfor kunne trække sig fra klubben. Samarbejdet med HEL-indsatsen betød, at klubben fik udviklet deres pædagogiske tilgang til børn og unge, så alle børn og unge kunne inkluderes i fællesskabet.

#### **PRINCIP nr. 4: Bring pædagogik ind i foreninger og i det boligsociale arbejde**

Når trænere i Idrætsprojektet samarbejder med foreninger, skoler og helhedsplaner tilfører de disse organisationer den pædagogik, som kendetegner alle Idrætsprojektets indsatser.

Ved at "tilføje" pædagogikken til foreningerne kan foreninger inkludere flere børn og unge, fordi trænerne i foreningerne fx kan håndtere konflikter og kan lave aktiviteter, hvor formålet primært er børn og unges trivsel og udvikling – og ikke om de bliver mestre i en særlig sport eller aktivitet. På den måde hjælper Idrætsprojektet foreningerne til at blive mere inkluderende.

Når Idrætsprojektet i HEL-indsatser bidrager med socialpædagogiske kompetencer i f.eks. en Idrætsforening, så indebærer det, at der er ressourcer til, at den sociale træner kan håndtere konflikter og have fokus på trivsel hos de enkelte børn og unge – alt imens at træneren fra foreningen kan stå for selve træningen. Trænerne skal i den enkelte HEL-indsats finde en god måde at forene det pædagogiske med de kompetencer klubben har. Og de to roller – foreningens rolle og trænerens rolle – skal respektfuldt supplere hinanden.

Foreningerne er meget glade for, at vi har den her socialpædagogiske tilgang. Med det er vigtigt at deres folk føler, at det er dem, der har ansvaret, og de oplever, at vi er der for at hjælpe. Vi skal ikke blive "radiator-pædagoger" - dem der står ved siden af og kigger. Vi skal arbejde med, hvordan vi bedst støtter op om foreningen og hjælper dem end at skabe nogle inkluderende fællesskaber

- Træner i HEL-indsatsen





Idrætsprojektet er sindssygt dygtige til det med relationerne, og de kender behovet hos børnene. De har fokus på værdier på holdet - ikke kun de tekniske færdigheder. Det kunne godt være noget, vi bringer ind på vores øvrige hold i klubben

- Træner i IF-Stadion, samarbejdspartner med HEL

### **Vi arbejder matrikelløst og samarbejder tæt med børn og unges netværk**

Vi udfører matrikelløse socialpædagogiske indsatser og arbejder der, hvor børn, unge og deres familier bor og går i skole, fordi det er her de skal leve og bruge deres kompetencer, når de ikke længere skal være en del af Idrætsprojektet. Vi samarbejder tæt med netværket omkring børn og unge, dvs. familien, sagsbehandler, skolen, foreninger m.fl., så de kan støtte op om børn og unges positive udvikling, når de ikke længere har behov for at samarbejde med os.

Et vellykket samarbejde med foreninger, skoler, myndighed og helhedsplaner kræver, at Idrætsprojektets trænere formår at være gode medspillere. Det handler bl.a. om at forstå, hvad der er vigtigt for fx foreningerne, og hvilke ønsker, de har til samarbejdet. Dette bør være centralt i de indledende dialoger i samarbejdet. Trænere fra Idrætsprojektet har bl.a. formuleret det således:

*”Vi skal være en del af andres rejse”*

*”Vi skal spille hinanden gode”*

*”Vi skal ikke være en konkurrent, men i stedet være en support for trænerne i foreningen.*

*”Vi skal have fokus på at skabe ”win-win” – de muligheder, der opstår ved at vi går sammen”*

*”Vi skal sørge for at skabe mening med samarbejdet”*

I Københavns Kommune har man haft fokus på inklusion af flere børn og unge i foreningslivet gennem sociale partnerskaber (se mere her: [Sociale partnerskaber | Københavns Kommunes hjemmeside \(kk.dk\)](#)), og familier kan søge kontingentstøtte via Servicelovens § 52 [Serviceloven \(retsinformation.dk\)](#). Dette medvirker til, at flere udsatte børn og unge kan starte til en fritidsaktivitet.

HEL-indsatsen peger på et yderligere potentiale – ved at man fra det offentliges side også bruger ressourcer på at tilføre foreninger pædagogiske kompetencer, så de bliver bedre til at inkludere

børn og unge i udsatte positioner. HEL-indsatsen er endvidere et eksempel på, at dette f.eks. kan ske ved, at ressourcer fra Socialforvaltningen bruges til at støtte op om en indsats, der er forankret i Kultur- og Fritidsforvaltningen i kommunen.

## Pædagogik i Idrætsprojektet

Et centralt element i pædagogikken i Idrætsprojektet er aktivitetspædagogik – at skabe læring og udvikling igennem aktiviteter og ved at give børn og unge mulighed for selvudfoldelse.

Et andet centralt element er fokus på værtskab. Børn og unge skal opleve at blive set og føle sig velkomne, og de skal opleve at være en del af et fællesskab. Konkret møder man altid hinanden i Idrætsprojektet med et håndtryk. Det gælder både børn, unge og trænerne fra Idrætsprojektet.

Herudover har Idrætsprojektet 4 værdier, der er centrale for det pædagogiske arbejde:

### 1. **Fleksibilitet**

Vi er fleksible med indsats, tid og sted. Vi tilrettelægger altid forløbet efter børn og unges behov og justerer løbende, hvis behovene ændrer sig. Vi arbejder fra tidlig morgen til sen aften (kl. 6-22), og vi arbejder på tværs af børn og unges arenaer fx familie, skole og fritid. Vi starter med det samme, og vi aflyser aldrig.

### 2. **Tålmodighed**

Vi er tålmodige, nærværende og vedholdende, når vi samarbejder med børn, unge og deres familier. Også når vi møder langvarig modstand og gentagne afslag fra børn og unge. Samarbejdet kan godt indledes med, at vi laver intensivt opsøgende arbejde, hvor vi insisterer på at være sammen. Vi arbejder efter, at en lille forandring er nok til at sætte gang i en udvikling. Det er de bitte små forandringer, der skaber den store udvikling.

### 3. **Motivation**

Vi tager udgangspunkt i børn og unges motivation, ønsker og drømme for, hvad de ønsker at træne og derved blive bedre til, ændre eller opnå. Børn og unge får adgang til dannende fællesskaber i Idrætsprojektet. Her kan de i trygge relationer og rammer udvikle deres interesser og kompetencer der skal til, for at de kan tage skridtet ind i foreningsliv, fritidsjob, skole eller ungdomsuddannelse.

### 4. **Tro, Håb og Tryghed**

Vi ser børn og unges ressourcer. Sammen med dem ser vi efter situationer, hvor der er noget, der virker, så vi i fællesskab gøre mere af det. Vi har fokus på, hvad de kan, i stedet for hvad de ikke kan. Når de ikke ved, hvad de vil, ser vi det ikke som en udfordring, men som en mulighed for i fællesskab at undersøge forskellige interesser og kompetencer.



## **PRINCIP nr. 5: Giv børn og unge nye kompetencer, der baner vej videre i livet**

I HEL-indsatsen er der fokus på, at børn og unge i udsatte positioner udvikler kompetencer, der giver dem bedre chancer for at få et godt og selvstændigt liv. HEL-indsatserne ruste de unge til senere at kunne deltage i fritidsaktiviteter i foreninger. Og lommepegejobs giver de unge kompetencer til at kunne varetage et ordinært fritidsjob. Nedenfor beskrives disse kompetencer.

I indsatserne får børn og unge **sociale kompetencer** til at gå på et hold i en forening. De lærer at modtage fælles beskeder, løse konflikter og samarbejde med andre. De lærer også at følge regler - det kan være reglerne i en sportsgren eller i en forening. Her lærer de unge den "disciplin" og de kundskaber, der ofte kendetegner foreningslivet og idrætsgrenen.



Idrætsprojektet forsøger - i samråd med foreningen - at gøre rammerne bredere - så flere unge kan deltage - med udgangspunkt i deres motivation og kompetencer. Et eksempel er en ung, der havde svært ved at koncentrere sig, når der skulle gives information, men elskede at lege videre med boldene. Træneren fra Idrætsprojektet så hurtigt denne udfordring og greb den. Derfor blev det aftalt med træneren i foreningen, at den unge indsamlede bolde når, der blev givet information. På den måde fik den unge et ansvarsområde, som var med til at styrke selvtillid og ansvar. Dette endte med, at han efter nogle uger var klar til at tage imod information, da han var tryk ved at være i klubben.

Det drejer sig også om, at få de helt **konkrete kompetencer indenfor en sportsgren eller et håndværk**, som man bliver god til ved at være en del af HEL-indsatsen. De unge kan f.eks. tilegne sig konkrete kompetencer indenfor den sportsgren, som de går til, eller indenfor det håndværk, de arbejder med. Det kan f.eks. være tekniske eller fysiske kompetencer i forhold til at spille basket eller håndbold, og det kan være kompetencer i forhold til at reparere en cykel.

Det kan i nogle aktiviteter opleves som svært at starte på et hold, hvis man ikke har kompetencerne i forvejen. Stolthed eller usikkerhed kan afholde nogle børn og unge fra at deltage. Det arbejder man systematisk med på basket-holdet på Tingbjerg Skole, der er etableret i et samarbejde mellem Idrætsprojektet og BørnebasketFonden. Inspireret af BørnebasketFondens metode andre steder i landet starter man ofte op med, at børn introduceres til basket i et forløb i skolen i Idræt. Her lærer de det basale om basket - hvordan man dribler og skyder til måls, hvordan reglerne er i spillet, og hvad forskellige ting hedder i spillet. Børnene får således et fundament af basale kompetencer, som er med til at give dem modet til at træde ind og blive en del af holdet.



I lommepegejobs er der ikke kun fokus på, at de unge skal løse en opgave og tjene penge - der er også fokus på at give de unge nogle nye kompetencer. Idrætsprojektet udvikler sammen med de lokale samarbejdspartnere **jobrettede kurser**, der kvalificerer de unge til at varetage deres lommepegejob, og som giver dem noget på deres cv. Disse kompetencer kan de unge konkret bruge i lommepegejobbet, men de kan også bruge dem, når de et efterfølgende skal have fritidsjob. Kurserne giver også de unge nogle generelle kompetencer ift. at tage ansvar, være hjælpsom, løse konflikter og lære fra sig til andre.

I tabellen ses eksempler på kurser:

Kursus	Indhold i kursus
<p><b>Hjælpetræneruddannelse i boldspil</b> Til unge, der skal være hjælpetrænere i håndbold og fodbold. Hjælpetrænere er bl.a. tilknyttet basketballholdet Tingbjerg Tigers og håndboldholdet IF Stadion i Husum.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rollemodel og den gode modtagelse</li> <li>2. Aktiviteter med fokus på boldspil</li> <li>3. Praktik i forening</li> <li>4. Forløb med fokus på trivselsaktiviteter</li> <li>5. Sammenkobling af færdigheder</li> <li>6. Konflikthåndtering og aktivitetsbank</li> </ol>
<p><b>Legepatruljeuddannelse</b> Til unge, der ansættes til at igangsætte legeaktiviteter i boligområderne for mindre børn og familier.</p>	<p>Samme overordnede indhold som hjælpetræneruddannelse</p>
<p><b>Kursus i cykelmekanik</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Arbejdsmiljø og værkstedsikkerhed</li> <li>2. Værktøjslære</li> <li>3. Bevægelige dele på cyklen</li> <li>4. Gear, kæde, bremses, dæk og slanger</li> <li>5. Cykellovkrav</li> <li>6. Testdag</li> </ol>
<p><b>Madkursus</b></p>	<p>Råvarehåndtering, bæredygtighed, hygiejne og service:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sensorik</li> <li>2. Tilberedningsmetoder</li> <li>3. Formidling (Klimavenlig mad/Madspild)</li> <li>4. Grundlæggende hygiejne</li> <li>5. Ernæring (Kostråd)</li> <li>6. Værtsskab</li> <li>7. Rengøring</li> </ol>

I lommepegejobs får de unge endvidere basale **kompetencer ift. at kunne varetage et job**. De lærer at strukturere deres tid, møde til tiden og løse opgaver ansvarsfuldt. De lærer at arbejde sammen med andre, og at man nogle gange også skal udføre kedelige opgaver for at få sin løn. De får også erfaringer med de praktisk ting – som bankkonti, MIT-ID og de får erfaringer med at have deres egen indtægt.

Jeg er blevet bedre til at sige "det skal jeg nu, og det skal jeg bagefter". Før gik det hele bare sådan lidt "la la". Nu har jeg planlagt, hvornår ting skal gøres

- En ung hjælpetræner i lommepegejob i en håndboldklub



De unge i lommepegejobs **vokser også gennem de nye kompetencer og det ansvar, som de skal påtage sig** igennem jobbet – f.eks. i forhold til andre børn og unge eller i forhold til at løse en opgave.

Jeg var virkelig nervøs. Det var svært. Jeg havde svært ved at huske deres navne. Jeg er stolt af, hvor jeg er nået nu. At være hjælpetræner har hjulpet mig i min kommunikation med andre, fordi jeg ellers ikke er en særlig social person, men det er jeg blevet mere i denne sammenhæng

- En ung hjælpetræner i lommepegejob i en håndboldklub



## **PRINCIP nr. 6: Brobygning til fællesskaber og job efter HEL-indsatsen**

Alle HEL-indsatser har fokus på, at børn og unge brobygges til en fast fritidsaktivitet eller et ordinært fritidsjob. Indsatserne i Hel er således ikke varige indsatser men trædesten til samfundets ordinære fællesskaber i foreninger og på arbejdspladser.

Det er forskelligt, hvor lang tid børn og unge er en del af en HEL-indsats, inden de bliver en del af en fast fritidsaktivitet eller får et ordinært fritidsjob. Brobygningen er håndholdt, så det sikres, at børn og unge kommer godt videre. Eksempler på brobygning er:

- *I E-Sport er der etableret et samarbejde med E-sport foreningen Integrity-X, så de unge kan fortsætte i ordinært foreningsregi efter HEL-forløbet er slut.*
- *På basketballholdet "Tingbjerg Tigers" har man været på udkik efter en ordinær basketball forening. Hovedstadens Basketball fællesskab, som er en forening, står nu får træningen med "Tingbjerg Tigers". Det som startede som en træningsbane "satellit træning" er nu grebet af en ordinær forening og alle de unge er derfor brobygget til et ordinært foreningstilbud.*
- *I fællesskab med ungdomsskolen, SSP og helhedsplanerne Beboerprojekt Nordvest, Husum for alle og Tingbjerg Forum får de unge mulighed for at tage et baristakursus, som efterfølgende har medført, at de unge f. eks har fået jobs som barista i cafeen i Energi Center Voldpark.*
- *I samarbejdet med Meyers Madhus får de unge 6-10 ugers madkursus med Idrætsprojektet, herefter kan de blive en del af et 5-6 måneder forløb i et Madlab med f. eks helhedsplanen Husum for alle, hvor de udannede unge står for at servere mad en gang om ugen på deres klub. Efter det halve sidst bliver de hjulpet/guidet videre til et ordinært fritidsjob.*

Brobygning fra lommepengejob i HEL-indsatsen til et ordinært fritidsjob sker ofte i samarbejde med Jobcenter København Unge (JKU). JKU kan være behjælpelig i den sidste fase, hvor den unge ønsker at gå målrettet efter et søge og få et ordinært fritidsjob. JKU har kendskab til, hvilke virksomheder de unge kan søge job hos, og hvilke virksomheder der mangler medarbejdere.

HEL-indsatsen har endvidere et samarbejde med "Fritidsjob med mentor" i Københavns Kommune. Fritidsjob med mentor er en indsats, hvor den unge søger et ordinært fritidsjob i en virksomhed og ansættes på ordinære vilkår, og hvor den unge samtidig får tilknyttet en mentor fra virksomheden i seks måneder. Mentoren støtter den unge i at lykkes i sit fritidsjob, og

støtten tager udgangspunkt i den unges behov. På denne måde sikres den unge en optimal indslusning på arbejdspladsen. Virksomheden får økonomisk støtte.

I HEL-indsatserne skaber Idrætsprojektets trænere i tæt samarbejde med forskellige samarbejdspartnere - fx lokale foreninger og de boligsociale helhedsplaner - nogle lokale, trygge fællesskaber for børn og unge, hvor de kan have det sjovt og tilegne sig nye kompetencer. Børnene og de unge kan både træne sociale kompetencer fx at samarbejde med andre samt få viden og færdigheder indenfor forskellige aktiviteter fx madlavning, basket og E-sport. Ved at Idrætsprojektet er en del af de indsatser, der startes op, så sikres det, at der er socialpædagogiske kompetencer til stede i fællesskaberne, så alle børn og unge kan deltage – særligt børn og unge i udsatte positioner.

**Forældrene** er vigtige at tænke ind i brobygningsarbejdet, så de kan støtte op om børnene og de unges aktiviteter. Det gælder både de praktiske dele i forhold til transport til og fra aktiviteten og betaling af kontingent, og det gælder den mere generelle opbakning ved at udvise interesse for aktiviteten. Idrætsprojektet samarbejder med forældrene på følgende måder:

- *Giver dem et overblik over, hvilke foreningsmuligheder er der i deres lokalområde.*
- *Hjælper dem med at søge kontingentstøtte.*
- *Giver dem et øget kendskab til foreningslivet. Hvad indebærer det, når deres barn går i en forening? Hvad kræver det af udstyr? Hvad kan de gøre for at vise interesse for aktiviteten?*

### **PRINCIP nr. 7: Giv børn og unge rollemodeller, som de kan spejle sig i**

Rollemodeller er centrale i HEL-indsatsen. Ved at spejle sig i andre og ved selv at være en rollemodel, sker der en udvikling hos børn og unge. Rollemodeller er personer, som børn og unge oplever, at de kan lære noget af, som inspirerer dem, og som viser mulige veje i livet, som de måske også selv kan gå.

Rollemodellerne i HEL-indsatserne antager flere former:

Der er **de voksne rollemodeller**, der har kompetencer og væremåder, som de unge bliver inspireret af. Det kan både være faglige og sociale kompetencer. De voksne rollemodeller kan både være trænerne fra Idrætsprojektet, og det kan være de lokale samarbejdspartnere fx en træner fra en forening. En ung fra cykelværkstedet siger om en af de voksne:

Hvordan skal jeg sige det? Han er en vigtig person. Han fortæller, at jeg skal komme til tiden. Bare følg instrukserne og hør på din mentor, så skal det nok gå. Det er vigtigt, han lærer dig noget. Han er basically din lærer

- En ung om hjælpetræneruddannelsen



**Børn og unge i HEL-indsatsen er også rollemodeller.** Det gælder særligt for de unge, som er ansat i lommepengejobs. Nogle unge får jobs i legepatruljer i lokalområder eller som hjælpetrænere i foreninger. Her får de unge en opgave og et ansvar i forhold til planlægge og gennemføre aktiviteter for andre børn og unge, og på den måde bliver de rollemodeller. Andre unge får job i et cykelværksted og reparerer cykler for lokale beboere, eller de får job i Idrætsprojektets tømrerværksteder, hvor de er med til at reparere og bygge ting i deres lokalområde. De bliver dermed en ressource for deres lokalsamfund, og de unge oplever, at de er kompetente og betydningsfulde.

I flere HEL-indsatser arbejdes der også strategisk med at give børn og unge **ansvar og nye roller i aktiviteterne**, så de oplever at være en rollemodel. På basketholdet skiftes de f.eks. til at stå for en øvelse under opvarmningen, og i E-sport skiftes de unge til at fremlægge foran de andre deltagere om deres personlige favorit spil.

**Unge** kan også være rollemodeller ved at være dem, der inviterer andre børn og unge med til aktiviteter i HEL. Dette er muligt, fordi aktiviteterne er åbne for alle børn og unge, og trænerne fra Idrætsprojektet, foreninger m.fl. opfordrer også børnene og de unge til at tage deres kammerater med til aktiviteterne. Og de børn og unge, der har fået kammerater med til aktiviteterne, fortæller om det med stolthed i stemmen. De oplever at have gjort en forskel. Endelig kan **forældrene** også inviteres ind i indsatserne som rollemodeller, f.eks. ved at forældrene opfordres til at være frivillige i

### Din fritidsmentor i Nordvest hjælper børn og unge helt ud i de lokale tilbud

Idrætsprojektet og den lokale bolig-social helhedsplan ønskede, at flere børn og unge blev hjulpet til at bruge lokale tilbud.

Man lavede sammen en liste over alt, hvad man kunne gå til i lokalområdet. Børn og unge kunne herefter få en træner fra Idrætsprojektet, som hjalp med at spørge ind til, hvad de godt kunne tænke sig at gå til. Træneren hjalp dem også med at komme til prøvetræning, blive tilmeldt foreningen og få styr på transporten til og fra aktiviteten – f.eks. at få repareret en brugt cykel, som de kunne få og cykle på. Træneren havde også fokus på, at forældrene blev involveret, så de lærte foreningen at kende og kunne støtte op, at deres barn gik til en aktivitet f.eks. ift. transport til og fra træning.

indsatserne. De kan fx hjælpe med at følge flere børn til og fra aktiviteter i foreningen eller ved, at de selv deltager aktivt i foreningsaktiviteten.

### **PRINCIP nr. 8: Gør det nemt for de unge at være med og ryd barrierer af vejen**

Det skal være let for børn og unge i HEL-indsatserne at deltage. Der arbejdes i alle indsatser med at reducere de barrierer, der kan afholde børn og unge fra at deltage. Det gør man f.eks. ved:

- At placere indsatsen geografisk meget tæt på, hvor børn og unge bor og færdes. Ofte kan f.eks. en stor vej være en barriere, der gør, at man ikke kommer derhen.
- Tidsmæssig placering af indsatsen på et tidspunkt, der gør det nemt at deltage. F.eks. når basket foregår på Tingbjerg Skole lige efter, at børnene har fri for skole.
- Man kan bare møde op og deltage. Der skal ikke fra starten foretages en formel indmeldelse i foreningen, og man skal ikke visiteres af kommunen. Det gør det muligt at rekruttere de børn og unge, som færdes omkring indsatsen, og det gør det nemt for børn og unge i indsatsen at tage deres klassekammerater eller venner med.

- Børn og unge skal ikke fra dag ét passe til de forventninger og regler, der er i en almindelig forening. De kan lære at være en del af et foreningsliv et sted, hvor der er socialpædagogiske kompetencer til stede.
- Hjælpe forældrene med, hvordan de kan støtte deres børn i at deltage i aktiviteterne – f.eks. ved at hjælpe med transport til og fra aktiviteten.
- Sikre at træningen aldrig aflyses. Hvis en træner er syg, så sender Idrætsprojektet en vikar. Hermed undgås skuffelser ift. at møde forgæves op.

### **PRINCIP nr. 9. Skab noget, som de unge er stolte over i lokalområdet**

Indsætterne i HEL er forankret i lokalområderne. De foregår der, hvor de unge bor og bevæger sig. I indsætterne arbejder man med, hvordan de unge kan blive en del af positive fællesskaber med andre lokale børn og unge ved at deltage i forskellige aktiviteter. ”H”et i HEL står for ”hjem” – fordi aktiviteterne foregår på deres hjemmebane, i deres ”hood”. Der arbejdes med stolthed over lokalområdet på flere forskellige måder:

- Børn og unge inddrages i planlægningen og udførelsen af indsætter og har derfor et stort ejerskab til det, der foregår. Det sker, når børnene og de unge er med til at pege på hvilke indsætter, der mangler i deres område, når de er med til at renovere og indrette lokaler på skoler, i boligforeninger, containere m.m., hvor aktiviteterne skal foregå, og herefter deltager i indsætten. Og det sker, når unge i en HEL-indsæt bliver ansvarliggjort for dele af træningen. De unge får sportstøj, der knytter dem til indsætten – f.eks. t-shirts med logo som hos basketballholdet Tingbjerg Tigers.
- Ejerskabet og fællesskabet om HEL-indsætterne betyder, at børn og unge efterfølgende føler ansvar for at passe på lokalerne, udstyret til aktiviteterne m.m. Der bliver ikke lavet hærværk, og i cykelprojektet oplever de f.eks. at værktøj mv. meget sjældent bliver stjålet.
- De har også medbestemmelse over, hvilke ting der bygges i deres område. Dette kunne f.eks. være borde, bænke og pizzaovne, som kan bruges til fællesaktiviteter i deres lokalområde.



**Vi vil gerne styrke en identitet og en stolthed over det lokale hold. Derfor laver vi bl.a de her t-shirts. Det er med til at skabe noget coolness omkring holdet**

**- Direktør for Børnebasketfonden - Samarbejdspartner**



### **PRINCIP nr. 10: Omfavn det entreprenante sociale arbejde**

Hver enkelt indsats i HEL er resultatet af en kreativ proces med flere deltagende parter - Idrætsprojektet, en eller flere samarbejdspartnere og børn, unge og deres familier. HEL-indsatsen kan således ses som et stort laboratorium med aktører på jagt efter nye opfindelser, og som justerer og videreudvikler eksisterende opfindelser.

En vigtig komponent er, at der i Idrætsprojektet er en entreprenant **kultur**, hvor trænere og samarbejdspartnere hele tiden udvikler indsatser til børn og unge i udsatte positioner og sætter nye aktiviteter i gang. Det er en kultur, der understøttes af, at der er selvstyrende teams i Idrætsprojektet, og at man **ledelsesmæssigt** ser den entreprenante tilgang som en værdi, der skal understøttes. Det frigiver en masse kreativitet i organisationen.

Det er her centralt, at Idrætsprojektets trænere har **store frihedsgrader** til selv at sætte ting i gang – og at de ledelsesmæssigt understøttes til at gøre dette:

Da jeg blev ansat, fik jeg at vide, at det her er et sted, hvor man kan udvikle sine egne projekter

- Træner i Idrætsprojektet



Man kan tale om en kultur, hvor arbejdet består i at udvikle, afprøve og tilpasse indsatser hele tiden. Det kan kaldes en iværksætterkultur eller designtænkning. Det kræver et særligt udviklende mindset, hvor man hele tiden har fokus på muligheder og ressourcer, der kan sættes i spil i lokalområderne. Og det kræver en tilgang, hvor fejl ikke ses som fejl, men som erfaringer, man kan bruge til løbende forbedringer.

Et eksempel på kulturen kommer frem, når der er jobsamtaler i Idrætsprojektet. Her bliver man midt i jobsamtale pludselig bedt om at sætte en aktivitet i gang, idet det er en værdi i Idrætsprojektet, at de ansatte kan være omstillingsparate og tænke kreativt, hvor man hurtigt kan gå fra ide til handling. Ledelsen og trænere arbejder i fællesskab mod, at der er en høj psykologisk tryghed i hele organisationen med plads til idéer, spørgsmål, kritik, uenighed og at vise sine fejl.

Årsagen er, at man ser psykologisk tryghed som en forudsætning for, at alle både ledelsen og trænerne har mod til at arbejde kreativt og nytænkende, og at det er en nødvendighed, hvis de skal lykkes med deres kerneopgave - at alle børn og unge bliver en del af positive fællesskaber i deres lokalområde. For hvis børnene og de unge var gode til at indgå i de eksisterende strukturer i samfundet, så var de ikke i Idrætsprojektet.

Man kan tale om en kultur, hvor arbejdet består i at udvikle, afprøve og tilpasse indsatser hele tiden. Det kan kaldes en iværksætterkultur eller designtænkning. Det kræver et særligt udviklende mindset, hvor man hele tiden har fokus på muligheder og ressourcer, der kan sættes i spil i lokalområderne. Og det kræver en tilgang, hvor fejl ikke ses som fejl, men som erfaringer, man kan bruge til løbende forbedringer.

I HEL-indsatsen er det vigtigt, at Idrætsprojektets entreprenante tilgang til socialt arbejde også bringes i spil **sammen med samarbejdspartnerne** – så der er et fælles udviklingsrum for alle relevante aktører. Det er vigtigt for det fælles ejerskab til indsatserne. HEL-indsatsen har også god erfaring med, at det er børn og unge i lokalområdet, der er med til at udvikle indsatserne.

Et særligt fokus for samarbejdet er, hvordan den samlede **økonomi** i de forskellige indsatser kan strikkes kreativt sammen med både offentlige og private midler: *Hvilke ressourcer kan foreningen og helhedsplanen bidrage med? Det kan være til deres egne ansatte og måske løn til hjælpetrænere.*

### Ressourcer, som Idrætsprojektet til-fører HEL-indsatsen

I HEL-indsatserne bidrager Idrætsprojektet med at koordinere indsatserne fx at etablere samarbejder på tværs af forskellige aktører omkring en indsats for børn og unge. Idrætsprojektet bidrager også med at planlægge og udføre aktiviteter for børn og unge i samarbejde med andre aktører i lokalområdet eller de deltager som en ressource i aktiviteter, som andre aktører står for at facilitere.

I flere indsatser bidrager Idrætsprojektet med udstyr, f.eks. bolde, sko, t-shirts mv.

I enkelte af indsatserne har Idrætsprojektet bidraget med opgradering af de fysiske rammer. I cykelværkstedet i Tingbjerg har Idrætsprojektet via HEL-midler finansieret en container, og på Tingbjerg Skole har de renoveret et kælderrum, som kan bruges af lokale aktører til aktiviteter for børn og unge.

- *Hvad kan Idrætsprojektet bidrage med af trænere? Og kan Idrætsprojektet måske også bidrage med træningsudstyr og opgradering af fysiske faciliteter?*
- *Har helhedsplanen en pulje til lommepengejob, der kan bruges?*
- *Kan der aktiveres kommunale midler fra Fritidsliv med mentor?*
- *Er der andre relevante puljer f.eks. i regi af f.eks. Dansk Idrætsforbund eller Kultur- og Fritidsforvaltningen i Københavns Kommune?*
- *Har Børne- og Ungeforvaltningen lokaler og andre faciliteter, som de kan stille til rådighed f.eks. et skolekøkken eller en gymnastiksal efter skoletid.*

Det vil være relevant i hver enkelt indsats at analysere hvilke ressourcer, der kan tilvejebringes til at skabe en samlet indsats.

## **AFSLUTNING: Indsatser, der forgrener sig og spreder sig som ringe i vandet**

I HEL-indsatsen tilbydes der tidligt forebyggende indsatser, som er åbne tilbud for alle børn og unge (Serviceloven § 11). Det betyder, at de ikke først skal visiteres til en foranstaltning på baggrund af en børnefaglig undersøgelse, hvis de ønsker at deltage i en indsats (Serviceloven § 52).

HEL-indsatserne er således *lokale tidligt forebyggende indsatser*, hvor man etablerer åbne fællesskaber for alle børn og unge i lokalområdet. At midlerne til indsatserne ikke skal bevilges via en foranstaltning til de enkelte børn og unge, men at indsatserne netop er tidligt forebyggende for alle børn og unge, er en central forudsætning for HEL-indsatsen.

I princippet kan denne måde at finansiere indsatser på have den udfordring, at det kan være vanskeligt at målrette indsatsen til børn og unge i udsatte positioner med størst behov for støtte, og at man ikke tydeligt kan afgrænse midlerne til dem, der traditionelt ses som socialforvaltningens målgruppe. Derfor er det særligt vigtigt, at HEL-indsatserne på anden vis udvikles, så de rammer børn og unge i udsatte positioner, dvs. socialforvaltningens målgruppe.

Som vi har set, udvikles HEL-indsatserne i høj grad på baggrund af, at Idrætsprojektet og relevante lokale aktører i samarbejde med børn og unge identificerer *muligheder* og *behov* for nye indsatser i lokalområder, som er defineret som udsatte.

HEL-indsatserne vidner således om, at *det er muligt* at skabe relevante tidligt forebyggende indsatser, der rammer Socialforvaltningens målgruppe af børn og unge i udsatte positioner. Indsatserne gennemføres i udsatte boligområder, og alle relevante aktører i områderne samarbejder om at identificere behov for nye indsatser og ikke mindst at motivere børn og unge i udsatte positioner til at deltage i indsatserne.

### **Ressourcer, som Idrætsprojektet tilfører HEL-indsatsen**

I HEL-indsatserne bidrager Idrætsprojektet med at koordinere indsatserne fx at etablere samarbejder på tværs af forskellige aktører omkring en indsats for børn og unge. Idrætsprojektet bidrager også med at planlægge og udføre aktiviteter for børn og unge i samarbejde med andre aktører i lokalområdet eller de deltager som en ressource i aktiviteter, som andre aktører står for at facilitere.

I flere indsatser bidrager Idrætsprojektet med udstyr, f.eks. bolde, sko, t-shirts mv. I enkelte af indsatserne har Idrætsprojektet bidraget med opgradering af de fysiske rammer. I cykel-værkstedet i Tingbjerg har Idrætsprojektet via HEL-midler finansieret en container, og på Tingbjerg Skole har de renoveret et kælderrum, som kan bruges af lokale aktører til aktiviteter for børn og unge.

Fordelene ved at finansiere lokale tidligt forebyggende fælleskabsindsatser kan være, at man geografisk kan placere indsatserne, så mange børn og unge kan blive en del af dem, og at deltagerne modtager en indsats, uden at de ”klientgøres” eller ”blive en sag i systemet”. HEL-indsatserne vidner om, at det er muligt at skabe indsatser, hvor børnene og de unge oplever selv at have tilvalgt en fritidsaktivitet eller et fritidsjob og således ikke føler, at de er en del af en social indsats eller en del af en socialt udsat gruppe.

Derudover fremgår det af feltbesøg og interviews med børn og unge, at HEL-indsatsen lykkedes med at skabe ”ringe i vandet”, hvor børn og unge, som er en del af HEL-indsatserne, selv motiverer andre børn og unge i udsatte positioner til at deltage i indsatserne, så endnu flere børn og unge bliver en del af de positive fællesskaber i deres lokalområder. Dette bliver mest tydeligt, **når flere af børnene og de unge f.eks. fremhæver, at de selv har hevet vennerne med til aktiviteterne:**

- En ung i cykelværkstedet fortalte med stolthed, at han havde fået en af sine venner med, der nu også havde fået et fritidsjob. Dette vidner om, at de unge ser indsatsen som et tilvalg – som noget de har opdaget – og ikke som en social indsats målrettet dem.
- En pige på Tagensbo Skole tog først en veninde med til fodbold, og pludselig var de en hel gruppe på otte fra samme klasse på holdet.

En anden ”ringe i vandet-effekt” af indsatserne er den måde, Idrætsprojektets **pædagogik smitter af på foreninger** – der får kompetencer til at arbejde mere fælleskabsorienteret og nye kompetencer med blik for de børn og unge, der har særligt behov for støtte. I Amager Judo Klub endte de med selv at ansatte en ”socialtræner”, da de kunne se den gavnlige effekt for holdene.

Et andet eksempel på ”ringe i vandet-effekten” er også den **strategi for ”afknopning”**, som Idrætsprojektet har. Med afknopning forstås, at indsatsen starter i regi af Idrætsprojektet, men senere forankres indsatsen i en eksisterende forening. Et eksempel er, at Idrætsprojektet startede et dansehold op i Energicenter Voldparken i Tingbjerg, og da der kom en fast gruppe unge hver uge til aktiviteten, så overtog foreningen ”Social Dance” danseholdet, så det nu er blevet forankret som et dansehold i Energicenter Voldparken i Tingbjerg.

En afledt effekt er også, at der bliver **opbygget nye relationer og sammenhængskraft blandt lokalområdets beboere**. Når en ung f.eks. har repareret en cykel for en lokal beboer, så er den unge en ressource for lokalområdet, og relationen mellem den unge og den lokale beboer styrkes. Det giver med andre ord en mulighed for, at de unge kan påtage sig nye roller i lokalsamfundet, og det kan bidrage til at skabe sammenhængskraft og dermed tryghed blandt områdets beboere.

HEL-indsatsernes fokus på fællesskaber gør altså en forskel for en række konkrete unge, der typisk kan være i kontakt med socialforvaltningen. Men HEL-indsatserne har også afledte positive effekter, der går udover socialforvaltningens område og bl.a. styrker foreningsliv og sammenhængskraften og trygheden i lokalområder.

## Case 1. BØRNEBASKET PÅ TINGBJERG SKOLE

På Tingbjerg Skole er der hver uge baskettræning på holdet ”Tingbjerg Tigers”. Træningen sker i skolens store idrætshal lige efter skoletid.

Holdet er etableret i et samarbejde med Hovedstadens Basketfællesskab, som er en basketballklub, der har til formål at bevæge børn igennem basketball og øge interessen og kendskabet til sporten.

Samarbejdet er et forsøg på at flytte organiseret idræt tættere på børn og unges dagligdag og at fjerne de barrierer, der fx ligger i, at man skal hjem fra skole og så ud ad døren igen, eller at distancen fra skolen eller hjemmet bliver for stor.

Baskeholdet Tingbjerg Tigers træner derfor på den lokale skole, og børnene rekrutteres til indsatsen gennem opsøgende arbejde på skolen og i lokalområdet, og ved at børnene selv inviterer deres venner og klassekammerater med til træning. Det er nemt at blive en del af holdet - man møder bare op. Hvis man gerne vil være fast deltager på holdet, hjælper Idrætsprojektets trænere med det praktiske, alt fra at hjælpe med at søge kontingentstøtte, indmeldelse i foreningen, til den løbende dialog med forældre.

Som en del af indsatsen stifter børnene kendskab med basket igennem et forløb i idrætstimerne på skolen. Her kan børnene finde ud af, om de synes basket er sjovt. Og når de så begynder på holdet, kender de reglerne og kan finde ud af, hvordan man spiller. Det gør det nemmere at starte på et hold med andre børn, der måske har været på holdet et stykke tid.

Hovedstadens Basketfællesskab fortæller, at basket som spil har nogle særlige kvaliteter, der gør det velegnet til at nå udsatte børn og unge:

- *Børnene får nogle kompetencer, som kan bruges i næsten alle skolegårde.*
- *Man kan spille på gadeplan, fordi der er basketkurve spredt over hele byen.*
- *Man kan spille mange eller få – og man kan træne alene med en kurv.*

Idrætsprojektet startede med at stå for træningen for at bygge en grundstamme op af faste deltagere. Efter denne indledende fase har Hovedstadens Basketfællesskab stillet en træner til rådighed, som har den idrætsfaglige ekspertise, og Idrætsprojektet stiller samtidigt med en træner, som har en pædagogisk ekspertise. Sammenspillet gør, at der udvikles en fælles kultur på holdet, som er præget af et ligeværdigt forhold mellem at udvikle kompetencer indenfor basket og at udvikle et trygt og inkluderende miljø. Det sidste kommer især til udtryk ved, at der arbejdes på at børn og unge lærer at være gode holdkammerater, at skabe et stærkt fællesskab, til



konstruktivt at håndtere konflikter og til løbende at udvikle børnene og de unge ved at give dem et medansvar for træningen. Håbet er, at den gode kultur på holdet kan forankres, når Idrætsprojektet helt trækker sig og overlader indsatsen alene til Hovedstadens Basketfællesskab.

I skrivende stund er 17 lokale unge blevet meldt ind i Tingbjerg Tigers, og går fast til basket én gang om ugen. Nogle af de centrale greb, som Idrætsprojektet gør brug af i denne indsats er:

- To trænere fra Idrætsprojektet – der både har viden og færdigheder indenfor basketball og socialpædagogik, starter et hold op. Det er derved muligt for holdet at inkludere børn, der er i udsatte positioner - som fx er udadreagerende eller indadreagerende.
- Børnene er medansvarlige for opvarmningen. De er med til at planlægge og gennemføre øvelserne for deres kammerater.
- Børn og unge, der færdes på skolen i nærheden af træningen, bliver spurgt, om de vil være med.
- Der er lavet en t-shirt, der er med til at understrege et tilhørsforhold til holdet.
- Idrætsprojektet aflyser aldrig. Ved sygdom kommer der en anden træner. Kontinuitet er vigtig. Børnene skal ikke opleve at blive svigtet.

## **Case 2. HÅNDBOLD i IF STADION i Husum**

Idrætsprojektet samarbejder i Husum med håndboldklubben IF Stadion om træningen på et håndboldhold i hallen i EnergiCenter Voldparken. IF Stadion kommer med holdets træner, og Idrætsprojektet bidrager med en "socialtræner" på holdet.

Energicenter Voldparken er beliggende i Voldparken, som er et boligområde præget af socialt boligbyggeri i udkanten af det nordvestlige København. De deltagende børn på holdene i Stadion IF kan både stå i udsatte positioner og ikke gøre det. Fælles for dem alle er, at de rummer en række ressourcer, som socialtræneren forsøger at sætte i spil på en positiv måde. En af socialtrænerens vigtigste opgaver i klubben er at styrke kulturen for sammenhold og fællesskab.

På flere hold opleves det, at tonen kan være hård, og at de unge har et behov for at positionere sig. På holdene er der nogle gange en ekskluderende samtalekultur blandt de unge, hvilket blandt andet kommer til udtryk ved, at de - i mindre grupper - taler sprog som deres medspillere ikke forstår.

Arbejdet med denne konkrete problemstilling for trivselstræner er at facilitere særlige øvelser, der kan styrke et inkluderende fællesskab. Der tales også med de unge om empati, aktivt

medborgerskab mv. Hvis der opstår konflikter på holdet, så er det typisk socialtræneren, der arbejder med konfliktløsning og mægling mellem deltagerne.

Der er endvidere tilknyttet to lokale piger i lommepengejob, som er hjælpetrænere på hver sit hold. De har som forberedelse til deres fritidsjob deltaget i Idrætsprojektets Hjælpetræneruddannelse, som afholdes i samarbejde med de lokale helhedsplaner og de lokale foreninger, herunder Stadion IF. Efter endt uddannelse er de blevet ansat i Stadion IF, og udover at have en vigtig funktion som hjælpetrænere, så fungerer de også som rollemodeller, som de yngre piger på holdet ser op til og spejler sig i. Lønnen til lommepengejob bliver betalt af helhedsplanen "Husum for alle" i det første halve år. Herefter er det planen, at klubben skal betale.

Idrætsprojektets trivselstræner samarbejder også med de to hjælpetrænere, så de på sigt vil kunne varetage deres egne puslingehold i klubben og overgå til at være "rigtige" trænere i Stadion IF. Det er en del af den langsigtede plan i samarbejdet mellem Idrætsprojektet og klubben.

Enkelte deltagere på holdet har en visiteret indsats i Idrætsprojektet, mens de fleste børn og unge er rekrutteret fra lokalområdet.

Klubben er glad for samarbejdet med Idrætsprojektet. De fleste af klubbens trænere er frivillige, og i samarbejdet med Idrætsprojektets trænere, arbejder klubtrænerne på at få udviklet deres kompetencerne til at håndtere alle de udfordringer og konflikter, der kan opstå mellem børn og unge, der er på holdet.

Nogle af de centrale greb, som Idrætsprojektet bruger i denne indsats er:

- *Tæt og åben dialog med klubbens træner om roller og opgaver under træningen*
- *Fokus på pædagogiske øvelser under træningen, der fremmer fællesskabet*
- *Unge hjælpetrænere i lommepengejob. De har gennemført Idrætsprojektets hjælpetræneruddannelse, der har givet dem kompetencer til at træde ind i rollen.*

### **Case 3. CYKELVÆRKSTEDET i Tingbjerg**

På cykelværkstedet i Tingbjerg kan børn, unge og voksne fra kvarteret komme forbi og få hjælp til at reparere deres cykel. De får et fællesskab med andre unge og voksne, og nogle af de unge får en miniuddannelse og et lommepengejob på cykelværkstedet.

Til cykelprojektet er der tilknyttet en boligsocial medarbejder finansieret af helhedsplanen for området, Tingbjerg Forum. Han kender områdets unge, og han har et stærkt netværk i

Tingbjergområdet. Til projektet er også tilknyttet en træner fra Idrætsprojektet, der både er cykelmekaniker og pædagogisk uddannet. Begge har fokus på, at cykelværkstedet er et positivt fællesskab, og de er på hver deres måde en rollemodel for de unge. Ved at være to i værkstedet kan den ene have fokus på cyklerne, mens den anden kan have fokus på at inkludere de unge. Formålet er ikke at få så mange cykler igennem værkstedet som muligt. Formålet er at de unge får sat deres ressourcer i spil, er en del af et læringsforløb og at de føler, at de bidrager meningsfuldt til projektet ved at gøre noget godt for andre. Nogle af de unge er gamle nok til at få tilbudt et lommepengejob nede i cykelværkstedet. De tilbydes et uddannelsesforløb som Idrætsprojektets cykelmekaniker faciliterer. De unge får et grundkursus i, hvordan man fikser en cykel til husbehov, skifter slanger/dæk, skifter kæde, smører lås, sætter nye eger på mm. Kurset gør, at de har nogle færdigheder, når de starter i lommepengejobbet, og at de fra dag ét føler, at de kan bidrage.

Når de unge er på arbejde, er det fortsat oplæring og fællesskab, som er den primære opgave som værkstedet skal skabe rammen om. De kan være i cykelværkstedet i et år, hvorefter de hjælpes videre til et ordinært fritidsjob.

Flere unge får også afklaret om cykelmekaniker kunne være en uddannelsesretning for dem, og Idrætsprojektets træner har ad flere omgange arrangeret besøg på erhvervsuddannelserne på TEC i Hvidovre, hvor de unge har fået et indblik i, hvad det kræver.

Idrætsprojektet har endvidere bidraget med en containerbygning til cykelværkstedet, hvilket har givet en bedre fysisk ramme for værkstedet.

Nogle af de centrale greb Idrætsprojektet gør brug af i cykelværkstedet er:

- *At børn og unge får kompetencer til at reparere cykler, som de også kan bruge senere i livet.*
- *At børn og unge bliver inspirerede af håndværket til at have lyst til at tage en erhvervsuddannelse*
- *At børn og unge bidrager til noget positivt i lokalområdet. At der skabes et positivt fællesskab omkring cykelværkstedet.*

#### **Case 4. E-SPORT i Grøndalscenteret**

E-sport indsatsen ligger i Grøndalscenteret i Københavns Nordvestkvarter, et center med 40 forskellige aktiviteter og idrætsfaciliteter. En af faciliteterne er et moderne E-sportscenter med 15 gaming PC'er og kreative redskaber og tavler til træning og holdundervisning. Det er et stort åbent lokale med glasvægge og udsigt til squashbanerne, hvor der er fuld aktivitet ved siden af. Stedet signaliserer seriøsitet omkring E-sporten.

Ca. 10-12 unge, der alle allerede samarbejder med Idrætsprojektet (visiteret fra kommunen), deltager i et E-sports fællesskab, som to trænere fra Idrætsprojektet afholder en gang om ugen. Indsatsen adskiller sig fra de fleste andre HEL-indsatser ved, at de unge allerede har et forløb i Idrætsprojektet.

E-sportsholdet er en øvebane for unge i Idrætsprojektet, hvor man i trygge rammer, sammen med trænerne fra Idrætsprojektet, øver sig i at deltage i et fast fællesskab, som minder om det, man møder i det ordinære foreningsliv. Der er mere fokus på at skabe et pædagogisk og inkluderende rum, end der er på at blive en dygtig gamer. Når Idrætsprojektets trænere vurderer, at gruppen er klar, så rækker de ud til en vigtig samarbejdspartner på projektet, som er den lokale E-sports forening.

Integrity-X, en folkeoplyst forening, har sagt ja til at overtage hele holdet og køre det videre som et foreningshold på sigt. Det er en rigtig god måde for de unge at føle sig trygge i overgangen fra et internt fællesskab i Idrætsprojektet til et foreningshold, fordi man starter sammen med alle de unge, som man har lært at kende. Derudover har der været en løbende dialog med Integrity-X om, at deres træninger tager udgangspunkt i den form, som de unge har lært at kende i på E-sportsholdet. En typisk træning kan se således ud:

1. De unge møder ind og starter træningen med en introduktion ved et stort fællesbord. Her bliver der talt om dagens program, de unge får mulighed for at checke ind, og de taler om, hvilket spil og hvilke øvelser de skal igennem.
2. Dernæst følger en session, hvor de alle spiller et bestemt spil. De unge introduceres til spillet af trænerne. Det kan være et kendt spil eller et nyt spil.
3. Nogle gange præsenterer en af de unge et nyt spil for de andre unge. Da de unge er specialiseret i forskellige spil, er det blevet et pædagogiske greb, at de unge selv introducerer de øvrige på holdet til det spil, som de selv kender. Det giver de unge et ansvar, og de får træning i at præsentere for andre og lære fra sig, ligesom de øver sig i at lære af de andre på holdet.
4. Ca. midtvejs i træningen er der en fysisk aktivitet. Det kan f.eks. være på den udendørs fodboldbane, der ligger tæt ved.
5. I anden halvdel af spilletiden spiller de forskellige selvvalgte spil.

6. Der afsluttes med en fælles check-ud ved bordet, hvor man taler om træningen, og om hvad man har lært.

E-sport indsatsen opstod, fordi Idrætsprojektet fik øjnene op for, at der var rigtig mange børn og unge, der interesserede sig for det. Konkret var det en dreng tilknyttet Idrætsprojektet, der gav inspiration til at starte indsatsen. E-sports indsatsen startede op som et eksperiment, men det har vist sig, at der er stor tilslutning fra børn og unge. Idrætsprojektet ser desuden store potentialer i E-sport. Det kan noget særligt for nogle unge, som ellers er meget isolerede hjemme, og som har haft svært ved at være med i fællesskaber med andre. Ideen med indsatsen er, at man må møde de unge, der hvor deres interesse og deres kompetencer er. Mange af de unge spiller selv meget, og de spiller alene hjemme. Ved at rykke over det åbne miljø i E-sportsfaciliteten, får man taget interessen seriøst, og man kan bygge læring, fællesskab og fysisk idræt ovenpå.

Nogle af de centrale greb Idrætsprojektet gør brug af er:

- *At lade de unge præsentere spiltitler og teknikker for hinanden.*
- *At bruge team og samarbejdsøvelser der er en naturlig del af E-sporten.*
- *At arbejde med kommunikation inde i spillet – hvilket også er en central del af E-sporten.*
- *At kombinere med en fysisk aktivitet i Grøndalscenteret, hvor man også øver at være en del af almindelige fælles aktiviteter.*

E-sports indsatsen er tilrettelagt i sæsoner på 10-12 uger, hvor der er lagt en plan for temaer og spil, man skal lære om. Se eksempel på en sæsonplan med udvalgte træningsprogrammer på næste side.

Ligesom med øvrige indsatser i Idrætsprojektet er målet at brobygge til det ordinære foreningsliv. Derfor samarbejder Idrætsprojektet med etablerede E-sportsklubber. Brobygningen kan foregå ved, at en træner og en ung besøger en klub og sammen undersøger, om det er noget for den unge. Derudover er der et samarbejde under udvikling med Integrity-X, der er en mikrovirksomhed startet af unge fra Mind Your Own Business. De unge fra Integrity-X har selv oplevet at stå i udsatte positioner, og de har siden da specialiseret sig i at lave sociale gaming events sammen med idrætsklubber.

<b>Tematikker for hele kurset:</b> Lederskab Kommunikation Sammenhold Reaktionsøvelser	<b>1. Træning: Introduktion til E-sport og lokalet</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Check in</li> <li>• Hvad kan E-sportslokalet?</li> <li>• Regler for brugen af Esportslokalet</li> <li>• Hvordan forløber en træning?</li> </ul>
	<b>2. Træning: Kommunikation</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Check in</li> <li>• Hvad arbejdede I med i sidste uge (opsamling)?</li> <li>• Tema – Hvad er en god gamer?</li> <li>• Introduktion</li> <li>• Spil Battle royal (Fortnite)</li> <li>• Samarbejdsøvelse</li> <li>• Fri gaming</li> <li>• Check ud</li> </ul>
	<b>3. Træning: Kommunikation og Ledelse</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Check in</li> <li>• Introduktion til taktik og ledelse. Hvad er god ledelse? Hvordan lytter man til sin leder? F.eks. at have en spørgende tilgang i stedet for at give ordre.</li> <li>• Fortnite</li> <li>• Battle Royal (Sammen på hold)</li> <li>• Stafetten med rør og bold</li> </ul>
	<b>4. Træning: Oplæg CPH-Esport</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Check in (opsamling fra sidst)</li> <li>• Oplæg af forening (CPH-ESPORT: Hvordan er det at gå til Esport i forening?)</li> <li>• Foreningen faciliterer et spil</li> <li>• Samarbejdsøvelse (Akrobatik/Pyramide)</li> <li>• Fri Gaming</li> <li>• Check ud</li> </ul>
	<b>5. Træning: Introduktion til CS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Check in (opsamling fra sidst)</li> <li>• Oplæg om CS og introduktion til spillet</li> <li>• Practice maps (Aim/deathmatch)</li> <li>• Samarbejdsøvelser</li> <li>• Fri Gaming</li> <li>• Check ud</li> </ul>

## **Case 5. Madfællesskaber**

Idrætsprojektet har indgået et samarbejde med Meyers Madhus. Her er nogle trænere fra Idrætsprojektet uddannet som "Idrætsprojektets madambassadører". Madambassadørerne blev uddannet til at lære børn og unge om forskellige elementer inden for råvarehåndtering, bæredygtighed, hygiejne og service. Trænere udviklede derefter forskellige forløb for børn og unge med forskellige øvelser, hvor de kreativt kombinerede deres viden om mad med pædagogik. Der er bl.a. udviklet en øvelse omkring kostsammensætning "Y Tallerkenen". Her har trænerne udarbejdet en masse billeder af madvarer/råvare, hvor efter de unge skal forsøge at sætte billeder korrekt i Y-tallerken, så man får det rigtige kostsammensætning.

Ideen til selve projektet startede på baggrund af en mad- og måltidsstrategi i Københavns kommune. Københavns Kommune opstartede et projekt ift. at udbyde kurser for medarbejdere på institutioner i Københavns kommune. I dette projekt var Meyers medfacilitator og stod for oplæringen af medarbejdere. Fokus på kurset var sund og bæredygtig mad.

Samarbejdet med Meyers har forgrenet sig til en række HEL-indsatser: Madlab, kagebagning, events og fritidsjob.

### **Madlabs**

Idrætsprojektets madambassadører gennemfører Madlaps, som er kurser for børn og unge, der både er motiverede og har interesse for madlavning. De unge, som deltog i de forskellige Madlabs, var både visiterede unge fra Idrætsprojektet og unge fra de boligsociale områder, som blev rekrutteret gennem samarbejdet med helhedsplanerne.

Kurserne udbydes af Idrætsprojektet i samarbejde med lokale samarbejdspartnere i hele København. Der afholdes kurser på Peder Lykke Skolen, Rådmandsgade Skole og i kantine i Energicenter Voldparken. Formålet er at give de unge nogle kompetencer ift. at kunne få et fremadrettet fritidsjob på f.eks. cafeer og restauranter.

Gennem kurserne får de unge kompetencer inden for mad og restauration. De får viden om de forskellige råvarer, håndtering af råvarer, tilsmagning, sanser, bæredygtighed og hygiejne. De unge er med hele vejen i processen – fra indkøb til maden serveres. Ved afslutningen af kurset modtager de unge et kursusbevis som symbol på, at de har gennemført et kursus.

### **CPH Street Festival**

En række aktører afholder hvert år Street Festival i Valby. Ideen med dette event er at give lokale unge en mulighed for at få et indblik i foreningslivet centreret omkring deres nærområde og boligområde. Ved dette event stod Idrætsprojektet for en foodtruck, hvor der blev solgt salater og sandwiches. De unge blev oplært til selv at tjekke temperaturen på køleboksen, servere maden og

tage imod betaling. Til dette event havde Idrætsprojektet en gruppe unge med, som i ugen op til begivenheden havde brugt køkkenet i Meyers til at forberede mad til gæsterne. De unge tog hurtigt ejerskab og benyttede alle de kompetencer, de havde fået gennem madkurset.

### **Fritidsjob: Kagebagning ved Energicenter Voldparken**

Da de unge fra Husum havde gennemført et madkursus og modtaget kursusbeviset, blev de ansat én ugentlig dag i Energicenter Voldparken. Her stod de unge for at bage og servere kage til ukrainske flygtninge. De unge blev ansat af Helhedsplanen og fik den vej igennem et lønnet fritidsjob.

### **Fritidsjob - ansættelse i restaurant**

Idrætsprojektet har i samråd med en restaurant lavet en aftale om, at de unge kan komme på prøve i deres køkken, når de har gennemført madkurset. De skal være 15 år. Hvis det går godt, har de unge mulighed for at få et fritidsjob. Restauranten har et trainee-forløb, som de unge har mulighed for at tage, hvis den unge er motiveret for at få yderligere kompetencer.



## Litteraturliste

Bukdahl, Dorte, (2021), *Gode løsninger på svære sociale problemer*, Samfundslitteratur

Katz, Bruce og Jeremy Nowak (2018): *The New Localism: How Cities Can Thrive in the Age of Populism*, Brookings Institution Press

Quinn Patton, Michael (2018), *Principles-Focused Evaluation, The Guide*, Guilford