

Evaluering af

# *Et sundt ungeliv*

- et brugerinddragende udviklingsprojekt  
i Københavns Kommune

Oktober 2021

Center for Brobygning, Rådgivning  
og Fleksible Indsatser,  
Københavns Kommune



Støttet af  
**VELUX FONDEN**

## Indhold

Resumé .....	4
Indledning.....	6
Læsevejledning.....	6
1. BAGGRUND OG FORMÅL .....	7
Formål.....	7
Projektets målgrupper.....	8
Tre indsatsspor.....	9
Begrebsafklaring.....	10
Involverede institutioner i BROFI.....	11
2. EVALUERINGENS METODE OG DATAGRUNDLAG.....	12
3. RESULTATER .....	16
Indsatsspor 1: Vidensindsamling.....	16
Vidensindsamling blandt unge i den primære målgruppe (medio 2018 – primo 2019).....	16
Model for Et Sundt Ungeliv .....	19
Indsatsspor 2: Udvikling af sundhedsfremmende ungefællesskaber .....	20
Fodboldfællesskabet hos Københavnerteamet .....	22
Torsdagscafé i De Unges Hus.....	24
Følgepraktik hos Ungdommens Røde Kors for unge på Mentoruddannelsen i De Unges Hus.....	26
Havefællesskabet 'Flavourskabet - Den Unge Byhave' i samarbejde med U-turn .....	28
Musikfællesskab i Turning Tables i samarbejde med U-turn.....	30
Træningsfællesskabet 'Fald Fremad' i samarbejde med Hybelinstitutionen .....	32
Indfrielse af måltal.....	34
Tværgående analyse af de seks ungefællesskaber .....	35
Del 1. Attraktive elementer i fællesskaberne .....	36
Del 2. Afprøvning af mødet mellem primær og sekundær målgruppe.....	40
Del 3. Samskabelse, brugerinddragelse og ejerskab .....	43
Del 4. Forandringer i de unges sundhed .....	50
Del 5. Konturer af social mobilitet.....	58
Indsatsspor 3: Kompetenceudvikling af medarbejdere i BROFI .....	61
4. OPSAMLING.....	63
Forankring.....	67
Opmærksomhedspunkter .....	68
Bilag.....	71

<i>Torsdagscafé med voksen-kompetencer på menuen.....</i>	<i>76</i>
<i>Henvis udsatte unge til De Unges Hus.....</i>	<i>76</i>
<i>Fakta om De Unges Hus.....</i>	<i>76</i>
<i>Luksusfælden var på besøg i torsdagscafeen i De Unges Hus.....</i>	<i>76</i>

## Resumé

Projekt Et Sundt Ungeliv er et samskabende udviklingsprojekt under Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (BROFI). Over en treårig periode (2018-2021) har Et Sundt Ungeliv arbejdet på at udvikle og afprøve metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber, som kan fremme psykisk, social og fysisk sundhed blandt unge i socialt udsatte positioner. Formålet er herigennem at skabe bedre forudsætninger for de unges sociale mobilitet og tilknytning til almensamfundet.

I den treårige projektperiode har 222 unge i udsatte positioner sammen med 48 frivillige unge været en del af seks sundhedsfremmende fællesskaber, som er udviklet i en samskabelsesproces mellem medarbejdere fra BROFI, almene aktører og de unge. Fællesskaberne har alle en aktivitet, et *fælles tredje*, som omdrejningspunkt.

I *musikfællesskabet hos Turning Tables* har unge produceret musik med professionelle musikere. I *'Flavourskabet - Den Unge Byhave'* har unge dyrket, tilberedt og spist "havens frugter". I *Torsdagscaféen* har unge lavet mad og taget ansvar for at gøre caféen til et sted med plads til alle, og i *Fodboldfællesskabet* har unge på tværs af bydele spillet fairplay på (og udenfor) banen. I *Følgepraktikken* har unge hjulpet udsatte børn og unge som frivillige hos Ungdommens Røde Kors, og i *Fald Fremad* er der blevet uddannet hjælpetrænere i faldteknik.

Erfaringerne fra projektet er, at det er svært at få de unge involveret i den indledende samskabelsesproces, men det ses, at de unge med tiden og i de rette rammer tager medansvar og føler ejerskab for fællesskaberne.

Resultaterne fra projektet viser, at det i høj grad er lykkedes at få unge i udsatte positioner til at deltage i fællesskaberne. De unge finder fællesskaberne attraktive når; *det fælles tredje er en forudgående interesse, de kan være sammen med deres venner, der er et element af hygge, de oplever trygge rammer, og når der er voksne omkring dem, som vil dem "rigtigt"*. Det kan være en barriere for de unges deltagelse når; *det fælles tredje/aktiviteten ikke rammer en bred nok interesse eller behov hos målgruppen, når medarbejderne ikke er aktive i rekrutteringen af unge, og når aktiviteten ikke er koblet til medarbejdere og/eller institutionens praksis*.

Det har været udfordrende at rekruttere frivillige unge, men når det er lykkedes, viser erfaringerne, at det kan noget særligt at skabe fællesskaber med blandede målgrupper. Det ses blandt andet, at det fælles tredje skaber grobund for spejling, positionsskifte og ligeværdige møder mellem unge med forskellige ressourceniveauer.

Projektets resultater viser, at der er et stort potentiale i at forbedre de unges psykiske, sociale og fysiske sundhed igennem sundhedsfremmende fællesskaber. De unge oplever en positiv udvikling i form af større glæde, selvtillid, opnåelse af nye færdigheder og kompetencer, men også i form af handlemønstre og evne til at begå sig socialt. Det ses desuden, at de unge qua fællesskaberne oplever mindre ensomhed, formår at nedbryde fordomme, er blevet mere åbne og dermed indgår i fællesskaber på nye måder. Derudover understøtter fællesskaberne og aktiviteterne heri, at de unge øger deres fysiske sundhed.

Resultaterne viser desuden, at Et Sundt Ungeliv har understøttet de unges bevægelse mod nye positioner i samfundet. De unge oplever, at fællesskaberne åbner nye døre og muliggør, at de kan indtage nye positioner i samfundet. Bevægelsen ses også, når de unge internt i fællesskaberne oplever et positionsskifte, som har betydning for den måde, de unge selv og andre anskuer dem på.

BROFI har ikke tidligere samarbejdet med almene aktører i denne skala. Erfaringerne viser, at samarbejdet med almene aktører skaber nye muligheder for de unge, og at ungefællesskaberne kan fungere som realistiske læringsplatforme, hvor de unge kan øve sig i at indgå i fællesskaber og tilegne sig sociale kompetencer, som almensamfundet forventer, de mestrer. Ungefællesskaberne understøtter derfor de unges bevægelse mod almensamfundets fællesskaber og dermed deres sociale mobilitet.

Projektet er støttet af

Velux Fonden

## Indledning

Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (herefter BROFI)<sup>1</sup> er et center under Københavns Kommunes Socialforvaltning. Centret består af otte institutioner, der tilbyder rådgivning, vejledning og behandling til nogle af de mest udsatte børn og unge i København i alderen 16-25 år.

VELUX FONDEN har støttet BROFI's projekt 'Et Sundt Ungeliv' fra juli 2018 til september 2021. Den primære målsætning med den treårige støtte er at udvikle og etablere sundhedsfremmende ungefællesskaber, hvor unge i en social udsat position kan forbedre deres psykiske, sociale og fysiske sundhed for herigennem at styrke deres sociale mobilitet.

Dette er en evaluering af projekt Et Sundt Ungeliv. Efter aftale med VELUX FONDEN er evalueringen udarbejdet af projektgruppen i Et Sundt Ungeliv.

Formålet er at afdække hvilke resultater, projektet har skabt i løbet af den treårige projektperiode. Evalueringen vil desuden belyse væsentlige erfaringer og opmærksomhedspunkter i det videre arbejde med sundhedsfremmende fællesskaber i Socialforvaltningen eller andre relevante organisationer. Den primære målgruppe for evalueringen er derfor aktører, der arbejder med unge i socialt udsatte positioner og som ønsker at udforske, hvordan sundhedsfremmende fællesskaber som metode, kan bidrage til at skabe nye løsninger.

## Læsevejledning

Rapporten består af fire hovedafsnit: 1. *Baggrund og formål*, 2. *Evalueringens metode og datagrundlag*, 3. *Resultater* og 4. *Opsamling*.

I *baggrundsafsnittet* præsenteres projektets baggrund, formål, målgrupper samt projektets tre indsatsspor. Derudover indeholder afsnittet en afklaring af væsentlige begreber.

I *Evalueringens metode og datagrundlag* præsenteres evalueringens metode, herunder udviklingen i denne undervejs, samt et overblik over det samlede datagrundlag.

I afsnittet *Resultater* præsenteres evalueringens resultater under delafsnittene: *Indsatsspor 1: Vidensindsamling*, *Indsatsspor 2: Udvikling af sundhedsfremmende fællesskaber*, *Indfrielse af måltal*, *Tværgående analyse af de seks ungefællesskaber* og *Indsatsspor 3: Kompetenceudvikling af medarbejdere i BROFI*.

Afslutningsvist opsamles evalueringens resultater i afsnittet *Opsamling*, efterfulgt af et afsnit om hhv. *Forankring* og *Opmærksomhedspunkter*.

---

<sup>1</sup> Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (BROFI) hed frem til en omorganisering i 2020 Center for Forebyggelse og Rådgivning (CFR)

# 1. BAGGRUND OG FORMÅL

Et Sundt Ungeliv er et treårigt udviklingsprojekt, der skal udvikle metoder til at skabe sundhedsfremmende fællesskaber, hvor unge i en social udsat position kan forbedre deres psykiske, sociale og fysiske sundhed og herigennem styrke deres sociale mobilitet og tilknytning til almensamfundet. Et Sundt Ungeliv er et samskabende udviklingsprojekt, og de sundhedsfremmende fællesskaber skabes i et samarbejde mellem kommune, borger og det øvrige samfund samt gennem opkvalificering af socialfaglige medarbejdere.

Et Sundt Ungeliv er forankret i Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (BROFI), som arbejder med nogle af de mest udsatte ungegrupper i København. Målgruppen har udfordringer som kriminalitet, misbrug, hjemløshed, anbringelse, manglende skolegang/bekymrende skolefravær og mangel på tilknytning til uddannelses- og beskæftigelsessystemet. Mange af disse unge finder sammen i grupper, som blandt andet er kendetegnet ved risikoadfærd i form af rusmiddelbrug, relationer til bander og andre kriminelle aktiviteter.

BROFI (dengang CFR<sup>2</sup>) gennemførte i 2017 en spørgeskemaundersøgelse om sundhed og trivsel blandt 259 udsatte unge i alderen 18-25 år (CFR 2017). Resultaterne viste, at de udsatte unge havde dårligere fysisk, psykisk og social sundhed på en række indikatorer sammenlignet med unge på erhvervsuddannelser. For udsatte unge uden job og uddannelse blev udfordringerne omkring sundhed og trivsel endnu mere udtalte. Fire ud af fem unge havde erfaringer med hashbrug, hver tredje ung havde gentagende brug af andre euforiserende rusmidler, og tre gange så mange angav egen trivsel så lav, at de var i risiko for depression og stress. Derudover angiv markant flere lav livstilfredshed, at de ikke havde en fortrolig ven, og at de ofte følte sig ensomme.

Disse resultater viser et behov for at kvalificere og udvikle nye metoder i den eksisterende socialfaglige praksis til at arbejde med at fremme de unges psykiske, sociale og fysiske sundhed med det formål at give de unge et bedre afsæt for positiv social mobilitet.

## Formål

Projekt Et Sundt Ungeliv har til formål at forbedre den *psykiske, sociale og fysiske sundhed blandt unge i socialt udsatte positioner for derigennem at skabe bedre forudsætninger for positiv social mobilitet.*

Målet er at

- *Udvikle og afprøve metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber og aktiviteter, som kan fremme psykisk, social og fysisk sundhed blandt unge i en socialt udsat position.*
- *Opkvalificere medarbejders kompetencer, så fokus på unges psykiske, sociale og fysiske sundhed øges i den eksisterende socialfaglige praksis.*

---

<sup>2</sup> Center for Forebyggelse og Rådgivning

Målsætningen er at

- **100 unge** i socialt udsatte positioner deltager i projektet (primær målgruppe).
  - 25 % af de deltagende unge oplever en generel forbedret sundhedstilstand målt på indikatorer for psykisk, social og fysisk sundhed.
  - 75 % af de deltagende unge oplever motivation og muligheder for at udvikle og deltage i sundhedsfremmende fællesskaber.
  - Flere unge har kendskab til sundhedstilbud.
  - Flere unge oplever, at kommunale tilbud såsom psykologforløb, aktivitetstilbud osv. er synlige og let tilgængelige.
- **50 unge** uden for den primære målgruppe deltager i projektet (ressourcegruppe/sekundær målgruppe).
- **50 medarbejdere** fra institutioner i Københavns Kommune, der arbejder med målgruppen, deltager i kompetenceudviklingsaktiviteter.
  - 75 % af de deltagende medarbejdere oplever, at de har fået relevant viden om sundhed, som de kan anvende i praksis til at styrke målgruppens sundhed.
  - 75 % af de deltagende medarbejdere oplever større kendskab til sundhedssektoren og at have en styrket kontaktflade ind i selvsamme sektor.

## Projektets målgrupper

Projektet opererer med tre målgrupper:

### *Primær målgruppe: Unge i en social udsat position*

Projektets primære målgruppe er unge i aldersgruppen 16-25 år, som har tilknytning til BROFI's tilbud og institutioner eller er i BROFI's målgruppe. Det er unge med udfordringer som misbrug, kriminalitet, manglende skolegang, bekymrende skolefravær eller manglende tilknytning til uddannelses- og beskæftigelsessystemet. Der er tale om unge, som lever et ungdomsliv på kanten af eller ekskluderet fra almensamfundet og dets arenaer. Målgruppen er derudover ofte udfordret i forhold til traditionelle sundhedsmæssige problemstillinger fx manglende positivt socialt netværk, ensomhed, lav livstilfredshed, stress m.m. (CFR 2017).

### *Sekundær målgruppe: Ressourcestærke/frivillige unge*

Denne målgruppe dækker såkaldte *ressourcestærke* unge, der kan bidrage med andre og nye perspektiver blandt primærmålgruppen. Det kan fx være studerende, unge, der tidligere har været i primærmålgruppen eller unge fra idræts- og foreningslivet.

### *Tertiær målgruppe: Medarbejdere i berøring med primærmålgruppen*

Den tredje målgruppe er medarbejdere i berøring med primærmålgruppen. Herunder medarbejdere i BROFI (gadeplansmedarbejdere, rusmiddelrådgivere- og behandlere, kontaktpersoner, socialpædagoger mm), professionelle på tværs af Socialforvaltningen, professionelle på tværs af øvrige forvaltninger i Københavns Kommune samt eksterne professionelle fra erhvervs- eller foreningsliv.



## Tre indsatsspor

Projektet skal afprøve nye metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber, udvikle nye tværgående samarbejdsformer samt kompetenceudvikle medarbejdere i BROFI for at kvalificere fokus på sundhed i den eksisterende socialfaglige praksis. Dette sker gennem tre indsatsspor.

### Indsatsspor 1: Vidensindsamling

Projektet udforsker, hvordan unge kan blive aktive deltagere og medskabere af projektets aktiviteter. Formålet er at sikre, at de unge tager et forpligtende ejerskab til aktiviteterne, og at disse opleves meningsfulde og værdiskabende fra et brugerperspektiv.

For at inddrage et ungeperspektiv så tidligt som muligt, indledes projektet med en vidensindsamling, der har til formål at identificere og analysere sundhedsmæssige problemstillinger og behov blandt udsatte unge i BROFI's målgruppe.

### Indsatsspor 2: Udvikling af sundhedsfremmende ungefællesskaber

Dette indsatsspor omhandler udvikling og afprøvning af metoder indenfor sundhedsfremmende ungefællesskaber. Her tages udgangspunkt i erfaringer med samskabende social innovation, hvor følgende tilgange er i spil:

- Inddragelse af primær, sekundær og tertiær målgruppe.
- Samarbejdsformer på tværs af kommunale aktører, foreningsliv og andre almene aktører.
- Valg af projektaktivitet skal understøtte, at de unge kan fremme egen sundhed.
- Dokumentation og erfaringsopsamling af projektaktiviteter.

### Indsatsspor 3: Kompetenceudvikling af medarbejdere i BROFI

Arbejdet med at udvikle sundhedsfremmende fællesskaber sammen med de unge tager afsæt i de eksisterende tilbud i BROFI. Medarbejderne her har allerede bæredygtige relationer til unge i målgruppen, og deres sociale og pædagogiske praksis handler om at skabe tillid til målgruppen og arbejde helhedsorienteret med de unge.

Det er derfor nærliggende at opkvalificere medarbejdernes viden og kompetencer om sundhed i den socialfaglige praksis samt styrke det tværfaglige samarbejde omkring udsatte unges sundhed.

Kompetenceudviklingen er inddelt i tre temaer, som danner grundlag for de opkvalificerende aktiviteter:

- Viden om sundhed (psykisk, social og fysisk sundhed).
- Viden og forståelse for hæmmende og fremmende faktorer for de unges deltagelse i sundhedsfremmende fællesskaber.
- Viden og indsigt i andre forvaltninger og andre aktørers tilbud og arbejde med unges sundhed.

## Begrebsafklaring

### Det brede og positive sundhedsbegreb

Projektet opererer med et bredt og positivt sundhedsbegreb. Sundhedsbegrebet er bredt, fordi både livsstil, forstået som den måde vi lever på, og levevilkår, forstået som de omgivende rammer, miljø og samfund, påvirker sundhed. Sundhedsbegrebet er positivt, fordi sundhed ikke alene handler om fravær af sygdom, men også om livskvalitet og trivsel både fysisk, psykisk og socialt (Iversen et al. 2002). At arbejde med sundhed kan derfor målrettes såvel livsstil som sociale eller samfundsmæssige levevilkår og have fokus på livskvalitet og trivsel såvel som fravær af sygdom.

Fysisk sundhed handler om døgnrytme, kost, motion, rygning og rusmidler. Psykisk sundhed handler om håndtering af dagligdagsudfordringer, stress, evne til at indgå i fællesskaber med andre mennesker, motivation, indstilling og basale tilværelseskompetencer, mens social sundhed handler om kvaliteten af sociale relationer og netværk i form af familie, venner og andre mellem menneskelige relationer.

I denne rapport anvendes begrebet sundhed først og fremmest som livskvalitet og trivsel, både fysisk, psykisk og socialt.

### Sundhedsfremme

I projektet anvendes formuleringen *sundhedsfremmende fællesskaber*. Begrebet *sundhedsfremme* defineres som "*sundhedsrelateret aktivitet, der søger at fremme den enkeltes sundhed ved at skabe rammer og muligheder for at mobilisere borgerens ressourcer og handlekompetence*" (SST 2005). Indsatser omkring sundhedsfremme indebærer fokus på sundhed gennem mobilisering af ressourcer og handlekompetencer frem for fokus på sygdom og risici. Sundhedsfremmende indsatser er kendetegnet ved at være deltagerorienterede og dialogbaserede og kan være målrettet såvel enkeltpersoner som grupper (SST 2005).

### Social mobilitet

Sundhed er en afgørende og ofte overset præmis for at arbejde med udsatte unges sociale mobilitet og aktive deltagelse i samfundet. Forventningen er, at projektets fokus på at skabe sundhedsfremmende fællesskaber for unge, kan bidrage til at skabe bedre forudsætninger for at øge de unges sociale mobilitet og inklusion i almensamfundet herunder i uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet og i kultur- og fritidstilbud (Drisko 2004). Netop inklusion i almensamfundet er et essentielt mål for BROFI's arbejde og helt afgørende for en positiv social udvikling blandt udsatte unge.

Disse forventninger baseres blandt andet på en række erfaringer fra Socialforvaltningens arbejde i fx Idrætsprojektet<sup>3</sup> og andre samskabelsesprojekter i BROFI. Her er det lykkedes at understøtte de unges inklusion i almensamfundet ved at koble projektaktiviteter direkte på platforme i almensektoren som eksempelvis sportshaller, klubhuse, kulturhuse eller øvrige kultur- og fritidstilbud.

### Samskabende social innovation

---

<sup>3</sup> Idrætsprojektet er et tilbud under Københavns Kommunes Socialforvaltning, der bygger bro til fritidsliv, skole, uddannelse og beskæftigelse sammen med børn, unge og voksne.

BROFI arbejder med at nytænke og styrke samspillet mellem borger, kommune, foreninger og det øvrige samfund for at løse udfordringer blandt unge i socialt udsatte positioner. Ved at indgå i strukturerede, gensidigt forpligtende og dialogbaserede partnerskaber kan de fælles ressourcer og kompetencer i et samarbejde udvikle nye tilgange, aktiviteter og tilbud for at løse konkrete udfordringer. Med en samlende betegnelse kalder BROFI dette *samskabende social innovation* (CFR 2015).

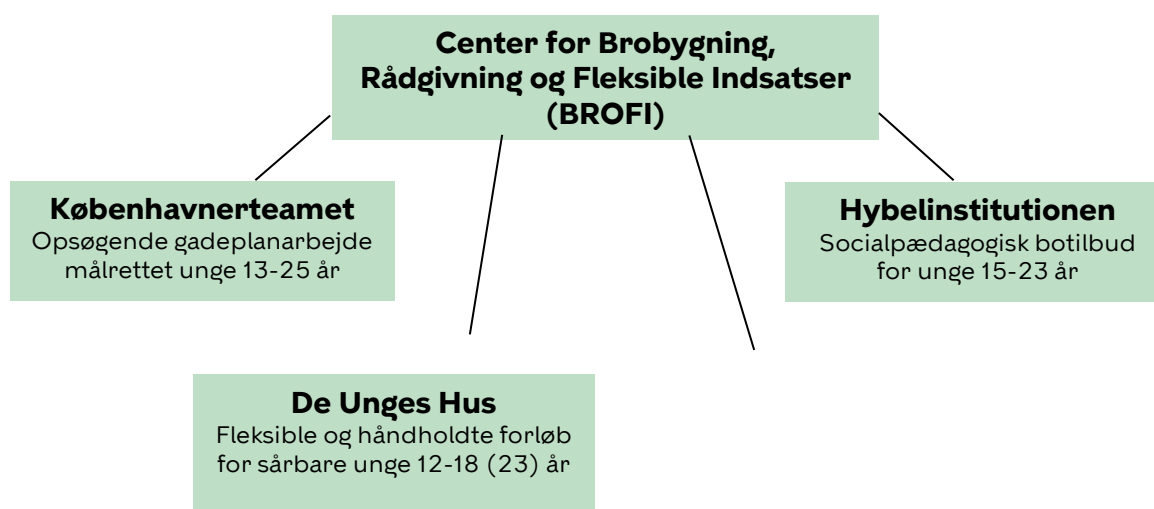
Samskabelse dækker over, at kommunen sammen med borgere og aktører uden for de traditionelle kommunale rammer sammen udvikler nye initiativer for fx unge i socialt udsatte positioner. Ved at indgå partnerskaber med eksterne aktører, kan der åbnes op for inklusion af udsatte unge igennem fritids- og foreningsliv på en helt ny måde. Partnerskaberne bidrager hermed til at styrke den sociale mobilitet blandt udsatte unge ved at styrke de unges fodfæste i uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet og i det organiserede fritids- og foreningsliv.

Processen indebærer, at BROFI udvikler aktiviteter og tilbud i en kontekst, hvor 1) målgruppen selv er aktivt involveret i udviklingsarbejdet og 2) frivillige, ressourcestærke unge uden for målgruppen dels involveres i de samskabende aktiviteter og dels bliver en integreret del af de samskabte løsninger. Antagelsen er, at denne tilgang er med til at skabe ejerskab hos målgruppen, som ofte er marginaliserede unge, der kan være vanskelige at komme i kontakt med og fastholde i aktiviteter.

Samskabelsesprocessen indebærer, at unge i en social udsat position indgår i fællesskaber med frivillige unge, at de er aktive medskabere af aktiviteter, at de stifter bekendtskab med nye platforme i almensamfundet, og at de ved deltagelse i aktiviteterne fremmer psykisk, social og fysisk sundhed. Dette er alle faktorer, der bidrager til at øge den sociale mobilitet blandt de udsatte unge.

## Involverede institutioner i BROFI

I projekt Et Sundt Ungeliv sker samskabelsesprocessen og udviklingen af fællesskaber i tæt samarbejde med fire institutioner under BROFI. I figur 1 ses et overblik over disse institutioner.



Figur 1. Institutioner under BROFI, der er involveret i Et Sundt Ungeliv.

BROFI består desuden af *Den Social Døgnvagt, Ressourcecenter Ydre Nørrebro, Sjakket og Udsigten*<sup>4</sup>.

## 2. EVALUERINGENS METODE OG DATAGRUNDLAG

Projekt Et Sundt Ungeliv er først og fremmest et udviklingsprojekt, hvilket afspejles i det primære mål om at *udvikle og afprøve metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber og aktiviteter, som kan fremme fysisk, psykisk og social sundhed blandt unge i social udsatte positioner*. Derudover er der opsat en række målsætninger for hhv. unge og medarbejdere.

Evalueringen er baseret på en *formativ procesevaluering* for metodeudviklingsdelen samt en *målopfyldelsesevaluering*. Procesevalueringen svarer på, hvordan fællesskaberne er udviklet og realiseret, samt hvilke elementer der hhv. fremmer eller hæmmer målgruppens deltagelse. Målopfyldelsesevalueringen følger op på, hvorvidt de opsatte mål og målsætninger er blevet indfriet og bidrager således med viden om antal unge og medarbejdere, der har været involveret i projektet samt deres udbytte heraf.

### Udvikling i målsætninger og metodefokus

Da Et Sundt Ungeliv er et metodeudviklingsprojekt, er der naturligt sket ændringer af indholdet efterhånden som projektet har taget form, og erfaringer har båret udviklingen i nye retninger. Der er derfor sket udvikling i målsætningerne for de unge undervejs, hvilket afspejler sig i de valgte metoder. Som det fremgår i baggrundsafsnittet, var det oprindeligt projektets målsætninger for primærmålgruppen, at **25 %** oplever en generel forbedret sundhedstilstand målt på indikatorer for fysisk, psykisk og social sundhed, at **75 %** oplever motivation og muligheder for at udvikle og deltage i sundhedsfremmende fællesskaber, at flere unge har kendskab til sundhedstilbud, og at flere oplever, at kommunale tilbud såsom psykologforløb, aktivitetstilbud osv. er synlige og let tilgængelige.

Som projektet har udviklet sig og ungefællesskaberne har taget form, har afdækningen af målopfyldelsen skiftet hovedfokus fra kvantitativ til kvalitativ målopfølgning. Dette skyldes et behov for en dybdegående udforskning af de unges *oplevelser og erfaringer* med fællesskaberne for herigennem at få viden om de unges forandringer, om hæmmende og fremmende faktorer for deres deltagelse i fællesskaberne, om de unges motivation og ikke mindst om fællesskabernes potentiale for at arbejde med de unges sundhed. Derudover muliggør en kvalitativ tilgang en udforskning af værdien af projektets samskabelseselement og samarbejdet med almene aktører.

Som projektet har udviklet sig, er der desuden sket en bevægelse mod at have overvejende fokus på de unges psykiske og sociale sundhed, da det er læringen, at det for mange af de unge i den primære målgruppe er den største udfordring. Derfor blev vurderingen, at det er nødvendigt at styrke de unges psykiske og sociale sundhed, inden der arbejdes med mere almindelige livstilsfaktorer som kost, rygning, motion mm, som har betydning for den fysiske sundhed. Fysisk sundhed er dog fortsat et vigtigt fokus i evalueringen, men der har ikke været eksplicit fokus på at *øge de unges kendskab til sundhedstilbud og på at øge synligheden af kommunale sundhedstilbud til målgruppen*.

---

<sup>4</sup> <https://udsatteunge.kk.dk/vores-tilbud-og-institutioner>

Således er målsætningerne for de unge i denne evaluering omformuleret til

1. *De unge oplever motivation og muligheder for at udvikle og deltage i sundhedsfremmende fællesskaber*
  - o *De unge tager ejerskab og er medskabere i udvikling af fællesskaberne*
2. *De unge oplever øget fysisk, psykisk og social sundhed*

Der er undervejs i projektet desuden sket omprioriteringer som følge af COVID-19. Dette betød blandt andet en opprioritering af ungeaktiviteter for at sikre, at unge i udsatte positioner så vidt muligt fik den nødvendige hjælp og støtte trods nedlukningen af samfundet. Som følge heraf er indsatsspor 3 vedr. kompetenceudvikling af medarbejdere blevet nedprioriteret i de to sidste projektår (2020-2021). Resultaterne for dette spor er derfor begrænsede.

## Datagrundlag

### Kvalitativ empiri

Evalueringen er baseret på en kvalitativ dataindsamling, som omfatter interviews, dialogmøder og workshops med unge fra den primære målgruppe, unge fra den sekundære målgruppe, medarbejdere og ledere i BROFI, andre kommunale aktører samt aktører fra det almene område. Indsamlingen er foregået i perioden 2018 til 2021.

I tabel 1 ses datagrundlaget for evalueringen af projektets Indsatsspor 1, som indebærer en indledende vidensindsamling og dermed viden om, hvordan fællesskaberne er udviklet og realiseret.

DATAGRUNDLAG INDSATSSPOR 1 - VIDENSINDSAMLING
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tre gruppeinterviews på ungdomsklubber med unge fra den primære målgruppe</li> <li>• Et dialogmøde med ni unge fra den primære målgruppe</li> <li>• To gruppeinterviews med hhv. fire og tre unge fra den sekundære målgruppe.</li> <li>• Interviews med ledere og medarbejdere fra fem forskellige BROFI-institutioner og øvrige nøglepersoner i Socialforvaltningen.</li> <li>• 19 dialogmøder med almene aktører</li> <li>• Fem dialogmøder med kommunale aktører</li> </ul> <p>Se bilag 1 for et detaljeret overblik over datagrundlaget til indsatsspor 1</p>

Tabel 1. Datagrundlag for indsatsspor 1

Tabel 2 viser datagrundlaget for evalueringens indsatsspor 2 og 3, som indebærer henholdsvis udvikling og afprøvning af metoder indenfor sundhedsfremmende ungefællesskaber og

*kompetenceudvikling af medarbejderne. Datagrundlaget danner baggrund for en tværgående analyse af de udviklede ungefællesskaber.*

DATAGRUNDLAG INDSATSSPOR 2 OG 3 - TVÆRGÅENDE ANALYSE
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 19 interviews med i alt 33 unge fra den primære målgruppe</li> <li>• Ni interviews med ni unge fra den sekundære målgruppe</li> <li>• Seks interviews med i alt 10 medarbejdere fra BROFI</li> <li>• To interviews med eksterne aktører</li> <li>• Evalueringsmøder med eksterne aktører</li> </ul> <p>Se bilag 2 for detaljeret overblik over datagrundlaget til den tværgående analyse</p>

Tabel 2. Datagrundlag for den tværgående analyse af de sundhedsfremmende fællesskaber.

Der foreligger ud over dette et stort antal referater fra møder, workshops, deltagerobservationer og løbende opfølgningssamtaler med deltagende unge, involverede medarbejdere og eksterne aktører, der bidrager med vigtig viden om den kontekst, som fællesskaberne er blevet implementeret i, og de udfordringer, der er opstået undervejs.

Rekrutteringen af informanter fra den primære målgruppe er sket gennem medarbejdere fra BROFI. Det er primært unge, der har været en del af fællesskaberne i en længere periode, som er blevet interviewet.

### ***Kvantitativ empiri***

Opfølgningen på målsætningerne om antal deltagende unge er baseret på deltagerregistrering foretaget af enten medarbejdere fra BROFI eller af nøglepersoner fra de eksterne aktører i de pågældende fællesskaber. Antal deltagende medarbejdere i opkvalificeringsaktiviteter er baseret på deltagerregistrering varetaget af projektgruppen i Et Sundt Ungeliv.

Som supplement til målopfyldelsesevalueringen inddrages desuden data fra en mindre spørgeskemaundersøgelse foretaget af 37 unge i 2021. Spørgeskemaundersøgelse er udført i fem ud af seks afprøvede fællesskaber og afdækker de unges forandringer på relevante parametre indenfor social og psykisk sundhed. Det forhold at spørgeskemaundersøgelsen blev iværksat sent i projektperioden medførte, at kun et begrænset antal unge fik mulighed for at besvare spørgeskemaet. Det betyder også, at der er flere besvarelser fra de fællesskaber, hvor de unge stadig var regelmæssigt samlet på tidspunktet for indsamlingen og tilsvarende få eller ingen besvarelser fra de fællesskaber, hvor aktiviteterne var helt eller delvist afviklet. Spørgeskemaundersøgelsen kan derfor ikke ses som repræsentativ for projektets målgruppe, og grundet datagrundlagets spinkle størrelse, skal resultater herfra læses med væsentlige forbehold.

Tilsammen danner evalueringens datagrundlag udgangspunkt for procesevalueringen, udforskningen af de unges oplevelser og erfaringer med og i fællesskaberne samt opfølgningen på projektets overordnede mål og målsætninger for de unge.

### 3. RESULTATER

I dette afsnit præsenteres evalueringens resultater. Afsnittet er delt ind i flere dele, herunder *Resultater for indsatsspor 1: Vidensindsamling*, *Resultater for indsatsspor 2: Udvikling af sundhedsfremmende ungefællesskaber*, *Resultater for opnåelse af måltal* og sidst *Resultater fra den tværgående analyse af de seks ungefællesskaber*.

#### Indsatsspor 1: Vidensindsamling

Projektet blev indledt med en vidensindsamling, der udgør indsatsspor 1. Vidensindsamlingen blev iværksat for at danne grundlag for samskabelsen af de sundhedsfremmende ungefællesskaber. Vidensindsamling blev udvidet fra kun at omfatte interviews med unge fra den primære og sekundære målgruppe til også at rumme interviews og dialogmøder med ledere og medarbejdere i BROFI samt almene og kommunale aktører.

#### Hovedresultater fra den indledende vidensindsamling

##### **Vidensindsamling blandt unge i den primære målgruppe (medio 2018 – primo 2019)**

Følgende tværgående tematikker er baseret på tre gruppeinterviews på ungdomsklubber med unge piger og drenge i alderen 13-18 år, observationer på to ungdomsklubber på hhv. Nørrebro og Bispebjerg samt deltagelse i dialogaften i De Unges Hus (under BROFI) med otte unge i aldersgruppen 17-24 år.

På tværs af interviewene ses det at:

- De unge syntes, det var svært at komme med forslag til konkrete aktiviteter og ønskede ikke at være med til at iværksætte nye aktiviteter.
- De unge ville gerne deltage i aktiviteter, hvis de var planlagt, så de vidste, hvad det indebar, og hvis de kunne tage deres venner med.
- De unge brugte meget af deres tid på klubben/det sociale tilbud og ønskede, at aktiviteter kunne foregå på klubben/det sociale tilbud, eller at alle mødtes og fulgtes.
- På klubberne var de unge åbne for at invitere andre ind, fx frivillige unge. På det sociale tilbud ønskede de unge ikke, at der "kom fremmede ind". Sidstnævnte skyldtes, at de unge var trygge ved de eksisterende rammer og derfor ikke ønskede ændringer.
- De unge ønskede, at der skulle være pædagoger med i aktiviteterne. Dels fordi "de er gode til at skabe hygge og fællesskab" og dels for at hjælpe i tilfælde af konflikter.
- Mange unge mangler et tilbud, når de bliver 18 år.

##### **Vidensindsamling blandt unge i den sekundære målgruppe (medio 2018 – primo 2019)**

Følgende tværgående tematikker er baseret på gruppeinterview med fire unge mænd, der tidligere har været brugere i BROFI samt dialogmøder med tre unge kvinder, der tidligere har deltaget i projekter i BROFI. Disse syv unge var alle over 18 år og i gang med en uddannelse.

De unge oplevede at:

- Unge under 18 år i høj grad benytter sig af klubtilbuddene, og at det derfor er vigtigt at styrke klubtilbuddene og sikre bedst mulig kvalitet.



- Penge er en motivationsfaktor for de unge.
- De unge gerne vil være en del af fællesskaber og aktiviteter, hvor de kan tage venner med. Andre motivationsfaktorer kan være weekendture, rejser eller meget attraktive enkeltaktiviteter som fx gokart.
- Det er vigtigt at være kreative omkring, hvordan aktiviteter kan bidrage til at skabe drømme, interesser og inspirere til andre veje hos de unge, som kan have det svært i det etablerede uddannelses- og beskæftigelsessystem.
- Det er vigtigt, at der er "gode pædagoger" eller "seje unge og voksne" til at facilitere tydelige rammer og sikre kontinuitet.

### **Vidensindsamling blandt ledere og medarbejdere i BROFI og andre nøglepersoner i Socialforvaltningen (2019)**

Følgende tværgående tematikker er baseret på interviews med ledere og medarbejdere fra fem institutioner i BROFI samt ledere og medarbejdere fra to andre centerfællesskaber i Socialforvaltningen. I interviewene ses det at:

- Medarbejdere og ledere vil gerne prioritere at lave aktiviteter for unge over 18 år. De oplever, at overgangen til det 18. år er svær for de unge, fordi der er mindre støtte og færre tilbud, som er målrettet dem.
- Medarbejderne oplever, at unge i socialt udsatte positioner bruger meget tid sammen i det offentlige rum og ofte i deres eget geografiske område, og at disse fællesskaber ofte er præget af negativ adfærd som fx rusmiddelbrug, uroskabende adfærd og/eller kriminalitet. Medarbejderne og lederne vil gerne etablere alternative og positive fællesskaber for disse unge.
- Der er forskellige ønsker og holdninger til hvilke almene aktører, der bedst kan bidrage til at styrke de unges forudsætninger for at kunne indgå i almensamfundet på almindelige vilkår.
- Der er forskellige ønsker til samarbejdsformer, fx håndholdt brobygning, invitation af almene aktører ind i de sociale tilbud samt samarbejde med almene aktører uden for de sociale tilbud.
- Der er stor forskel på forudsætninger for at samarbejde med almene aktører. Særligt samarbejde med frivillige vækker bekymring om, hvordan medarbejderne kan dele ansvar for de unge og sikre, at de frivillige aktører arbejder kvalificeret med de opsatte mål for samarbejdet.
- Der er en forestilling om, at det kan være gavnligt at mobilisere frivillige unge, som kan indgå som rollemodeller og bidrage med nye perspektiver og positiv spejling. Medarbejdere og ledere er dog samtidig skeptiske overfor, hvordan de skal identificere og mobilisere disse unge samt sikre, at det er en hensigtsmæssig konstellation for de unge i deres primære målgrupper.
- Medarbejderne understreger, at det er vigtigt, at de unge i socialt udsatte positioner ikke føler sig stigmatiseret i fællesskaber med unge udenfor BROFI. Netop bekymringen for oplevelsen af stigmatisering blandt den primære målgruppe er en barriere for at inddrage frivillige unge udefra.
- Medarbejderne opfordrer til, at fællesskaberne centrerer omkring, hvad de unge har tilfælles for at skabe et fælles tredje. Fx overgangen til voksenlivet, fremtidsvalg, interesser mv.
- Der er stort ønske om, at de unge inddrages og bliver medskabere af nye ungeaktiviteter.

### **Videnindsamling blandt almene og kommunale aktører (2020)**

Vidensindsamlingen blandt medarbejderne understøttede en udvælgelse af mulige og relevante almene aktører. Følgende tematikker er baseret på dialogmøder hos 19 almene og fem kommunale aktører (se bilag 1). Fælles for disse aktører er, at de opfylder en eller flere af følgende krav; ungerettet fokus, kan bidrage med ressourcestærke/frivillige unge, særlig ekspertise indenfor sundhedsfremme eller mulighed for brobygning til nye fællesskaber qua frivillighed, uddannelses- eller jobmuligheder.

Erfaringerne fra dialogmøderne viser at:

- Alle aktørerne i forvejen var involveret i en eller flere fondsfinansierede eller interne projekter. Der var ofte overlap mellem målgrupper, men målsætninger kunne variere i de forskellige projekter, hvilket var en udfordring i forhold til at identificere samarbejdsvinkler.
- Mange eksterne aktører havde udfordringer med at indfri opsatte måltal for unge i socialt udsatte positioner, men projektaktiviteterne var fastlåste. I Et Sundt Ungeliv var der omvendt adgang til mange unge i socialt udsatte positioner fra start, men der var endnu ikke udviklet og etableret konkrete projektaktiviteter.
- Langt majoriteten af de almene aktører krævede finansiering for at samarbejde på trods af overlappende målgruppe og målsætninger.
- Mange aktører udviste stort engagement og interesse for samarbejde omkring unge i socialt udsatte positioner. Dels fordi de betragtede de unge som en ressource (fx ved at fungere som positive rollemodeller for andre og yngre unge i udsatte positioner), eller fordi der var fokus på at styrke deres CSR-profil (Corporate Social Responsibility).
- Enkelte aktører ønskede ikke at engagere sig i projektet eller kunne ikke indfri projektkrav i Et Sundt Ungeliv sideløbende med eksisterende projekter.
- Enkelte aktører ville, eller havde, ikke rette kompetencer til at tage pædagogisk ansvar for unge i socialt udsatte positioner, hvorfor det var et krav, at medarbejdere fra BROFI deltog i aktiviteter. Andre aktører ville gerne påtage sig det pædagogisk ansvar, så længe der var en eller flere medarbejdere, de kunne sparre med.

### **Delkonklusion**

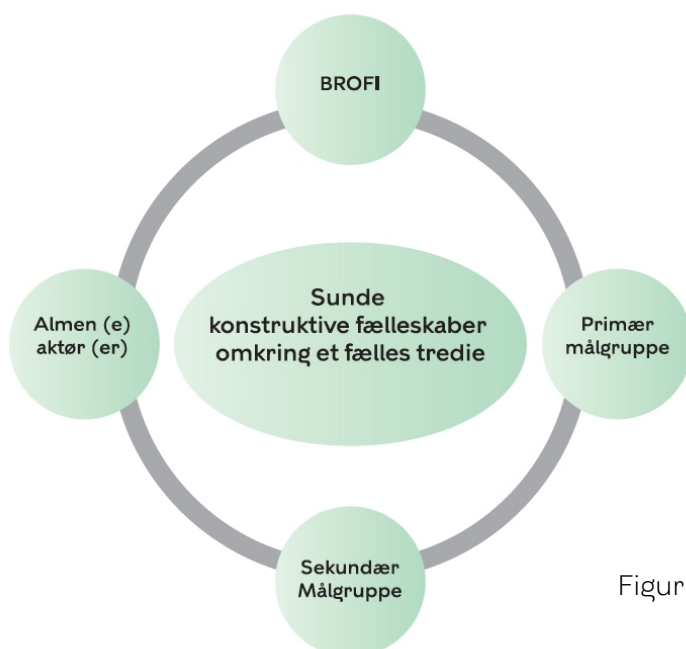
Overordnet viser resultaterne fra vidensindsamlingen, at de unge fra primærmålgruppen gerne vil deltage i aktiviteter, men at det er en udfordring at involvere dem for tidligt i samskabelsesprocessen. De unge giver udtryk for, at de ikke ønsker at blive aktivt involveret i iværksættelsen af aktiviteter, og at det er svært at bidrage i idéfasen. De udtrykker dog væsentlige pointer, som har været relevante i udviklingen i af projektet, fx behovet for tilbud til unge over 18 år og betydningen af at være i trygge rammer, og at der er pædagoger til stede. De unge fra sekundærmålgruppen giver udtryk for, at muligheden for at tjene sine egne penge er en væsentlig motivationsfaktor for unge til at engagere sig i aktiviteter.

Blandt medarbejdere og ledere i BROFI opleves ligeledes et behov for tilbud til unge over 18 år. Der er desuden stor opbakning til at skabe sundhedsfremmende fællesskaber i samarbejde med almene aktører. Medarbejderne har dog en opmærksom på, at blandingen af målgrupper ikke skal medføre stigmatisering af den primære målgruppe og foreslår derfor aktiviteter om et fælles tredje for derigennem at udviske forskelle i ressourceniveauer.

Overordnet ses en stor interesse for samarbejde blandt de almene, eksterne aktører. Dialogmøderne med disse har afdækket muligheder og udfordringer, som har haft betydning for valg af samarbejdspartnere. Vidensindsamlingen blandt medarbejderne og ledere i BROFI samt mødet med almene aktører har tilsammen bibragt vigtig viden om den organisatoriske kontekst, som ungefællesskaberne og dertilhørende samarbejder med almenaktører er udviklet indenfor. *Vidensindsamling har resulteret i udviklingen af en projektmodel og afprøvning af seks sundhedsfremmende fællesskaber.*

## Model for Et Sundt Ungeliv

Projektgruppen i Et Sundt Ungeliv har med afsæt i vidensindsamlingen udviklet en model, som danner de overordnede rammer og retningslinjer for de etablerede ungefællesskaber.



Figur 2. Model for Et Sundt Ungeliv

Modellen illustrerer samskabelseselementet mellem både den primære og sekundære målgruppe, medarbejdere og ledere i BROFI samt almene aktører. Omdrejningspunktet er sundhedsfremmende fællesskaber omkring et stærk fælles tredje. Det fælles tredje skal her forstås som en aktivitet (eller en proces), der eksisterer uafhængigt af deltagerne eller deres indbyrdes relationer, men som skaber en samhørighed mellem dem (Husen 1985).

Med udgangspunkt i modellen, er det målet at udvikle og etablere ungefællesskaber, der opfylder følgende:

- De er udviklet og etableret i samarbejde mellem unge, medarbejdere og eksterne aktører
- Der er en blanding af unge med forskellige ressourceniveauer fra hhv. primær og sekundær målgruppe
- Aktiviteten omhandler et fælles tredje for at sikre et mere ligebyrdigt forhold blandt de unge.

- Der er involveret en eller flere eksterne almene eller kommunale aktører.

## Indsatsspor 2: Udvikling af sundhedsfremmende ungefællesskaber

Med afsæt i modellen for Et Sundt Ungeliv er der som nævnt udviklet og etableret seks sundhedsfremmende fællesskaber. To blev etableret i 2019, tre i 2020 og ét i 2021.

Nedenstående bokse giver et overblik over de seks ungefællesskaber baseret på modellens elementer. Efter disse følger en nærmere beskrivelse af hvert fællesskab samt mål og hovedresultater for hvert enkelt fællesskab. Resultaterne bliver behandlet mere dybdegående i den tværgående analyse. Beskrivelserne tager udgangspunkt i intensionen og planerne for de seks ungefællesskaber. Nogle aktiviteter og samarbejder er ikke gennemført. For størstedelen har COVID-19 og de dertilhørende restriktioner (nedlukning af samfundet, forsamlingsforbud og karantænerregler) været begrundelsen, og for enkelte aktiviteter har andre faktorer spillet ind. Dette vil løbende fremgå i beskrivelserne.

### 1. Fodboldfællesskab i regi Københavnerteamet

**Hvad:** To fodboldhold for unge på tværs af bydele i København. Ugentlige turneringskampe under Dansk Firmaidræt og tilbud om træner- og dommeruddannelse.

**Fælles tredje:** Fodbold

**Primær målgruppe:** Unge mellem 18-25 år, der rekrutteres fra gadeplan i udsatte boligområder, primært anden etnisk herkomst end dansk og ikke tilknyttet det almene foreningsliv.

**Sekundær målgruppe:** Unge fra almene fodboldforeninger og ressourcestærke unge fra udsatte boligområder.

**BROFI-aktør:** Københavnerteamet

**Ekstern(e) aktør(er):** Dansk Firmaidræts Forbund (turnering).

Boldklubben Union (samarbejde om fodboldbaner).

Bold i Byen/F.C. København (samarbejde om træneruddannelse og rekruttering af unge fra almene fodboldklubber).

Dansk Boldspil-Union (DBU) (samarbejde om dommeruddannelse).

Syddansk Universitet (sundhedstest v. professor i sport og sundhed Peter Krustrup).

### 2. Torsdagscafé i De Unges Hus

**Hvad:** Café med rådgivning, fællesspisning og fælles aktiviteter, hvor frivillige unge og eksterne aktører inviteres ind for at inspirere og støtte unge i socialt udsatte positioner i processen mod uddannelse og job. Foregår hver torsdag med mulighed for at få hjælp til det, der er svært i overgangen til voksenlivet.

**Fælles tredje:** Overgangen til voksenlivet.

**Primær målgruppe:** Unge i udsatte positioner, 18-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Frivillige unge, fx studerende, i alderen 18-25 år.

**BROFI-aktør:** De Unges Hus

**Ekstern(e) aktør(er):** Uddannelsesinstitutioner, Udgående jobkonsulent fra Ungecenter København (Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen) og forskellige relevante oplægsholdere (gældsrådgiver, iværksætter, seksualvejleder m.fl.)

**Periode:** Forår 2019-september 2021.

### 3. Følgepraktik hos Ungdommens Røde Kors - Unge på Mentoruddannelsen i regi af De Unges Hus

**Hvad:** En følgepraktikordning, hvor unge fra Mentoruddannelsen i De Unges Hus matches med frivillige unge fra Ungdommens Røde Kors for derefter at være i følgepraktik i frivilligaktiviteter under Ungdommens Røde Kors.

**Fælles tredje:** Mentorrolle for udsatte unge.

**Primær målgruppe:** Unge fra Mentoruddannelsen i De Unges Hus, 18-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Frivillige unge i Ungdommens Røde Kors, 18-25 år.

**BROFI-aktør:** De Unges Hus

**Ekstern(e) aktør(er):** Ungdommens Røde Kors

**Periode:** August 2020–september 2021.

### 6. Fald Fremad i samarbejde med Hybelinstitutionen

**Hvad:** Et aktivt fællesskab, hvor unge fra Hybelinstitutionen og unge fra kulturhuset KU. BE's kulturspirer lærer at mestre faldteknikker og uddannes til hjælpetrænere over et seks-ugers forløb.

**Fælles tredje:** Hjælpetræneruddannelse i faldteknik .

**Primær målgruppe:** Unge fra Hybelinstitutionen, 15-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse og andre frivillige unge.

**BROFI-aktør:** Hybelinstitutionen

**Ekstern(e) aktør(er):**

KU.BE Kulturhus Frederiksberg (udlån af lokaler og rekruttering af unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse)  
Konsulentvirksomheden I Bedste Fald (udvikling og afholdelse af forløb).

**Periode:** Maj 2021-juni 2021.

### 5. Musikfællesskab i Turning Tables i samarbejde med U-turn

**Hvad:** Et kreativt musikfællesskab, hvor unge fra U-turn sammen med tidligere unge fra U-turns Tænk tank udvikler, producerer og deler musik.

**Fælles tredje:** Musikproduktion

**Primær målgruppe:** Unge fra U-turn, 18-25 år.

**Sekundær målgruppe:** Unge fra U-turns Tænk tank samt unge fra Johan Borups Højskole, 18-25 år.

**BROFI-aktør:** U-turn

**Ekstern(e) aktør(er):** NGO'en Turning Tables

**Periode:** Maj 2020 - september 2021.

## Fodboldfællesskabet hos Københavnerteamet

### Baggrund

Københavnerteamet er organiseret under Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (BROFI) og er Københavns Kommunes bydækkende gadeplansindsats. En af Københavnerteamets primære opgaver er opsøgende gadeplansarbejde, hvor der skabes kontakt til unge i alderen 13–25 år, der ikke benytter de etablerede tilbud og har gaden og det offentlige rum som deres primære tilholdssted. Københavnerteamets primære målgruppe er kriminelle eller stærkt kriminalitetstruede unge, som opholder sig og færdes på gaden og har en negativ adfærd i det offentlige gadebillede. Kendetegnet ved mange af de unge er, at de har været på kant med loven og/eller har haft en berøringsflade med bandemiljøet og kriminalitet. Erfaringen er desuden, at mange af de unge, der færdes på gaden, kan være i konflikt med hinanden, eller med en gruppering fra et andet boligområde. I Københavnerteamet har der derfor været et ønske om at skabe et positivt ungefællesskab som et alternativ til unges færden på gaden. Københavnerteamet har tidligere arrangeret fodboldturneringer i vinter- og efterårsferier med stor interesse fra både børn og unge.

### Fodboldfællesskabet

På baggrund af de gode erfaringer med fodboldturneringer, har Københavnerteamet i regi af Et Sundt Ungeliv udviklet og etableret *Fodboldfællesskabet*. Fodboldfællesskabet er et fællesskab med to syvmandshold (FC Københavnerteamet og Københavnerteamet) for unge i udsatte boligområder på tværs af Københavns bydele. Holdene spiller ugentlige turneringskampe under Dansk Firmaidræt, og der arbejdes desuden på at give de unge mulighed for at få en træner- eller dommeruddannelse i samarbejde med en ekstern aktør. To gadeplansmedarbejdere fra Københavnerteamet fungerer som trænere og koordinører på holdene.

### Mål og hovedresultater

Det er Fodboldfællesskabets mål at danne ramme for et fællesskab, hvor unge fra gadeplan har mulighed for at være en del af et positivt og aktivt fællesskab, der forbedrer deres fysiske, sociale og psykiske sundhed. For at understøtte denne bevægelse, er det Fodboldfællesskabets fokus og mål at:

#### *Rekruttere unge til to syvmandshold*

- ✓ Siden 2019 har flere end 40 unikke unge fra den primære målgruppe været en del af Fodboldfællesskabet (2019: 36 deltagere, 2020: 35 deltagere, 2021: 30 deltagere). Der er plads til omkring 25 unge på de to hold på samme tid. Der er løbende optag af nye unge, når 'gamle' unge stopper på holdene. Efter første sæson i 2019 har Fodboldfællesskabet været så efterspurgt blandt nye unge, at der har været venteliste til at deltage

#### *Involvere de unge og skabe brugerinddragelse*

- ✓ Ifølge medarbejdere og unge, involverer de unge sig aktivt i udviklingen af fodboldfællesskabet og tager medansvar.

*Skabe en sund kultur med fokus god opførsel og adfærd, både på og udenfor banen.* For at understøtte dette fokus, spilles kampene i turneringen under Dansk Firmaidræt, som er målrettet

virksomheder. Dette for at tydeliggøre for de unge, at deres adfærd på fodboldbanen kan have betydning i andre sammenhænge fx i mødet med en potentiel arbejdsgiver.

- ✓ Ifølge medarbejdere og unge, er der som følge af fokus på opførsel og adfærd skabt en positiv adfærdskultur på fodboldholdene. Medarbejderne oplever desuden, at valg af fodbold og Dansk Firmaidræt er en god træningsplatform til at udvikle de unges sundhed gennem konflikthåndtering og fokus på adfærd (øget psykisk og social sundhed) og hyppige fodboldkampe (øget fysisk sundhed).

*Skabe kendskab og venskab på tværs af bydele* for dermed forebygge de konflikter, som ellers opleves blandt grupperinger fra forskellige boligområder.

- ✓ Det er lykkedes at etablere et fodboldfællesskab for unge på tværs af ni forskellige bydele i København, og de unge fortæller, at de har fået nye venner og bekendtskaber fra nye bydele.

*Afprøve om kompetenceudvikling gennem en træner- eller dommeruddannelse* målrettet de unge, kan danne grundlag for brobygning af de unge til det almene fritidsliv som enten spillere, trænere eller dommere.

- ✗ Det er ikke lykkedes at gennemføre træneruddannelsen i samarbejde med Bold i Byen som planlagt. Dette skyldtes i første omgang COVID-19 og de dertilhørende langvarige restriktioner. Det lykkedes ikke at genetablere samarbejdet med den eksterne aktør Bold i Byen, da den primære kontaktperson ophørte sin stilling under Coronanedlukningen. Derfor blev ingen unge fra Fodboldfællesskabet uddannet trænere i projektperioden.
- ✓ Det lykkedes at gennemføre en digital dommeruddannelse med to unge fra Fodboldfællesskabet i Københavnerteamets lokaler. Pga. forsamlingsforbuddet og afstandskrav, blev det digitale forløb kun afprøvet med to unge. Begge unge har efterfølgende været ansat som dommere i turneringskampe i regi af DBU.
- ✓ Ifølge medarbejdere i Københavnerteamet er mindst tre unge fra Fodboldfællesskabet startet i en etableret fodboldklub

*Undersøge potentialet af blandende målgrupper*, herunder at afholde træneruddannelse i fællesskab med unge fra almene fodboldklubber i København i samarbejde med den almene aktører Bold i Byen under F.C. København.

- ✓ Qua den åbne rekrutteringsform, rummer Fodboldfællesskabet unge med forskellige ressourceniveauer, fx er flere af de unge under uddannelse eller i arbejde.
- ✗ Det er ikke lykkedes at afprøve træneruddannelsen med en blandet gruppe af unge (unge fra Fodboldfællesskabet og unge fra etablerede klubber) som beskrevet foroven.

*Gennemføre fysiske tests v. professor i Sport og Sundhed Peter Krustrup (Syddansk Universitet)* for at måle udviklingen i de unges fysiske tilstand i løbet af en turneringssæson

- ✗ Det er ikke lykkedes at gennemføre forløb med fysiske tests. Dette skyldtes i første omgang COVID-19 og de dertilhørende langvarige restriktioner. Efterfølgende faldt mulige datoer sammen med Ramadanen i 2021, og det vurderedes derfor nødvendigt at aflyse en så fysisk krævende test.

*Synlighed og formidling af Fodboldfællesskabet*

Fodboldfællesskabet og resultater herfra er blevet synliggjort og videreformidlet via

- ✓ To artikler (en intern på Socialforvaltningens intranet og en i lokalavisen Nørrebro Liv (bilag 3 og 4).
- ✓ Et Sundt Ungelivs hjemmeside<sup>5</sup>.
- ✓ Et Sundt Ungelivs Instagramprofil *Etsundtungeliv*.

### Forankring

Fodboldfællesskabet er efter projektets afslutning stadig i gang, og BROFI har prioriteret at finansiere den ønskede træneruddannelse og sundhedstest efter projektets afslutning. Der er desuden lavet aftaler om en ugentlig træning fra august 2021. Som en forankringsstrategi arbejder Københavnerteamet pt på at understøtte unge fra Fodboldfællesskabet i at starte deres egen forening og dermed selvstændigt drive holdene og spille turneringer, efter ønske fra de unge selv.

## Torsdagscafé i De Unges Hus

### Baggrund

De Unges Hus er organiseret under BROFI og er målrettet sårbare unge i aldersgruppen 14-18 år. I De Unges Hus tilbydes de unge at blive en del af et fællesskab gennem fleksible og håndholdte forløb. Målgruppen er kendetegnet ved ofte at komme fra dårligt fungerende hjem, at være omsorgssvigtede, sjældent at have bestået grundskolen, at de opholder sig meget på gaden med andre udsatte unge og er meget eksperimenterende med rusmidler og kriminalitet. Problematikker som prostitution og hjemløshed er tilsvarende ikke ualmindelige.

Der har gennem mange år været fokus på, at udsatte unge oplever udfordringer i overgangen til voksenlivet. Det skyldes dels de unges egne udfordringer samt de lovgivningsmæssige og organisatoriske ændringer, der sker ved det fyldte 18. år. Unge, der kommer fra ressourcetsvage familier og som har modtaget sociale foranstaltninger har markant større risiko for at opleve sociale problemer som voksne såsom arbejdsløshed, hjemløshed, kriminalitet og mangel på netværk (Rambøll 2016). Overgangen til voksenlivet er for denne målgruppe et særligt sårbart tidspunkt, fordi de sociale foranstaltninger, de har haft, ofte ophører. Medarbejderne i De Unges Hus oplever, at de unge mangler støtte til at varetage en selvstændig tilværelse efter det fyldte 18. år og til at kunne indgå i almensamfundets fællesskaber; i uddannelsessystemet, på arbejdsmarkedet og i det etablerede foreningsliv. Mange af de unge vender tilbage til De Unges Hus, fordi de ikke kan honorere de krav og vilkår de møder i almensamfundets fællesskaber.

### Torsdagscafé

De Unges Hus har derfor udviklet Torsdagscaféen i regi af Et Sundt Ungeliv. Torsdagscaféen danner rammen om et sundt fællesskab for unge i udsatte positioner i aldersgruppen 18-25 år med "overgangen til voksenlivet" som det fælles tredje. Frivillige unge og eksterne aktører inviteres ind for at inspirere og støtte de unge i processen mod uddannelse og job. Torsdagscaféen har åbent hver torsdag i tidsrummet 15-22. Torsdagscaféen tilbyder fællesspisning, et rummeligt fællesskab samt mulighed for hjælp til det, der er svært i overgangen til voksenlivet.

### Mål og hovedresultater

---

<sup>5</sup> <https://centerforforebyggelseograadgivning.kk.dk/artikel/fodboldfaellesskab-paa-tvaers-af-byen>



Det er Torsdagscaféens mål er at være et sted, hvor de unge omkring det fyldte 18. år kan træne basale kompetencer, der forbedrer deres sociale, psykiske og fysiske sundhed og på sigt gør det lettere for dem at indgå i almensamfundets fællesskaber. For at understøtte denne bevægelse, er det Torsdagscaféens mål at:

#### *Gøre Torsdagscaféen til et attraktivt sted at komme*

- ✓ Siden 2019 har flere end 130 unikke unge deltaget i Torsdagscaféen (2019: 38 unge, 2020: 80 unge og 2021: 130). Da caféen er åben og anonym, er der ikke foretaget registrering af, hvorvidt det er de samme unge, der deltager. Ifølge medarbejderne deltager en stor gruppe af unge fast, og der er derudover jævnligt nyttilkomne unge. Det er dermed lykkedes at gøre Torsdagscaféen til et sted, hvor de unge har lyst til at komme.

#### *De unge er aktive medskabere af fællesskabet og tager ejerskab for aktiviteterne i Torsdagscaféen.*

- x Målsætningen om, at unge tilknyttet De Unges Hus skulle være aktive medskabere af Torsdagscaféen fra begyndelsen er ikke lykkedes.
- ✓ Det er dog med tiden lykkedes at skabe en mere ungestyret café, hvor de unge tager ejerskab og ansvar for blandt andet indkøb, madlavning og oprydning.

#### *Almene/eksterne aktører inviteres ind i de unges vante rammer, hvilket skal inspirere de unge og understøtte en bevægelse mod deltagelse i almene fællesskaber.*

- x I 2020 blev der indgået samarbejde med Ungecenter København under Beskæftigelses- og Integrationsforvaltningen omkring en udgående jobkonsulent, som skulle deltage i Torsdagscaféen hver uge og hjælpe med at brobygge de unge til uddannelse og job. Dette samarbejde nåede ikke at blive afprøvet i projektperioden pga. COVID-19.
- ✓ Det er i løbet af projektperioden lykkedes at afholde flere tema- og inspirationsaftener i samarbejde med eksterne aktører (blandt andet gældsrådgivning og oplæg af Kenneth Hansen fra 'Luksusfælden' og temaaften med iværksætter Christina Ciborowski)

#### *De unge kan få anonym rådgivning i de udfordringer, som fylder omkring det 18. år (fx boligopskrivning, opholdstilladelser, forskudsopgørelser, gæld og budgetter)*

- ✓ De unge oplever at få hjælp til udfordringer og støtte fra både andre unge og medarbejderne.

*De unge møder andre unge fra forskellige uddannelsesretninger. Nye ungemøder skal skabe gensidig inspiration om uddannelsesveje, ungdomsliv, perspektiver og drømme om fremtiden og kendskab til hinanden.*

- ~ Dette fokusområde blev delvist afprøvet. I 2020 deltog fem frivillige unge, heraf to fra U-turns Tænketaank. Rekrutteringen af frivillige unge til Torsdagscaféen viste sig at være udfordrende, og som følge af COVID-19 blev rekrutteringen af frivillige unge stoppet for at prioritere plads til unge fra den primære målgruppe. Efter genåbningen af samfundet er der skabt samarbejde med yderligere tre frivillige, hvoraf én har prøvet at være frivillig i De Unges Hus.

#### *Synlighed og formidling af Torsdagscaféen*

Torsdagscaféen og resultater herfra er blevet synliggjort og videreformidlet via:

- ✓ Artikel på Socialforvaltningens intranet (se bilag 5).

- ✓ Et Sundt Ungelivs hjemmeside<sup>6</sup>.
- ✓ Et Sundt Ungelivs Instagramprofil *Etsundtungeliv*.
- ✓ Kortfilm om Torsdagscaféen (findes på hjemmesiden).

### Forankring

Torsdagscaféen er blevet forankret i De Unges Hus og fortsætter efter afslutningen af Et Sundt Ungeliv. Fra medarbejdernes side er der ønske om at udvikle indsatsen og samarbejdet med frivillige unge, men pt. videreføres Torsdagscaféen i det nuværende format.

## Følgepraktik hos Ungdommens Røde Kors for unge på Mentoruddannelsen i De Unges Hus

### Baggrund

De Unges Hus (se beskrivelse under afsnit om Torsdagscaféen side 22) udbyder hvert år en mentoruddannelse for unge i socialt udsatte positioner i aldersgruppen 18-25 år, der har et ønske eller håb om forandring i eget liv, en pædagogisk fremtid og/eller en positiv personlig udvikling. Formålet er, at de unge oplever succes med at lære og får større mod på livet. Derudover er målet, at de unge opnår kvalifikationer til at kunne arbejde som mentorer og positive rollemodeller for udsatte unge. Uddannelsen består bl.a. af fysiske aktiviteter, refleksionsforløb, psykologi, systemforståelse, uddannelsesvejledning og kommunikation. Uddannelsesforløbet varer knap et år med ugentlig undervisning.

Medarbejderne på Mentoruddannelsen har i flere år drømt om et samarbejde med almene aktører omkring en følgepraktik, hvor de unge får mulighed for at afprøve mentorrollen i en af almensamfundets arenaer. Denne drøm deler de med Ungdommens Røde Kors, hvis ambition netop er, at alle har noget at byde ind med, og at alle skal føle, at de hører til og indgår i meningsfulde fællesskaber.

### Følgepraktikken

Mentoruddannelsen og Ungdommens Røde Kors har i regi af Et Sundt Ungeliv udviklet *Følgepraktikken*, som indebærer et samarbejde omkring følgepraktik i frivilligaktiviteter for børn og unge. I følgepraktikken matches frivillige unge fra Ungdommens Røde Kors med unge fra Mentoruddannelsen i teams. Hvert team skal sammen varetage rollen som frivillige i aktiviteter. Samarbejdet mellem de frivillige og de unge fra Mentoruddannelsen skal sikre et udbytterigt praktikforløb for de unge på Mentoruddannelsen. Forløbet med Følgepraktikken strækker sig over en periode på to måneder, hvorefter de unge fra Mentoruddannelsen har mulighed for at fortsætte som frivillige i regi af Ungdommens Røde Kors.

### Mål og hovedresultater

Det er Følgepraktikkens mål, at de unge får afprøvet at være frivillige i trygge rammer, og at de unge fra Mentoruddannelsen efterfølgende får mod på at engagere sig i Ungdommens Røde Kors eller andre frivilliginitiativer. Hermed fungerer Følgepraktikken som platform til nye positive

---

<sup>6</sup> <https://centerforforebyggelseograadgivning.kk.dk/artikel/torsdagscafe-i-de-unges-hus>

fællesskaber for unge, der føler sig uden for mange af samfundets etablerede fællesskaber. Det er Følgepraktikkens mål at:

*De unge fra Mentoruddannelsen matches med frivillige fra Ungdommens Røde Kors.*

- ✓ 14 ud af 15 unge fra Mentoruddannelsen 2020 blev matchet med i alt otte frivillige fra fem forskellige frivilligaktiviteter. I 2021 blev alle 13 unge fra Mentoruddannelsen matchet med yderligere tre frivillige. Det lykkedes dermed at involvere næsten alle unge fra Mentoruddannelsen i Følgepraktikkens to perioder.

*Der afholdes sociale aktiviteter med frivillige unge og unge fra Mentoruddannelsen*

- × Det var planen, at de frivillige fra Ungdommens Røde Kors skulle deltage på en weekendtur med de unge fra Mentoruddannelsen i 2020. Det lykkedes ikke Ungdommens Røde Kors at rekruttere frivillige unge til denne weekend. Begrundelsen herfor var COVID-19 og studieopstart for mange af de frivillige (weekenden blev udskudt fra juni til september 2020 pga. COVID-19).
- ✓ Der blev i stedet afholdt et 'ryste sammen'-arrangement og introduktionsmøde med lege og øvelser, der skulle hjælpe de unge til at lære hinanden at kende. Det samme blev afholdt i august 2021.

*Følgepraktikker gennemføres*

- ~ I 2020 fik syv unge ud af de 14 matchede fra Mentoruddannelsen afprøvet rollen som frivillig i frivilligaktiviteter over en periode på to måneder eller mere. En enkelt følgepraktikordning kunne ikke gennemføres, fordi aktiviteten var lukket som følge af COVID-19. Det lykkedes dermed halvdelen af mentorholdet at afprøve mentorrollen i en ordinær frivillig forening. Selvom det betyder, at halvdelen ikke fik afprøvet rollen som frivillig, vurderes forløbet som en succes blandt medarbejdere på Mentoruddannelsen og Ungdommens Røde Kors. Følgepraktikkerne i 2021 er pt i gang med at blive gennemført. Alle 13 unge fra Mentoruddannelsen 2021 er i følgepraktik.

*Flere unge fra Mentoruddannelsen engagerer sig fortsat i Ungdommens Røde Kors efter Følgepraktikken*

- ✓ Efter endt forløb gav seks unge fra Mentoruddannelsen 2020 udtryk for, at de ønskede at fortsætte som frivillige i Ungdommens Røde Kors. Heraf er to fortsat aktive 12 mdr. efter følgepraktikkens afslutning.

*Synlighed og formidling af Følgepraktikken*

Følgepraktikken og resultater herfra er blevet synliggjort og videreformidlet via:

- ✓ Artikel på Socialforvaltningens intranet (bilag 6).
- ✓ Et Sundt Ungelivs hjemmeside<sup>7</sup>.

<sup>7</sup> <https://centerforforebyggelseograadgivning.kk.dk/artikel/foelgepraktik-i-ungdommens-roede-kors>

- ✓ Ungeoplæg på 'BROFI-højskole'<sup>8</sup>.

#### Forankring

På baggrund af de gode erfaringer og et fortsat udviklingspotentiale forventes indsatsen at forsætte i 2022 med finansiering fra BROFI.

## Havefællesskabet 'Flavourskabet - Den Unge Byhave' i samarbejde med U-turn

### Baggrund

I U-turn (se beskrivelse under musikfællesskabet side 26) er der fokus på at afprøve rusmiddelfrie fællesaktiviteter, som de unge kan engagere sig i. Disse aktiviteter får hermed karakter af et fælles tredje, da aktiviteten indebærer samvær med nye bekendtskaber og kan være et vigtigt fokuspunkt i de unges forandringsproces. U-turn har i længere tid eksperimenteret med at bruge fællesaktiviteter i naturen som et fælles tredje, fx fisketure, kolonitur, vandreture, svampeture m.fl. som en del af rusmiddelbehandlingen. Erfaringerne er, at de unge oplever, at de slapper mere af i naturen, føler sig mere fysisk trætte om aftenen og bedre kan finde ro uden brug af rusmidler.

### Flavourskabet - Den Unge Byhave

U-turn har i samarbejde med unge, frivillige unge og forskellige grønne aktører (Haveselskabets Have<sup>9</sup>, Tag Tomat<sup>10</sup> og en ekstern kreativ havekonsulent) udviklet og etableret havefællesskabet *Flavourskabet - den unge byhave* i regi af Et Sundt Ungeliv. Det er et grønt ungefællesskab med fokus på sociale, biodiverse og smagsmæssige aspekter af have dyrkning i byen. Rammen er et havestykke i Frederiksberg Have, som Haveselskabets Have stiller til rådighed efter aftale med Slots- og Kulturstyrelsen. Byhaven blev etableret i juni 2020 som et Coronavenligt alternativ til de mange aktiviteter og fællesskaber, der blev lukket ned. Havefællesskabet mødes til en ugentlig havedag hver tirsdag fra kl. 16-18 havesæsonen igennem. Til hver havedag deltager en medarbejder fra U-turn, og aktiviteterne faciliteres af en ekstern aktør, i første sæson TagTomat og anden sæson en ekstern havekonsulent. Sammen sår, planter, vander, luger og høster de forskellige afgrøder i haven. Undervejs tilberedes et lille måltid eller en snack med afgrøder fra haven, som de afslutningsvist spiser sammen. Ofte foregår der også en kreativ aktivitet på havedagene.

### Mål og hovedresultater

Målet er at unge fra U-turn og frivillige unge engagerer sig i havefællesskabet, som dermed kan blive en platform for, at de unge kan indgå i et sundhedsfremmende fællesskab uden rusmidler, og hvor de kan danne nye relationer og skabe netværk. Nye ungemøder skal skabe gensidig inspiration om uddannelsesveje, ungdomsliv, perspektiver og drømme om fremtiden. Målet i byhaven er at:

#### *Rekruttere unge fra U-turn til havefællesskabet*

---

<sup>8</sup>BROFI-højskolen er et digitalt videns- og udviklingsinitiativ, hvor medarbejdere fra BROFI holder oplæg for kollegaer på tværs af BROFI om tematikker de arbejder med eller er optagede af. Oplæggene danner baggrund for faglig sparring og drøftelser.

<sup>9</sup> Haveselskabet er en non-profit forening, der arbejder for at fordre haveglæde til gavn for dyre- og planteliv.

<sup>10</sup> TagTomat er en konsulentvirksomhed, der arbejder med at udbrede urbanhavebrug og -dyrkning.

~ I alt har 15 unikke unge fra U-turn deltaget i havefællesskabet (heraf fem sporadisk i 2020 og 10 mere fast i 2021). Fastholdelsen af de unge har dog været en udfordring, og det har løbende været et fokus at få de unge til at blive en fast del af fællesskabet, da de selv giver udtryk for at ville det.

#### *Frivillige unge engagerer sig i havefællesskabet for at understøtte nye ungemøder og gensidig inspiration*

✓ I alt har 14 unikke frivillige unge været engageret i havefællesskabet (heraf 10 i 2020 og syv i 2021, hvoraf tre deltog i begge høvesæsoner). Tre af de frivillige unge har tidligere gået i U-turn. Der er blandt de frivillige dannet en 'fast kerne', som deltager hver gang.

#### *De unge er med til at forme og udvikle havefællesskabet og aktiviteterne heri*

✓ De unge har været med til at bestemme aktiviteter til havedagene og har taget ansvar for at passe og vande bedene. Ungeinddragelsen og ejerskabet har været særligt udtalt i høvesæson 2021, hvor unge fra første høvesæson og nye unge, allerede inden opstarten af byhøvesæsonen 2021, blev inddraget i idéudviklingen med succes.

#### *Afholde en årlig høstfest som afrunding på høvesæsonen*

✓ Høvesæson 2020 og 2021 blev begge afsluttet med en høstfest, hvor både de unge fra havefællesskabet, andre unge i U-turns behandling, medarbejdere og ledelse i U-turn deltog. Derudover har samarbejdspartnere deltaget.

#### *Synlighed og formidling af Flavourskabet – Den Unge Byhave*

Byhaven og resultater herfra er blevet synliggjort og videreformidlet via:

- ✓ To artikler i magasinet HAVEN (medlemsblad under Høveselskabet) (bilag 8).
- ✓ Et Sundt Ungelivs hjemmeside<sup>11</sup>.
- ✓ Et Sundt Ungelivs Instagramprofil *Etsundtungeliv*.
- ✓ To lukkede Facebookgrupper ('Byhaven Flavourskabet' og 'Flavourskabet – Den Unge Byhave 2021') og åbne Facebookevents.
- ✓ To fotobøger målrettet primær og sekundær målgruppe samt samarbejdspartnere (se link til fotobog 2020 og udpluk af billeder fra fotobog 2021 i bilag 9).
- ✓ To høstfestarrangementer for de unge og medarbejdere i byhaven, samarbejdspartnere og andre unge fra U-turn.
- ✓ Oplæg på 'BROFI-højskole'<sup>12</sup>.

#### *Forankring*

'Høveselskabets Have' har givet en samarbejdstilkendegivelse med henblik på fortsat udlån af arealet til byhaven og dens aktiviteter. Konceptet for byhaven vurderes desuden at kunne tiltrække en bredere gruppe af unge fra BROFI. Der arbejdes derfor på at finde finansiering til at udvide havefællesskabet, så byhaven kan fortsætte i 2022 med unge fra flere institutioner i BROFI.

<sup>11</sup> <https://centerforforebyggelseograadgivning.kk.dk/artikel/flavourskabet-den-unge-byhave>

<sup>12</sup> BROFI højskolen er et digitalt videns- og udviklingsinitiativ, hvor medarbejdere fra BROFI holder oplæg for kollegaer på tværs af BROFI om tematikker de arbejder med eller er optagede af. Oplæggene danner baggrund for faglig sparring og drøftelser.

## Musikfællesskab i Turning Tables i samarbejde med U-turn

### Baggrund

U-turn er en institution under BROFI og er København Kommunes tilbud til unge med et problemgivende forbrug af rusmidler i aldersgruppen 14-24 år.

U-turn har igennem mange år arbejdet med musik, foto og filmproduktioner som en del af forskellige former for behandlingsforløb. Både processen med at arbejde med udtryk og fortælling gennem forskellige medier og de endelige værker i sig selv kan have stor betydning for de unges selvforståelse, lyst og motivation for at komme på banen som aktivt deltagende og medskabende unge. De unges kreative udvikling er ofte ny for dem, og de ønsker at fortsætte med at udvikle sig kreativt sammen med andre unge, når de stopper i U-turn. U-turn har derfor i længere tid haft en drøm om at kunne invitere disse unge ind et kreativt, trygt, rusmiddelfrit og ungestyret musikfællesskab uden for U-turn og med forskellige grupper af unge.

### Musikfællesskabet i Turning Tables

U-turn og den lille NGO Turning Tables Danmark<sup>13</sup> har i samarbejde med Et Sundt Ungeliv udviklet *musikfællesskabet*. Turning Tables danner rammerne for et trygt og kreativt rum, hvor unge kan lære nye færdigheder indenfor musikproduktion, dele oplevelser og sætte ord og billeder på deres frustrationer, drømme og håb. De unge mødes hver onsdag fra kl. 16-21 i Turning Tables' lokaler på Nørrebro. Her er der både mulighed for få enesessioner og for at være en del af et fællesskab med gensidig sparring og inspiration. En medarbejder fra U-turn står for brobygningen af unge fra U-turn til Turning Tables.

### Mål og hovedresultater

Målet er, at unge fra U-turn engagerer sig i musikfællesskabet, som dermed kan blive en platform for, at de kan indgå i et positivt fællesskab uden rusmidler, og hvor de kan danne nye relationer, skabe netværk og sammen dyrke og bidrage med alternative og kreative fortællinger om deres oplevelser af at være ung gennem musikken. Drømmen er, at de unges kreative fortællinger kan blive hørt som alternative og vigtige bidrag til mainstreamindhold på streamingtjenester og radiokanaler i dag. Det er målet at:

#### *Unge fra U-turn deltager i musikfællesskabet*

- ✓ I alt ni unikke unge har været en del af musikfællesskabet i Turning Tables (syv unge i 2020 og syv unge i 2021). De unge deltager så vidt muligt hver gang, og Turning Tables har ekstraordinært udvidet åbningstiden i fællesskabet med en time pga. de unges ønske om mere tid. Der har desuden været unge fra U-turn på 'venteliste', da fællesskabet, pga. de fysiske rammer, ikke kunne optage flere unge (pga. Coronarestriktioner).

#### *De unge fordyber sig i processen og færdiggør en musikproduktion*

- ✓ Otte ud af de ni unge har færdigproduceret min. et musiknummer.

#### *De unge er med til at forme indhold og retning for musikfællesskabet i Turning Tables*

---

<sup>13</sup> Turning Tables Danmark er en ngo, der arbejder med at styrke børn og unges livsmestring og skabe nybrud i dansk kulturliv igennem musik, film og foto.

- ✓ Fællesskabet hos Turning Tables startede med et digitalt pilotforløb for fem unge i foråret 2020 (digitalt pga. COVID-19). I efteråret 2020 lykkedes det at etablere et fysisk musikfællesskab udviklet gennem ungeworkshops, hvor de unge fra pilotforløbet, nye unge fra U-turn og unge fra U-turns Tænk tank var med i udviklingen af form og indhold af det kommende fysiske musikfællesskab.

*Unge fra Johan Borups Højskole og unge fra Tænk tanken i U-turn inviteres ind i fællesskabet.*

- × Pga. COVID-19 blev det prioriteret at afgrænse forløbet til den primære målgruppe. Der er derfor ikke blevet etableret samarbejde med unge fra Johan Borups Højskolen. De unge fra U-turns Tænk tank deltog i begge udviklingsworkshops, men blev pga. de fysiske rammer og COVID-19 ikke en del af det etablerede musikfællesskab.

*At de unges stemmer/musik bliver delt og hørt*

- ✓ Seks ud af de syv unge, som har været en del af forløbet hos Turning Tables i 2021, optrådte med deres sange og musikvideoer til en koncert på koncertscenen Aula i Union på Nørrebro i juni 2021. De unge har desuden deltaget i et arrangement, hvor de optrådte med deres musik på URBAN 13-musikscenen under Bispebuen i København i september 2021. Indtil videre har en ung desuden udgivet et nummer på Spotify og delt sin musikvideo på YouTube

*Synlighed og formidling af musikfællesskabet*

Musikfællesskabet og resultater herfra er blevet synliggjort og videreformidlet via:

- ✓ Artikel på Socialforvaltningens intranet (bilag 7).
- ✓ Et Sundt Ungelivs hjemmeside<sup>14</sup>.
- ✓ To koncerter med de unges produktioner.

*Forankring*

På baggrund af gode erfaringer fra musikfællesskabet og fortsat stort udviklingspotentiale, ønsker både Turning Tables og U-turn at forsætte samarbejdet omkring unge. Efter afslutningen af Et Sundt Ungeliv har de unge fra musikfællesskabet fået mulighed for at fortsætte samarbejdet med Turning Tables i en afgrænset periode, mens BROFI afsøger eksterne finansieringsmuligheder.

---

<sup>14</sup> <https://centerforebyggelseograadgivning.kk.dk/artikel/produktionsfaellesskab-i-turning-tables>

## Træningsfællesskabet 'Fald Fremad' i samarbejde med Hybelinstitutionen

### Baggrund

Hybelinstitutionen er et socialpædagogisk botilbud under BROFI med plads til 100 unge i alderen 15-23 år. Hybelinstitutionen støtter de unges mestring og overgang til voksenlivet igennem individuelt tilrettelagte forløb. Fælles for de unge, der er tilknyttet Hybelinstitutionen er, at de har brug for støtte til at skabe nye erfaringer i samspil med andre og opnå større tillid til, at de kan skabe det liv, de ønsker sig. Mange af de unge har haft vanskelige opvækstvilkår og har komplekse udfordringer som følge deraf. Behovet for udviklingsstøtte viser sig i mange af de forskellige sammenhænge, de indgår i; skole, arbejde og i forhold til familie og venner, mm.

Hybelinstitutionen har tilknyttet en netværksmedarbejder, som blandt andet skal motivere de unge til at opdyrke en hobby og understøtte, at de kan blive en del af et fællesskab. På baggrund af gode erfaringer med at involvere unge fra Hybelinstitutionen i et projekt med DGI i 2019 (DGI 2019), hvor de unge blev uddannet judoinstruktører, var det et ønske at afprøve et nyt koncept med fokus på fysisk aktivitet og kropsbevidsthed.

### Fald Fremad

I regi af Et Sundt Ungeliv har Hybelinstitutionens netværksmedarbejder, den eksterne aktør 'I Bedste Fald' og Kulturhuset KU.BE udviklet og etableret hjælpetræneruddannelsen Fald Fremad. Fald Fremad er et aktivt fællesskab, hvor unge fra Hybelinstitutionen og unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse lærer at mestre faldteknikker og uddannes til hjælpetrænere i faldteknik over et seks-ugers forløb. Forløbet afholdes af virksomheden 'I Bedste Fald'. Forløbet skal give de unge kompetencer indenfor fald, krop og balance, og de får mulighed for at afprøve hjælpetrænerrollen i praksis igennem fritidsjob hos 'I Bedste Fald'. Som en del af forløbet spiser de unge et måltid mad sammen efter hver gang.

### Mål og hovedresultater

Det er målet, at unge fra Hybelinstitutionen og unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse engagerer sig i hjælpetræneruddannelsen, som dermed kan blive en platform for, at de unge kan indgå i et fællesskab med fokus på bevægelse og kropsbevidsthed. Nye ungemøder skal skabe gensidig inspiration om uddannelsesveje, ungdomsliv, perspektiver og drømme om fremtiden.

Målet i Fald Fremad er at:

*Rekruttere minimum otte unge fra Hybelinstitutionen*

- × Det lykkedes at rekruttere én ung fra Hybelinstitutionen, hvorfor målet ikke er nået.
- ✓ Den unge gennemførte uddannelsen.

*Minimum fem unge fra KU.BE's kulturspireuddannelse deltager i uddannelsen for at understøtte nye ungemøder og gensidig inspiration*

- × Det lykkedes ikke KU.BE. at rekruttere unge fra deres kulturspireuddannelse, der pga. COVID-19 havde været lukket ned i længere periode og dermed måtte fokusere på at genetablere egne aktiviteter
- ✓ Det lykkedes dog projektet, via andre veje, at rekruttere tre andre unge fra den sekundære målgruppe; to studerende, der var i praktik hos Hybelinstitutionen, og en ven af den unge fra Hybelinstitutionen. Alle tre gennemførte forløbet



*De unge styrker deres egne kropps- og faldkompetencer*

- ✓ I løbet af uddannelsen lærte alle fire unge at beherske fire forskellige faldteknikker.

*De unge har fået erfaringer med rollen som hjælpetræner*

- ✓ De unge på holdet blev tilbudt at blive hjælpetræner på workshops med I Bedste Fald. Den unge fra Hybelinstitutionen har indtil videre medvirket som hjælpetræner en enkelt gang.

*Synlighed og formidling af Fald Fremad*

Fald Fremad og resultater herfra er blevet synliggjort og videreformidlet via:

- ✓ Plakater hos Kulturhuset KU.BE (bilag 10)
- ✓ Oplæg på Hybelinstitutionen
- ✓ Video på 'I Bedste Falds' Facebookside med ung fra Hybelinstitutionen som hjælpetræner<sup>15</sup>

*Forankring*

På grund af de sparsomme erfaringer og manglende deltagelse fra primærmålgruppen, er der ikke arbejdet på at forankre dette fællesskab.

---

<sup>15</sup> <https://www.facebook.com/103975401620278/videos/349025093608348>

## Indfrielse af måltal

Målsætningen er at

- **100 unge** fra den primære målgruppe deltager i projektet
  - ✓ **222** unikke unge har deltaget i projektets seks ungefællesskaber, og måltallet er derfor indfriet med **222 %**.
- **50 unge** fra den sekundære målgruppe deltager i projektet (ressourcegruppe)
  - ~ **48** unikke unge har deltaget i projektet, og **96 %** af måltallet er derfor indfriet.
- **50 medarbejdere** fra institutioner i Københavns Kommune, der arbejder med målgruppen, deltager i kompetenceudviklingsaktiviteter
  - ✓ **81** unikke medarbejdere har deltaget i kompetenceudviklingsaktiviteter, og målet er dermed indfriet med **162 %**.

I tabel 3 og 4 ses en detaljeret oversigt over deltagelsen af hhv. unge fra den primære målgruppe og sekundære målgruppe. Tabellerne er baseret på deltagerregistrering foretaget af enten medarbejdere fra BROFI eller af nøglepersoner fra de eksterne aktører i de pågældende fællesskaber. Der er gengangere i nogle af aktiviteterne mellem årene 2019, 2020 og 2021, hvorfor det samlede antal af unikke unge ikke udgør summen af antal unge i 2019-2021. I nogle fællesskaber har medarbejderne kun delvist eller slet ikke skelnet mellem unikke unge på tværs af årene. Derfor opgøres samlet antal *unikke unge* i tabel 3 for nogle med betegnelsen *minimum*, da der højst sandsynligt har været flere unikke unge, dog uden at dette er dokumenteret.

Primær målgruppe	2019	2020	2021	Samlet <i>unikke</i> antal unge
Fodboldfællesskabet	36	35	30	Minimum 40
Torsdagscaféen	38	80	130	Minimum 130
Følgepraktikken i Ungdommens Røde Kors	-	14	13	27
Musikfællesskabet i Turning Tables	-	7	7	9
Flavourskabet - Den Unge Byhave	-	5	10	15
Træningsfællesskabet i Fald Fremad	-	-	1	1
<b>Samlet</b>	<b>74</b>	<b>141</b>	<b>191</b>	<b>222</b>

Tabel 3. Deltagelse af unge fra den primære målgruppe (ingen fællesskaber iværksat i 2018)

Sekundær målgruppe	2018	2019	2020	2021	Samlet <i>unikke</i> antal unge
Idéudvikling v. studerende 18-25 år	3	7	-	-	7
Fodboldfællesskabet	-	-	-	-	-
Torsdagscaféen	-	-	5	3	8
Følgepraktikken i Ungdommens Røde Kors	-	-	8	4	11
Musikfællesskabet i Turning Tables	-	-	5	-	5
Flavourskabet - den unge byhave	-	-	10	7	14
Træningsfællesskabet i Fald Fremad	-	-	-	3	3
<b>Samlet</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>28</b>	<b>17</b>	<b>48</b>

Tabel 4. Deltagelse af unge fra den sekundære målgruppe

## Tværgående analyse af de seks ungefællesskaber

I dette afsnit præsenteres resultaterne fra den tværgående analyse af de seks ungefællesskaber. Analysen er primært baseret på kvalitativ empiri bestående af 36 interviews, heraf 19 interviews med i alt 33 unge fra den primære målgruppe, ni interviews med i alt ni unge den sekundære målgruppe, seks interviews med i alt 10 medarbejdere fra BROFI samt to interviews og en række evalueringsmøder med almene aktører. Derudover inddrages data fra en mindre spørgeskemaundersøgelse foretaget af 37 unge fra ungefællesskaberne.

Indledningsvist præsenteres hovedresultaterne for spørgeskemaundersøgelsen. Derefter er den tværgående analyse opdelt i fem dele; *Del 1. Attraktive elementer i fællesskaberne, Del 2. Afprøvning af mødet mellem primær og sekundær målgruppe, Del 3. Samskabelse, brugerinddragelse og ejerskab, Del 4. Forandringer hos de unge i primærmålgruppen og Del 5. Konturer af social mobilitet.*

### Spørgeskemaundersøgelsen

Af de 37 unge, der har besvaret spørgeskemaundersøgelsen er 57 % mænd, og 89 % er over 18 år. De fleste af de unge er i uddannelse eller har et arbejde, mens 5 % af de unge er helt uden beskæftigelse. Tabel 5 viser antal besvarelser fordelt på fællesskaber. Hovedresultaterne er vist i tabel 6. Disse inddrages løbende i den tværgående analyse i de kommende afsnit. Se bilag 11 for et detaljeret overblik over resultaterne.

Besvarelser fordelt på ungefællesskab		
Fodboldsfællesskabet	18	49 %
Torsdagscaféen	10	27 %
Følgepraktikken hos Ungdommens Røde Kors	0	0 %
Musikfællesskabet i Turning Tables	2	5 %
Flavourskabet	5	14 %
Fald Fremad	2	5 %
<b>I alt</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Tabel 5. Antal besvarelser fordelt på de seks fællesskaber.

Resultater af spørgeskemaundersøgelse (n=37)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100 % af de unge føler, at de i høj eller i nogen grad har været en del af et fællesskab</li> <li>• 78 % føler at de i høj eller i nogen grad har haft indflydelse på aktiviteterne i fællesskabet</li> <li>• 89 % har oplevet at få nye venner</li> <li>• 79 % har fået lyst til at prøve noget nyt i deres liv</li> <li>• 84 % svarer, at deres tid i fællesskabet har haft positiv betydning for deres syn på fremtiden</li> <li>• 87 % føler, at de i høj eller i nogen grad har lært noget, de kan bruge i andre sammenhænge</li> <li>• 92 % svarer, at forløbet har været værdifuldt for dem</li> <li>• 84 % svarer, at forløbet har haft positiv betydning for deres relationer til folk udenfor fællesskabet.</li> <li>• 89 % svarer, at deres tid i forløbet har givet dem mere overskud i hverdagen.</li> <li>• 87 % svarer, at forløbet har haft positiv betydning for, hvordan de har det med dem selv.</li> <li>• 78 % svarer, at forløbet har haft positiv betydning for deres generelle tilfredshed med livet.</li> </ul>

Tabel 6. Resultater af spørgeskemaundersøgelsen

## Del 1. Attraktive elementer i fællesskaberne

Et Sundt Ungeliv har nået 222 unge fra den primære målgruppe og 48 unge fra den sekundære målgruppe. Disse resultater viser, at Et Sundt Ungeliv først og fremmest er lykkedes med at få en høj andel unge i socialt udsatte positioner til at deltage i et sundhedsfremmende fællesskab. De unges deltagelse i fællesskaberne er en forudsætning for at skabe forandring for de unge i projektet. Derfor er det afgørende at belyse, hvilke faktorer, der fremmer og hæmmer de unges deltagelse i fællesskaberne.

### Betydningen af det fælles tredje

De seks fællesskaber er alle opbygget omkring et fælles tredje, som i denne evaluering forstås som en aktivitet eller en proces, der eksisterer uafhængigt af deltagerne eller deres indbyrdes relationer, men som skaber en samhørighed mellem dem (Husen 1985). Det fælles tredje er i fire af fællesskaberne en konkret aktivitet; havedyrkning, musik, fodbold og faldteknik. I Torsdagscaféen og Følgepraktikken har det fælles tredje en mere flydende og abstrakt karakter, nemlig "overgangen til voksenlivet" og "mentorrollen". Det fælles tredje har haft en stor rolle i alle seks fællesskaber, men der er alligevel forskel på hvilken betydning, det har haft for de unges lyst til at deltage i fællesskaberne.

### Når det fælles tredje er de unges hjerteblod

I tre af fællesskaberne er det fælles tredje en aktivitet, som har vist sig at være en stærk fælles interesse blandt de deltagende unge. Det gælder musikfællesskabet i Turning Tables, Fodboldfællesskabet og Følgepraktikken med Ungdommens Røde Kors.

De unge, der kommer i Turning Tables er, eller har været, i rusmiddelbehandling i U-turn og har arbejdet med musik som en del af deres rusmiddelbehandling. De unge har derfor allerede positive oplevelser med at udtrykke sig igennem musik. Mange har oplevet, at musikken giver dem en stemme, der gør det muligt for dem at udtrykke sig på nye måder og om ting, de ikke før har kunne udtrykke. For de unge er fællesskabet i Turning Tables derfor i høj grad en mulighed for at arbejde videre med det, de brænder for, nemlig musikken. En ung fortæller:

*"Musikken er alt for mig. Den har på mange måder reddet mit liv og fået mig til at vågne op – fået mig til at leve mit liv og være taknemlig for alt det der er omkring mig. Jeg er blevet stærkere af at komme ned i studiet – blevet stærkere af at kunne komme i et unikt studie, med andre unge, der har den samme passion – vi får skabt nogle vilde ting, og det betyder alt for mig." (Ung, 19 år, musikfællesskabet)*

Muligheden for at lave musik på et højt niveau og møde andre unge, der deler den samme passion, er en vigtig del af det, fællesskabet i Turning Tables kan, og som de unge finder attraktivt.

I Fodboldfællesskabet er det fælles tredje ligeledes en aktivitet, som de unge har en stærk interesse for og erfaring med. Alligevel er det for mange af de unge kendetegnende, at de er stoppet med at spille fodbold i foreningsregi, inden de starter i Fodboldfællesskabet. En ung fortæller:

*"Jeg er stoppet med at spille i klub, efter jeg er blevet ældre. Så jeg tænkte, at det var en god mulighed for at få spillet noget bold igen, det er nok noget af det jeg elsker allermost i verden." (Ung, 21 år, Fodboldfællesskabet)*

De fleste af de unge beskriver, at de er stoppet med at spille i klub i 15-16års alderen, fordi skole og det almindelige teenageliv virkede uforeneligt med at spille fodbold flere gange om ugen. For dem er Fodboldfællesskabet attraktivt, fordi det giver mulighed for at spille fodbold under nogle rammer, som er forenelige med livet uden for banen og med at se deres venner. For de unge fra Fodboldfællesskabet er netop dét at gøre noget med deres venner et attraktivt element.

For de unge, der i forbindelse med Mentoruddannelsen, har deltaget i Følgepraktikken, er det fælles tredje "mentorrollen" tilsvarende noget, de brænder for, men modsat de unge i musikfællesskabet og Fodboldfællesskabet er det i høj grad en interesse, som de opsøger, fordi de gerne vil gøre en forskel for andre udsatte unge, og fordi de føler, at de kan byde ind med noget særligt qua deres egne erfaringer. En ung fortæller:

*"For mit vedkommende er det for at kunne give en anden ung den tryghed, som jeg ikke selv har fået. Og ikke de svigt, som jeg oplevede, fra de mennesker, der ikke skulle have svigtet. At være den person, som måske kan hjælpe dem lidt på vej." (Ung, 20 år, Følgepraktikken)*

De unge fra Mentoruddannelsen beskriver alle deres ønske om at gøre en forskel for andre unge, som deres primære motivation for at opsøge Mentoruddannelsen og deltage i Følgepraktikken. Samtidig er de fleste af de unge bevidste om, at det kræver arbejde med dem selv og de ofte svære livserfaringer, de har med sig. Derfor er det sigende for fællesskabet på Mentoruddannelsen, at det fælles tredje har karakter af en proces, som de unge er sammen om. En proces hvor de sammen arbejder sig henimod at kunne hjælpe andre.

De unge fra Mentoruddannelsen oplever at kunne bruge deres erfaringer og kompetencer overfor andre unge. I et interview foretaget et år efter de unge afsluttede mentoruddannelsen 2020, fortæller en ung, hvordan den gode energi, hun oplever ved at hjælpe andre unge, stadig gør rollen som frivillig attraktiv for hende. Hun siger:

*"Når jeg kommer der om tirsdagen (i en pigeklub i et udsat boligkvarter, red.), så får jeg en ro, når jeg går derfra. Der er noget, der bliver fyldt op i mig, der plejer at være tomt. Jeg bliver fyldt op af en god energi og gode vibes. Det er fedt at komme ud til pigerne, de er så hjælpsomme og søde, og de er også glade for at se os. Det har jo også en betydning, at man ved, at man er velkommen, og at de kan lide en. Det var også derfor, at jeg havde lyst til at fortsætte med at være frivillig. Det var absolut pga. pigerne." (Ung, 21 år, Følgepraktik)*

Hun oplever at gøre en forskel for de unge i pigeklubben, men også at rollen som frivillig gør noget godt for hende selv.

### Tryghed og genkendelighed

I både havefællesskabet Flavourskabet og træningsfællesskabet Fald Fremad har det været en udfordring at rekruttere unge fra den primære målgruppe. I begge fællesskaber udgør det fælles

tredje noget, der vækker nysgerrighed hos de unge. En ung fortæller om sin deltagelse i Fald Fremad:

*"Jeg tror, at de fleste, der hører om faldteknik tænker sådan "What? Det har jeg aldrig hørt om". Men jeg synes også, at det lød meget fedt, så jeg tænkte bare, at det skal jeg helt sikkert prøve." (Ung, 21 år, Fald Fremad)*

For den unge er fysisk træning en interesse, som hun dyrker i forskellige sammenhænge, men selve faldteknikken, som forløbet handler om, er ukendt for hende. De to interviewede unge fra Fald Fremad beskriver begge, at forløbet vakte deres nysgerrighed, fordi det var mærkeligt og en speciel ting, som de ikke vidste hvad de skulle forvente sig af.

I havefællesskabet er det forskelligt om de unge har en forudgående interesse for det grønne og havedyrkning; nogle har gode erfaringer med at passe pottedplanter derhjemme, andre interesserer sig for madlavning og vil gerne lære mere om dyrkning, og nogle har bare hørt, at der er hyggeligt i byhaven. En ung fortæller om, hvorfor hun kommer i byhaven:

*"Det var egentligt bare fordi, at jeg har brug for nogle sociale relationer og noget andet ud over arbejde. Og så var jeg lige begyndt at plante derhjemme, og så synes jeg, at det var fedt at gøre det noget mere og lære noget om det. (Ung, 21 år, Flavourskabet)*

Den unge her har en spirende interesse for planter, men for hende er det primært mødet med andre unge, der gør Flavourskabet attraktivt.

Selvom de unge, der er mødt op i Flavoruskabet og Fald Fremad har været nysgerrige på aktiviteten, lader det til, at udfordringerne med at rekruttere unge, hænger sammen med, at det fælles tredje ikke rammer en forudgående interesse hos en større gruppe af unge. Ved opstart af den anden byhavesæson i 2021, blev der gjort en ekstra indsats for at rekruttere flere unge fra U-turn til byhaven. Det skete dels ved at synliggøre og afmystificere havefællesskabet i U-turn (igennem pyntede vindueskarme, aktivitetskalender og opslag på sociale medier) og dels ved at skabe struktur og forudsigelighed på havedagene (vanding, aktivitet, madlavning og spisning). Det ses, at det i anden sæson lykkedes at rekruttere dobbelt så mange unge fra U-turn, og at de unge deltog til flere havedage, sammenlignet med første sæson. Det tyder på, at tryk, genkendelighed samt løbende fokus på at introducere de unge i U-turn til tilbuddet fra medarbejdernes side har betydning for de unges deltagelse.

Netop opbakningen fra medarbejderne og fællesskabernes tilknytning til BROFI-institutionernes daglige praksis lader til at have betydning for rekrutteringen af unge i den primære målgruppe. I Fald Fremad gik den koordinerende medarbejder på barsel under opstarten af fællesskabet, og bindeleddet mellem projektgruppen i Et Sundt Ungeliv, medarbejderne og de unge på de mange afdelinger i Hybelinstitutionerne gik tabt. Trods flere informationsmøder omkring Fald Fremad, lykkedes det kun at rekruttere en enkelt ung fra primærmålgruppen, en ung som havde en forudgående interesse for at bruge kroppen. På tværs af fællesskaber ses det, at koblingen mellem frontmedarbejdere og fællesskabernes aktiviteter har stor betydning for rekrutteringen af unge.

### Det fælles tredje som et fælles behov

I det sidste fællesskab, Torsdagscaféen, er det fælles tredje *overgangen til voksenlivet*. Her er det

kendetegnende, at de unge blandt andet kommer, fordi de har et behov for hjælp til nogle konkrete problemer, der opstår i overgangen til voksenlivet, og som de ikke oplever at kunne få andre steder. De unge laver også mad i caféen, og derfor er der altid et hjemmelavet måltid til dem der kommer. En ung fortæller om, hvordan det er at komme i Torsdagscaféen:

*"Det er rart. Man føler sig som en del af et fællesskab. Fx hvis man ikke føler sig tryk ved at være derhjemme eller man ikke rigtig har nogen at komme til, hvis man har et problem, så kan man jo altid komme her. For både ens venner er her, også de voksne, som er her til at hjælpe dig. Det gør en virkelig glad at være en del af fællesskabet"* (Ung, 18 år, Torsdagscaféen)

De interviewede unge siger alle, at deres tilknytning til stedet og tillid til medarbejderne er en vigtig årsag til, at de kommer i Torsdagscaféen. Det gælder både for de unge, der havde en relation til De Unges Hus fra før de fyldte 18 år og for de unge, der begyndte at komme i Torsdagscaféen efter de fyldte 18 år, fordi de havde hørt fra deres venner, at det er et godt sted at komme.

Det ses i flere af fællesskaberne, at det er attraktivt for de unge at blive en del af fællesskabet, når de hører om aktiviteten gennem venner og kan deltage samme med dem.

### Et frirum

Et af de gennemgående elementer på tværs af fællesskaberne er, at de unge finder fællesskaberne attraktive, fordi det giver dem et frirum. De unge fra den primære målgruppe har ofte mange oplevelser med sig, hvor de ikke har kunne honorere de krav, som deres omgivelser stiller til dem. Det kan være krav og forventninger til fx adfærd på skolen eller i fodboldklubben, fra sagsbehandlere eller de unges familie.

#### *Et frirum til at være sig selv*

I Torsdagscaféen fortæller en medarbejder, at de fysiske rammer som adgang til toilet, mad, spejl, oplader og en sofa, er remedier, som mange af de unge ikke har let adgang til i deres ofte kaotiske liv. Netop dette er en vigtig forudsætning for, at de unge kan slappe af og bruge stedet til et frirum. En af de unge fortæller:

*"Vi kan faktisk lave det, vi har lyst til hernede, der er jo plads til alt. Hvis vi vil danse eller høre musik, kan vi bare være herinde (i spejlsalen), hvis vi vil lave mad, kan vi være derude (i køkkenet), hvis vi vil tage en lur, kan vi også det. Der er plads til det, du føler for den dag. Man føler sig ikke bundet af noget. Det er også det, der er så rart, altså at de ikke har nogen forventning til en hernede. Du kan ligesom være fri og gøre det, du føler for, uden at føle at nogen kigger dårligt på dig."* (Ung, 19 år, Torsdagscaféen)

For de unge er det vigtigt, at det er et hyggeligt sted at komme og et frirum, hvor de kan slappe af og gøre det, de har lyst til. Torsdagscaféen er lige så meget et attraktivt tilbud for dem, fordi de kan være sammen med andre unge, hygge sig og slappe af, som det er et sted, hvor de kan få rådgivning og tale med voksne.

Netop *hygge* er et ord, som går igen på tværs af fællesskaberne, når de unge skal sætte ord på, hvad fællesskaberne kan og betyder for dem. De unge fortæller fx at de hygger sig og har det sjovt i omklædningsrummet til fodbold, når de samles om musikken i Turning Tables, og når de spiller et

spil eller mødes om det fælles måltid i Flavourskabet. Hygge er et vigtigt element, der giver de unge glæde, energi og en lyst til at blive ved med at være en del fællesskabet.

Et andet vigtigt element, som fremhæves af de unge på tværs af fællesskaberne, er *medarbejderne*. De unge synes, det er vigtigt med rolige voksne, som det er hyggeligt at være sammen med, som er interesserede i dem, og som er der, hvis man har brug for dem. I flere af aktiviteterne har medarbejdere fra BROFI deltaget, men i videst mulig udstrækning som deltagere frem for tilskuere eller autoriteter. Fx spiller medarbejdere med på fodboldholdene i Fodboldfællesskabet, og medarbejdere fra U-turn var med til at bære jord og bygge bede i etablering af byhaven. De unge fortæller, at det er trygt når der er voksne, de kender og kan gå til, og at de er gode til at sikre en god stemning. I andre aktiviteter har medarbejderne været med i opstartsfasen fx i musikfællesskabet i Turning Tables og Følgepraktikken i Ungdommens Røde Kors. Her er erfaringerne, at medarbejderne kan trække sig, når der er etableret en god kontakt mellem de unge og den eksterne aktør. I disse tilfælde oplever medarbejderne, at der er flere til at hjælpe den unge i en positiv udvikling med færre medarbejderressourcer.

### Delkonklusion

Et Sundt Ungeliv lykkedes med at få en høj andel unge i socialt udsatte positioner til at deltage i sundhedsfremmende fællesskaber. På tværs af fællesskaber gælder det, at det fremmer de unges interesse for deltagelse og fastholdelse, *når det fælles tredje er en forudgående interesse, når de kan være sammen med deres venner og lære nye mennesker at kende, når de hører om fællesskabet fra venner, når der er plads til hygge, når de kan være sig selv, når de oplever trygge rammer, og når der er voksne omkring dem, som vil dem "rigtigt" og som tager del i aktiviteterne på lige fod med de unge.*

Det er i høj grad lykkedes at motivere og fastholde de unge i musikfællesskabet, i Følgepraktikken, i Fodboldfællesskabet og i Torsdagscaféen. Der har dog også været udfordringer forbundet med at rekruttere unge til nogle af fællesskaberne. I Flavourskabet er det med en ekstra indsats med tiden lykkedes at rekruttere flere unge fra den primære målgruppe, men fastholdelsen af de unge i fællesskabet er fortsat et fokusområde. I Fald Fremad lykkedes det ikke at rekruttere nok unge. Det ses, at det er en barriere for de unges deltagelse når; *det fælles tredje/aktiviteten ikke rammer en bred nok interesse eller behov hos målgruppen, når medarbejderne ikke er aktive i rekrutteringen af unge, og når aktiviteten ikke er koblet til medarbejdere og/eller institutionens praksis.*

Det er afgørende at være opmærksom på dette, da det først er, når de unge finder fællesskaberne attraktive nok, at der er grundlag for at forbedre deres sundhed i projektet.

## Del 2. Afprøvning af mødet mellem primær og sekundær målgruppe

Det er udgangspunktet for modellen for Et Sundt Ungeliv, at unge fra den primære målgruppe skal møde unge fra den sekundære målgruppe i de seks ungefællesskaber. Det har været en antagelse i projektet, at mødet mellem de to målgrupper kan give de unge fra den primære målgruppe nye perspektiver på fremtidsmuligheder, spejling og på sigt fordre social mobilitet.

I to af de seks ungefællesskaber, Følgepraktikken og Flavourskabet, er det lykkedes at rekruttere det ønskede antal frivillige unge fra den sekundære målgruppe, mens det ikke er lykkedes i de øvrige fire



fællesskaber. Det forhold at projektet kun i begrænset omfang er lykket med at blande den primære og sekundære målgruppe i ungefællesskaberne, giver et spinkelt grundlag til at afdække virkningen af dette element i samskabelsesmodellen. En af de primære årsager til, at det ikke er lykket at blande de to målgrupper er restriktionerne som følge af COVID-19, fordi forsamlingsforbud og afstandskrav gjorde det umuligt at samle mange unge på de pågældende lokationer. Allerede inden restriktionerne satte sit præg på projektet, oplevede projektgruppen dog udfordringer med at rekruttere unge, og det er derfor relevant at inddrage disse erfaringer i evalueringen. De næste afsnit omhandler rekrutteringen af frivillige fra den sekundære målgruppe og de erfaringer, det lykkedes at få med blandede ungegrupper.

### **Svært at rekruttere unge fra den sekundære målgruppe**

Det er erfaringen, at det kan være svært at rekruttere ressourcestærke unge til projektet. I Torsdagscaféen er det forsøgt at rekruttere frivillige unge fra forskellige uddannelsesretninger. For at øge sandsynligheden for, at de unge kunne identificere sig med de frivillige samt bedre kunne lade sig inspirere positivt ift. uddannelses- og jobmuligheder, har rekrutteringen i første omgang været målrettet unge på erhvervsuddannelser og kortere uddannelser. Derudover er der foretaget åben rekruttering med opslag på [www.frivilligjob.dk](http://www.frivilligjob.dk), Facebook og instagram.

Erfaringerne viser, at der er stor interesse og velvillighed fra uddannelsesinstitutionerne, men at ingen unge fra erhvervsuddannelserne henvendte sig. Det kan skyldes flere årsager; at unge ikke ønskede at engagere sig i nye fællesskaber pga. COVID-19, at unge på erhvervsuddannelser har lange perioder med praktik på arbejdspladser, hvorfor rekruttering ikke skal foregå gennem uddannelsesinstitutionerne og sidst; at det er forsøgt at rekruttere en målgruppe, der ikke normalt er repræsenteret som frivillige på socialområdet. Undersøgelser viser, at frivillige, der engagerer sig på socialområdet overvejende, er kvinder og i aldersgruppen 30-39 år (Center for Frivilligt Socialt Arbejde 2018). Det stemmer overens med, at særligt kvinder over 25 år, som studerer på mellemlange uddannelser som fx socialrådgiver og pædagog har meldt sig som frivillige i projektet. Udfordringen med at rekruttere unge fra de relevante uddannelser har sammen med COVID-19-situationen betydet, at det har været vanskeligt at få erfaringer med, om Torsdagscaféen er en relevant arena for at skabe positive ungemøder mellem unge i socialt udsatte positioner og ressourcestærke unge fra relevante uddannelser.

Både på den planlagte træneruddannelse i Fodboldfællesskabet og i Fald Fremad var det aftalt, at rekrutteringen af unge fra den sekundære målgruppe skulle varetages af de eksterne almene aktører, hhv. Bold I Byen og Kulturhuset KU.BE. Begge aktører blev lukket ned som følge af COVID-19, hvilket i første omgang betød, at træneruddannelsen og forløbet i Fald Fremad blev udskudt. Træneruddannelsen blev siden aflyst, da det ikke lykkedes at genetablere samarbejdet med Bold i Byen. Fald Fremad blev gennemført, men uden frivillige unge fra KU.BEs kulturspiner-program, da COVID-19 forhindrede KU.BE i at rekruttere unge.

### **Et møde mellem ligesindede**

Flavourskabet er et af de fællesskaber, hvor det er lykket at få en gruppe af frivillige unge tilknyttet. De frivillige i byhaven er primært unge, der enten selv har været i behandling i U-turn eller unge, der har hørt om eller kender nogen, der har været i behandling i U-turn. I byhaven er det derudover kendetegnende, at flere af de frivillige har forskellige sociale udfordringer. For dem var Flavourskabet også attraktivt, fordi de fandt en tryghed i, at fællesskabet var tilknyttet en institution,

der arbejder med udsatte unge. Til trods for dette ses det, at møderne mellem unge, der tidligere har været i behandling i U-turn og unge, der aktuelt eller netop har afsluttet deres behandling kan noget særligt. I flere af de andre fællesskaber ses tilsvarende gode erfaringer med 'peer-to-peer' inspirerede møder. Peer-to-peer tilgangen hviler på, at møder mellem mennesker i udsatte positioner og mennesker, der har tidligere erfaringer fra en udsat position, kan skabe positiv forandring for førstnævnte (VIVE 2019:8). I både musikfællesskabet i Turning Tables og i Torsdagscaféen er der, som i byhaven, gode erfaringer med at lade unge, der tidligere har været i en udsat position, fungere som frivillige i aktiviteterne. Fordelen ved at lade disse unge indgå i fællesskaberne er dels, at de ofte indgår naturligt i fællesskaberne, og at de kan engagere sig som positive rollemodeller. Derudover er det erfaringen, at disse unge ofte er lette at rekruttere, og aktiviteten kan for dem være en god træningsbane før brobygning til almensamfundet.

Det opleves desuden, at der på tværs af fællesskaberne opstår ungemøder mellem unge, der i projektet defineres som den primære målgruppe, men som undervejs i projektet indtager nye roller, fx når "gamle" unge, der har været en del af fællesskabet i længere tid, fungerer som kulturbærere for fællesskabet og tager imod nye unge. Der kan altså også opstå ungemøder mellem unge med forskellige ressourceniveauer, selvom de i projektet afgrænses til at høre under den primære målgruppe. Dette ses fx i Fodboldprojektet, som qua den åbne rekrutteringsform blandt unge fra gaden i udsatte boligområder, rummer unge med forskellige ressourceniveauer (fx er flere af de unge under uddannelse eller arbejde).

### **Når det fælles tredje skaber ligeværdige møder mellem unge med forskellige ressourceniveauer**

I Følgepraktikken er det lykket at rekruttere unge fra den sekundære målgruppe i det ønskede omfang. I dette fællesskab har Ungdommens Røde Kors varetager rekrutteringen af frivillige unge i alderen 18-25 år. Hos Ungdommens Røde Kors oplever de, at de unge fra Mentoruddannelsen i kraft af deres erfaringer kan noget helt særligt i mødet med de udsatte børn og unge, som bruger deres frivilligt tilbud, og de frivillige unge oplever, at de kan lære noget af de unge fra Mentoruddannelsen. De unge fra Mentoruddannelsen beskriver samstemmigt mødet med de frivillige som en god oplevelse. De oplever at kunne bidrage med noget særligt, qua deres erfaringer, og de oplever at blive taget godt imod af de frivillige. En af dem fortæller:

*"De har ikke haft den der "de er nye, nu skal vi vise dem". De var imødekomme og nysgerrige, så vi var lige så meget en del af det som dem. Det er dejligt, for så får man lyst til at komme igen, når man ved, at det er sådanne mennesker, der er der." (Ung, 21 år, Følgepraktikken)*

Den unge har oplevet at være en del af frivilligruppen i Ungdommens Røde Kors på lige fod med de andre frivillige. Hun fortæller, at dette har motiveret hende til at gennemføre følgepraktikken og siden til at forsætte som frivillig i regi af Ungdommens Røde Kors. Den unges møde med de frivillige er et godt eksempel på, at det fælles tredje faktisk skaber grobund for mere ligeværdige møder mellem unge med forskellige ressourceniveauer. Det er også en af årsagerne til at medarbejderne i De Unges Hus er så begejstrede for Følgepraktikken.

*"Mange af vores unge møder jo andre unge i skolen eller til fest, men det at møde en gruppe unge som gerne vil dem, og hvor der er et fælles tredje, det kan virkelig noget. Det er noget positivt de mødes om, og det har et højere formål. Det gør, at de møder*

*hinanden på en anden måde. De møder hinanden med større respekt og åbenhed. De unge, der er på Mentoruddannelsen, vil typisk være på vagt i nye sociale sammenhænge. De scanner altid omgivelserne, og der går tid før de åbner sig op. Det at møde nogen, der kun vil dem noget godt, er med til at skubbe dem i en retning, hvor de har mere tillid til andre mennesker” (socialpædagog, De Unges hus)*

Fra medarbejdernes perspektiv skaber Følgepraktikken og de positive møder med frivillige fra Ungdommens Røde Kors en mulighed for, at de unge fra Mentoruddannelsen kan opbygge mere tillid til andre mennesker. Tillid til andre mennesker, eller mangel derpå, er nært knyttet til den sociale situation mennesker befinder sig i, og derfor er det kendetegnende, at mennesker i udsatte positioner ofte har mindre tillid til andre (Henriksen og Skjøtt-Larsen 2011:275). Tillid til andre mennesker, er en vigtig forudsætning for at kunne indgå i bæredygtige sociale relationer og har derfor stor betydning for menneskers psykiske og sociale sundhed. De unges evne til at opleve og udvise tillid har derfor også stor betydning for deres evne til at træde ind i nye typer af fællesskaber.

### **Delkonklusion**

I Et Sundt Ungeliv har der været forskellige udfordringer med at rekruttere unge fra den sekundære målgruppe til ungefællesskaberne. COVID-19 har haft stor betydning for disse udfordringer, både internt i Et Sundt Ungeliv, men også blandt de eksterne samarbejdspartnere. Projektet bidrager derfor i mindre grad end ønsket med viden om denne del af samskabelsesmodellens potentiale. I de fællesskaber, hvor det er lykkedes at afprøve mødet mellem unge med forskellige ressourceniveauer ses det, at det lykkes at skabe ligeværdige møder mellem unge, hvilket kan have positiv betydning for de unges ageren i andre sammenhænge. Det er desuden erfaringen, at unge, der tidligere har været i en udsat position, har væsentlige ressourcer, de kan bringe i spil i mødet med unge i en udsat position. De indgår fx naturligt i fællesskaberne og kan engagere sig som positive rollemodeller. Derudover er det erfaringen, at disse unge ofte er lette at rekruttere, og aktiviteten kan for dem være en god træningsbane før brobygning til almensamfundet.

## **Del 3. Samskabelse, brugerinddragelse og ejerskab**

Del 3 har fokus på samskabelseselementet i fællesskaberne, herunder de unges motivation og muligheder for at deltage, udvikle og tage ejerskab i de sundhedsfremmende fællesskaber. Afsnittet er bygget op om centrale nedslag i de enkelte fællesskabers udviklingsproces og belyser desuden de tiltag, der er taget for at fremme engagement og ejerskab blandt de unge.

Det er et udgangspunkt for Et Sundt Ungelivs samskabelsesmodel, at unge fra den primære målgruppe inddrages i den indledende udviklingsproces af fællesskaberne. Læringen fra vidensindsamlingen blandt unge i 2018-2019 var dog, at det var en udfordring at involvere de unge for tidligt i processen. På baggrund af dette, skiftede projektet fokus i den helt indledende udviklingsproces fra ungeinddragelse til medarbejderinddragelse. Medarbejdernes kendskab til de unge og det enkelte sociale tilbuds driftsmål blev derfor afgørende for udviklingen af de seks fællesskaber. Undervejs i etableringen af ungefællesskaberne har ungeinddragelsen dog fortsat været et vigtigt omdrejningspunkt, ligesom de unge har været en aktiv del af den løbende udvikling

af fællesskaberne. Dette understøttes af spørgeskemaundersøgelsen, der viser, at 78 % af de adspurgte unge føler, at de i høj eller nogen grad har haft indflydelse på de aktiviteter, de har lavet.

### Fra (for) høje ambitioner til egentligt ejerskab i Torsdagscaféen

Da Torsdagscaféen startede, var det i tråd med projektets samskabelsesmodel forestillingen, at de unge skulle være med til at definere, hvordan dette tilbud til udsatte unge omkring det 18. år skulle udformes. Det viste sig hurtigt vanskeligt at få de unge til at indgå i selve idéudviklingen, og derfor blev det medarbejdernes idé om en café med et ungestyret folkekøkken, der blev forsøgt realiseret. Denne idé blev imidlertid hurtigt udfordret. En medarbejder fortæller om processen:

*"Vores idé dengang var at få en gruppe af unge til at lave det her folkekøkken. De skulle være med til at lave mad, få fat i frivillige og ligesom koordinere det hele. Da måtte vi bare sande, at der ikke var nogen af dem, der ville være med til at lave mad. Derfor var vi (personalet) nødt til at lave maden i starten. Vi tænkte, at vi skulle have noget at lokke med, men så blev det jo også bare en vane. Så det der med ungeinddragelse, det gik jo fløjten."* (Socialpædagog, Torsdagscaféen)

Selvom de unge fortsatte med at møde op, fordrede Torsdagscaféen ikke, at de unge tog ejerskab for aktiviteterne i caféen. Medarbejderne besluttede at ændre tilgangen til de unge. En medarbejder fortæller:

*"Vi lavede nogle justeringer og besluttede, at nu sætter vi os bare, og så må vi se, hvad der sker. Da vi trådte tilbage, så fik nogle andre plads. Når man som ny ung ser, at to andre unge går hen og handler og bidrager til fællesskabet, så bliver det tydeligt, at det har en værdi. Så sker der en bevægelse. De nye føler sig lidt frem, hvordan reagerer de andre og så lige pludseligt, så springer de til. Så får de handlet og stablet et arrangement på benene med mad til alle."* (Socialpædagog, Torsdagscaféen)

Processen har givet vigtig læring for medarbejderne om, hvad der skal til for at få de unge til at tage ejerskab i Torsdagscaféen. De unge beskriver tilsvarende, at det har stor betydning, at medarbejderne viser dem tillid og tror på, at de kan selv. En ung fortæller:

*"Det giver en tryghed. Man føler, at det er nogle mennesker man kan stole på, og de kan også stole på mig. Også bare det med, at de lader en handle osv. – det viser også bare at de stoler på os, at vi har ansvaret for det. De lærer os at være lidt voksne. Jeg synes, det giver en tryghed."* (Ung, 19 år, Torsdagscaféen)

Gensidig tillid er et vigtigt fundament for den udvikling, der er sket i Torsdagscaféen. I interviewene med de unge, er tillid til medarbejderne i Torsdagscaféen en gennemgående tematik. For selvom det nu i meget høj grad er de unge selv, der står for Torsdagscaféens fælles måltid, så er medarbejderne til stede, og det er ifølge de unge helt afgørende for, at de kan tage det ansvar, det kræver af dem, når der skal handles ind, laves mad eller løses konflikter.

Det er ikke kun i køkkenet i Torsdagscaféen, at de unge nu tager ansvar. Medarbejderne fortæller tilsvarende, at det er lykket at opbygge en kultur, hvor de unge løbende 'oplærer' hinanden og

nytilkomne unge i, hvordan man opfører sig i Torsdagscaféen. De unge bliver i den forstand kulturbærer for en sund og respektfuld kultur i Torsdagscaféen. En medarbejder fortæller:

*"Noget af det jeg synes har været helt vildt ved at vende tilbage (fra barsel), det er den der selvforvaltning, de formår nu. Altså når der er konflikter nu, så løser de det selv. Ofte er det sådan, at den person, som i et meget styret pædagogisk tilbud havde fået karantæne, ender med at give sig selv karantæne. De går selv ud ad døren og ved, at det ikke var helt godt. De lærer ligesom at tilpasse sig fællesskabet. Det er jo ikke fordi vi ikke gør noget, men der er ligesom nogle kulturbærere og en kultur her, som gør, at de i situationen klarer den selv. I det her grupperum er der noget magi." (Socialpædagog, Torsdagscaféen)*

Flere af de unge beskriver netop dét med en fredelig konfliktløsning unge imellem som noget helt særligt. En ung fortæller, at hun i skolen og andre steder plejede "at blive revet væk" og siger, at "her er vi meget bedre til selv at løse det på en meget bedre måde."

Både de unge og medarbejderne oplever, at det har en stor værdi for Torsdagscaféen og for de unge, at det er de unge selv, der går forrest, når det gælder om at sikre, at Torsdagscaféen er et rart sted for alle at komme.

### **Fra principper om nul-tolerance til kulturbærer på fodboldbanen**

I Fodboldfællesskabet er der ligeledes gode erfaringer med, at de unge tager ejerskab for kulturen omkring adfærd og opførsel både på og udenfor fodboldbanen. Det kommer fx til udtryk, når der er udskiftning på holdene, og nye unge kommer til. Her oplever medarbejderne, at de "gamle unge" bærer kulturen videre.

*"Selvom vi har fået et helt nyt hold med kun en enkelt gammel ung, så har han ene mand nærmest været ligesom en pædagog. Han har været god til at bære kulturen videre og fortælle de unge hvordan man gør "det er sådan her vi gør" osv. Det var "wow". Det har virket, vi kan bare læne os tilbage og se på. Det her fodboldhold kører bare sig selv. Så har der også været andre, hvor det ikke har virket lige så godt, der har så vi hjulpet til." (Gadeplansmedarbejder, Københavnerteamet)*

Det var ikke givet, at de unge i Fodboldfællesskabet ville tage ejerskab for den del, der handlede om nul-tolerance overfor vold. Det var nemlig medarbejderne i Københavnerteamet, der så et behov for at arbejde med de unges opførsel på og udenfor fodboldbanen. Medarbejderne oplever, at mange af de unge har udfordringer med deres temperament, som fx kommer til udtryk på fodboldbanen ved at "de unge altid har en kommentar eller bliver sure, når de bliver tacklet." Fodboldfællesskabet har i lighed med flere af de andre fællesskaber måtte sande, at selvom det ikke er svært at finde unge, der gerne vil deltage, så tager det tid at få de unge til at tage ejerskab for aktiviteterne og kulturen på banen.

En af de tilgange, som medarbejderne har brugt i Fodboldfællesskabet er at skabe en flad struktur på holdene for herigennem at fordre de unges engagement og medbestemmelse. En medarbejder fortæller, at det kun er lykkes, fordi der er skabt et trygt fællesskab, hvor de unge tør vise følelser, prøve nye ting af og give udtryk for, hvad de mener. Medarbejderne forsøger så vidt

muligt at imødekomme de unges forslag. På de unges opfordring er der derfor blevet arrangeret en ugentlig åben træning, lavet ændringer i holdopstillingerne og lavet interne holdregler, fx at man ikke starter inde, hvis man kommer for sent. De vide rammer for medindflydelse har imidlertid været tæt fulgt op af et vedholdende fokus på nul-tolerancen overfor vold og den gode opførsel på banen. En medarbejder siger om tilgangen: *"Det er blevet italesat, og italesat og italesat" og "helt konkret så tager vi dem ud med det samme, hvis der opstår noget på banen."*

De to hold spiller kampe i turneringen under Dansk Firmaidræt. Dette valg understøtter ligeledes et ønske om at sætte fokus på, at adfærden på banen kan få betydning i andre sammenhænge, fx i mødet med en potentiel arbejdsgiver. Af besvarelsene fra spørgeskemaundersøgelsen ses det, at 11 ud af 18 unge fra Fodboldfællesskabet i høj eller nogen grad tænker over, at en modspiller i turneringen kan blive deres chef. Det vidner om, at tilgangen har været virkningsfuld for de unge.

Medarbejderne fortæller også, at det nogle gange kan være nødvendigt med en mere håndholdt støtte, og medarbejderne spiller derfor til tider selv med i kampene, hvor de kan være helt tæt på potentielle konfliktsituationer. Ligeledes er de opmærksomme på at få snakket med de unge hurtigt, hvis der opstår tilspidsede situationer.

*Vi spiller selv med i kampene nogle gange. Hvis han (en ung) er venstre kant, så er jeg venstre back lige bag ham. I starten sagde han "jeg har forstået det, vi behøver ikke snakke om det", men vi italesatte det alligevel hele tiden, at vold er no go. Han endte med at være den, der var helt rolig og gik over til de andre og sagde "tag det roligt" (Gadeplansmedarbejder, Fodboldfællesskabet)*

De unge fra Fodboldfællesskabet genkender, at der er sket en stor udvikling i adfærden på fodboldbanen. Flere af dem fortæller desuden, at det øgede fokus på adfærd på fodboldholdene også har hjulpet i hverdagssituationer. En ung fortæller:

*I starten blev jeg fucking sur, når jeg spillede fodbold. Hvis der var en, der sparkede mig, så blev jeg bare total dum og sparkede igen, og ja "fuck dig". Men i forhold til det med mit temperament, så er jeg blevet meget bedre. Jeg er blevet mere nede på jorden, ikke kun inde på banen, men også sådan der ude for banen ikke? (Ung, 23 år, Fodboldfællesskabet)*

Han nævner desuden konkrete eksempler i skolen, hvor han har kunne håndtere situationer, der tidligere ville have gjort ham vred, på en god og fredelig måde.

I Fodboldfællesskabet ses en bevægelse, hvor de unge går fra at være deltagere til at være kulturbærer for den gode opførsel på banen. Erfaringerne fra Fodboldfællesskabet viser, ligesom det ses i Torsdagscaféen, at selvom de unge ikke opsøger fællesskaberne for at lære om sociale spilleregler, så skaber fællesskaberne en unik træningsplatform for at rykke de unge tættere på almensamfundets fællesskaber og normer.

### Fra færdig prydhave til grøntspisende fællesskab

Idéen til et havefællesskab blev født som et Coronavenligt fællesskab blandt nogle medarbejdere i U-turn. Flere af de unge var med til at etablere selve byhaven i fællesskab med medarbejdere og

den eksterne aktør TagTomat. Plantekasserne blev samlet, jord blev lagt i bedene, frø sået og planter plantet i jorden. De unge fik til opgave at finde på et navn til haven, og i fællesskab kom de frem til 'Flavourskabet - Den Unge Byhave'. "Flavour" fordi de i byhaven skulle smage på hjemmedyrkede grønsager og spiselige blomster og "skabet", fordi fællesskabet er kernen i byhaven.

I den første havesæson var det primært en gruppe frivillige unge, der engagerede sig i byhaven regelmæssigt, mens relativt få unge tilknyttet U-turn kom i byhaven mere end en enkelt gang. I byhavens anden sæson blev ungeinddragelsen en førsteprioritet, og byhavens unge blev inddraget fra den helt indledende planlægning. De unge ønskede sig flere spiselige afgrøder og mindre "pryd", og så skulle madlavning med afgrøder fra haven være omdrejningspunktet på havedagene. På de unges ønske blev det fælles tredje i byhaven derfor udvidet til også at være madlavning med afgrøder fra haven. Derudover har de unge haft medbestemmelse på aktiviteterne i byhaven. Der er fx blevet bygget en skraldespand til haven, der er malet skilte og stencils på havens inventar, flettet hængepotter og lavet personlige 'totempæle'. De unge har undervejs været en aktiv del af idéudviklingen, og de har både idéer og ambitioner for haven og dens potentiale. En ung fortæller:

*"Jeg bliver ved, og jeg har også masser af nye idéer til haven. Det kunne være fedt, hvis vi kunne hænge noget kunst op på bagvæggen, og i det hele taget gøre haven til et sted, der fremmer unge, kreative mennesker."* (Frivillig ung, 27 år, Flavourskabet)

Særligt hos de frivillige unge ses en stor ansvarsfølelse i forhold til også at få de mere praktiske ting omkring havefællesskabet til at fungere; de deltager i planlægningen af havedagene, fordeler lørdags "vandvagter" imellem sig i de tørre perioder, ligesom de aktivt melder sig til at transportere materiale til haven og forberede elementer til madlavningen hjemmefra. En frivillig fortæller:

*"Altså det er jo det at være en del af et fællesskab. Når fællesskabet har det her område, så har man jo også, eller, det synes jeg i hvert fald, at jeg har, en form for ansvarssans derude. Men ikke på en dårlig måde, det er rart, og det her er noget, jeg har været med til at lave. Altså en stolt ansvarssans."* (Frivillig ung, 21 år, Flavourskabet)

De frivillige unge tog tilsvarende ejerskab i processen om at rekruttere unge fra U-turn og sørgede for at tage godt imod nye unge i byhaven. En frivillig ung holdt i den forbindelse oplæg om byhaven i U-turns forskellige behandlingsgrupper.

Erfaringerne fra byhaven viser imidlertid, at der er stor forskel på, om de unge er klar til at tage initiativ og ansvar, når de starter i byhaven. Flere af de unge fra U-turn, der først er kommet til i løbet af den anden havesæson fortæller, at det gjorde det mere overskueligt for dem at vide, at der var "styr" på det, når de kom til havedag. En ung fortæller, at det var rart for hende, at der var en "tovholder" som hun kunne gå til, hvis hun havde spørgsmål eller ikke vidste, hvad hun skulle gøre af sig selv.

Medarbejderne oplever, at måltidet i byhaven er med til at udviske, at de unge har forskellige ressourceniveauer, og at nogle tager mere ejerskab end andre. Det skyldes dels, at det skaber hygge og er et vigtigt samlingspunkt, der "binder en sløjfe på dagen" og dels, at det giver noget

fælles at arbejde hen imod, og at alle bidrager til en lille del af måltidet og dermed til fællesskabet. En medarbejder fortæller:

*Måltidet i Byhaven er så vigtigt. Det er megahygge. De unge får jo simpelthen også så meget anerkendelse både af os og af hinanden. Maden smager af en eller anden grund altid helt fantastisk. Det der med at alle bidrager med en lille del, det skaber ejerskab.*  
(Behandler, U-turn)

Erfaringerne fra byhaven viser, at nogle unge i høj grad tager ejerskab, når de får mulighed for det, men også at der er forskel på de unges overskud og tilsvarende hvor meget ansvar, de tager. Måltidet er udover at være samlingspunkt og et mål med havedagen også en fælles arbejdsproces, som udviser de forskellige ressourc niveauer unge imellem.

### De unges ambitioner fordrer ejerskab i musikfællesskabet

Samarbejdet mellem U-turn og Turning Tables udmøntede sig i første omgang i et Coronavenligt pilotforløb i digitalt format. Da det blev muligt for musikfællesskabet at mødes fysisk, blev de unge aktivt involveret i udviklingsprocessen. De unge, der havde deltaget i pilotforløbet, deltog sammen med unge fra U-turns Tænk tank og medarbejdere fra både U-turn og Turning Tables på en samskabende udviklingsworkshop omkring musikfællesskabet. I processen kom det blandt andet frem, at de unge ønskede at dygtiggøre sig som musikere og færdiggøre deres mange ufærdige projekter.

Hos Turning Tables er der, som i de øvrige fællesskaber sket en bevægelse, hvor de unge tager mere og mere ejerskab for fællesskabet såvel som for egne og fælles produktioner. Det ses, at fællesskabet i høj grad fordrer både kreativitet, motivation og stort ejerskab blandt de unge. En ung fortæller:

*"Jeg har haft idéer i hovedet i lang tid, og nu har jeg endelig fået en tegnestue, hvor det kan blive til noget... Jeg har sat onsdag aften af til det her, så jeg er der altid, så meget jeg kan være. Jeg er der fra de åbner, til de lukker. Uanset om jeg er inde i boksen, om jeg sidder og skriver, eller bare sidder og hygger i sofaen, der er jo enorm god stemning dernede, så det er enormt rart at være der."* (Ung, 28 år, musikfællesskabet)

For mange af de unge er musikken deres hjerteblod, et frirum og en mulighed for at fortælle sin historie. Derfor har det også stor betydning, at de unge hos Turning Tables møder en høj grad af seriøsitet omkring musikken. Medarbejderne oplever tilsvarende, at de unge har et kæmpe drive og engagement, og at det skaber en "helt vild" energi i studiet.

Medarbejderne fra Turning Tables fortæller desuden, at de undervejs i forløbet har set en stor udvikling i de unges tilgang til at producere musik. Da projektet startede, var de unges primære interesse deres egne projekter og egen udvikling, men som tiden er gået, indgår de unge samarbejder og hjælper hinanden på kryds og tværs. En ung fortæller:

*"Vi bruger hinanden til alt fra tekster til at optage videoer af hinanden, til at hjælpe hinanden og give hinanden idéer og inspiration, 100%. Men vi har også snakket om, at vi skal begynde at lave sange med hinanden."* (Ung, 21 år, musikfællesskabet)



Samskabelsesprocesserne unge imellem har været hjulpet på vej af det forhold, at tiden til solosessionerne hurtigt bliver knap i Turning Tables, fordi de unge har mange idéer og projekter. Ikke desto mindre har processerne ført til, at de unge ikke kun tager ejerskab for deres egne produkter, men i høj grad også for at få ført fælles projekter ud i livet.

### **De unge fra mentoruddannelsen vil hjælpe andre udsatte unge**

Medarbejderne på Mentoruddannelsen har i flere år drømt om, at de unge får mulighed for at afprøve mentorrollen i en af almensamfundets arenaer. I samarbejdet med Ungdommens Røde Kors har de unge haft medindflydelse på, hvilke aktiviteter de kunne afprøve mentorrollen i. Efter første forløb, har de unge desuden evalueret aktiviteterne og været medbestemmende til, hvilke aktiviteter, samarbejdet skulle fortsætte med eller udvikle sig hen mod. De unge gav undervejs i processen udtryk for, at de ønskede at hjælpe andre udsatte unge. På baggrund af feedback fra både unge fra Mentoruddannelsen og de frivillige unge, er samarbejdet udviklet med henblik på at udvælge særligt relevante frivilligaktiviteter, som appellerer til de unge på Mentoruddannelsen. Det fx blevet fravalgt at koble de unge på lektiecaféer, da mange af de unge fra Mentoruddannelsen har dårlige erfaringer med at gå i skole. Det blev prioriteret at samarbejde om aktiviteter, hvor de unge kan arbejde med børn og unge i udsatte positioner.

### **Fald Fremad - ungeinddragelse kræver unge**

I træningsfællesskabet Fald Fremad blev de unge ikke inddraget i den indledende proces, og det forhold, at det var svært at rekruttere unge til forløbet, vanskeliggjorde ungeinddragelsen forløbet igennem. Den ene unge fra primærmålgruppen, der gennemførte træningsforløbet, udviste dog stort engagement i forløbet, og hun har siden benyttet sig af muligheden for at afprøve sine kompetencer som hjælpetræner. Hun fortæller om den første gang hun var ude som hjælpetræner på et af ældresagens hold:

*“ Det var mega fedt. Der var en gammel mand, der lærte et rullefald. Det var helt vildt. (...) Jeg gik rundt imellem dem og hjalp dem. Jeg fortalte, hvad de kunne gøre anderledes, og når de gjorde noget rigtigt. Det er det, der virker bedst.” (Ung, 21 år, Fald Fremad)*

Hendes beskrivelse viser, at hun tager ejerskab og ansvar i rollen som hjælpetræner og videreformidler de kompetencer hun har fået via Fald Fremad. Det kan ses som et eksempel på, at de unge med tiden gør fællesskaberne 'til deres egne', når de får ansvar og mulighed for at indtage nye positioner.

### **Delkonklusion**

Del 3 viser, at den indledende samskabelsesproces med inddragelse af unge i udviklingen af nye fællesskaber har været en udfordring, men at de unge med tiden og de rette rammer tager medansvar og føler ejerskab for fællesskaberne. Spørgeskemaundersøgelsen viser, at størstedelen af de adspurgte unge føler, at de har haft indflydelse på de aktiviteter, de har lavet, og på tværs af fællesskaberne ses en bevægelse, hvor de unge med tiden tager mere og mere ejerskab for fællesskaberne. De unge engagerer sig og omfavner i høj grad den udvikling, de oplever i fællesskaberne. Selvom der er forskel på, hvor meget ansvar de enkelte unge tager, er det gennemgående i fællesskaberne, at de unge fungerer som kulturbærere og repræsentanter for en god og respektfuld kultur. Netop følelsen af medbestemmelse, ejerskab og ansvar understøtter projektets målsætning om, at de unge oplever motivation og muligheder for være en aktiv og

bidragende del af de sundhedsfremmende fællesskaber. Det understøtter ligeledes, at de unge får mulighed for at indtage nye positioner, udfolde deres evner og håndtere udfordringer, hvilket understøtter de unges sociale og psykiske sundhed og trivsel (Iversen et al 2002). Positionskiftet uddybes i et senere delafsnit.

## Del 4. Forandringer i de unges sundhed

I de følgende afsnit udfoldes de oplevede forandringer blandt de unge i den primære målgruppe med udgangspunkt i projektets mål om at forbedre de unges psykiske, fysiske og sociale sundhed.

### Øget psykisk sundhed og troen på egen formåen

Troen på egen formåen er en vigtig indikator på psykisk sundhed og trivsel. Blandt de unge i musikfællesskabet er det gennemgående, at de unge føler, at de bliver dygtigere af at komme i Turning Tables. Ikke kun fordi de bliver dygtigere som musikere, lærer at fordybe sig og færdiggøre deres projekter, men også fordi, de opbygger en tro på, at de er gode nok. En ung fortæller:

*“For et halvt år siden ville jeg ikke have turdet at stille mig foran et kamera og udgive min egen musik, men her i Turning Tables er jeg blevet bekræftet i, at jeg er god nok. Før slappede jeg ikke af, når jeg lavede musik, men her er der bare comfortable. Der er en helt vild god energi, og alle respekterer hinanden” (Ung, 23 år, musikfællesskabet).*

Den unge fortæller, at hun i løbet af den tid, hun har været en del af musikfællesskabet har opbygget en tro på, at hun er god nok. Det gør, at hun kan slappe af, når hun laver musik, og at hun tør ting, hun ikke tidligere turde. Det er et stort skridt for de unge at stå på en scene og fremføre deres musik foran et publikum. Hos Turning Tables er de bevidste om, at det kreative rum, de skaber for de unge, skal være trygt, hvis de unge skal udvikle sig. Igennem forløbet arbejder de samtidigt med løbende at udfordre de unge i takt med, at de udvikler sig. Derfor får de unge ikke kun erfaring med at skrive tekster, producere musik og stå på en scene. De får også erfaring med at samarbejde, optage videoer, kommunikere om deres musik via forskellige medier og i at arrangere koncerter og udstillinger. Hos U-turn oplever de, at musikfællesskabet er med til at give de unge en tro på, at ting kan lade sig gøre for dem:

*“Turning Tables kan give de unge mere af det, som vi selv gerne vil give dem. (...) De kan være med til at give dem en endnu større følelse af at kunne noget og af at blive taget seriøst. Samtidig tror jeg, at udfoldelserne i Turning Tables virker som en indirekte behandling. Jeg kan mærke, at det giver de unge selvtillid, motivation og en tro på dem selv, der også er med til at øge deres lyst til at komme til samtaler her i U-turn. De succesoplevelser, de får, giver dem en tro på, at ting godt kan lade sig gøre – også når det handler om at komme ud af et misbrug” (Behandler, U-turn)*

Medarbejderen i U-turn oplever, at de unges tro på, at de kan skabe forandring i eget liv, bliver styrket i forløbet hos Turning Tables.

I Flavourskabet er der ligeledes eksempler på unge, der oplever at de har fået viden (fx om planter, dyrkning og madlavning), som de kan bruge i andre sammenhænge. Nogle fremhæver også, at det at have en god oplevelse med at opsøge et nyt fællesskab har været betydningsfuldt for dem. En af de unge fortæller, at hendes oplevelser i havefællesskabet har haft betydning for

hendes beslutning om at flytte væk fra København. Den unge bliver her spurgt, om hendes oplevelser i byhaven har givet hende mod på at træde ind i et nyt fællesskab en anden gang, hvortil hun svarer:

*"Ja, hundrede procent. Det at jeg flyttede, var jo meget spontant. Jeg tog beslutningen fjorten dage før skolestart, og på en eller anden måde så var byhaven det sidste skub. Jeg har i lang tid tænkt, at jeg var nødt til at gøre noget helt andet, komme langt væk, og så gav det pludselig mening for mig at flytte ud på landet og se, om jeg kan finde det frirum som byhaven gav mig i byen." (ung, 21 år, Flavourskabet)*

Den unge beskriver forud for passagen, at hun i hele den første del af 2021 har røget meget hash. For hende var byhaven i første omgang et afslappende frirum og en mulighed for at øve sig i at indgå i et rusmiddelfrit fællesskab, men siden blev den "det sidste skub" til at flytte væk og starte i skole.

Også i musikfællesskabet er der skabt rammer for, at de unge kan arbejde med musikproduktion i et rusmiddelfrit fællesskab. Selvom flere af de unge er i gang med at ændre deres rusmiddelforbrug, eller måske er ude af det, er det alligevel noget, der fylder; *man danser jo hele tiden på grænsen, for jeg ved jo ikke, om jeg falder i i morgen. Jeg har min kamp, og det er ikke nemt.* (Ung, 28 år, musikfællesskabet).

I den forbindelse understreger den unge, at dét at være en del af fællesskabet i Turning Tables har stor betydning for, at han fortsat motiveres til at holde sig fri af rusmidler. Han ønsker at kunne give sig 100 %, når han arbejder med musikken, og det giver ham en glædesfølelse, når han har gjort sit bedste i musikfællesskabet. Han forklarer desuden, hvordan han har oplevet at have *mistet sine følelser og forbindelse til sig selv og sin mentale tilstand* i den periode, hvor han dagligt brugte rusmidler. Det har derfor stor betydning for hans psykiske sundhed at være fri fra rusmidlerne. Han fortæller:

*"Når du render rundt og tager stoffer, er du i en boble, men du ved det ikke selv, for det er din virkelighed, og det er dit liv. Du ved ikke, hvordan det er ikke at være på stoffer, så du indser ikke, at du har et problem. Når du stopper med at tage stoffer, så føles det som om, at himlen vælter ned over dit hoved. Du kan lige pludselig mærke nogle ting, som du ikke har kunnet mærke i lang tid, fordi du giver din krop og dine tanker lov til at strømme igennem." (Ung, 28 år, musikfællesskabet)*

Den unge forklarer, hvordan rusmidler var med til at undertrykke hans følelser, og at dét at blive rusmiddelfri og bruge sine erfaringer i tekstskrivning, har haft betydning for, at han har kunne slippe den tunge byrde af *"lort og dødvægt"*. Arbejdet med tekster har givet ham en mulighed for at bearbejde sine oplevelser og kanalisere følelser ned i et produkt. Han fortsætter:

*"Jeg har været rigtig vild. Så vild at jeg næsten døde af det. De oplevelser vil altid være en del af mig, selvom jeg tidligere har forsøgt at benægte det. Nu har jeg i stedet skrevet en tekst om det. At høre sig selv sige tingene højt gør det lettere at lukke kapitler og acceptere fortiden. Det er faktisk som at gå til psykolog. Jeg har altid været lidt inde i en boble, så*

*musikken hjælper mig også med at danne min egen identitet. Jeg har lært at kigge ind i mig selv og skrive tekster om det, som jeg har oplevet". (Ung, 28 år, musikfællesskabet)*

Ved at arbejde med musikken får den unge en følelse af, at hans oplevelser ikke har været spildt, men at der har været en mening med dem.

En anden ung fortæller, at det giver ham en følelse af glæde, at han har fået en chance for at arbejde med sin drøm. Netop dét har været en stor motivation for at komme *tilbage på sporet* efter han kom ud af fængsel. Den unge fortæller:

*"Bare tanken om, at jeg skal ned i studiet, det får min hjerne i gang, det får min hjerne til at tænke titusinder tanker, og så er det bare i gang. Det har været lidt svært at komme på sporet igen, efter jeg kom ud, fordi jeg bare har haft lyst til at fyre den af. Da jeg kom i Turning Tables var folk seriøse. Når folk er seriøse, så bliver jeg også seriøs, og bare viben og det hele, det fik mig bare i gang, og det er jeg taknemmelig for" (Ung, 21 år, musikfællesskabet)*

Netop seriøsiteten i arbejdet har betydning for alle de interviewede unge fra musikfællesskabet. De unge fortæller, at mødet med de professionelle musikere, der arbejder i Turning Tables, er vigtigt, fordi de lærer, at det kræver fordybelse og vedholdenhed at skabe god musik. De oplever at lykkes med deres projekter, og at de ansatte i Turning Tables tager dem alvorligt og anerkender dem for det, de kan. De beskriver, at det at få en stemme giver dem øget livskvalitet, selvtillid og en følelse af succes og glæde.

Også i Torsdagscaféen sætter de unge ord på en udvikling og bevægelse mod mere selvtillid og tro på sig selv. En ung fortæller, at hun har oplevet at få mere ro, fordi Torsdagscaféen giver hende rammer, der understøtter stabilitet og motivation til at arbejde med det, der er svært som fx skolen. Torsdagscaféen har desuden haft stor betydning for hendes sociale adfærd og hendes trivsel i nye fællesskaber. Hun fortæller:

*"Der var et tidspunkt, hvor jeg var meget presset og deprimeret. Jeg kunne slet ikke det der med at være social og snakke med de andre. Så kendte jeg nogen, der blev ved med at ringe og sige, at jeg skulle prøve at komme herop (i Torsdagscaféen, red.), i stedet for bare at sidde derhjemme og være deprimeret. Jeg var så asocial, men jeg har virkelig udviklet mig. Jeg kom væk fra alle de tanker og kom ud af min seng. Det hjalp mig virkelig meget. Jeg føler, at jeg er blevet en meget mere imødekommende person." (Ung, 19 år, Torsdagscaféen)*

Det ses, at det har en positiv betydning for hendes psykiske sundhed at komme i Torsdagscaféen, og at det har en afsmittende virkning i skolen og i fritiden, når hun fx møder nye mennesker. Hun har udviklet sociale færdigheder, som gør det lettere for hende at begå sig i andre sociale sammenhænge, og hun har fået det bedre psykisk. Eksemplet viser desuden, at den begrebslige opdeling mellem psykisk og social sundhed i de unges levede liv er sammenvævede og påvirker hinanden gensidigt.

Unge fra både Torsdagscaféen og Mentoruddannelsen fortæller desuden om en positiv udvikling hos dem selv, en udvikling, som har lært dem at være åbne og indgå i fællesskaber på nye måder. En ung fra Torsdagscaféen fortæller:

*"Hvis der er nogen, der siger noget, du ikke kan lide, så betyder det ikke, at du skal begynde at lave en scene og skændes med dem. Og det er ok, at andre folk ikke har den samme mening som dig, og du skal ikke hidse dig op over det. Det føler jeg, at jeg har taget med herfra. Også privat. Det er ok ikke at sige noget. Alle har ret til det, de har lyst til. Der skal være plads til alle." (Ung, 19 år Torsdagscaféen).*

Der er mange eksempler på unge, der beskriver, at fællesskaberne har haft positiv betydning for deres selvopfattelse og humør, samt at de nu tør og kan ting, de ikke tidligere turde eller troede de kunne. Dette understøttes af spørgeskemaundersøgelsen, der viser, at 87 % af de adspurgte unge svarer, at deres tid i fællesskabet har haft en meget positiv eller positiv betydning for, hvordan de har det med sig selv. Ligeledes svarer størstedelen (78 %), at deres tid i fællesskabet har haft meget positiv eller positiv betydning for deres generelle tilfredshed med livet. Der ses således, at fællesskaberne udgør læringsplatforme, hvor de unge kan tilegne sig nye kompetencer og opbygge en tro på egen formåen, og dermed en platform, som styrker de unges trivsel og psykiske og sociale sundhed.

#### **Øget social sundhed igennem mindre ensomhed og mere fællesskab**

Det er gennemgående for alle interviewene, at de unge føler sig som en del af et fællesskab, hvilket har betydning for deres sociale sundhed. Dette underbygges af spørgeskemaundersøgelsen, hvor 100 % af de 37 adspurgte unge har angivet, at de i høj eller nogen grad har følt sig som en del af et fællesskab. Derudover svarer 89 %, at de har oplevet at få nye relationer eller venner i fællesskabet. I nogle fællesskaber har der fra starten været etablerede relationer og venskaber, fx i Fodboldfællesskabet og Torsdagscaféen, hvor mange unge er kommet, fordi de har hørt om det fra deres venner. I andre tilfælde ses det, at fællesskabet har udviklet sig og med tiden skabt nye venskaber. Fx beskriver en ung fra Turning Tables, at hun er begyndt at holde af de andre, selvom de ikke kendte hinanden til en start. Fællesskabsfølelsen er også til stede, selvom der ikke nødvendigvis er konkrete venskaber og nære relationer blandt de unge. En ung fra byhaven fortæller:

*"Siden jeg blev clean har jeg ikke haft ret mange venner og derfor har jeg følt mig rigtig ensom. Så bare det der med at kunne snakke med nogle andre. Altså vi behøver jo ikke blive venner for livet, det er bare helt vildt rart at lave noget sammen med nogle andre. Det synes jeg har været helt vildt rart, når jeg har følt mig ensom og fx ikke har set nogen i en hel uge, altså ud over på arbejde og det der." (Ung, 21 år, Flavourskabet)*

Således kan fællesskabet have stor værdi, også selvom det ikke indebærer tætte relationer, fordi det er en mulighed for at bryde ud af sin ensomhed. Netop dét, at være en del af et fællesskab, forstærker de unges succesoplevelser. Både fordi de finder støtte og opbakning fra hinanden, og fordi, de oplever at have et fælles mål at arbejde hen imod. En ung fra Turning Tables fortæller:

*"Jeg er blevet stærkere af at komme ned i studiet - blevet stærkere af at kunne komme i et unikt studie, med andre unge, der har den samme passion - vi får skabt nogle vilde ting sammen, og det betyder alt for mig." (Ung, 19 år, Turning Tables)*

Fællesskabsfølelsen understøttes altså af det fælles tredje, den fælles interesse eller passion, der skaber samhørighed og dynamik i gruppen. På tværs af projekter beskriver de unge, at de "får det godt af" og oplever det som meningsfuldt, at gøre noget sammen med andre unge. Der ses således at fællesskabsfølelsen bidrager positivt til de unges sociale sundhed og trivsel.

### **Øget fysisk og psykisk sundhed igennem fysisk aktivitet, mad og afslapning**

Det gælder for samtlige fællesskaber, at unge oplever, at deres deltagelse har haft en positiv betydning på deres humør og overskud i hverdagen. Det stemmer overens med resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen, hvor 89 % af de unge svarer, at tiden i det pågældende fællesskab i høj eller nogen grad har givet dem mere overskud i hverdagen. Dette underbygger, at fællesskaberne gør noget positivt for de unges velvære og sundhed i dagligdagen.

Mange af de unge beskriver, at de ofte har svært ved at komme afsted til diverse hverdagsaktiviteter. Det kan have en række negative konsekvenser for deres sundhed generelt, herunder at de kommer til at leve et inaktivt og isoleret liv. For mange af de unge er alene dét at møde op i ungefællesskaberne derfor fremmede for deres sundhed.

I samtlige ungefællesskaber er sundhed tænkt ind i udformningen af aktiviteter. I Flavourskabet, Fald Fremad og Fodboldfællesskabet er fysisk aktivitet et omdrejningspunkt. Her ses det, at de unge finder en glæde og ro i kroppen. En ung fra Fald Fremad fortæller, at hun altid har det godt, når hun har været aktiv og social til træningen. En ung fra Fodboldfællesskabet fortæller desuden:

*"Jeg synes det er rigtig fedt, for vi kommer ud og røre os lidt, får motioneret, kommer i bedre form og kondi og sådan noget, det er også meget vigtigt. Altså at man ikke bare står på gaden og hænger ud agtigt. Men at man kommer ud og laver noget andet i stedet for. Det giver mig sådan en glæde, kan man sige. Det gør en mere glad og mere sådan rolig. Og det er meget fedt." (Ung, 22 år, Fodboldfællesskabet)*

De unge beskriver, at det påvirker deres humør positivt at være fysisk aktive, og at det giver dem velvære og ro, når de har brugt deres krop. I Flavourskabet beskriver de unge tilsvarende at turen til byhaven og de udendørs aktiviteter (bygge, plante mv.) gør dem afslappede og trætte på "den gode måde" når de kommer hjem. Nogle fremhæver selve arbejdet og berøringen med jord og planter, som det bedste, mens andre fortæller om lykkefølelser og oplevelsen af at lykkes med noget, når de ser planterne vokse fra gang til gang. Flere af de unge beskriver også, at byhaven bliver et rum fri for krav og forventninger. En fortæller om, hvad jorden og planterne kan:

*"Det er jo bare helt vildt meditativt. At få ting til at gro, men også bare det fysiske i at røre ved jorden eller en frisk plante. Det er som om, man holder pause, når man sidder der. Det er ret overskueligt. Man har en kasse jord, en squash og en plante. Der er ikke alt muligt, man skal forholde sig til, ingen krav eller noget man skal leve op til." (Ung, 21 år, Flavourskabet)*

Når de unge går i rusmiddelbehandling, oplever mange, at de skal finde nye strategier til at håndtere de krav og forventninger, der stresser dem. Det er derfor væsentligt, at de unge beskriver, at deres optagelse af jorden og planterne giver dem en følelse af at blive afkoblet fra deres tanker og stress. Som den unge ovenfor siger, holder hun en "pause", når hun er i haven.

Samtlige unge fra Flavourskabet fortæller om belønnings- og lykkefølelser ved at se planterne gro. Planternes vækst bliver en succesoplevelse for dem. Tilsvarende beskrives dét at smage på, høste og tilberede et måltid med "havens frugter" som noget helt særligt. I både Torsdagscaféen og Flavourskabet er madlavning centrale aktiviteter, og i Fald Fremad spiser de unge tilsvarende et måltid sammen. Erfaringen er, at mange udsatte unge lever af en tilfældig kost, og derfor er det i sig selv sundhedsfremmende for mange af de unge, at de får tilbudt et varmt, hjemmetilberedt måltid.

Erfaringerne fra projektet viser altså, at de unges deltagelse i ungefællesskaberne forbedrer deres fysiske sundhed. Dels fordi de "kommer afsted", er fysisk aktive, oplever at kunne finde ro og får et sundt måltid mad, og dels fordi deres deltagelse i fællesskaberne forebygger uhensigtsmæssige adfærd (fx brug af rusmidler og at 'hænge på gaden').

### Øget psykisk, social og fysisk sundhed igennem rusmiddelfrie fællesskaber

Alle seks ungefællesskaber er rusmiddelfrie, men det er især i de fællesskaber, hvor den primære målgruppe er, eller har været, i rusmiddelbehandling, at de unge fremhæver, at det rusmiddelfrie rum har skabt en positiv forandring for deres trivsel og sundhed.

Flere af de unge, der har været i behandling i U-turn fortæller, at de startede i byhaven for at bryde med den ensomhed, de oplevede, da de stoppede med at tage rusmidler. En ung fortæller, at hun startede i byhaven for at bevise overfor sig selv, at hun var i stand til at møde andre unge uden at være påvirket, og en anden fortæller, at hun har følt et behov for at lære at være social igen, efter hun er stoppet med at ryge hash. En tredje ung fortæller, at det er nyt for hende at kunne være social med andre unge uden at tænke på rusmidler.

*"Jeg tænker slet ikke på rusmidler, når jeg er her, og det er fucking nice. Det er stadig ret sjældent for mig." (Ung, 25 år, Flavourskabet)*

De unge fra Flavourskabet fortæller også om at isolere sig, for at undgå at komme i kontakt med rusmidlerne, der ofte er en integreret del af deres omgangskreds. Derfor er fællesskabet og det sociale i høj grad også en vigtig motivation for at komme i byhaven.

I både musikfællesskabet og Flavourskabet fortæller de unge fra U-turn, at fællesskaberne har været en motiverende faktor for ikke "at falde i". En af de unge, der stadig havde et aktivt forbrug, da hun startede i byhaven, beskriver det som "en viljesejr på dagen" at møde op til havedagen og siger at:

*"... det var helt klart højdepunktet i min uge. Jeg sørgede for ikke at drikke mig stiv dagen før, fordi jeg gerne ville komme og være frisk. Det motiverede mig på en eller anden måde både før og efter jeg var der." (Ung, 21 år, Flavourskabet)*

Unge fra musikfællesskabet beskriver ligeledes at det er en lettelse, at ingen taler om rusmidler, og at muligheden for at lave musik i et rusmiddelfrit musikmiljø er en motiverende faktor, der får dem til at fokusere på deres musikalske udvikling.

De unges beskrivelser af hvordan de rusmiddelfrie rum påvirker dem er endnu et eksempel på, hvordan social, psykisk og fysisk sundhed er sammenvævede i de levede liv. Det gør det ikke

mindre væsentligt, når de unge beskriver fællesskaberne som en motiverende faktor for at lade rusmidlerne ligge. Tværtimod ses det, at de rusmiddelfrie fællesskaber forbedrer både den psykiske, sociale og fysiske sundhed hos de unge.

### Øget social og psykisk sundhed igennem opbygning af sociale kompetencer

På tværs af fællesskaberne fortæller de unge om vigtig læring og selvudvikling, som har betydning for, hvordan de gebærder sig i andre sammenhænge. Gennemgående for interviewene er, at de unge på mange områder har oplevet en positiv udvikling hos dem selv, en udvikling som har styrket deres trivsel og sociale kompetencer. En ung fra Mentoruddannelsen fortæller fx, at hun har lært at sige fra og tage nogle gode valg for sig selv, og en anden sætter ord på, hvordan hun oplever at have fået nye handlemuligheder i sin interaktion med andre. Hun fortæller:

*”Jeg har lært meget om mig selv. Det er alt fra min væremåde til hvordan jeg går, og hvordan jeg udtrykker mig, min talemåde. Alt. Lige siden jeg var 12 år, var jeg en bandit og i søgelyset hos kommunen, fordi jeg bare var en rod. Så det var også fra at gå og at tale grimt og svine folk til, til bare at gå og smile til folk. Jeg prøvede at tage nogle af de ting, som vi har lært på Mentoruddannelsen, med ud i praksis. Det tror jeg hjalp mig. Det lå hele tiden i baghovedet, at hvis en pige fx kom og sagde ‘fuck dig’ til mig, så startede jeg med at tænke over, hvorfor hun sagde det i stedet for bare at blive sur på hende.” (Ung, 21 år, Følgepraktikken)*

Denne bevægelse i handlemønstre går igen i interviewene med unge fra både Torsdagscaféen, Følgepraktikken og Fodboldfællesskabet. Det viser sig blandt andet, når de unge fortæller at de; *tænker over tingene to gange, tænker over måden de formulerer sig på og er opmærksomme på egen reaktion.* De fortæller også, at de er *blevet mere åbne overfor nye folk, ikke dømmes dem på forhånd, ser tingene fra andres synsvinkel, er blevet bedre til at håndtere irriterende mennesker, er mere rolige, og at de hviler i sig selv.*

I Fodboldfællesskabet og i Torsdagscaféen står det særligt klart, hvordan der er sket en udvikling i de unges handlemønstre i fx sociale sammenhænge, som tidligere har været en udfordring. Både medarbejdere og unge fortæller om, hvordan nogle har arbejdet med deres temperament og bevæget sig mod en mere hensigtsmæssig adfærd, mens andre er blevet mindre indelukkede og derfor har lært at indgå med større åbenhed i nye fællesskaber eller sociale situationer. En medarbejder fra Fodboldprojektet fortæller:

*”Jeg synes, at de unge, vi har arbejdet med, er blevet mere modne og modige. De tør give sig selv mere. I starten var mange meget indelukkede, men nu har de åbnet sig op og tør lave jokes.” (Gadeplansmedarbejder, Københavnerteamet)*

Generelt fortæller medarbejderne på tværs, at de ser en stor udvikling blandt de unge. I Følgepraktikken fortæller en medarbejder, hvordan de unge *”shinede”* og var stolte af det, de lavede i Følgepraktikken. Han fortæller:

*”Dem, som ikke gik i skole eller havde arbejde, de lavede lige pludseligt noget, eller de var noget. Altså den der, hvad laver du? Nårh men jeg er i praktik i et eller andet. De fik lige pludseligt en titel. Det var dem, der voksede mest. Det kunne man også se på selve*



*uddannelsen. De fik en helt anden rolle. De blev nogen, der vidste mere eller kunne mere” (Socialpædagog, De Unges Hus).*

Det ses, at det har stor betydning for de unge, at de selv og andre kan se dem som mennesker, der er i beskæftigelse, og det viser, at de unge her har et ønske om at være en del af almensamfundet.

### **Øget social sundhed igennem nedbrydning af fordomme**

Som tidligere beskrevet, kan mange unge i den primære målgruppe have vanskeligt ved at indgå i almensamfundets fællesskaber. I både medarbejder- og ungeinterviews fremgår det, at de unge kan have uhensigtsmæssige handlemønstre, fx udadreagerende adfærd og temperament. For andre kan udfordringen være, at de er indadvendte. Mange unge har qua dårligere erfaringer mangel på tillid til omverdenen og stærke fordomme overfor andre. Uanset problematik, kan det være en blokering for at indgå i nye relationer, og det kan have stor betydning for deres trivsel i almensamfundets fællesskaber. Det har derfor været et fokus at skabe fællesskaber, hvor unge i udsatte positioner kan øve sig i at navigere i fællesskaber.

På tværs af fællesskaberne fortæller unge om, hvordan deres deltagelse har fået nedbrudt deres fordomme om andre unge og gjort dem mere åbne og tolerante, hvilket gør det lettere at indgå i fællesskaber og sociale relationer.

I Fodboldfællesskabet er der særligt fokus på at etablere holdene med unge på tværs af bydele for at nedbryde fordommene om hinanden og i stedet skabe kendskab og venskab i gruppen. Det er lykkedes Fodboldfællesskabet at samle unge fra ni forskellige bydele af København, og de nye møder ser ud til at opløse fordommene fra gaden, en ung fortæller:

*”Lige i starten, så havde man en tanke om: ”Ah han er fra Amager, han er fra Planen (Urbanplanen, red.). Vi har jo haft problemer med Planen”. (...) Efter første kamp, så tænkte vi: ”De er gode nok, de der”. Og så mødte man så 20 andre fra Amager, og de var også fucking flinke!” (Ung, 23 år, Fodboldfællesskabet)*

En ung fra Mentoruddannelsen fortæller desuden, hvordan den har rykket ved hendes fordomme om andre unge:

*” Før har jeg været ekstremt dømmende. Uden overhovedet at høre folk sige noget, så har jeg allerede dannet mig et indtryk af, hvordan folk er. Og nu møder jeg folk, og så kan jeg ligesom tage den bagefter, uden at være led eller sådan. Nu kan jeg godt finde ud af at være sammen med andre mennesker, som måske ikke lige er min type normalt, eller en jeg normalt ville klinge med.” (Ung, 22 år, Følgepraktikken)*

Det ses altså, at de unge har oplevet at nedbryde deres fordomme om andre. Det er en væsentlig forandring, der har betydning for de unges succes med at indgå i nye sociale relationer og dermed også for deres sociale sundhed og trivsel.

### **Delkonklusion**

På tværs af fællesskaberne ses det, at de unge har oplevet positive forandringer i både deres psykiske, fysiske og sociale sundhed. De unge oplever en positiv udvikling hos dem selv i form af større glæde, selvtillid, opnåelse af nye færdigheder og kompetencer, men også i form af ændrede handlemønstre og evne til at begå sig socialt. Det ses desuden, at de unge qua fællesskaberne

formår at nedbryde fordomme, er blevet mere åbne og dermed kan indgå i fællesskaber på nye måder. I tråd hermed viser spørgeskemaundersøgelsen, at 93 % af de adspurgte unge svarer, at de i høj eller nogen grad mener, at deres tid i fællesskabet har været værdifuld for dem, og 84 % svarer, at deres tid i fællesskabet har meget positiv eller positiv betydning for deres relationer til folk udenfor fællesskabet. Derudover ses det, at 84 % af de unge svarer, at deres tid i fællesskabet har haft meget positiv eller positiv betydning for deres syn på fremtiden.

Ud over at fællesskaberne giver de unge mulighed for få succesfulde oplevelser og positiv selvudvikling, hvilket øger både deres psykiske og sociale sundhed, understøtter fællesskaberne og aktiviteterne heri (fysisk aktivitet, måltidet mm) også, at de unge øger deres fysiske sundhed. Det ses derudover, at fællesskaberne i Et Sundt Ungeliv har fungeret som sociale læringsplatforme for de unge til at indgå i andre fællesskaber, hvilket understøtter projektets overordnede formål om at styrke de unges sociale mobilitet.

## Del 5. Konturer af social mobilitet

Den sidste del af den tværgående analyse omhandler, hvordan Et Sundt Ungeliv har understøttet de unges bevægelse mod nye positioner i samfundet og afdækker de konturer af social mobilitet, der et set undervejs.

### **Samarbejde med almene aktører skaber realistiske læringsplatforme og fleksibel brobygning**

Ifølge de involverede medarbejdere på tværs af ungefællesskaberne er det væsentligt, at fællesskaberne i kraft af samarbejdet med de almene aktører bliver mere realistiske læringsplatforme, end det havde været muligt at skabe i kommunalt regi alene. De fremhæver det som værdifuldt at fællesskaberne, omend i forskellige konstellationer, involverer udefrakommende elementer, i kraft af frivillige unge, eksterne medarbejdere eller en ekstern lokation. Medarbejderne oplever, at det gør fællesskaberne mere "realistiske" og muliggør, at de unge får erfaringer med noget, der ligner almensamfundets fællesskaber, hvilket kan give de unge en oplevelse af at kunne bruge deres erfaringer i andre typer fællesskaber. Dette understøttes af spørgeskemaundersøgelsen, der viser, at 87 % af de adspurgte unge mener, at de i høj eller nogen grad har lært noget i fællesskaberne, som de kan bruge i andre sammenhænge. Derudover svarer 79 %, at deres tid i fællesskabet i høj eller nogen grad har givet dem lyst til at prøve noget nyt i deres liv.

I projekt Et Sundt Ungeliv er der en række eksempler på unge, der har bevæget sig fra de seks ungefællesskaber ud i almensamfundets fællesskaber med direkte afsæt i fællesskaberne og samarbejdet med de almene aktører.

En tidligere ung fra U-turn, der har mange afbrudte uddannelsesforløb bag sig, var meget engageret i havefællesskabet og kom via sin deltagelse heri i praktik som gartner hos Haveselskabet. Han er siden startet på uddannelsen til naturformidler. Et andet eksempel er den unge fra Hybelinstitutionen, som deltog i Fald Fremad og siden fik fritidsjob som hjælpetræner hos I Bedste Fald. Et tredje eksempel er de to unge fra Fodboldfællesskabet, der blev uddannet dommere i Fodboldfællesskabet og nu arbejder som dommere i turneringskampe i regi af DBU. Et fjerde eksempel er de to unge, der deltog i Følgepraktikken og som på tidspunktet for evalueringens udarbejdelse stadig var frivillige hos Ungdommens Røde Kors. En af dem fortæller,

at hun aldrig havde overvejet at blive frivillig før hun via Følgepraktikken blev introduceret til frivilligt arbejde:

*"Jeg havde ikke tænkt, at det var noget jeg ville prøve. Men mit syn er ændret efter at jeg har været med til det her. På en positiv måde. Det giver mig mere lyst til også at være frivillig andre steder. Fx hos flygtningebørn, der har brug for at lege. Det har helt sikkert givet mig et rush på, at det også er en mulighed." (Ung 21 år, Følgepraktikken).*

I interviewet beskriver den unge, at Følgepraktikken for hende var en måde at afprøve de ting, hun har lært på Mentoruddannelsen, i praksis og en mulighed for at prøve kræfter med rollen som frivillig. Hun fortæller desuden, at det mest lærerige for hende var at opleve, at hun havde noget at bidrage med i fællesskabet, og at hun måtte aflive sine fordomme om de frivillige fra Ungdommens Røde Kors og de unge piger i pigeklubben, da hun startede som frivillig. Flere af de unge fra den primære målgruppe beskriver, hvordan de har fået afkræftet nogle negative forestillinger om, hvordan det vil være for dem at indgå i fællesskaberne, og at det har givet dem nogle muligheder, de ikke vidste, de havde. Eksemplet fra Følgepraktikken viser, at en manglende tro på egen formåen, fordomme, mistillid og manglende kendskab til de almene fællesskaber, kan være en hæmsko for, at udsatte unge bevæger sig ind i disse fællesskaber.

Selvom eksemplerne (endnu) ikke kan sige noget om social mobilitet på længere sigt, viser de, at samarbejdet med almene aktører kan tilbyde en fleksibel brobygning til almensamfundets fællesskaber, der gør det muligt for de unge at indtage nye positioner. Evalueringen af projekt Et Sundt Ungeliv viser imidlertid, at det ikke kun er den direkte brobygning mellem fællesskaberne og de almene aktører, der understøtter de unges sociale mobilitet. Evalueringen har afdækket, at ungefællesskaberne understøtter de unge i at afprøve nye positioner internt i fællesskaberne og derved fungerer som læringsplatforme for de unge. At indtage nye positioner gør det muligt at være noget andet i egne og andres øjne og er dermed en vigtig del af den bevægelse, der sker, når unge træder ind i nye fællesskaber.

### **Fællesskaberne understøtter de unges positionsskifte**

De forudgående afsnit viser en bevægelse, hvor de unge går fra at være udsatte unge til at være unge med værdifulde ressourcer. Dermed indtager de unge nye positioner, som har en væsentlig betydning for deres opfattelse af sig selv, såvel som andres opfattelse af dem. Opsummerende ses positionsskifte hos de unge på tværs af fællesskaberne når:

- De unge får roller som kreative, skabende og samarbejdende mennesker, og de dermed indtager positioner som eksperter qua samskabelseselementet. I flere af fællesskaberne er de unge inddraget i evaluerings- og udviklingsworkshops, som har haft betydning for videreudviklingen af aktiviteter i de enkelte fællesskaber.
- De unge indtager positioner som rollemodeller, blandt andet i Følgepraktikken, hvor de unge qua deres egne erfaringer bliver en betydningsfuld ressource i Ungdommens Røde Kors' frivilligaktiviteter og i Torsdagscaféen, Flavourskabet og Fodboldfællesskabet, hvor "gamle" unge bærer kulturen i fællesskabet videre til nye deltagere. I Fodboldfællesskabet benyttes rollemodeller desuden som et aktivt greb, da rollen som holdanfører går på skift.
- De unge bliver en del af et fællesskab, hvor de er ligeværdige med medarbejderne og dermed indtager en ny position. Fx oplever de unge i Turning Tables en anerkendelse af deres musik og af sig selv som kunstnere, ligesom at de unge fra Fald Fremad anerkendes som "rigtige"

faldekspenter/hjælpetrænere. I Torsdagscaféen er de unge ansvarlige for madlavningen, og i Fodboldfællesskabet deltager medarbejderne på lige fod med de unge i fodboldkampe.

- De unge tilegner sig nye kompetencer, som understøtter, at de kan indtage nye positioner i andre fællesskaber. Fx når de unge i Torsdagscaféen og Fodboldfællesskabet fortæller, at de har lært at styre deres temperament og har udviklet sig til at være mere åbne og mindre dømmende i sociale sammenhænge.
- De unge får mulighed for at træde ud af gamle roller og starte på en frisk. Fx når de unge fra Flavourskabet og musikfællesskabet kan træde ind i et rusmiddelfrit fællesskab, hvor de ikke behøver at forholde sig til andres eller eget forhold til rusmidler, eller når dårlige erfaringer og fordomme udviskes i Fodboldfællesskabet.
- De unge indgår i fællesskaber, der understøtter, at de hjælper hinanden og lærer fra sig, fx i Fodboldfællesskabet og Torsdagscaféen, hvor "gamle" unge fungerer som kulturbærere for fællesskabet, eller i Turning Tables, hvor de unge sparrer, udvikler og hjælper hinanden med musikproduktion og idéer til promovring.

### Delkonklusion

I del 5 ses det, at de etablerede ungefællesskaber udgør værdifulde læringsplatforme, der giver de unge erfaringer med noget, der ligner almensamfundets fællesskaber, hvilket kan give de unge en oplevelse af at kunne bruge deres erfaringer i andre typer fællesskaber.

Det ses desuden, at Et Sundt Ungeliv har understøttet de unges bevægelse mod nye positioner i samfundet. De unge oplever, at fællesskaberne åbner nye døre for dem og muliggør dermed, at de kan indtage nye positioner i samfundet. Bevægelsen ses også, når de unge internt i fællesskaberne oplever et positionsskifte. Når udsatte unge indtager en ny position i et fællesskab, bliver det muligt for dem selv og andre at se dem på en ny måde. Det har ikke kun betydning for deres selvforståelse. Det giver dem også nye handlemuligheder og gør det muligt at bryde med uhensigtsmæssige handlemønstre, hvilket er en vigtig del af bevægelsen hen imod almensamfundets fællesskaber. Sammenfattende viser dette, at Et Sundt Ungeliv kan vise konturer af social mobilitet på flere områder, selvom det endnu ikke kan sige noget om social mobilitet på lang sigt.

### Indsatsspor 3: Kompetenceudvikling af medarbejdere i BROFI

Som tidligere beskrevet er et mål i projektet at opkvalificere medarbejdernes viden og kompetencer indenfor sundhed i den socialfaglige praksis samt styrke det tværfaglige samarbejde omkring udsatte unges sundhed. Dette for at sikre en vedholdende opmærksomhed på at indtænke de unges sundhed i det sociale arbejde.

I tabel 7 ses en oversigt over antal kompetenceudviklingsaktiviteter i Et Sundt Ungeliv. Nogle medarbejdere har deltaget i flere aktiviteter, hvorfor det samlede antal ikke er unikke medarbejdere.

År	Antal aktiviteter	Antal medarbejdere
2018	0	0
2019	8	81
2020	6	65
2021	4	51
<b>Samlet</b>	<b>18</b>	<b>197</b>

Tabel 7. Antal kompetenceudviklingsaktiviteter og deltagende medarbejdere

Aktiviteterne dækker over temaerne 'Viden om sundhed', 'Viden om unges deltagelse i sundhedsfremmende fællesskaber' og 'Kendskab til andre aktørers tilbud og arbejde med unges sundhed'. Under disse temaer har både interne aktører, eksterne professionelle og unge formidlet viden, inspiration og metoder til medarbejderne omkring sundhed, ungefællesskaber og brobygning til almensamfundet. Se bilag 12-14 for detaljeret oversigt over kompetenceudviklingsaktiviteterne.

#### COVID-19 og nye prioriteringer

Nedlukningen i samfundet som følge af COVID-19 i foråret 2020 medførte bl.a. bekymring for, om unge og familier i udsatte positioner fik den nødvendige hjælp og støtte. Styregruppen i Projekt Et Sundt Ungeliv besluttede som konsekvens heraf at nedprioritere opkvalificeringsaktiviteter for til gengæld at opprioritere ungeaktiviteterne. Omfanget af den planlagte kompetenceudvikling er derfor reduceret markant i 2020 og 2021 som konsekvens af COVID-19. Evalueringen afdækker som følge heraf kun i begrænset omfang resultaterne af dette indsatsspor.

#### Læring

Erfaringen er, at medarbejderne i BROFI har taget godt imod udbredelsen af et øget fokus på sundhed, et fokus som har spredt sig til aktiviteter med og omkring de unge. Ifølge medarbejderne, har de fået nye perspektiver til at reflektere over den daglige praksis. Det gælder ikke mindst i forhold til samarbejdet med de almene aktører omkring de sundhedsfremmende fællesskaber. I interviewene blandt medarbejderne, giver de udtryk for, at de har fået positive erfaringer med samarbejdet og understreger potentialet i at samarbejde med "den rette" almene aktør. Flere beskriver, at de har fået øjnene op for, at der ligger mange muligheder "derude." De oplever desuden, at samarbejdet med almene aktører tilgængeliggør nye positioner for de unge, som kan være med til at understøtte deres udvikling i en positiv retning. Samtidig kan samarbejdet muliggøre, at opgaverne med at brobygge de unge til almensamfundets fællesskaber bliver løftet af de almene aktører og derfor frigør nogle ressourcer til den socialfaglige indsats. På tværs af de

involverede institutioner i BROFI giver medarbejderne udtryk for, at projektet har bidraget med inspiration og faglig refleksion for brug af nye og kendte tilgange i arbejdet med sundhedsfremmende fællesskaber.

Projekt Et Sundt Ungeliv har i løbet af den treårige projektperiode bidraget med vigtige erfaringer og læring til arbejdet med sundhedsfremmende fællesskaber i BROFI. Dette kommer blandt andet til udtryk i BROFI's udviklingsplan for 2021-22<sup>16</sup>, hvor det fremgår, at BROFI vil prioritere at fortsætte indsatsen med at etablere, understøtte og brobygge unge til positive fællesskaber med udgangspunkt i erfaringerne fra projekt Et Sundt Ungeliv.

---

<sup>16</sup> Udviklingsplanen kan rekvireres fra projektgruppen ved behov

## 4. OPSAMLING

Projekt Et Sundt Ungeliv er et samskabende udviklingsprojekt under Center for Brobygning, Rådgivning og Fleksible Indsatser (BROFI). Et Sundt Ungeliv har i perioden 2018-2021 arbejdet på at udvikle og afprøve metoder til at skabe sundhedsfremmende ungefællesskaber, som kan fremme fysisk, psykisk og social sundhed blandt unge i socialt udsatte positioner. Formålet er herigennem at skabe bedre forudsætninger for de unges sociale mobilitet og tilknytning til almensamfundet.

I dette afsnit opsamles hovedresultaterne fra projekt Et Sundt Ungeliv. Opsamlingen afsluttes med et afsnit om forankring af projektet og ti opmærksomhedspunkter til det videre arbejde med sundhedsfremmende fællesskaber.

Resultaterne og dertilhørende opmærksomhedspunkter kan, udover at være vigtig viden for BROFI, også være relevant for andre aktører, der arbejder med unge i socialt udsatte positioner, og som ønsker at udforske, hvordan sundhedsfremmende fællesskaber som metode, kan bidrage til at skabe nye løsninger på konkrete udfordringer.

### Samskabelse og processen mod etableringen af de sundhedsfremmende ungefællesskaber

Et Sundt Ungeliv er først og fremmest et udviklingsprojekt med fokus på samskabelse, og det er en del af målet at udvikle de sundhedsfremmende fællesskaber i en samskabelsesproces mellem unge, repræsentanter fra BROFI og almene aktører.

### Evalueringen af denne udviklingsproces viser at:

*Den indledende samskabelsesproces med inddragelse af unge var svær*

Læringen fra vidensindsamlingen blandt de unge (2018-2019) var, at det var en udfordring at involvere de unge tidligt i samskabelsesprocessen. I den indledende interviewrunde gav de unge udtryk for, at de syntes, det var svært at bidrage i idéfasen. De unge udtrykte dog væsentlige pointer, som var relevante i udviklingen af projektet, fx behovet for tilbud til unge over 18 år, betydningen af at være i trygge rammer, og betydningen af at have 'gode' pædagoger til stede. På baggrund af de begrænsede input fra de unge, blev det afgørende at bringe medarbejderne på banen i samskabelsesprocessen og tage udgangspunkt i deres viden om de unges interesser og behov.

*Der er udviklet en model for sundhedsfremmende ungefællesskaber*

Projektgruppen i Et Sundt Ungeliv har med afsæt i erfaringerne fra vidensindsamlingen udviklet en model, som danner de overordnede rammer og retningslinjer for de etablerede ungefællesskaber. Modellen rummer samskabelseselementet mellem unge, repræsentanter fra BROFI samt almene aktører. Omdrejningspunktet er et *stærk fælles tredje* for at sikre et mere ligebyrdigt forhold blandt de to ungemålgrupper. Modellens udgangspunkt er at fællesskaberne udvikles og etableres i samarbejde mellem unge, medarbejdere og eksterne aktører, Indebærer en blanding af unge med forskellige ressourceniveauer fra hhv. primær- og sekundærmålgruppen, Indebærer en aktivitet omkring et fælles tredje og Involverer en eller flere eksterne almene eller kommunale aktører.

*Det er lykkedes at udvikle og afprøve seks sundhedsfremmende fællesskaber*

Med afsæt i modellen for Et Sundt Ungeliv er det lykkedes at udvikle og afprøve seks sundhedsfremmende fællesskaber. Fællesskaberne er udviklet i samspil med fire institutioner under BROFI og forskellige almene aktører. De seks sundhedsfremmende fællesskaber er:

1. Fodboldfællesskabet i regi af Københavnerteamet
2. Torsdagscaféen i De Unges Hus
3. Følgepraktikken hos Ungdommens Røde Kors i regi af Mentoruddannelsen i De Unges Hus
4. Havefællesskabet 'Flavourskabet – Den Unge Byhave' i regi af U-turn
5. Musikfællesskabet i Turning Tables i regi af U-turn
6. Fald Fremad i samarbejde med Hybelinstitutionen

### **Opfølgning på projektets måltal viser at:**

*Et Sundt Ungeliv har indfriet målsætningerne for antal unge og medarbejdere*

Opgørelserne viser, at 222 unikke unge fra den primære målgruppe har deltaget i projektet. Dette svarer til 222 % af måltallet på 100. Derudover har 48 unikke unge fra den sekundære målgruppe deltaget, hvilket svarer til 96 % af måltallet på 50. Endeligt har 81 unikke medarbejdere fra BROFI deltaget i kompetenceudviklingsaktiviteter, hvilket svarer til 162 % af måltallet på 50.

Disse resultater viser, at Et Sundt Ungeliv først og fremmest er lykkedes med at få en høj andel unge i socialt udsatte positioner til at deltage i et sundhedsfremmende fællesskab, mens det har været sværere at involvere frivillige unge.

### **Den tværgående analyse viser at:**

*Der er identificeret fremmende faktorer for de unges deltagelse i fællesskaberne*

På tværs af fællesskaber gælder det, at det fremmer de unges deltagelse og fastholdelse når; *det fælles tredje er en forudgående interesse, de kan være sammen med deres venner og lære nye mennesker at kende, de hører om fællesskabet fra venner, der er plads til hygge, de kan være sig selv, de oplever trygge rammer, og når der er voksne omkring dem, som vil dem "rigtigt", og som tager del i aktiviteterne på lige fod med de unge.*

Det er i høj grad lykkedes at motivere og fastholde de unge i musikfællesskabet, i Følgepraktikken, i Fodboldfællesskabet og i Torsdagscaféen. Der har dog også været udfordringer forbundet med at rekruttere unge til nogle af fællesskaberne. I Flavourskabet er det med en ekstra indsats med tiden lykkedes at rekruttere flere unge fra den primære målgruppe. I Fald Fremad lykkedes det ikke at rekruttere nok unge.

### *Barrierer for ungedeltagelse*

Det ses, at det er en barriere for de unges deltagelse når; *det fælles tredje/aktiviteten ikke rammer en bred nok interesse eller behov hos målgruppen, når medarbejderne ikke er aktive i rekrutteringen af unge, og når aktiviteten ikke er koblet til medarbejdere og/eller institutionens praksis.*

Flere af de identificerede barrierer og fremmende faktorer for unges deltagelse i ungefællesskaberne bakkes op af en nyere dansk undersøgelse udført af Red Barnet omhandlende barrierer for unges deltagelse i positive fællesskaber (Red Barnet 2021).



*Det har været svært at rekruttere unge fra den sekundære målgruppe, men når det er lykkedes, kan det noget særligt*

I Et Sundt Ungeliv har der været forskellige udfordringer forbundet med at rekruttere unge fra den sekundære målgruppe til ungefællesskaberne. COVID-19 har haft stor betydning for disse udfordringer, både internt i Et Sundt Ungeliv, men også blandt de eksterne samarbejdspartnere. Projektet bidrager derfor i mindre grad end ønsket med viden om denne del af samskabelsesmodellens potentiale. I de fællesskaber, hvor det er lykkedes at afprøve mødet mellem unge med forskellige ressourceniveauer ses det, at det lykkes at skabe ligeværdige møder mellem unge, hvilket kan have positiv betydning for de unges ageren i andre sammenhænge. Det er desuden erfaringen, at unge, der tidligere har været i en udsat position har væsentlige ressourcer, de kan bringe i spil i mødet med unge i en udsat position. De indgår fx naturligt i fællesskaberne og kan engagere sig som positive rollemodeller. Derudover er det erfaringen, at disse unge ofte er lettere at rekruttere, og aktiviteten kan for dem være en god træningsbane før brobygning til almensamfundet.

*Inddragelse af de unge var svær i den indledende udviklingsproces, men med de rette rammer tager de unge medansvar og ejerskab*

Det ses, at den indledende samskabelsesproces med inddragelse af unge i udviklingen af nye fællesskaber har været en udfordring, men at de unge med tiden og de rette rammer tager medansvar og føler ejerskab for fællesskaberne. Dette underbygges af spørgeskemaundersøgelsen, som viser, at størstedelen af de adspurgte unge føler, at de har haft indflydelse på aktiviteterne. Selvom der er forskel på hvor meget ansvar, de enkelte unge tager, er det gennemgående i fællesskaberne, at de unge fungerer som kulturbærere og repræsentanter for en god og respektfuld kultur. Netop følelsen af medbestemmelse, ejerskab og ansvar understøtter projektets målsætning om, at de unge oplever motivation og muligheder for være en aktiv og bidragende del af de sundhedsfremmende fællesskaber. Det understøtter ligeledes, at de unge får mulighed for at indtage nye positioner, udfolde deres evner og håndtere udfordringer, hvilket understøtter de unges sociale og psykiske sundhed og trivsel (Iversen et al).

*Ungefællesskaberne understøtter både de unges psykiske, sociale og fysiske sundhed*

På tværs af fællesskaberne ses det, at de unge har oplevet positive forandringer i både deres psykiske, sociale og fysiske sundhed. De unge oplever en positiv udvikling i form af større glæde, selvtillid, opnåelse af nye færdigheder og kompetencer, men også i form af handlemønstre og evne til at begå sig socialt. Det ses desuden, at de unge qua fællesskaberne oplever mindre ensomhed, formår at nedbryde fordomme, er blevet mere åbne og dermed indgår i fællesskaber på nye måder. I tråd hermed viser spørgeskemaundersøgelsen, at 93 % af de adspurgte unge svarer, at de i høj eller nogen grad mener, at deres tid i fællesskabet har været værdifuld for dem, og 84 % svarer, at deres tid i fællesskabet har meget positiv eller positiv betydning for deres relationer til folk udenfor fællesskabet. Derudover ses det, at 84 % af de unge svarer, at deres tid i fællesskabet har haft meget positiv eller positiv betydning for deres syn på fremtiden.

Ud over at fællesskaberne giver de unge mulighed for få succesfulde oplevelser og positiv selvudvikling, hvilket øger både deres psykiske og sociale sundhed, understøtter fællesskaberne og aktiviteterne heri (fysisk aktivitet, måltidet mm) også, at de unge øger deres fysiske sundhed.

### *Sociale læringsplatforme til at indgå i andre fællesskaber*

En grundtanke ved samskabelse er, at et ligeværdigt samarbejde åbner op for udvikling af nye løsninger, som bryder med tidligere praksis (Agger, Annika et al). BROFI har tidligere erfaringer med at samarbejde med almene aktører, men med Et Sundt Ungeliv er det første gang, at BROFI afprøver samarbejde med almene aktører om unge i socialt udsatte positioner i denne skala. Medarbejderne oplever, at de etablerede ungefællesskaber udgør værdifulde læringsplatforme, hvor de unge kan få erfaringer med noget, der ligner almensamfundets fællesskaber, hvilket kan give de unge en oplevelse af at kunne bruge deres erfaringer i andre typer fællesskaber. Dette understøttes af spørgeskemaundersøgelsen, der viser, at 87 % af de adspurgte unge mener, at de i høj eller nogen grad har lært noget i fællesskaberne, som de kan bruge i andre sammenhænge. Derudover svarer 79 %, at deres tid i fællesskabet i høj eller nogen grad har givet dem lyst til at prøve noget nyt i deres liv.

Fællesskaberne i Et Sundt Ungeliv har dermed også fungeret som sociale læringsplatforme for de unge til at indgå i andre fællesskaber, hvilket understøtter projektets overordnede formål om at styrke de unges sociale mobilitet.

### *Fællesskaberne understøtter de unges positionsskifte og social mobilitet*

Et Sundt Ungeliv har understøttet de unges bevægelse mod nye positioner i samfundet. De unge oplever, at fællesskaberne åbner nye døre for dem og muliggør, at de kan indtage nye positioner internt i fællesskaberne og i samfundet. Når udsatte unge indtager en ny position i et fællesskab, bliver det muligt for dem selv og andre at se dem på en ny måde, og det er en vigtig del af bevægelsen hen imod almensamfundets fællesskaber. Derudover ses en række eksempler på unge, der har bevæget sig fra de seks ungefællesskaber ud i almensamfundets fællesskaber med direkte afsæt i fællesskaberne og samarbejdet med de almene aktører. Sammenfattende viser dette, at Et Sundt Ungeliv kan vise konturer af social mobilitet på flere områder, selvom det endnu ikke kan sige noget om social mobilitet på lang sigt.

### **Resultaterne fra kompetenceudviklingen af medarbejdere i BROFI viser at:**

Som konsekvens af COVID-19 blev omfanget af den planlagte kompetenceudvikling reduceret markant i 2020 og 2021. Evalueringen har som følge heraf kun begrænsede resultater fra dette indsatsspor. Det ses dog, at medarbejderne i BROFI har taget godt imod udbredelsen af det øgede sundhedsfokus, og at det har spredt sig til aktiviteter med og omkring de unge.

## Forankring

### Forankring af de sundhedsfremmende ungefællesskaber

I evalueringen er forankringspotentialer for hver af de seks etablerede ungefællesskaber beskrevet. I de fleste af fællesskaberne vurderes det, at der er potentialer for forankring i BROFI. Dette gælder for 'Flavourskabet - Den Unge Byhave', hvor den almene aktør 'Haveselskabets Have' har givet en samarbejdstilkendegivelse med henblik på fortsat udlån af arealet til byhaven og dens aktiviteter. Konceptet for byhaven vurderes desuden at kunne tiltrække en bredere gruppe af unge fra BROFI. Der arbejdes derfor på at finde finansiering til at udvide havefællesskabet, så byhaven kan fortsætte i 2022 med unge fra flere institutioner i BROFI.

Torsdagscaféen er blevet forankret i De Unges Hus og fortsætter efter afslutningen af Et Sundt Ungeliv. Fra medarbejdernes side er der ønske om at udvikle indsatsen og samarbejdet med frivillige unge, men pt. videreføres Torsdagscaféen i det nuværende format.

Der er gode erfaringer med Følgepraktikken i samarbejde med Ungdommens Røde Kors, og indsatsen forventes at fortsætte i 2022 med finansiering fra BROFI.

Fodboldfællesskabet kører indtil videre i sin nuværende form, men det er endnu uvist, hvor længe det er muligt fortsat af afsætte medarbejderressourcer efter projekts afslutning. Som en forankringsstrategi arbejder Københavnerteamet på at understøtte unge fra Fodboldfællesskabet i at starte deres egen forening og dermed selvstændigt drive holdene og spille turneringer, efter ønske fra de unge selv.

På baggrund af de gode erfaringer fra musikfællesskabet og et fortsat stort udviklingspotentialer, ønsker både Turning Tables og U-turn at fortsætte samarbejdet omkring unge. Efter afslutningen af Et Sundt Ungeliv har de unge fra musikfællesskabet fået mulighed for at fortsætte samarbejdet med Turning Tables i en afgrænset periode, mens BROFI afsøger eksterne finansieringsmuligheder.

### Forankret fokus på ungefællesskaber i BROFI

Et Sundt Ungeliv har bidraget med vigtige erfaringer og læring til arbejdet med sundhedsfremmende ungefællesskaber i BROFI. Dette kommer blandt andet til udtryk i BROFI's udviklingsplan for 2021-22<sup>17</sup>, hvor det fremgår, at BROFI vil prioritere at fortsætte indsatsen med at understøtte og brobygge unge til positive fællesskaber med udgangspunkt i erfaringerne fra projekt Et Sundt Ungeliv.

Dette udviklingsspor taler desuden ind i den faglige omstillingsplan for hele børne- og ungeområdet i Socialforvaltningen 'En Plads i Fællesskabet' (KK 2021), der med sit spor 'Skolegang og deltagelse i positive fællesskaber' understøtter et øget fokus på udviklingen af sunde ungefællesskaber.

---

<sup>17</sup> Udviklingsplanen kan rekvireres fra projektgruppen ved behov

I BROFI er der derfor et ønske om at få mere viden og større erfaringsgrundlag gennem fortsat udviklingsarbejde indenfor sundhedsfremmende ungefællesskaber.

## Opmærksomhedspunkter

1. Ungeinddragelse kan være udfordrende for tidligt i samskabelsesprocessen, da det kan være vanskeligt for de unge at bidrage med konkret idéudvikling, før de overordnede rammer er nærmere bestemt. Medarbejdernes viden om de unges ønsker og behov er derfor vigtige input i en indledende samskabelsesproces omkring udvikling af ungefællesskaber.
2. Det er afgørende at være opmærksom på de identificerede *fremmende faktorer og barrierer* for de unges deltagelse i sundhedsfremmende ungefællesskaber.
3. I fællesskaber med unge med forskellige ressourceniveauer kan et stærkt fælles tredje skabe baggrund for ligeværdige møder og positionsskifte og muliggøre spejling samt nye perspektiver.
4. Unge, der tidligere har været i en udsat position, kan med fordel indgå som frivillige, positive rollemodeller i ungefællesskaberne.
5. Der er fordele ved at lade aktører, der i forvejen arbejder med frivillige, stå for rekrutteringen af frivillige unge til fællesskaberne, da dette kræver tid og ekspertise. Det er dog helt afgørende at forventningsafstemme hvilke frivillige, der skal rekrutteres samt hvilke opgaver, de skal varetage.
6. Samarbejdet med almene aktører åbner op for udviklingen af nye løsninger og kan bidrage med nye perspektiver og specialiseret viden.
7. Samarbejdet med almene aktører skaber realistiske læringsplatforme og brobygningsmuligheder til almensamfundets fællesskaber og kan på den måde være med til at understøtte de unges sociale mobilitet.
8. I nogle fællesskaber kan medarbejderne fra BROFI med succes 'trække sig', når der er etableret god kontakt mellem de unge og medarbejderne hos den almene aktør. Dette muliggør, at der er flere til at hjælpe de unge i en positiv udvikling med brug af færre medarbejderressourcer. Det virker desuden godt, når den almene aktør tager medansvar for rekruttering og fastholdelse af de unge i fællesskaberne.
9. Det kræver dog ressourcer i mere end én forstand at indgå samarbejde med almene aktører. Dels fordi indgåelse af samarbejde ofte kræver økonomi og dels fordi, det kræver ressourcer at identificere de rette samarbejdspartnere, indgå aftaler og vedligeholde samarbejde.
10. Der er fortsat vigtige udviklingspunkter og læring at indhente om arbejdet med ungefællesskaberne, så BROFI på bedst mulig vis kan understøtte ambitionen om at få flere unge i udsatte positioner til at deltage i almene fællesskaber. Det vurderes relevant med en

nærmere udforskning af de unges bevægelse fra ungefællesskaberne til almensamfundets fællesskaber. Derudover er der fortsat læring at indhente om samarbejdet med almene aktører og om potentialet i inddragelse af frivillige unge.

## Referenceliste

Agger, Annika et al. (2018): *Hvilken værdi skaber vi med samskabelse – og hvordan kan den måles og dokumenteres*. Professionshøjskolen Absalon.

Center for Frivilligt Socialt Arbejde 2018: "Tal om det frivillige sociale Danmark": ["Tal om det frivillige sociale Danmark"](#)

Center for Forebyggelse og Rådgivning (CFR) 2017: "Sundhed og trivsel blandt unge på gadeplan", (Kan rekvireres ved forespørgsel).

Center for Forebyggelse og Rådgivning (CFR) 2015: "Samskabende social innovation. Socialfaglige metoder og tilgange i samskabelse med ikke-kommunale aktører". (Kan rekvireres ved forespørgsel).

DGI 2019: "Unge styrker unge. Best practice rapport".

Drisko, J. W. (2004). Common factors in psychotherapy outcome: Meta-analytic findings and their implications for practice and research. *Families in Society: The journal of Contemporary Human Services* og Cameron, M. & Keenan, E. K. (2010): The Common Factors Model: Implications for Trans-theoretical Clinic Social Practice. *Social Work*, Vol. 55, no. 1: 63-73.

Henriksen og Skjøtt-Larsen 2011: "(Mis)tillidens sociale differentiering" i Paul Hegedahl, Gunnar L.H. Svendsen (red.) *Tillid - samfundets fundament*

Husen, Micheal (1985): *Socialpædagogik og Arbejdsprocesser*, Socialpædagogernes Faglige Organisation, 1. udgave.

Iversen L, Kristensen TS, Holstein BE, Due P, eds. 2002. Medicinsk sociologi. Samfund, sundhed og sygdom. Munksgaard, 2002:281-3.

Københavns Kommune (KK) 2021: En Plads i Fællesskabet, Borgercenter Børn og Unge omstillingsplan 2021-2024

Rambøll Management Consulting (2016). Puljen til samarbejder mellem kommuner og frivillige organisationer; viden om risiko- og beskyttelsesfaktorer for børn og unge i udsatte familier. Rambøll for Socialstyrelsen

Red Barnet (2021): BRYD BARRIEREN – En analyse af, hvordan flere unge i udsatte positioner kommer med i positive fællesskaber: [red-barnet-bryd-barrieren.pdf \(redbarnet.dk\)](#)

Socialstyrelsen (2019). Vidensportalen på det sociale område om samskabelse (2019): Vidensportalen på det sociale område om samskabelse (2019)

Sundhedsstyrelsen (SST) 2005: Terminologi. Forebyggelse, sundhedsfremme og folkesundhed: [NYTerminologi.indd \(sst.dk\)](#)

Vive 2019: Inspirationshæfte: "Peer-to-peer fællesskaber mellem socialt udsatte".  
[Inspirationshæfte: Peer-to-peer-fællesskaber mellem socialt udsatte \(vive.dk\)](https://vive.dk)

## Bilag

### Bilag 1. Detaljeret overblik over datagrundlag til Indsatsspor 1

Datagrundlag unge fra den primære målgruppe, sekundære målgruppe og medarbejdere (2018-2019)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observationer på to ungdomsklubber på hhv. Nørrebro og Bispebjerg</li> <li>• Tre gruppeinterviews på to ungdomsklubber med unge, 13-18 år, hhv. en pigegruppe og en drengegruppe i den ene klub og en blandet pige- og drengegruppe på den anden klub</li> <li>• Deltagelse i dialogaften i De Unges Hus med otte unge piger +17 år og en ung mand +18 år</li> <li>• Gruppeinterview med fire unge mænd +18 år, der alle har været brugere i BROFI</li> <li>• Samarbejde med tre ressourcestærke unge kvinder +18 i form af fem dialogmøder, udvikling af interviewguides og interviewere til alle fire gruppeinterviews</li> <li>• Interviews med ledere og medarbejdere på fem institutioner i BROFI</li> <li>• Interviews med ledere og medarbejdere fra to andre centerfællesskaber i Socialforvaltningen</li> </ul>

### Dialogmøder med nøglepersoner fra eksterne aktører

Frivillige organisationer / NGO'er / non-profit-organisationer	Uddannelsesinstitutioner	Private medlemsorganisationer	Social-økonomiske virksomheder	Private virksomheder og fonde	Kommunale aktører	Foreninger
Ungdommens Røde Kors Turning Tables Askovfonden, herunder KBH+ og ASPA FISKEN Haveselskabets Have GRO SELV	Hotel- og Restaurantskolen + Projekt Højskole Uden Mure + Projekt Virketrang NEXT Forsvaret Københavns Professionshøjskole	Sex og Samfund	PLAY	TagTomat Lola I Bedste Fald F.C. København + Bold i Byen Mielcke og Hurtigkarl Miljøpunkt Indre By og Christianshavn	Idrætsprojektet Ungecenter i Jobcenter København Særlig Beskæftigelse (SOF) Kultur- og Fritidsforvaltningen RCYN	Fodboldklubben Union

## Bilag 2. Datagrundlag for den tværgående analyse

<b>Fodboldfællesskabet</b> BROFI-institution: Københavnerteamet	5 interviews med unge mænd fra Fodboldfællesskabet, 21-24 år (okt.-dec.2020) 2 interview med medarbejdere fra Københavner Teamet (juli 2021)
<b>Torsdagscaféen</b> BROFI-institution: De Unges Hus	1 gruppeinterview med tre unge kvinder fra Torsdagscaféen, 18-20 år (maj 2021) 1 interview med ung kvinde fra Torsdagscaféen, 19 år (maj 2021) 1 gruppeinterview med medarbejdere fra De Unges Hus
<b>Følgepraktikken hos Ungdommens Røde Kors</b>  BROFI-institution: De Unges Hus	2 gruppeinterviews med hhv. seks og syv unge fra Mentoruddannelsen, både mænd og kvinder, 18-24 år (dec. 2020) 4 interviews med frivillige unge fra URK (dec. 2020) 1 interview med ung kvinde fra mentoruddannelsen (sep. 2021) 1 interview med medarbejder fra De Unges Hus (jun. 2021)
<b>Havefællesskabet Flavourskabet - Den Unge Byhave</b> BROFI-institution: U-turn	4 interviews med frivillige unge mænd og kvinder, 21-27 år (okt. 2020) 4 interviews med både mænd og kvinder fra U-turn, 19-25 år (sep. 2021) 1 gruppeinterview med to medarbejdere fra U-turn (sep. 2021)
<b>Musikfællesskabet hos Turning Tables</b> BROFI-institution: U-turn	4 interviews med unge fra U-turn (mænd og kvinder), x-x år (sep.-nov. 2020) 1 interview med ekstern aktør Turning Tables (okt. 2020) 1 interview med medarbejder fra U-turn (feb. 2021)
<b>Træningsfællesskabet Fald Fremad</b> BROFI-institution: Hybelinstitutionen	1 interview med ung fra hybelinstitutionen (jun. 2021) 1 interview med frivillig ung (jun. 2021) 1 interview med ekstern aktør I Bedste Fald (jun. 2021)



## Bilag 3. Artikel Fodboldfællesskabet 2019

### **Københavnerteamets unge sikrer sig en sejr**

2. okt. 2019, af Nanna Lehrmann, Viden- og kompetencecenter - Unge og Rusmidler

Københavnerteamet arbejder på gadeplan med unge fra udsatte boligområder. Men de sidste måneder er medarbejderne som del af projekt 'Et sundt ungeliv' rykket ud på grønsværen sammen med de unge, som mandag hentede en sejr hjem i firmafodbold.



"Det har været rigtig sjovt, stemningen er god, og vi har vundet en del nu," siger Cebrail på 21 år, der spiller på et af Københavnerteamets hold.

Det er ikke første gang, fodbold bringer unge sammen, og det bliver heller ikke den sidste. Projekt 'Et sundt ungeliv' er støttet af Velux Fonden og handler om sunde fællesskaber, hvor forskellige unge mødes på tværs af bydele og baggrunde. Og deltagelse i dansk firmafodbold kan mere end at bringe unge sammen.

"Vi har blandt andet lavet fodboldholdene for at skabe et bedre kendskab til byens unge, når vi møder dem på gadeplan. Når vi bruger sport som omdrejningspunkt i det socialpædagogiske arbejde, kan det skabe et godt fundament for en rigtig god kontakt og relation", siger Mesut Ay, gadeplanskoordinator i Københavnerteamet.

Københavnerteamet møder hver dag unge på gaden, og de har til denne turnering etableret to hold, som har spillet næsten hver uge de sidste seks måneder.

#### **Fokus på fairplay og fællesskab**

For Københavnerteamet er det vigtigt at præsentere de unge for sunde fritidstilbud, hvor god opførsel er et krav.

"Nogle gange kan der godt være nedture og frustrationer, men det er en del af det. Vi ender altid med at give hånd efter kampen, så får vi noget godt ud af det," siger Cebrail.

Mandag spillede Københavnerteamet mod Netcompany Executers, der laver it-løsninger. Københavnerteamet vandt 4-2, men resultatet er bare en sidegevinst.

"Vi arbejder meget med deres temperament og opførsel på banen, og vi taler om det, hvis der er episoder i en kamp. Ved at sætte fokus på deres adfærd, og hvor vigtigt det er både på og udenfor banen, så er det forhåbentlig noget, som de kan tage med fremadrettet, og bruge i andre fællesskaber", siger Mesut Ay.

Han ved, at det er en fordel for deres arbejde med unge, at de kender dem, men også at de unge kender hinanden på tværs af bydele.

"Hvis der er en konflikt blandt byens unge, så kan det have rigtig stor værdi, at nogle af de unge kender hinanden gennem et fælles fodboldhold", siger Mesut Ay.

#### **Firmafodbold er kontakt til virksomheder**

Det er ikke tilfældigt, at Københavnerteamet har valgt netop firmafodbold som turnering. Her møder de unge nemlig virksomheder og arbejdsmarkedet på en anderledes måde.

"Vi vil på sigt gerne prøve at skabe et samarbejde og en dialog med nogle af de mange virksomheder, som er del af Dansk Firmaidræt med mulighed for at skabe fritidsjob til vores spillere. Derfor er det ekstra vigtigt, at der er god adfærd på banen, da de på et tidspunkt kan møde en af modstanderne til en jobsamtale udenfor banen", fortæller Mesut Ay.

Københavnerteamets to hold har begge spillet deres sidste kampe, og turneringen starter op på ny til foråret 2020.



## Bilag 4. Artikel Fodboldfællesskabet 2020

Link: [UgeAvisen Nørrebro](#)

### Byen har splittet dem ad - fodbold forener dem

10 sep. 2020 kl. 14:36 - Mathilde Steiness mathilde@kbhliv.dk

Drengene fra Københavnerteamet er unge fra udsatte boligområder fra hele København med det tilfælles: De elsker allesammen fodbold.



Udenfor banen kommer de unge fra forskellige bydele i København. Noget der betyder, at de kan være i konflikt- og fremmede for hinanden. Men på fodboldbanen er de på samme hold. De spiller sammen, træner sammen og taber eller vinder sammen. Det har skabt tætte relationer og venskab.

Og nu har de sammen kæmpet sig til en plads i pokalfinalen. Unge mennesker iført ens blå træningstrøjer løftede armene i vejret imens solen gik ned over Valby Idrætspark. De unge mennesker er

drengene fra Valby, Indre by, Nørrebro, Østerbro og resten af Københavns bydele. De har meget der skiller dem ad, men også noget der forener dem; glæden ved fodbold.

De er alle en del af FC Københavnerteamet og har netop vundet et tæt opgør mod virksomheden Verisure i semifinalen i Dansk Firmaidræts pokalturnering, der sluttede 7-5 efter forlænget spilletid.

Fodboldholdet blev etableret i 2019 som en del af en bydækkende gadeplansindsats i Københavns Kommune. De ansatte går på gaden seks dage om ugen, for at opsøge kriminalitetstruede unge mennesker fra udsatte boligområder. Formålet er at skabe tryghed og muligheder for de unge mennesker. Og netop herfra kommer de unge mennesker, som har spillet sig i pokalfinalen.

*"Dermed har fodboldholdet været med til at stoppe konflikter på gadeplan. For hvem gider at være i konflikt med den holdkammerat, der skal sikre dit hold sejren på banen i næste uge?"*

Det, der adskiller Københavnerteamets projekt fra andre sociale fodboldprojekter, er, at det her er lykket at samle unge på tværs af deres "normale" grupperinger, der ofte knytter sig til det område i byen, hvor de bor. Dermed har fodboldholdet været med til at stoppe konflikter på gadeplan. For hvem gider at være i konflikt med den holdkammerat, der skal sikre dit hold sejren på banen i næste uge?

Zaher fra Nørrebro, ser frem til at fortsætte på holdet og fortæller

*"De andre på holdet er mine venner, men selvom vi har det sjovt sammen, spiller vi også god og seriøs fodbold. Det kan du jo også se ved, at vi nu er kommet i finalen."*

Zaher fortæller også om, hvordan Københavnerteamet har hjulpet ham med at komme ind på hans drømmeuddannelse: *"Faktisk var Københavnerteamet også med til at få mig ind på Maskinmesterskolen, hvor jeg går. Dengang hjalp de mig med at skrive en god ansøgning til optagelsen."*

Nu glæder Zaher og vennerne sig til finalen i pokalturneringen, som finder sted fredag 18. september 17.30 i Kløvermarken.

## Bilag 5. Artikel om Torsdagscaféen 2021

### *De Unges Hus hjælper de unge med at stå på egne ben i voksenlivet*

23 juni 2021, Louise Geismar, Kommunikation

Alle unge har brug for et netværk at støtte sig op af i overgangen til voksenlivet. Men de unge, som er en del af De Unges Hus, har sjældent voksne omkring sig, der kan hjælpe dem med fx at bruge e-boks eller lægge et bæredygtigt budget. Derfor har De Unges Hus nu sat 'voksenliv' på skemaet.



Overgangen til voksenlivet kan være en sej proces for mange unge. Der er meget, der skal læres. Men de unge, Socialforvaltningen møder, har det oftest særligt svært og er typisk eneansvarlige for at skaffe sig en bolig og få etableret en voksentilværelse – med alt hvad der indebærer. Som en af de unge, der kommer i De Unges Hus, udtrykker det, er det temmelig angstprovokerende pludselig at skulle klare sig selv – uden noget netværk:

”Det føles som at være i en dyb pool uden bund. Når vandet slutter, så er der kun mørke

som du kan falde ned i. Du har tunge vægte sat på benene, og du prøver at træde vand, men det er meget udmattende. Når du er under 18 år, så er der et sikkerhedsnet under poolen, så du ikke falder helt ned i mørket. Men når du er over 18, så bliver det fjernet, og så ved du, at der ikke er nogen til at gribe dig længere.”

#### *Torsdagscafé med voksen-kompetencer på menuen*

De Unges hus har nu fået midler til at hjælpe unge mellem 17,5 og 23 år med de mange forskellige krav, der hører med til at træde ind i voksenlivet. Hver torsdag arrangerer de café for de unge, hvor de målrettet arbejder med både praktiske og sociale kompetencer.

Med udgangspunkt i forskellige oplæg støttes de unge i blandt andet at styre et budget, søge job, skrive sig op til en bolig, få en uddannelsesplan i jobcentret og betjene sig på nettet. Men torsdagscaféen er også et sted, hvor de unge kan øve sig i forskellige sociale spilleregler. For også det at indgå i sociale relationer på fx en arbejdsplads, kan være en udfordring for mange. Det har ikke været en del af de unges opvækst at have daglige fællesmåltider og samtaler med familie, kolleger eller andre større grupper, og de frygter ofte at være sociale med nye mennesker.

”Vi er rigtig glade for, at vi nu kan tilbyde den her indsats. De Unges Hus er et trygt forum hvor man kan prøve sig selv af og få nye erfaringer med at indgå i et fællesskab. Og de unges begejstring viser med al tydelighed, at det har været tiltrængt. De suger til sig og hjælper også hinanden rigtig meget, hvilket er en ekstra positiv gevinst ved café-arrangementet,” siger Lars Grenaa, der er socialpædagog i De Unges Hus.

#### *Henvis udsatte unge til De Unges Hus*

Arbejder du selv med unge, der kunne have gavn af den rådgivning, De Unges Hus tilbyder, kan du kontakte Lars Grenaa på: [kv6p@kk.dk](mailto:kv6p@kk.dk).

#### *Fakta om De Unges Hus*

De Unges Hus er en paraply af tilbud for udsatte Københavnske unge. Huset tilbyder forskellige gruppeforløb for udsatte unge, aktiviteter og væresteder rundt omkring i byen, hvor der også er åben, anonym rådgivning. Her møder medarbejderne omkring 100-150 unge om ugen og bliver ofte de unges faste holdepunkt i et sårbart livsforløb.

For nylig etablerede De Unges Hus en genbrugsstation, der ligeledes er en stor hjælp for de unge, der skal flytte i egen bolig. Her kan de nemlig overtage brugte ting og sager som fx mikroovne, tørrestativer, sengetøj, møbler og bestik – doneret af gavmilde københavnere.

#### *Luksusfælden var på besøg i torsdagscaféen i De Unges Hus*

På et af torsdagscafé-møderne havde De Unges Hus inviteret økonom Kenneth Hansen ud og holde oplæg om økonomistyring. Kenneth Hansen er samtidig vært på tv-programmet Luksusfælden og ser jævnligt, hvor galt det kan gå for unge mennesker, der stifter gæld og ikke har styr på deres økonomi. Han fortalte blandt andet de unge,

der mødte op i caféen, at der er ca. 230.000 danskere, der er registreret i RKI med en samlet gæld på 14 milliarder. Heraf udgør de 18-30-årige næsten en fjerdedel.

Kenneth Hansen påpegede på mødet, at han synes, at det er et stort problem, at privatøkonomi ikke er en del af undervisningen i skolen:

"Det er noget, som alle har brug for at kunne, og som vi som samfund lader være fuldstændig op til den enkelte at have styr på. Derfor er det for mange også meget skamfuldt for mange, når deres økonomi sejler. Jeg møder rigtig mange unge, som meget hurtigt ryger ud i nogle store økonomiske problemer."

Under café-mødet viste Kennet Hansen de unge, hvordan man lægger et budget, hvad forskuds- og årsopgørelser er, hvad køb på afbetaling betyder og præsenterede forskellige former for gældstyper.

En af de deltagende unge fortalte, at hun håber at få overskud til snart at lave et budget:

"Jeg er snart udlært og kommer til at tjene rigtige penge. Men min husleje er høj, og den er jeg jo bundet af. Jeg har også fået en bil og er faktisk overrasket over, hvad benzin koster. Og så har jeg masser af gæld. Så der er rigtig mange ting, der skal ind i det budget. Så det er fedt med sådan et oplæg her."

## Bilag 6. Artikel om Følgepraktikken

### Nyt samarbejde har gjort roden Nicoline til frivillig i Mjølnerparken

6. jan. 2021, af Jakob Markert, Center for Forebyggelse og Rådgivning

- Jeg har selv været lidt af en rod. Det har jeg mange gode snakke med de unge fra Mjølnerparken om. Det er fedt at komme og dele ud af mine erfaringer og få lov til at være en anden slags forbillede for de unge”, fortæller Nicoline.



Nicoline er en del af en mentoruddannelse, som De Unges Hus afholder for unge, der ønsker forandring i deres liv. En del af mentoruddannelsen er at være i følgepraktik i Ungdommens Røde Kors (URK), hvor frivillige fra URK matches med unge fra Mentoruddannelsen i teams. Hvert team skal sammen varetage rollen som frivillige i aktiviteter i URK.

I løbet af efteråret har Nicoline sammen med en veninde brugt en del tid i området omkring det udsatte boligområde Mjølnerparken på Nørrebro. Nicoline hængte ikke ud på

gaden, men lavede mad og snakkede sammen med Mjølnerparkens unge.

”Jeg synes, at det var rigtig fedt at være en del af praktikforløbet. De frivillige var meget imødekommende, åbne og nysgerrige. Jeg tror også, at de synes, at det var fedt at få os med. Jeg har jo ting til fælles med de unge i Mjølnerparken, som de andre frivillige måske ikke har”, siger Nicoline.

#### Følgepraktik som en del af Mentoruddannelse i De Unges Hus

Nicoline har i 2020 været en del af Mentoruddannelsen, som De Unges Hus for femte gang har afholdt for sårbare unge mellem 18-23 år, der har et ønske eller håb om forandring i deres liv. Formålet med uddannelsen er, at de unge gennem bl.a. fysiske aktiviteter, refleksionsforløb, psykologi, systemforståelse, uddannelsesvejledning og kommunikation oplever succes med at lære, samt at de opnår kvalifikationer til at kunne arbejde som mentorer og positive rollemodeller for udsatte unge.

Derudover består Mentoruddannelsen også af sociale arrangementer. I efteråret har programmet bl.a. stået på en mentorweekend, hvor de unge i grupper lavede aktiviteter som paintball og andet teambuilding.

Faglig koordinator i De Unges Hus Lars Grenaa er en af dem, der står for afviklingen af Mentoruddannelsen. Ham og hans kollegaer har i mange år drømt om også at få en følgepraktik i civilsamfundet integreret i forløbet. Det lykkedes igennem samarbejdet med URK for første gang i efteråret. Konceptet er, at de unge fra Mentoruddannelsen bliver matchet med frivillige hos URK. Praktikforløbet skal derfor give de unge en mulighed for at afprøve det, som de har lært om mentorrollen, ude i URK's aktiviteter.

”Da den her idé opstod, tænkte jeg: Yes! Det er noget, vi altid har ønsket, men som har været svært at udfolde i kommunalt regi. Så jeg tænkte med det samme, at samarbejdet med URK kan blive nøglen til, hvordan vi kobler de unge sammen med civilsamfundet”, siger Lars Grenaa og uddyber:

”Anerkendelse ude fra samfundet er noget, som mange af vores unge mangler. De har i De Unges Hus og i vores Mentoruddannelse fået en masse teoretisk viden, som de i følgepraktikken har mulighed for at afprøve i praksis”.

#### Idéen passede som hånd i handske med URK's tanker

Det er ikke kun i De Unges Hus, at de syntes, at følgepraktikken lød som en god mulighed. Da kommunen henvendte sig til URK med deres idé om at skabe brobygning gennem frivillige fællesskaber, var de også hurtige til at gribe bolden.

”I URK har vi en strategi om, at vi gerne vil åbne vores fællesskaber op for alle. Vi ved også, at det rykker unge at være frivillig. Så idéen, de kom med, passede som hånd i handske med vores tanker”, fortæller programkonsulent Ida Seest Dam, der i efteråret har fungeret som URK's bindeled mellem de frivillige og unge.

”Vores fokus er på at skabe ung-til-ung-relationer og ikke på, at ressourcestærke skal give noget til resourcesvage. Vi mener, at alle kan bidrage med noget. Det kan du, hvis du studerer psykologi, men det kan du i den grad også, hvis du kommer med en lidt mere broget tilgang”, siger hun.

Selvom viljen og lysten til at starte følgepraktikken var stor, så mødte planlægningen dog nogle udfordringer, da Coronavirussen pludselig lukkede store dele af landet ned, hvilket også satte begrænsninger for frivilligrupperne i URK's aktiviteter.

"Derfor blev jeg også bare så glad, da vi holdt infomøde, hvor vores frivillige og de unge mødte hinanden for første gang. Det var fantastisk at se, at vores frivillige stod klar med åbne arme, ligesom jeg blev helt rørt over de unges engagement. Der blev det tydeligt for mig, at selvom opstarten var en tung proces, så gav det hele bare mening", fortæller Ida Seest Dam.

### **"Jeg har ting til fælles med de unge i Mjølnerparken"**

Netop den store opbakning har været med til, at det i efteråret på trods af de svære betingelser er lykkedes at få Nicoline og syv andre unge fra Mentoruddannelsen til at gennemføre deres følgepraktik. De unge blev fordelt på forskellige af URK's aktiviteter, og det er altså i den forbindelse, at Nicoline og hendes veninde har brugt mange tirsdage i Mjølnerparken.

URK's tirsdagsaktiviteter i Mjølnerparken består af to dele. Først mødes en gruppe piger i alderen 8-13 år i "Klub Seje Tøser", hvor de bager, leger, spiller, laver mad og andre kreative ting sammen med de frivillige. Derefter kommer "Madklubben Mjølnerparken", der er for unge i alderen 14-18 år og laver mad. Selvom Nicoline ikke har tidligere erfaring som frivillig, kan hun mærke, at Mentoruddannelsen har givet hende nogle værktøjer til at håndtere hendes nye rolle som frivillig.

"Jeg prøvede at tage nogle af de ting, som vi har lært på Mentoruddannelsen, med ud i praksis. Det tror jeg hjalp mig. Det lå hele tiden i baghovedet, at hvis en pige fx kom og sagde 'fuck dig' til mig, så startede jeg med at tænke over, hvorfor hun sagde det i stedet for bare at blive sur på hende", fortæller Nicoline.

### **Nicoline er nu blevet rigtig frivillig**

Nu hvor forløbet er slut sidder Ida Seest Dam da også tilbage med indtrykket af, at følgepraktikken er gået rigtig godt ude på aktiviteterne, og at alle parter har fået noget brugbart ud af det.

"Det, jeg hører, er, at de frivillige har været glade for at få de unge med. De siger, at det har været fedt at lære dem at kende, og at de også bidrager med nye perspektiver til det frivillige arbejde", siger hun og fortsætter:

"Alle de frivillige har også sagt, at de unge er velkomne til at fortsætte som rigtige frivillige hos dem. Det har flere af dem indtil videre også gjort. Nu er det så op til dem selv at bevare kontakten".

Nicoline er da også en af dem, der fortsat kommer som frivillig i Mjølnerparken "alle de tirsdage, hvor hun ikke har andre planer". Som hun selv siger, så er hun nu "rigtigt med", hvilket alligevel er noget andet end at være praktikanten fra Mentoruddannelsen.

### **Samarbejdet har givet nye muligheder**

Netop det, at de unge efter følgepraktikken fortsætter med at engagere sig som frivillige i URK, er en af de involverede i projektets drømme. At den drøm allerede ser ud til at blive realiseret i år, viser for Lars Grenaa, hvor meget potentiale der er i De Unges Hus' samarbejde med URK.

"Samarbejdet med URK har været rigtig godt og nemt. Den energi og drive, der er hos de frivillige i URK, har givet en masse og gjort det muligt for os at lave et fleksibelt praktikforløb, som ville være svært for os at lave selv", siger han. Ida Seest Dam har også kun positive ting at sige om samarbejdet med De Unges Hus og de nye muligheder, som det har givet til de unge.

"Vi har været rigtig glade for samarbejdet med Socialforvaltningen, som vi mener har et godt blik på arbejdet med frivillige. Samtidig giver det de unge noget, som vi gerne vil bakke op om. Derfor er vi også glade for, at vi i 2021 fortsætter samarbejdet", siger hun.

Til marts starter det næste kuld unge nemlig på De Unges Hus' Mentoruddannelse, og også de skal i den forbindelse ud i følgepraktik i URK. Kender du en ung, der ligesom Nicoline kunne have godt af at engagere sig i nye positive fællesskaber, så kan du læse mere om Mentoruddannelsen på [deunges.kk.dk](http://deunges.kk.dk) eller tage direkte kontakt til Lars Grenaa på tlf.: 21 32 15 38.

Samarbejde om følgepraktik mellem De Unges Hus og Ungdommens Røde Kors er en delaktivitet i projekt Et Sundt Ungeliv forankret i Center for Forebyggelse og Rådgivning og finansieret af Veluxfonden.

## Bilag 7. Artikel om musikfællesskabet i Turning Tables

### *Musikfællesskab har givet unge i rusmiddelbehandling mere selvværd*

16. marts 2021, af Jakob Markert, Center for Forebyggelse og Rådgivning

Det seneste år har U-turn samarbejdet med ngo'en Turning Tables om et kreativt musikfællesskab, hvor unge i rusmiddelbehandling kan komme og arbejde med deres kreative idéer. En af de unge, der har været med, siger, at muligheden for at lave musik med Turning Tables er det fedeste, der er sket i hans liv.



På Studiestræde ligger Københavns Kommunes rusmiddelbehandling til unge, U-turn, der tilbyder åben anonym rådgivning samt forskellige gruppe og individuelle behandlingsforløb. Her kombineres samtaler bl.a. med sportsaktiviteter og musikprojekter for de unge.

I kælderens er der således indrettet et lille studie, hvor de unge sammen med deres behandler kan arbejde med deres historie gennem tekst og musikproduktion. I U-turn har de dog længe haft en drøm om at gøre mere ved musikken og invitere unge ind i et

kreativt, trygt og ungestyret produktionsfællesskab uden for U-turn. Sidste forår blev drømmen til virkelighed, da de startede et samarbejde med den lille ngo Turning Tables, som arbejder med film, foto og musik for at styrke unges livssituation.

“Turning Tables kan give de unge mere af det, som vi selv gerne vil give dem. På den måde er samarbejdet en udlicitering og professionalisering af vores arbejde. De har simpelthen bedre faciliteter til de unge, som kan være med til at give dem en endnu større følelse af at kunne noget og af at blive taget seriøst”, siger Frederik Bøhling, der er behandler i U-turn og en af de ansvarlige for samarbejdet med Turning Tables.

#### Relation baseret på et fælles tredje

Medarbejderne i Turning Tables er ikke behandlere. De kommer derimod med en baggrund inden for kunst og kultur. Relationen med de unge er derfor baseret på et fælles tredje, som netop er den kunst eller kultur, de arbejder med.

“Jeg kan mærke, at de unge og vores medarbejdere har udviklet et stærkt fællesskab, hvor alle drager omsorg for hinanden og altid bakker hinanden op. På den måde er de også hele tiden med til at løfte hinanden”, siger leder og medstifter af Turning Tables danske arbejde, Martin Højland, og fortsætter:

“På tværs af alder, kultur, etnicitet og køn er der opstået et fællesskab med en hel vild energi. Alle vores medarbejdere glæder sig altid meget til at have vagter i U-turn-projektet, fordi gruppen bare er så fed at arbejde med”.

Martin Messell er en af de medarbejdere i Turning Tables, der bruger meget tid i studiet sammen med de unge fra U-turn. De unge kommer i studiet fire timer hver onsdag, hvor de både kan deltage i personlige en-til-en-sessioner eller arbejde frit med de forskellige projekter, de er i gang med. I studiet får de musikalsk råd og vejledning fra erfarne musikfolk som rapperen Carlos Demsitz, der nok er bedst kendt under kunstnernavnet Mund De Carlo, og musikproducenten Milad Genius.

“De kan være med til at bekræfte de unge i, at de rent faktisk er gode. Når en ung fx har skrevet en meget personlig tekst, så giver det da et kæmpe boost, hvis en professionel rapper eller tekstinstruktør rent faktisk mener, at det virkelig er godt”, siger Martin Messell.

#### Har givet Anna modet til at kaste sig over musikken

En af de unge, der har nydt godt af at blive bekræftet i Turning Tables, er en 23-årig, som vi i artiklen har valgt at kalde for Anna. Anna har altid drømt om at lave musik og har i mange år været en del af en meget musikalsk



omgangskreds. Hun har dog kæmpet med angst og lavt selvværd, så selvom hun tidligere har haft flere muligheder for at indspille sin musik, har hun aldrig fået gjort det færdigt. Det ændrede sig dog, da hendes behandler i U-turn sidste sommer foreslog, at hun tog ned til Turning Tables.

“Først tænkte jeg, at det sikkert var sådan et nederen kommunalt projekt. Jeg har igennem mit liv oplevet meget med pædagoger osv. Men en dag vågnede jeg alligevel op og besluttede mig for at tage derhen for at se, hvad det var. Det viste sig at være noget helt andet, end jeg havde frygtet”, siger Anna.

Anna fortæller, at hun har meget travlt for tiden. Om fem dage skal hun for første gang udgive sin egen musik, som hun har produceret hos Turning Tables. Tiden går derfor med at planlægge release, oprette fanpages på sociale medier og ikke mindst lave de sidste ting færdig på den musikvideo, som hun længe har knoklet med.

“For et halvt år siden ville jeg ikke have turdet at stille mig foran et kamera og udgive min egen musik, men her i Turning Tables er jeg blevet bekræftet i, at jeg er god nok. Før slappede jeg ikke af, når jeg lavede musik, men her er der bare comfortable. Der er en helt vild god energi, og alle respekterer hinanden”, siger Anna.

### Giver de unge en indirekte behandling

I de miljøer, hvor Anna tidligere lavede musik, var det ikke sjældent, at der blev tændt en joint i studiet. Generelt fylder især alkohol og hash en del i mange unge musikmiljøer og -fællesskaber. Hos Turning Tables er studiet dog rusmiddelfrit.

“Det er vigtigt at sige, at Turning Tables ikke er rusmiddelbehandling. Vi har en løbende dialog, og har blandt andet snakket om, hvor meget de unge må synge om at tage stoffer. Det må de godt, og det er fedt, hvis deres tekster kan skabe øget forståelse. Det vigtige er bare, at det ikke må blive forherligende”, siger Frederik Bøhling og fortsætter:

“Samtidig tror jeg, at udfoldelserne i Turning Tables virker som en indirekte behandling. Jeg kan mærke, at det giver de unge selvtillid, motivation og en tro på dem selv, der også er med til at øge deres lyst til at komme til samtaler her i U-turn. De succesoplevelser, de får, giver dem en tro på, at ting godt kan lade sig gøre – også når det handler om at komme ud af et problematisk rusmiddelbrug”, siger han.

Personalet i Turning Tables har ikke den samme socialfaglige rygrad, som de ansatte i U-turn møder de unge med. Derfor gør Martin Messell også nogle gange behandlerne opmærksom på det, så de kan tage en snak med den unge, hvis han fx kan se, at en af de unge har haft en hård weekend.

“Når der kommer en ny ung ind i projektet, får vi ikke at vide, hvad det er for dæmoner, personen slås med. Det har vi heller ikke brug for at vide. Jeg tror, at det er ret vigtigt, at det er adskilt. Når det er sagt, så fylder rusmidlerne meget i nogle af teksterne. Det er jo klart, når det fylder meget i deres liv”, siger Martin Messell.

### “Jeg har været så vild, at jeg næsten døde af det”

En 27-årig, som vi i artiklen kalder for Bo, bruger sine sangtekster til at bearbejde dårlige oplevelser. Da han for et par år siden blev henvist til U-turn af sin læge, havde han mange problemer i sit liv, der blandt andet relaterede sig til hans brug af rusmidler.

“Jeg har været rigtig vild. Så vild at jeg næsten døde af det. De oplevelser vil altid være en del af mig, selvom jeg tidligere har forsøgt at benægte det. Nu har jeg i stedet skrevet en tekst om det. At høre sig selv sige tingene højt gør det lettere at lukke kapitler og acceptere fortiden. Det er faktisk som at gå til psykolog”, siger Bo.

I U-turn brugte Bo også meget tid i deres lydstudie. Ligesom Anna har han altid drømt om at lave musik, og oplevelserne i U-turn gav ham blod på tanden. Det var dog først, da han hørte om det nye musiksamarbejde med Turning Tables, at Bo fik det sidste skub.

“Mange rappere skriver tekster, hvor de siger: “You just have to do it”, men det kan man ikke bare sige til en misbruger. Jeg havde brug for støtte til at realisere min drøm, og det har jeg fået nu”, siger han.

### Drømmer ikke om et rockstar-liv

Netop muligheden for at samarbejde med professionelle musikere og få feedback fra dem har betydet meget for Bo. Da det første gang gik op for ham, at han skulle lave musik sammen med Mund De Carlo, hvis musik han har hørt meget, blev han helt starstruck.

“Jeg forstår stadig ikke helt, hvordan jeg har gjort mig fortjent til at være her. Jeg har altid været lidt inde i en boble, så musikken hjælper mig også med at danne min egen identitet. Jeg har lært at kigge ind i mig selv og skrive tekster om det, som jeg har oplevet”, siger han.

Bo og Anna er også blevet gode venner, efter de mødte hinanden hos Turning Tables. De fortæller begge om et stærkt sammenhold mellem de unge, og Bo kalder ligefrem studiet for deres tempel. For dem begge er det ikke drømmen om at blive store stjerner, der driver dem. De er bare taknemmelig for at få lov til at lege og udtrykke sig gennem deres musik.

”Det her er en chance, jeg har fået, som jeg aldrig nogensinde vil smide fra mig. Nogle gange føles det, som om jeg har taget stoffer og bare drømmer det hele – men jeg er fucking clean! Det er det fedeste, der er sket i mit liv, og jeg fortsætter med at komme i Turning Tables lige så længe, jeg får lov”, siger Bo.

### **”Vi har intet ønske om at få dem hurtigt ind og ud”**

Indtil nu har samarbejdet foregået i regi af Københavns Kommunes udviklingsprojekt Et Sundt Ungeliv, der finansieres gennem Veluxfonden. Projektet udløber dog til sommer, men både hos U-turn og Turning Tables håber de, at de alligevel kan finde en vej, hvor de kan fortsætte samarbejdet.

Hos Turning Tables har de masser af nye idéer til projektet. For Martin Højland vil det være optimalt, hvis man kan finde en løsning, hvor der kan inkluderes flere unge fra U-turn samtidig med, at de nuværende unge kan fortsætte med at komme.

”Jeg tror, man skal passe på med at forestille sig, at de unge gennemgår et udviklingsforløb hos os, hvor de efter lidt tid bare har forbedret deres evner til at mestre livet. Vi vil gerne have, at man kan træde længere og længere ind i vores organisation. Måske kan de unge fx på et tidspunkt begynde at undervise mindre børn ude i vores projekter i boligområderne”, siger han og fortsætter:

”Der er mange muligheder, og vi har slet ikke noget ønske om, at de unge skal hurtigt ind og ud. Men det afhænger selvfølgelig af, hvad der er finansiering til”



Bilag 8. Artikler om 'Flavourskabet - Den Unge Byhave' 2020

# PLANTESTØTTE

## - hver en plante gør en forskel

Hvert år støtter Haveselskabet et almennyttigt projekt. I år samler vi penge ind til *Den unge byhave - Flavourskabet*, et haveprojekt rettet mod sårbare unge i Københavns kommune. Projektet foregår i vores egen have på Frederiksberg. Vi håber, at du vil være med til at støtte de unge ved at give et bidrag, der skal gå til køb af planter.



FOTO: HAVESKABET



### Sådan yder du plantestøtte

Projektet mangler penge til

at købe flere planter, og her kan Haveselskabets medlemmer være med til at hjælpe. Vi vil gerne samle 20.000 kr. ind, og så donerer Haveselskabet yderligere 20.000 kr., der går til indkøb af planter til de unges højbedshave.

Hvis du vil være med til at støtte projektet "Den unge byhave Flavourskabet", kan du bidrage med 200 kr., som betales via mobilepay 91277 - eller til kontonummer: reg.nr. 2228 konto.nr. 8756 358 7037.

Haveselskabet er godkendt af Skattestyrelsen, derfor kan du opnå skattefradrag fra første krone, når du støtter Haveselskabet. Se mere på [haveselskabet.dk/plantestotte](http://haveselskabet.dk/plantestotte)

**N**år man som ung forsøger at kvitte sit brug af rusmidler, kan man komme til at opleve stor ensomhed i processen. For rusmidlerne har været så indgroet i hverdagen og i ens vennekreds. Nogle isolerer sig for ikke at blive fristet.

Derfor har Københavns Kommune fokus på at skabe nye aktiviteter, som de sårbare unge kan engagere sig i sammen med andre unge, hvor omdrejningspunktet er et helt andet. En af de aktiviteter er Haveselskabet gået ind i, for hvad kunne være mere oplagt end at etablere et haveprojekt, der kan give de unge nogle gode oplevelser med jord under neglene sammen med en række frivillige og professionelle havefolk? Vi ved jo, at

havearbejde gør godt, og man snakker så fint sammen, mens man graver, vander og luger.

I Haveselskabets Have blev der i juni etableret en højbedshave, som de unge er med til at dyrke. Håbet er, at det kan være med til at ændre deres fokus i hverdagen og støtte de unge i deres forandringsprocesser - væk fra de problemgivende rusmidler.

Haven er en del af projektet "Et Sundt Ungeliv", som er finansieret af Velux Fonden, og det er de urbane bønder fra TagTomat, som I kender fra showhaverne på CPH Garden, der har bistået Københavns Kommune med at udvikle og etablere projektet.



LIGE NU I  
**HAVESSEL SKABET**

**Om Haveselskabet**

Haveselskabet er en non-profit-forening. Vi lever og ånder for at sprede haveliden og havesglæde. Vi vil fremme mangfoldigheden og den bæredygtige tankegang i haverne, øge biodiversiteten og forbedre livet for dyr og planter. Det gør vi i fællesskab i hele landet gennem vores frivillige i lokale afdelinger og kredse.

**Rettelse til artikel om veteranisering af træer**

I Havnens artikel om at veteranisere træer i augustnummeret blev der ved en fejl henviset til DTU (Danish Treeplejeforening). DTU arbejder med god pleje af træer for at forlænge træernes levetid og skønhed. De arbejder ikke med veteranisering. Vi beklager fejlen.



FOTO MARTIN SØLVIST

*Vi dyrker  
haveskolen*

**Tak for støtten  
til de unge!**

Haveselskabet har i sommeren 2020 samlet ind til det almennyttige projekt: Den unge byhave - Fællesskaber, et haveprojekt rettet mod sårbare unge i Københavns Kommune. Vi er meget glade for, at medlemmerne har indsamlet 25.800 kroner til projektet. Det beløb fordobler Haveselskabet og donerer det samlede beløb til projektet. Pengene er tilzænk købt af planter og hvad de unge ellers har brug for i deres byhave. Haveselskabet sender en stor tak til de mange, der har doneret penge til projektet.



FOTO KATHRINE



FOTO KATHRINE



FOTO KATHRINE



FOTO KATHRINE



FOTO MARTIN SØLVIST

**Grushaven er vokset til**

Sidste sommer blev der tilplantet en ny grushave med overvældende tørketålerende stauder og græsser plantet i grus. Allerede i år har grushaven taget form og stået flot i sensommeren. Planterne er leveret af Overdam Planteskole og tilblivelsen støttet af Havelønden af 2007.

Se flere nye tiltag i Haveselskabets have side xxx.



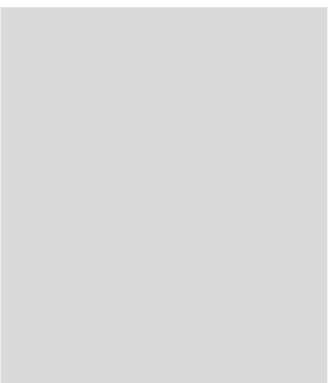
FOTO KATHRINE

**Fejlinformation om zink i vandet i Havens august-nummer**

En del læsere har henvendt sig til Haveselskabet på grund af en formulering om opsamlning af regnvand i Havens august-nummer. Og med god grund. Vi skrev, at man skal undgå at bruge opsamllet regnvand fra zinktagere og bruge det til havevanding. Det er der imidlertid ikke belæg for at sige. Zink er et mineral som både planter og mennesker har brug for i små mængder, og det er netop små mængder der er tale om, når man vander med indsamlet regnvand, der har løst i zinktagere og nedløbsrør. Det er derfor heller ikke et problem at vandre med zinkvandrødder eller at dyrke planter i zinkbølger. Vi beklager den upræcise information, som har givet anledning til undren hos mange.

**Medlemstilbud fra  
Jespers Planteskole**

Et kommet endnu



## Bilag 9. Billeder fra fotobogen 'Flavourskabet - Den Unge Byhave'

Fotobog 2020: [fotobog\\_flavourskabet\\_saeson\\_2020](#)

Fotobog 2021 kan rekvireres fra projektgruppen i Et Sundt Ungeliv



Bilag 10. Plakat om 'Fald Fremad'



Hvad har skateboarding, kampsport og parkour til fælles?  
Du skal turde falde og falde rigtigt!

# VIL DU VÆRE FALDEKSPERT?

I Fald Fremad bliver du uddannet hjælpetræner i faldteknik sammen med andre unge (15-23 år). Du bliver guidet gennem forskellige faldøvelser i sjove og inspirerende omgivelser og bliver en del af et fedt fællesskab.

Hej! Jeg hedder Mathias, og det er mig, der underviser. Mød mig her



Kom med når vi starter nyt hold d. 3. maj 2021 kl. 18.30-20.00. Forløbet er hver mandag i 6 uger i KU.BE: Dirch Passers Allé 4, 2000 Frederiksberg

Efter hver træning spiser vi en sandwich sammen. Det kræver ingen erfaring, og alle kan være med!

Tilmeld dig på sms til Marie: 2933 7464  
Vi ses!



## Bilag 11. Resultater fra spørgeskemaundersøgelsen blandt 37 unge

Fællesskab/delprojekt	Antal	Procent
Fodboldfællesskabet	18	49 %
Torsdagscaféen	10	27 %
Følgepraktik med Ungdommens Røde Kors	0	0 %
Musikfællesskab i Turning Tables	2	5 %
Flavourskabet - den unge byhave	5	14 %
Fald Fremad	2	5 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Aldersfordeling	Antal	Procent
17	1	3 %
18	3	8 %
19	2	5 %
20	5	14 %
21	6	16 %
22	7	19 %
23	3	8 %
24	1	3 %
Over 24	6	16 %
Uoplyst	3	8 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Køn	Antal	Procent
Kvinde	14	38 %
Mand	21	57 %
Non-binær	1	3 %
Uoplyst	1	3 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Hovedbeskæftigelse	Antal	Procent
Jeg er i skole/under uddannelse	16	43 %
Jeg er i arbejde (fritidsjob, deltid eller fuldtid)	14	38 %
Både skole/uddannelse og arbejde	3	8 %
Ikke i skole/uddannelse /arbejdsmarked	2	5 %
Ved ikke	0	0 %
Uoplyst	2	5 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Føler du, at du har været en del af et fællesskab?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	31	84 %
Ja, i nogen grad	6	16 %
Hverken eller	0	0 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	0	0 %
Ved ikke	0	0 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>



Føler du, at du har haft indflydelse på de aktiviteter, I har lavet?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	20	54 %
Ja, i nogen grad	9	24 %
Hverken eller	6	16 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	1	3 %
Ved ikke	1	3 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har du oplevet at få nye relationer/venner?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	24	65 %
Ja, i nogen grad	9	24 %
Hverken eller	4	11 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	0	0 %
Ved ikke	0	0 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din tid i forløbet haft betydning for dine relationer til folk udenfor fællesskabet?	Antal	Procent
Ja, meget positiv betydning	16	43 %
Ja, positiv betydning	15	41 %
Ingen betydning for mine relationer udenfor	4	11 %
Ja, negativ betydning	0	0 %
Ja, meget negativ betydning	0	0 %
Ved ikke	1	3 %
Uoplyst	1	3 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din tid i forløbet givet dig mere overskud i hverdagen?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	14	38 %
Ja, i nogen grad	19	51 %
Hverken eller	3	8 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	0	0 %
Ved ikke	1	3 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din tid i forløbet haft betydning for, hvordan du har det med dig selv?	Antal	Procent
Ja, meget positiv betydning	15	41 %
Ja, positiv betydning	17	46 %
Ingen betydning	4	11 %
Ja, negativ betydning	0	0 %
Ja, meget negativ betydning	0	0 %
Ved ikke	1	3 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din tid i forløbet haft betydning for din generelle tilfredshed med livet?	Antal	Procent
Ja, meget positiv betydning	13	35 %
Ja, positiv betydning	16	43 %
Ingen betydning	6	16 %
Ja, negativ betydning	0	0 %
Ja, meget negativ betydning	0	0 %
Ved ikke	2	5 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din i forløbet givet dig lyst til at prøve noget nyt i dit liv?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	14	38 %
Ja, i nogen grad	15	41 %
Hverken eller	3	8 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	0	0 %
Ved ikke	5	14 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din tid i forløbet haft betydning for dit syn på fremtiden?	Antal	Procent
Ja, meget positiv betydning	15	41 %
Ja, positiv betydning	16	43 %
Ingen betydning	3	8 %
Ja, negativ betydning	0	0 %
Ja, meget negativ betydning	0	0 %
Ved ikke	3	8 %
Uoplyst	0	0 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Føler du, at du har lært noget, som du kan bruge i andre sammenhænge?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	15	41 %
Ja, i nogen grad	17	46 %
Hverken eller	2	5 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	0	0 %
Ved ikke	1	3 %
Uoplyst	2	5 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

Har din tid i forløbet været værdifuld for dig?	Antal	Procent
Ja, i høj grad	24	65 %
Ja, i nogen grad	10	27 %
Hverken eller	1	3 %
I lav grad	0	0 %
I meget lav grad	0	0 %
Ved ikke	0	0 %
Uoplyst	2	5 %
<b>Samlet</b>	<b>37</b>	<b>100 %</b>

## Bilag 12. Detaljeret overblik over opkvalificeringsaktiviteter 2019

Indhold	Dato og antal	Kompetence
Konference: <i>'Unge og involvering - involvering i tilgange i arbejdet med unge'</i>	22.10.19 Hel dag 2 medarbejdere	Inspiration til hvordan involvering af unge som metode kan bidrage til at øge social og psykisk sundhed blandt udsatte unge.
Temadag: <i>'Krop og psyke'</i>	6.9.19 Hel dag 32 medarbejdere	Øget viden om krop, stress og nervesystem samt konkrete øvelser, som medarbejderne kan anvende i individuelle behandlingsforløb og gruppeforløb for at øge de unges psykiske og fysiske sundhed.
Inspirationsoplæg: <i>'Frivillighed i socialt arbejde'</i>	27.3.19. 6 timer 6 medarbejdere  2.9.19. 2 timer 10 medarbejdere  29.8.19 2 timer 2 medarbejdere	Inspiration og øget viden om frivillighed som metode til at øge psykisk og social sundhed blandt udsatte unge.
Konference: <i>'Frivillighed 2019'</i>	23.9.19. Hel dag 3 medarbejdere	
Konference: <i>'Storbyens hjerte og smerte - unge og fællesskaber'</i>	9.-11.10.19 3 hele dage 8 medarbejdere	Inspiration og øget viden om, hvordan man skaber positive fællesskaber for alle unge, herunder hvordan positive fællesskaber kan øge fysisk, psykisk og social sundhed blandt udsatte unge.
Konference; <i>'Fritidsjobkonference 2019 - FRAK'</i>	28.11.19. Hel dag 4 medarbejdere	Inspiration og øget viden om betydning af fritidsjob for unge samt erfaringer fra fritidsjobindsatser.
Fagligt træf: <i>'Socialrådgiverdage 2019'</i>	30.-31.10.19. To hele dage 4 medarbejdere	Øget viden om sundhed og trivsel samt brobygningsmuligheder blandt udsatte unge.
Temadag: <i>'Sociale hierarkier'</i>	Hel dag 10 medarbejdere	Inspiration og øget viden til at etablere og håndtere fællesskaber med unge, der er præget af forskellige identitetsmarkører og magtstrukturer.

## Bilag 13. Detaljeret overblik over opkvalificeringsaktiviteter 2020

Indhold	Dato og antal	Kompetence
Besøg fra ASPA, Askovfonden	21.02.20 2 timers oplæg 15 medarbejdere	Information om Askovfondens cafétilbud ASPA og drøftelser om samarbejdsmuligheder for brobygning af unge. Nøgleperson i U-turn blev udvalgt som kontaktperson for samarbejde med ASPA. NB. 3 unge fra U-turn er brobygget til gruppeforløb, der skal styrke unges selvværd i ASPA i 2020.
Online konference om ungefællesskaber v. SPUK	28.05.20 3 timer 8 medarbejdere	Inspiration til hvordan involvering af unge kan bidrage til at øge social og psykisk sundhed blandt udsatte unge.
Webinar: Aktive fællesskaber for sårbare børn og unge post corona v. Idrætsmøde	17.06.20 1 time 2 medarbejdere	Inspiration og øget viden om de unges oplevelse af COVID-19, og hvordan man kan imødekomme deres behov for fællesskab ved digitale løsninger.
Webinar om sundhed blandt københavnske unge v. Sundhedsforvaltningen i KK	26.06.20 3 timer 2 medarbejdere	Viden om social og psykisk sundhed blandt unge i København og inspiration til tilbud, der kan hjælpe de unge.
Faglig Trivselsdag i U-turn	04.09.20 8 timer 38 medarbejdere	<i>Første del:</i> Øget viden om sammenhænge mellem natur og øget sundhed samt konkrete anvisninger til, hvordan medarbejderne kan bruge naturen for at øge de unges psykiske og fysiske sundhed. <i>Anden del:</i> Besøg af kommunens Traumeprojekt for at øge medarbejdernes kompetencer til at identificere unge med stærk mistro og mistanke om traumer for at brobygge dem til relevante tilbud hurtigst muligt samt samarbejde med U-turn.
Oplæg v. Fritidsliv og Fritidsjob ved Mentor	13.11.2020 2 timer 38 medarbejdere	Information om projekt Fritidsliv og Fritidsjob med Mentor og drøftelser om samarbejdsmuligheder for brobygning af unge til fritidsjob og foreningslivet for at øge deres sociale mobilitet.

## Bilag 14. Detaljeret overblik over opkvalificeringsaktiviteter 2021

Indhold	Dato og antal	Kompetence
Oplæg på 'Coronahøjskolen' for medarbejdere i BROFI	23.03.21 1 time 10 medarbejdere i BROFI	Oplæg om projekt Et Sundt Ungeliv og fokus på sundhedsfremme i socialt arbejde. Inspirations til arbejdet med sundhedsfremmende fællesskaber
Intern uddannelse i U-turn	21.05.21 6 timers temadag 25 medarbejdere	Tema om fællesskabende aktiviteter "Fællesskab før gruppe før behandling. Én del af en bred tilgang til socialt arbejde" Inspiration til hvordan man kan arbejde med ungefællesskaber i socialt arbejde. Oplæg fra unge fra forskellige fællesskaber i U-turn
Oplæg på 'Coronahøjskolen' for medarbejdere i BROFI	01.06.21 1 time 8 medarbejdere fra BROFI	'Fra udsat til mentor' - oplæg om samarbejdet mellem Mentoruddannelsen og Ungdommens Røde Kors - social mobilitet og positionsskifte i det sociale arbejde
Oplæg på 'Coronahøjskolen' for medarbejdere i BROFI	13.08.21 1 time 8 medarbejdere fra BROFI	'Jord under neglene i det sociale arbejde. Om terapeutiske haver og erfaringer fra U-turns byhave Flavorskabet'