

## AKTIVITETSSKEMA

Formålet med dette aktivitetsskema er at afdække hvilke aktiviteter, der gennemføres i jeres kommune i pilotfasen af Fælles om Ungelivet.

Skemaet udfyldes for alle de aktiviteter, der planlægges i forbindelse med arbejdet med at udvikle og afprøve Fælles om Ungelivet, både internt i kommunen og eksternt med forældre og lokale aktører.

Eksempler på aktiviteter kan være formidling, mødeaktiviteter, workshops, udarbejdelse af handleplaner, faglige oplæg, uddannelse af medarbejdere i kommunen, networking og etablering af forskellige fora. Det kan også være udvikling og afvikling af konkrete aktiviteter med forældre, lokalsamfund eller de unge som målgruppe, fx alkoholfri arrangementer, fritidstilbud og lignende.

Ved nogle aktiviteter vil det være den kommunale projektgruppe, der udfylder skemaet, mens det ved andre aktiviteter kan være en fordel, at samarbejdspartnere, forældre og/eller lokale aktører enten deltager eller udfylder skemaet selv. Det er den kommunale projektgruppe, der har det endelige ansvar for at få skemaerne udfyldt.

**Som udgangspunkt skal der udfyldes ét skema per aktivitet – i de tilfælde, hvor der er tale om samme aktivitet udført i forskellige settings eller med forskellige målgrupper er det dog muligt at gruppere disse og udfylde ét skema, hvori lokale variationer kan beskrives. Et eksempel på en sådan aktivitet kan være informationsmøder til forældre afholdt på flere forskellige lokale skoler.**

**Skemaet kan udfyldes løbende og gerne både før og efter en aktivitet er afholdt.**

Med udgangspunkt i skemaerne følger programsekretariatet fra SST **hvert kvartal** op på, hvordan det gik med aktiviteterne; herunder erfaringer og eventuelle udfordringer med selve gennemførelsen af aktiviteterne.

<b>AKTIVITETENS NAVN</b>	Idrætsforening møder Fitness Center
<b>STED FOR AFHOLDELSE (herunder online)</b>	Odder Fitness Center
<b>ANSVARLIG AKTØR / ORGANISATION</b>	Fælles om ungelivet i samarbejde med Odder Hoops (basketball) og Odder fitness Center.
<b>EVENTUELLE SAMARBEJDSPARTNERE</b>	Odder Hoops, Odder fitness Center, Odder Håndbold, BMI, Odder Atletik og Odder Bordtennis.
<b>HVILKEN TYPE AKTIVITET ER DER TALE OM?</b>	
a) <b><u>Kommunalorganisatorisk</u></b> Defineret som aktiviteter internt i egen kommune eller på tværs af kommuner i arbejdet med at planlægge, projektere og definere Fælles om Ungelivet	
b) <b><u>Lokalorganisatorisk</u></b> Defineret som aktiviteter og handlinger, der involverer og er målrettet de lokale aktører og samarbejdspartnere, der skal omsætte data	
c) <b><u>Lokal aktivitet</u></b> Defineret som konkrete handlinger og aktiviteter målrettet de unge og/eller som iværksættes lokalt efter lokal formidling af data	X

<p><b>MÅLGRUPPE</b></p> <p>Beskriv målgruppen så præcist som muligt (ud fra relevante karakteristika, fx faglig baggrund, aldersgrupper, køn, sociale baggrunde, uddannelsesnivea, familier/par/enlige etc.)</p>	<p>Primær målgruppe:</p> <p>Aktive deltagere. Unge medlemmer af de lokale idrætsforeninger.</p> <p>Sekundær målgruppe:</p> <p>Foreningerne. Udvikle koncept til udrulning i resten af ungdomsholdene i foreninger i Odder Kommune. Odder Hoops og Odder fitness Center startede.</p>
<p><b>ANTAL DELTAGERE</b></p>	<p>Ca. 40 unge træner hver uge i fitness-centeret. De unge kommer fra hhv. Odder Atletik, Odder Håndbold, Odder Bpordtennis og Odder Hoops samt BMI håndbold.</p>
<p><b>REKRUTTERING AF DELTAGERE</b></p> <p>Beskriv hvordan I har fået kontakt til de relevante deltagere, har informeret om aktiviteten (fx via brev eller posters) og forsøgt at motivere dem til at deltage (hvordan har I skabt interesse for aktiviteten)</p>	<p>De unge deltagere er rekrutteret via deres respektive idrætsforeninger hvor de dyrker forskellige idrætsgrene.</p>
<p><b>AKTIVERING AF DELTAGERE</b></p> <p>Beskriv i hvilken grad og hvordan deltagerne har været involveret aktivt i aktiviteten, fx i udviklingen af aktiviteten og/eller under selve aktiviteten, dialog og feedback under/efter eller beslutningsprocesser</p>	<p>Fælles om ungelivet, formand og næstformand i Odder Hoops og leder af Odder fitness Center har sammen udviklet "konceptet". De unge (primær målgruppe) deltager aktivt, men har ikke været involveret i planlægning/proces forud for.</p> <p>Konceptet er videreudviklet af Alex (ejer af Odder Fitness) således at man i hver forening i Odder, har fået et tilbud om at de voksne medlemmer i idrætsforeningerne kan træne for halv pris. Hvis ti voksne melder sig ind, udløser det at et helt ungdomshold kan komme ugentligt og træne i en 1-2 timer sammen med deres træner. Der er pt. Fem foreninger der har hold i centeret.</p>
<p><b>AKTIVITETENS FORMÅL</b></p> <p>Beskriv hvad I ønsker at opnå med aktiviteten for hhv. FoU-projektet og målgruppen</p>	<p>Formål FOU:</p> <p>Via et samarbejde mellem basketball klub og fitness center, at udvikle nyt foreningstilbud samt at fastholde de unge i voksensuperviserede fællesskaber, som alternativ til rusmidler.</p> <p>Formål primær målgruppe:</p> <p>At tilbyde de unge et attraktivt foreningstilbud, hvor basketballaktiviteterne kombineres med fitness træning. At de får mulighed for at få rabat på fitness, lærer om "god fitness kultur" og træner i fællesskab i voksensuperviseret fitness-miljø.</p> <p>Formål sekundær målgruppe:</p> <p>At udvikle et nyt attraktivt medlemskab for de unge spillere på tværs af basketballklubben og fitness</p>

	<p>Centeret. Fastholde unge medlemmer i foreningen og sikre at de benytter voksensuperviseret fitness-center.</p> <p>12-12-2022</p> <p>Der er nu yderligere fire foreninger med og målet er fortsat at tilbyde de unge et fitnessmedlemskab som en del af deres foreningstilbud. Håbet er at kunne fastholde den gruppe af unge fra 13-16 år, som i høj grad tabes i foreningerne til fordel for fitnesscentre.</p>
<p><b>AKTIVITETENS INDHOLD OG TEMA:</b> Hvad skete der?</p> <p><i>Lav en overordnet beskrivelse af aktiviteten, der kort og konkret opridses de væsentligste forhold ved indholdet og rammerne</i></p>	<p>Odder Hoops kæmper med at fastholde unge medlemmer i foreningen. De taber dem ofte til (ubemandede) fitness centre mm. For at fastholde de unge medlemmer i foreningen, har de indgået et samarbejde med Odder Fitness Center (der altid er bemanded med voksne medarbejdere) om 4 måneders gratis medlemskab for deres ungdoms-pigehold. Udover medlemskabet af fitness centeret, er der en ugentlig træning (hver onsdag fra 16.30-18), hvor hele holdet sammen med deres basketballtræner træner i Odder Fitness Center. I perioden vil ejeren Alex (som er den anden part i samarbejdet) undervise de unge piger i:1) hvordan træningsmaskinerne fungerer 2) hvordan man træner 3) restitution og muskellære mm. I uddannelsesforløbet vil der også være fokus på ”god fitness-kultur”, hvor de lærer hvordan man gebærder sig i centeret med respekt for de andre brugere af centeret mm.</p> <p>Efter den gratis 4-måneders periode, evalueres der på, hvordan det er forløbet. Er pigerne mødt op til træningen/uddannelsen? Har de lyst til at fortsætte? Såfremt det har været en succes, vil der blive forhandlet et nyt tilbud til foreningen og kombinationsmedlemskabet af basketballklubben og fitnesscenteret, vil blive tilbudt til foreningens øvrige ungdomshold. Konceptet vil endvidere i samarbejde med Fælles om ungelivet, forsøges udrullet i andre interesserede foreninger.</p> <p>Efter de 4 måneder, holdt basketballklubben og fitnesscenteret en foreningsaften for alle øvrige foreninger i kommunen, hvor de fortalte om samarbejdet. Der mødte over 10 foreninger op og mange af dem ville være med i et tilsvarende samarbejde. For at undgå at de unges kontingent stiger, er aftalen nu, at fitness-centeret laver et tilbud til forældrene, til børn og unge i de respektive foreninger. Alle forældre/voksne medlemmer kan være medlem i fitnesscenteret for 150 kr. om måneden (normal pris 349). Når ti medlemmer af foreningen har tilmeldt sig, får foreningen mulighed for at sende et helt ungdomshold til fitness-træning en gang om ugen i centeret. På den måde betaler de voksne for at de unge</p>

	<p>kan dyrke fitness. Samtidig får de voksne også et godt og billigt tilbud på fitness. På den måde er der skabt en incitament for at både voksne og unge bliver fastholdt som medlemmer i de deltagende idrætsforeningerne, såfremt de fortsat vil have adgang til de gunstige fitness-tilbud. Vi følger udviklingen løbende og skriver til her i aktivitetskemaet løbende.</p> <p>Tre foreninger yderligere er kommet til i samarbejdet med fitness centeret. De er alle tre i gang med at samle voksne medlemmer nok til et ungehold, og det forventes at Håndboldklubben og Atletik har nok i løbet af den næste måned (maj 2022) og håndboldklubben har allerede samlet nok voksne medlemmer til at sende et helt ungdomshold til gratis træning i fitnesscenteret. De havde første træningsgang lige før påske.</p> <p>Odder Hoops sender stadig piger i fitness centeret hver onsdag. Der er faldet et par piger fra ift. fitness, da de er blevet skadet og ikke kan træne. Den øvrige gruppe er fastholdt i både fitness og basketball.</p> <p>Til vinter vil der være opfølgning på hvor mange nye klubber der deltager og hvordan foreningerne, fitness centeret og de unge oplever samarbejdet.</p> <p>12-12-2022</p> <p>Der er nu fem foreninger der sender unge i fitness-centeret fordi 10-voksne fra foreningen har tilmeldt sig Odder Fitness. De unge kommer troligt hver uge i selskab med deres træner og de andre holdkammerater.</p>
<p><b>HVAD GIK GODT?</b></p> <p><i>Beskriv hvilke elementer af udvikling, planlægning og forberedelse, gennemførelse og evaluering af aktiviteten, I opnåede positive erfaringer med. Husk også logistik og praktiske rammer, facilitering af aktiviteten og de forhold, som ikke nødvendigvis var planlagt eller forventet, men som fungerede godt og påvirkede aktiviteten positivt</i></p>	<p>De unge piger fra Odder Hoops kommer regelmæssigt til træning i fitnesscenteret. De oplever det som et fint afbræk fra skole og almindelig baskettræning, og som et tilbud der gør basketball mere attraktivt. Det er en anden måde at være sammen på for de unge piger, der oplever at have mere "frihed" til at planlægge deres egen træning. I den daglige basketball træning, er strukturerne meget styret af voksne, men her er det de unge selv, der træner ud fra deres individuelle træningsprogrammer, som de løbende selv justerer.</p> <p>Flere foreninger (herunder badminton, svømning, teakwon-do, håndbold) har nu også lavet samarbejde med fitness centeret, efter en aften med oplæg fra Basketball-klubben og Fitness centeret (se ovenfor). Derudover nævnes det, at samarbejdet mellem fitness og foreninger (samt infoaftenen) har medvirket til et stærkere samarbejde og en styrket "kultur for samarbejde" foreningerne imellem.</p>

<p><b>HVAD GIK MINDRE GODT?</b></p> <p><i>Beskriv hvilke elementer af udvikling, planlægning og forberedelse, gennemførelse og evaluering af aktiviteten, I opnåede mindre gode erfaringer med eller som ikke fungerede som planlagt. Husk også logistik og praktiske rammer, facilitering af aktiviteten samt forhold og barrierer, som I ikke havde planlagt eller forventet, og som påvirkede aktiviteten og/eller deltagelse negativt</i></p>	
<p><b>HVAD SKAL VIDEREFØRES TIL EN ANDEN GANG?</b></p> <p><i>Hvilke gode erfaringer kan tages med videre til næste gang, aktiviteten skal gennemføres, eller i forbindelse med andre aktiviteter?</i></p> <p><i>Kan sagtens være andre forhold end nævnt ovenfor</i></p>	<p>Projektet er stadig i sin vorden, så vi afventer med at vurdere hvad der er godt og skidt og hvad der skal medtages til en anden gang til vi har snakket med alle de deltagende foreninger samt Alex (indehaver af Odder Fitness). Vi følger løbende op på aktiviteten.</p> <p>12-12-2022</p> <p>Konceptet med at tilbyde medlemskab til foreningernes voksne medlemmer, som så udløser et gratis ungdomshold til en ugentlig træning i fitnesscenteret fungerer godt. Flere og flere foreninger (og dermed unge) kommer med.</p>
<p><b>HVAD SKAL VÆRE ANDERLEDES EN ANDEN GANG?</b></p> <p><i>Hvilke forhold og barrierer skal håndteres næste gang, aktiviteten skal gennemføres, eller i forbindelse med andre aktiviteter? Hvilke forhold og processer skal udføres på en anden måde (og hvordan)?</i></p> <p><i>Kan sagtens være andre forhold end nævnt ovenfor</i></p>	
<p><b>HVAD VAR DET STØRSTE UDBYTTÉ FOR JER / FOU-PROJEKTGRUPPEN?</b></p> <p><i>Opnåede I det ønskede formål med aktiviteten? Hvilken virkning/effekt har aktiviteten haft i projektgruppen / for Fælles om Ungelivet? Hvad var den største læring fra aktiviteten?</i></p>	<p>At opleve hvordan en idé opstået til et data-møde så hurtigt kunne udvikle sig til et frugtbart samarbejde mellem fitness center og foreninger til gavn for både unge, foreninger og fitness center.</p>
<p><b>HVAD VAR DET STØRSTE UDBYTTÉ FOR MÅLGRUPPEN?</b></p> <p><i>Opnåede I det ønskede formål med aktiviteten for målgruppen? Hvilken virkning har aktiviteten haft for målgruppen?</i></p>	<p>At de får et mere attraktivt medlemskab af deres forening og oplever at komme i fitness center i selskab med deres venner og i voksensuperviserede rammer.</p>
<p><b>HVORDAN FØLGES DER OP PÅ AKTIVITETEN I FORHOLD TIL FORMÅLET OG DE ØNSKEDE VIRKNINGER?</b></p> <p><i>(Fx under selve aktiviteten i form af en evaluering blandt deltagerne eller indenfor kort tid efter afslutning. Det kan også være vigtig viden og læring, I kan tage med videre til andre aktiviteter)</i></p>	<p>Forløbet evalueres løbende i samarbejde med Odder Hoops og Odder fitness Center. Aktiviteten justeres løbende efterhånden som vi får erfaringerne. Fælles om Ungelivet vil endvidere lave fokusgruppe interview med de unge deltagere, med udgangspunkt i, hvordan de har oplevet tilbuddet og hvordan man kunne gøre det endnu mere attraktivt.</p> <p>12-12-2022</p> <p>Primo 2023 vil vi forsøge at få lavet nogle fokusgruppe interviews med de unge der deltager på træningsholdene under dette koncept. Hvordan de</p>

	oplever det og om det reelt er med til at "fastholde" dem i foreningslivet.
<b>EVENTUEL HANDLEPLAN:</b> Hvad skal der ske nu?  <i>(Skal der fx afholdes flere møder, igangsættes andre aktiviteter, indkøbes materialer, samles op eller lignende)</i>	Vi vil lave fokusgruppe interview med de unge piger fra basketball-klubben og evt. med andre af de unge fra andre foreninger, for at følge op på, hvad samarbejdet giver denne primære målgruppe. Derudover følger vi løbende udviklingen i projektet, i samarbejde med basketballklubben og fitness centeret (og de øvrige foreninger)