

Ansøgning om udlodningsmidler til friluftsliv

Ansøgning nr. 107438 - KOM-MED 2,0

Tema: Naturformidling som løftestang

Ansøger

Fonden Hedehuset

havnevej 2

9550 Mariager

98541682

Nordjylland - Mariagerfjord

www.hedehuset.dk

[CVR nummer og ansøgertype:](#)

74663028 Privat/selvejende institution/virksomhed

Postadresse

havnevej 2

9550 Mariager

Kontaktperson

Søren Ninn Rasmussen

sr@hedehuset.dk

24251737

98541682

Projektet:

[Kort beskrivelse af projektets indhold](#)

Natur mod ensomhed - Formålet med projektet er ved hjælp af naturvejledning at bringe ensomme og socialt udfordrede unge i alderen 10-24 år ud af ensomhed og ind i konstruktive fællesskaber.

Under udførelsen af projektet KOM-MED fandt projektmedarbejderne ud af, at vi tilsyneladende med enkle udelivs baserede midler kunne hjælpe disse unge på det sociale område. Med projektet KOM-MED 2,0 vil Fonden Hedehuset, VIA University College, og Mariagerfjord naturskole videreudvikle og videreformidle dette.

[Baggrund for projektet](#)

Naturvejledning og naturskoler er i Danmark meget udbredt og med til at berige og øge vores kendskab til naturen. I rigtig mange år har naturvejledningens opmærksomhed været på den faktuelle læring. De sidste par år har man set en stærkt stigende interesse for den positive effekt, naturen kan have på menneskers psykiske og fysiske sundhed. Denne formidling skal projektet være med til at udføre og opkvalificere.

I 2015 lavede Hedehuset og Friluftsrådet i samarbejde med Aalborg Universitet studiet "Friluftsliv som pædagogisk metode". Projektet havde til formål at forske i og udvikle friluftsliv som pædagogisk metode. Vi afviklede aktiviteter og interviewede unge fra produktionsskoler, opholdssteder, ungdomsskoler og 10. klasses centre. Der tegnede sig et klart billede; friluftsliv kan være en meget stærk pædagogisk metode! Som en af følgerne af studiet opstod i et bredt samarbejde i KOM-MED: et tilbud til ensomme og udsatte unge i Mariagerfjord kommune. Dette med støtte fra Naturstyrelsens Sociale Naturpulje.

Projektet "KOM-MED" var et relativt tidsbegrænset projekt. "KOM-MED 2.0" er vigtigt for at udnytte og supplere data, der allerede er indsamlet. KOM-MED 2.0 skal inspirere til at se nye muligheder i naturvejledning for udsatte grupper. Dette vil foregå i samarbejde med Aarhus Universitet.

KOM-MED 2.0 skal være det alternative tilbud, der giver ensomme unge mulighed for at opleve nye stærke og sociale sider af sig selv i trygge rammer gennem naturvejledning og adventureterapi. De udfordres og støttes i at udvikle tætte og mere vedvarende relationer til andre i samme situation, og på sigt også relationer til andre unge med mere veludviklede sociale netværk.

I Mariagerfjord Kommune er i alt 16,5 % af de 15-17-årige unge i en kategori, hvor de er særligt udfordrede og modtager støtte, hjælp og vejledning fra det offentlige, mens det for de 18-29 årige gælder, at 18,3 % modtager særlig støtte. Dette viser en undersøgelse lavet af Mariagerfjord Kommune selv tilbage i 2015 (Sørensen et al. 2016)

Rapporten peger på, at der er en del unge, der ikke trives. De er ensomme, på vej i misbrug, savner

selvtillid og netværk. Derudover mangler de voksne omsorgspersoner. De har svært ved at leve op til høje forventninger fra forældre, skole, samfund og fra sig selv.

Under gennemførelsen af pilotprojektet (J.H. Lund, Evaluering, 2017) opdagede projektmedarbejderne, at der var en stor gruppe af psykisk udfordrede unge som var meget ensomme, og som var uden netværk med jævnaldrende. Vi opdagede at med brugen af anerkendende relationspædagogik og naturvejledning, kunne vi skabe et særligt udviklende rum for disse unge. På grund af manglende tid og midler til projektet, var der desværre ikke mulighed for at gå yderligere i dybden med videreudvikling og en beskrivelse af en egentlig metode og senere implementering i kommunen.

Projektet KOM-MED 2.0 skal videreudvikle og beskrive ovenstående metode, samt videreføre den til andre kommuner. Projektets formål er at udvikle, afprøve, videreudvikle og beskrive det særlige i friluftsliv som pædagogisk metode i arbejdet med sårbare unge. Vi forventer, at projektet bruges som inspiration og pejlemærke for andre naturvejledere, fagfolk og frivillige inden for det social-pædagogiske område.

Beskrivelse af projektets målgruppe

KOM-MED 2.0 skal være et tilbud til udsatte unge i alderen 10-24. Projektet skal have 3 primære tilbud.

1. KOM-MED som det tidligere har været tilbudt. Et tilbud til alle unge fra kommunen under 24 år som har lyst til at være med i et aktivt netværk, der samles om oplevelser i naturen. Tilbuddet er åbent for alle unge. Mødedagene er mandag og onsdag. Ca. 50 unge i alt.
2. Naturvejledning som løftestang ind i skolernes specialklasser. Naturvejlederen fra Mariagerfjord Kommune tilbyder nu nogle få timer i specialklasserne. Der har vist sig en stærk mulighed for at udnytte naturvejledning i de unges sociale udvikling, og projektet vil løfte denne mulighed yderligere. Ca. 12 klasser / 120 elever.
3. Tilbud ind i lokale opholdssteder og aktivitetstilbud. Naturvejlederstøtte til at afvikle friluftspædagogiske aktiviteter i dagligdagen og støtte til længere ture ud af huset. Vi forventer at tilbyde naturvejledning til 5 bosteder med forløb for ca. 50 unge i alt.

Hvilken forskel vil projektet gøre for målgruppen?

Ansøger har observeret, at der gives tilbud om hjælp og støtte til målgruppen. Det der gør KOM-MED 2.0 anderledes, stærkt og nyskabende er, at det udover traditionel rådgivning er et fællesskab med ligestillede, et tilbud med friluftaktiviteter og træning i mødet med det omgivende samfund. Projektet har derfor en forstærkende effekt på de eksisterende tilbud, de unge måtte modtage.

Når vi ser på de eksisterende tilbud, der gives til nogle af de unge, vi møder, er det tilbud, hvor de får rådgivning, samtaler og hjælp i hjemmet. De kommer til psykologsamtaler, møder på jobcentret, har en mentor eller får besøg af en støtteperson. I evalueringen af det forudgående pilotprojekt peger de deltagende unge selv på nogle elementer i KOM-MED, som er afgørende forskellige fra disse mere traditionelle tilbud.

I et friluftprojekt som KOM-MED 2.0 er der yderligere et tilbud om samvær med andre unge, de kan spejle sig i og danne venskaber med. Vi er ude i et andet miljø - for de fleste et nyt miljø - hvilket kan være med til, at de unge tænker nye tanker om sig selv og andre. De fleste af målgruppens unge tilbringer det meste af deres tid indenfor i deres bolig. At vi er udendørs i KOM-MED 2.0, betyder flere ting; der er automatisk behov for at bruge sin fysik, og man får dagslys. Hermed producerer hjernen endorfiner og serotonin, hvilket er nødvendigt for det mentale velbefindende.

At vi er sammen i en gruppe, betyder at fagpersonalet kan støtte den unge i træningen i at kunne være sammen med andre. Vi ser de unge løse opgaver med andre unge, og kan tilbagemelde på deres interaktion med de andre.

I adventureterapi bliver naturen og udelivet brugt som ramme for udvikling af mennesker og en ny tilgang til, hvordan det bliver muligt at indgå i fællesskaber. Projektet er bl.a. relevant, fordi det vil bidrage til en

positiv udvikling for udsatte målgrupper baseret på tidligere erfaringer (J.H. Lund, Evaluering, 2017). Det er ligeledes nødvendigt, fordi der i de færreste kommuner ikke eksisterer lignende tilbud med samme effekt eller udviklingspotentiale.

Projektets indsatser og resultater efterspørges af en bred skare af aktører: de unge selv, deres behandlere og andre fagfolk. Endvidere efterlyses yderligere viden i forskningsverdenen og samfundsmæssigt. Dette uddybes i det følgende.

Gruppen af udsatte unge uden uddannelse eller job er voksende, og mere end 170.000 (Sørensen 2016) unge mangler et solidt afsæt for at kunne klare sig selv.

Efterhånden som andre fagfolk omkring KOM-MED opdagede, at vi kunne tilbyde et netværk for netop gruppen af psykisk udfordrede unge, fik vi mange henvendelser. Desværre fik vi langt flere henvendelser, end vores beskedne resurser rakte til. Vi kan med KOM-MED 2.0 få denne gruppe af unge til fast at møde op til noget. De unge ser positivt på, at projektet er frivilligt, og flere nævner, det som noget positivt, at de ikke bliver mødt med modstand og "skæld ud", når de ikke kan del-tage i møderne. De peger også på det befriende element, at friluftslivet tilbyder et helt andet "møde-rum", hvor man fx meget lettere kan bevæge sig frit rundt i forhold til hinanden og ikke absolut skal "sidde over for hinanden og bare tale sammen". Ved afslutning af projektet havde ikke én eneste meldt fra projektet, med mindre de skulle i gang med enten arbejde eller uddannelse. Dette er særdeles usædvanligt for målgruppen. (J.H. Lund, Evaluering, 2017)

Efter endt forløb er det målet, at deltagerne får:

- Bedre selvbillede og selvværd
- Færdigheder/viden om naturen.
- Reduceret symptomoplevelse
- Større tro på egen mestringssevne
- Skabt kontakter, der kan udvikle sig til venskaber
- En generel bedre livskvalitet

Andre gevinster vil være større fysisk velvære; øgede friluftsfærdigheder, der kan inspirere brugerne til i langt højere grad til selv at iværksætte og udføre friluftaktiviteter i fremtiden; samt større bevidsthed om naturen omkring os.

[Beskrivelse af projektets organisering](#)

Projektet administreres af Fonden Hedehuset, og er underlagt fondens bestyrelse, direktør og revisi-on. Derefter er KOM-MED 2.0 selvledet af: Projektlederen og Lederen af Mariagerfjord Naturskole . Metodeudviklingen styres af lektor ph.d. Jens Hansen Lund, VIA University College, Århus Program for professionsdidaktik..

Samarbejdspartnere i det pædagogiske arbejde med de unge er: specialklasse afdelingerne, Frivilligcentret, Specialkollegiet Amerikavej, Ungdomsskolen. m.fl. i Mariagerfjord Kommune. Der laves informationsmøder for samarbejdspartnere, og de inviteres til at deltage i et advisory board. Ligeledes laves 1/2 årlige samarbejds-møder.

Der er ikke økonomisk overlap til Fonden Hedehuset. KOM-MED 2.0 får dog et beløb i økonomisk støtte fra Fonden Hedehuset og understøttes med muligheden for brug af deres faciliteter og udstyr. Hedehusets udviklingsafdeling KURS-NU superviserer vederlagsfrit.

Mariagerfjord Naturskole bidrager med naturvejledertimer, udstyr og lokaler.

VIA University College er underleverandør.

Der er aftale om erfaringsudveksling med Norske Avdeling for barn og unges psykiske helse (ABUP), Sørlandet Sykehus HF Kristiansand (www.friluftsterapi.com).

Netværket af samarbejdspartnere er meget stort. Derfor vedhæftes kun eksempler på skriftlige tilkendegivelser om samarbejde.

[Tidsplan for projektets udførelse](#)

Projektet forventes påbegyndt 07.01.2019 og afsluttet 01.07.2020

[Hvordan bidrager projektet til at forbedre mulighederne for aktivt friluftsliv og oplevelser i naturen?](#)

Naturvejledning og naturskolerne er i hovedreglen tilbud, der henvender sig til resursestærke borgere, som selv opsøger information og tilbuddet. Naturvejledning til unge i skolealderen er som oftest gennem folkeskolen. Projektet KOM-MED 2.0 vil være et tilbud til grupper, der ellers ikke ville møde naturvejledning.

Netop denne gruppe ville have rigtig stor glæde af flere naturoplevelser.

1. Målgruppen kommer ud i naturen under vejledning, hvilket giver dem tryghed og færdigheder til selv på et senere tidspunkt at komme ud.
2. Oplevelsen af fysisk aktivitet i naturen er for mange en bedre oplevelse end sport, fordi der i friluftslivet er fokus på oplevelser frem for vindere og tabere.
3. Målgruppen får prøvet en masse friluftaktiviteter og besøger de lokale foreninger i trygge rammer. Dette vil gøre det første besøg alene og senere indmeldelse i en forening nemmere.
4. Projektet formidler udeaktiviteter, der er økonomisk billige eller gratis. Målgruppen vil opdage at friluftsliv er tilgængeligt for alle.

[Hvordan bidrager projektet til at øge målgruppens naturforståelse?](#)

I pilotprojektet erfarede medarbejderne, at den typiske deltager ikke nødvendigvis var bruger af naturen i forvejen. Typisk brugte deltagerne tilbuddet, fordi de også oplevede gevinster som fællesskab og voksenrådgivning. Efterhånden som de unge brugte mere tid i projektet øgedes interessen for at vide mere om naturen også. Vi så, at deltagerne var begyndt at bruge udelivet også efter at pilotprojektet er stoppet.

Alle ture og aktiviteter tager udgangspunkt i hvilke interesser, de unge har, samt mængden og arten af udfordringer de har. I friluftslivet kræver de fleste opgaver den unges deltagelse for at aktiviteterne skal lykkes. Netop det, at man under friluftaktiviteter har brug for aktiv indsats fra alle, gør at deltagerne oplever, at der er brug for dem. De har alle betydning for fællesskabet. Rent praktisk tilstræbes det, at medarbejder og unge er fælles om planlægningen af fremtidige aktiviteter. For at de unge bliver en del af det, har de indflydelse på valget af aktiviteterne. På den måde vælger de også ud fra det, som de hver især oplever styrker dem, og hvad de godt kan lide at lave.

I projektgruppen og hos de frivillige er der en meget bred tilgang til naturvejledning. Det vil sige at næsten ligegyldigt hvilken gren af udelivet de unge vil undersøge, kan vi tilbyde vejledning.

Projektet møder de unge på deres interesseniveau. Vi har ingen intentioner om, at de alle skal være fulltids friluftfolk. Vi tager afsæt i, hvad der er interesse for i gruppen. Så en dag i KOM-MED 2.0 kan være 4 timers træklatring, men også 20 minutters svampetur og 3 timer med varm kakao og snak på naturskolen.

En stærk følelse af self efficacy (troen på egen mestringssevne) fremmer den menneskelige ydeevne og det personlige velbefindende. Personer med en udpræget tiltro til egne evner opfatter vanskelige opgaver som udfordringer, der kan løses snarere end trusler, der skal udgås. Den mest effektive måde at fremelske en stærk følelse af efficacy er mestringsoplevelse. Derfor har vi stor fokus på at skabe situationer, hvor den unge får mulighed for at opleve succes ved at mestre en opgave. Rammen og aktiviteterne er friluftorienteret. Når de unge oplever at mestre opgaver, de ellers ikke troede de kunne mestre, øges lysten til at lære endnu flere færdigheder og få mere viden.

Når de unge gentagne gange oplever succesoplevelser i naturen, kan netop naturen blive deres "safe space" her i livet

[I hvor høj grad er der frivillige involveret i projektets planlægning og udførelse?](#)

Én af mange styrker ved KOM-MED 2.0 er, at det understøttes af folk, som virkelig brænder for projektet. I et lokalsamfund som Mariagerfjord betyder netværk rigtig meget; der er det formelle strukturelle netværk til kommunale instanser, og der er det uformelle netværk, der drives af kontakten mellem borgerne. Vi samarbejder med kommunens sociale instanser såsom SSP, Ungecenter, Ung-domsskolen, jobcentret og den kommunale naturvejleder.

Vi har oplevet, at det gennem det uformelle netværk er muligt at låne en skov, besøge en skibstømrer, komme ud at ride, få lov at køre traktor, modtage frivillig hjælp og adgang til mange af de lokale foreninger som Mariager Kajakklub, Viborg Klatreklub, Mariager Sejlklub og Mariager-spejderne. Vi forsøger at præsentere en bred vifte af friluftstilbud og muligheder, så de unge kan få et fremtidigt medlemskab i de lokale foreninger. Dermed skabes grobund for fremtidig netværk.

Vi har set, at der i dette netværk er særlige relationelle muligheder, når de unge møder venlige hjælpsomme mennesker, der ikke vurderer dem ud fra social status, men ud fra den fælles interesse for udelivet.

[Hvordan vil målgruppen blive informeret om projektet?](#)

I første udgave af KOM-MED fik vi erfaringer med at rekruttere de unge. Der var mange unge, der havde hørt om projektet og var interesserede. Netop de udfordringer disse unge har, er også begrænsningen, der gør, at de ikke selv har modet til at tage kontakt til projektet. Derfor fandt vi ud af, at det var vigtigt at vi som KOM-MED personale gik ud og skabte et stort netværk i kommunen. Vi var personligt og via informationsmateriale synlige på skolen, i jobcentret, på kollegier, uddannelsessteder, hos psykologer, og andet fagpersonale. Kun gennem tæt samarbejde mellem sagsbehandlere fra kommunen, SSP, ungdomscenteret, frivilligcenteret, lokale skoler og uddannelsessteder og ikke mindst de unges eget netværk og familier, er det muligt at skabe kontakten. De unge tilgår oftest ikke en gruppe direkte pga. deres sårbarhed, men har meget brug for at møde en vejleder fra projektet. Når der i dette møde er tryghed, mødes de senere med hele gruppen. Disse erfaringer vil også danne grundlag for kontakt- og rekrutteringsarbejdet i KOM-MED 2.0.

Naturvejlederen kommer ydermere på alle kommunens skoler og kan derfor informere direkte til skolelederen eller interesserede lærere om KOM-MED 2.0s tilbud til specialklasserne.

[Hvordan vil projektets fremtidige drift/vedligeholdelse blive sikret?](#)

Vi forventer på sigt en forankring i Mariagerfjord Naturskole og Mariagerfjords specialklasse område. Dette som en metodeimplementering i den normale drift. KOM-MED 2.0 metoden forankres i Fonden Hedehuset, og modellen formidles til andre bosteder.

Under hele projektperioden vil KOM-MED 2.0 og VIA University College være synlige både i de nationale og internationale fora for udvikling af metoder, hvor naturen indgår i arbejdet med socialt udsatte.

Det er vigtigt for os at projektets resultater bliver formidlet således, at de er omsættelige til brug i den faglige dagligdag, og resultaterne ikke ender ubrugte i en skuffe.

Den endelige afrapportering om projektets resultater vil tage to spor: En rapport om evaluering og implementering af naturvejledning i arbejdet med socialt udsatte grupper. En manual udarbejdes der beskriver metoden, som udvikles. Denne manual tilstræbes at blive meget operationel, således at fagfolk får tydelige anvisninger til en gennemførelse af lignende projekter.

Projektets erfaringer vil blive delt som artikler i fagblade gennem netværk og som oplæg på konferencer. Der er en interessetilkendegivelse fra DR om indslag, når vi har tydelige resultater.

Manualen vil indgå på VIA University Colleges pædagogiske uddannelser.

[Yderligere kommentarer](#)

På internationalt og nationalt plan er der i disse år stort fokus på brugen af udeliv i arbejdet med udvikling af mennesker. I Danmark ser vi flere og flere konferencer om emnet. Adventureterapiforeningen vokser. Netværk opstår og uddannelsessteder tager metoden ind i undervisningen. Alligevel er det teoretiske fundament i nordisk kontekst stadig lille.

Der er i udlandet lavet en del undersøgelser af friluftsliv i socialt arbejde, hvor der bruges betegnelser som adventure therapy, wilderness therapy, outdoor education, outdoor therapy, mm. Eksempelvis konkluderer Bjørn Sylvester Christensen (2013) ud fra et litteraturstudie af 42 studier, at der i disse undersøgelser ses positive terapeutiske/pædagogiske forandringer og effekter. Der er veldokumenteret effekt af længere ture fra en uges varighed og længere (fx Gass, Gillis & Russell. 2012), men de samme forskere efterlyser nærmere undersøgelse af de enkelte aktiviteter for at forstå de pædagogiske muligheder mere præcist. I Norden og i særdeleshed Danmark findes der meget få undersøgelser. (Natur og Sociale indsatser. Ejbye-Ernst. 2013) .

Vi vil derfor gerne være med til at udvikle og dokumentere emnet nærmere i et nordisk perspektiv. Fordi vi med målgruppen unge med psykiske udfordringer har oplevet særlig gode resultater, har vi og vil vi fortsat samarbejde med Norske Afdeling for barn og unges psykiske helse (ABUP) Sørlandet Sykehus HF Kristiansand (www.friluftsterapi.com)

Med "Friluftsliv som pædagogisk metode" og pilotprojektet "KOM-MED" mener vi at have vist, at der i netværket omkring projekterne er basis for, at man med få midler, men med stort engagement og stærkt samarbejde, kan skabe resultater, der er unikke for både deltagerne og det naturpædagogiske område. Med støtte fra Friluftsrådet kan vi derfor være med til at udvikle naturvejledning og styrke vejledningens berettigelse på det sociale område.

Projektleder
Søren Ninn Rasmussen
Fonden Hedehuset
Havnevej 2
9550 mariager
Mail: sr@hedehuset.dk
Mobil: 24251737

Bilag:
Evaluering af KOM-MED
Eksempler på interessetilkendegivelser.
CV. Projektmedarbejdere.
KOM-MED folder til fagpersonale

Link: Tidligere KOM-MED Facebookside. <https://www.facebook.com/hedehuset.dk/>

Budget inkl. moms:

[Lav et fyldestgørende budget for hele projektet. Alle udgifter og indtægter skal fremgå af budgettet \(et uddybende budget må gerne vedlægges som bilag\). Hvis ansøger er momsregistreret skal projektets budget opgives ekskl. moms.](#)

Beløb der søges om: 995.000,00 kr.

Er ansøger momsregistreret? Nej Ja [Som udgangspunkt betragtes offentlige institutioner som momsregistrerede og frivillige foreninger som ikke-momsregistrerede.](#)

Forventede udgifter:

[Budgettet skal indeholde ALLE de udgifter, I forventer at få for at kunne gennemføre projektet, også selv om I kun søger støtte til](#)

udvalgte udgiftsposter. Udgifterne skal opdeles i henholdsvis materialer og intern og ekstern løn. Specifikation af undervisningsmaterialer, undersøgelsesudstyr, friluftsudstyr mm. skal vedhæftes som bilag.

	Materialer:	Intern løn:	Ekstern løn:	I alt:
lønudgifter projektmedarbejdere		690.000,00		690.000,00
administration		60.000,00		60.000,00
eksterne undervisere, kurser og vikar			25.000,00	25.000,00
udstyr til brug under naturvejledning	30.000,00			30.000,00
forbrug ved naturvejleder aktiviteter	60.000,00			60.000,00
kørsel og færge	40.000,00			40.000,00
drift af minibus evt. leje	90.000,00			90.000,00
metodeudvikleng VIA			60.000,00	60.000,00
Forventede udgifter i alt:	220.000,00	750.000,00	85.000,00	1.055.000,00

Finansiering:

Husk at anføre ALLE forventede indtægter.

	Vil søge/ har søgt:	Har fået:	I alt:
Her nævnes kommune, anden offentlig instans, forening, organisation, fonde eller andre sponsorer			
Naturskolens bidrag med timer, lokaler og grej er bevilget men må ikke angives i kr. af hensyn til administration.	150.000,00		150.000,00
Beløb ansøgt fra udlodningsmidler til friluftsliv:			995.000,00
Eventuel egenfinansiering:			60.000,00
Forventede indtægter i alt:			1.205.000,00

Vedhæftede bilag:

[Evaluering af pilotprojekt KOM-MED](#)
[Samarbejdsaftale Friluftsterapi Norge](#)
[Interesetilkendegivelse ADHD afd.](#)
[Samarbejdsaftale social vicevært](#)
[Folder om Pilotprojekt til fagpersonale.](#)
[CV Projektleder Søren Ninn Rasmussen](#)
[CV Naturskoleleder Karsten Rybjerg](#)
[Årsregnskab Fonden Hedehuset.](#)