



Evaluering december 2022

Kære Læser

Denne evaluering henvender sig til dig, der er interesseret i de erfaringer, der er blevet gjort i projekt Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet, som er forankret i fritidsafdelingen i Faaborg-Midtfyn Kommune.

- Måske er du en af projektets samarbejdspartnere og er interesseret i at læse om udbyttet?
- Måske arbejder du i Faaborg-Midtfyn Kommune og vil undersøge og det er noget for dig at indlede et samarbejde?
- Måske arbejder du i en anden kommune eller organisation med et lignende projekt og har brug for inspiration?

Uanset hvad er du velkommen til at læse med.

Evalueringen er opbygget af temaer, og kan læses kronologisk eller du kan dykke ned i det, du har brug for at vide eller finder interessant.

I tilknytning til denne evaluering er der udarbejdet et Inspirationskatalog, som giver et mere kortfattet og visuelt overblik over projektets målgruppe, metode, samarbejdsflader og eksempler på forløb/aktiviteter.

Vil du vide mere kan du kontakte projektleder Lars Simonsen på 7253 4923 eller Kultur og fritid på 7253 8000.

Projektet er støttet af Kulturministeriet 2020-22 med i alt 2.099.417 kr. igennem ordningen "Inklusion i lokale fællesskaber gennem idræt"



Indholdsfortegnelse

Introduktion	1
Målgruppe	1
Rekruttering	2
Fastholdelse	3
Organisering af handlinger	4
Aktiviteter – og bålet som centralt element	6
Deltagelse i tal	7
Værdien af deltagelse (Undersøgelser fra Syddansk Universitet)	8
Personlige historier	10
Afrunding	11
Bilag 1. Liste over samarbejdspartnere	12
Bilag 2. Understøttelse af Faaborg-Midtfyn Kommunens politikker, strategier og aktuelle tiltag	13
Bilag 3. National interesse og mediedækning	14



Introduktion

Faaborg-Midtfyn Kommune har mange unge borgere, der har det godt, men desværre også en stor gruppe unge, der ikke trives. Knap 18 % er tilknyttet jobcentret, hvor hovedparten får enten uddannelseshjælp, arbejdsløshedsdagpenge eller er omfattet af integrationsloven¹. I tillæg til denne ungegruppe er der øget opmærksomhed på ”ny udsathed” blandt unge, der oplever øget mental mistrivsel. Faaborg-Midtfyn Kommune har også en anden gruppe borgere, som rummer ressourcestærke og sårbare borgere nemlig veteraner og andre, der har været udsendt til verdens brændpunkter. Mens mange af disse soldater klarer sig uden problemer, når de vender hjem, oplever nogle veteraner psykiske og psykosociale udfordringer efter deres udsendelser.

Faaborg-Midtfyns sårbare unge og veteraner deler et behov for at øge trivsel og livsduelighed med hver deres afsæt. Med udgangspunkt i dette behov blev der i december 2019 søgt 2.200.126,40 kr. hos Kulturministeriets pulje til Inklusion i lokale fællesskaber gennem idræt.

Der blev samme måned givet 2.099.417 kr. i tilsagn til projekt Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet. Projektet har til formål at støtte kommunes sårbare unge og veteraner i at dele, udvikle og styrke personlige kompetencer og ressourcer gennem idrætsfællesskaber med naturen som ramme.

Fritidsafdelingen i Faaborg-Midtfyn Kommune ansatte en projektleder, som har været tovholder på projektet. I efteråret 2022 blev projektet godkendt i Faaborg-Midtfyns Kommunes budget, hvilket betyder, at projektets aktiviteter fortsætter. Kommunen har et særligt fokus på sammenhængen mellem natur, bevægelse og mental sundhed, og mål om bedre trivsel blandt udsatte borgere², hvilket projektet fortsat skal være med til at efterleve.

Målgruppe

Veteraner

Per definition er man i Danmark veteran, hvis man har deltaget i mindst én international operation, og der er registreret 304 veteraner i Faaborg-Midtfyn Kommune³. Projektet beskæftiger sig ikke med, hvorvidt veteranerne er diagnosticerede med eksempelvis PTSD.

Sårbare unge

Projektet retter sig mod unge i mistrivsel samt unge udenfor arbejdsmarkedet eller uddannelsessystemet. Det er dog et åbent tilbud for alle mellem 13 og 30 år, der selv mener at gavne af tilbuddet. Det ses som en styrke at have en blanding af mindre ressourcestærke borgere og borgere der eksempelvis ”blot” har brug for et nyt fællesskab. Dette skyldes, at der er værdi i at dele ud, hvis der er overskud til det, samt at spejle sig i mere ressourcestærke jævnaldrende eller ældre.

¹ Kilde: Pia Dufresne Johnsen. Ungeanalyse 2017. Faaborg-Midtfyn Kommune

² Kilde: <https://www.fmk.dk/om-kommunen/budget-og-oekonomi/budget/>

³ Kilde: <https://www.veterancentret.dk/da/viden/fakta-om-veteraner/registrerede-veteraner-pr.-kommune/tilgangelig-fordeling-alle-veteraner/>

Fokus på ressourcer

Projektet forsøger at fjerne sig fra et sygdomsfokus, hvor deltagerne skal have bestemte diagnoser eller manglende beskæftigelse for at være velkommen, hvilket åbner for en forholdsvis ukonkret målgruppe. Fordelen er, at man kan modtage borgere, der eksempelvis ikke er udredt, og at borgeren ikke behøver at føle sig utilstrækkelig for at være med. Uanset forløb er det erfaret, at deltagerne deler udfordringer som lavt selvværd og ensomhed. Den største udfordring ved den brogede målgruppe opstår i forbindelse med rekruttering, hvilket uddybes i afsnittet Rekruttering.

Mentor-mentee og peer-to-peer relationer

De to målgrupper møder hinanden med forståelse og accept, og de støtter hinanden. Veteraner har livserfaring at dele ud af og en stor viden om at færdes i naturen, som er værdifuld for de unge. Samtidig er det af stor betydning for veteranernes selvforståelse at bidrage med noget positivt til de unge. Det kan virke skræmmende for nogle unge mennesker at skulle lave aktivitet med veteraner, men det vurderes ikke at have været en udfordring for de unge, som har vovet sig ud i skoven. Tværtimod har de mødt voksne mennesker, som har haft lyst til at hjælpe dem, og som de har kunne dele deres udfordringer med. For at imødekomme det skræmmende i at skulle være sammen med så anderledes en målgruppe, har der også været arrangementer for målgrupperne hver for sig for at skabe trygge rammer.

Som deltager i projektet opbygger man både faglige og sociale kompetencer. I takt med dette er der mulighed for efter eget ønske at bidrage og tage ansvar. Både unge og veteraner hjælper ved lejlighed, når der holdes oplæg, seminarer eller lignende, hvor de agerer ambassadører for projektet og oplever derved at have en værdsat rolle. Efter aftale er det også muligt for deltagere at arrangere aktiviteter for deres kammerater, for at de i trygge omgivelser kan øve formidling og facilitering.

Rekruttering

I projektets første fase har rekrutteringen primært foregået ved hjælp af opsøgende arbejde og mund-til-mund anbefalinger. Projektlederen har rejst rundt og holdt oplæg om projektet på eksempelvis forberedende grunduddannelser (FGU), veteranhjem og specialskoletilbud for at udbrede kendskab til projektet hos målgrupperne. Der har været indlæg i lokalavisen, på sociale medier, på kommunens hjemmeside, i radioen og i tv. Altid forfulgt af kontaktoplysninger på projektlederen, så borgerne har kunne tage direkte kontakt for mere information. Projektlederen har også benyttet hjemmebesøg for at give en tryk introduktion til projektet. Relationsdannelse og tryghed er afgørende for om en sårbar har lyst til at deltage, hvorfor det også har været af stor betydning, at den samme person har stået for både rekruttering og afvikling af arrangementer.

På baggrund af det opsøgende arbejde er der skabt en kerne af faste deltagere, og det vedvarende arbejde har sikret at nye er kommet til. Generelt er der dog stor udskiftning i deltagere, og det er et tidskrævende arbejde at rekruttere ved hjælp af opsøgende arbejde.

En af udfordringerne ligger i, at det er vanskeligt at formidle, hvem projektet er tiltænkt, da målgruppen netop ikke er afgrænset af eksempelvis diagnoser, manglende beskæftigelse eller lignende. Dermed kan det være svært for en borger at se sig selv i projektet, samt forestille sig,

hvilke andre mennesker, der vil være til stede. På den måde kan deltagere blive ekskluderet i forsøget på at være inkluderende.

Yderligere kan det være en udfordring, at der er tale om et kommunalt projekt, og målgruppen kan have dårlige erfaringer hermed. Omfanget af barrieren kendes ikke, da de som føler sig afskrækket vælger ikke at komme. I formidlingen af projektet er det dog forsøgt at distancere projektet fra kommunen, hvilket er meningsfuldt idet organiseringen i fritidsafdelingen gør, at projektet har andre betingelser end de tilbud, som målgruppen formentlig kender fra tidligere. Gennem tilbagemeldinger er det erfaret, at både målgruppe og samarbejdspartnere ikke associerer projektet med kommunen i klassisk forstand.

Tre gange har der været inviteret til "Åben Vildmarkshytte", fordi det blev projektlederen bekendt, at fællesskabet udefra kunne virke som en lukket gruppe. Nye ansigter er altid velkomne, men tanken var, at fællesskabet skulle føles mere åbent og mindre forpligtende til disse arrangementer. Det lykkedes i mindre omfang at rekruttere nye, men det vurderes mere hensigtsmæssigt at invitere grupper, eksempelvis specialskoler, da det kan føles skræmmende at komme alene.

I løbet af projektperioden er der i voksende grad blevet samarbejdet med andre af kommunens fagområder/afdelinger, eksempelvis Jobcenteret, Opvækst & Læring, Sundhed & Ældre og Socialområdet, om borgere som kunne have gavn af at deltage i projektet. Det er ønskværdigt at fortsætte og udvikle dette samarbejde, da det dels forenkler rekrutteringen samt skaber et mere sammenhængende forløb for borgeren. Det er vigtigt for projektet, at mange afdelinger kender til mulighederne for borgeren i projektet, men det vurderes ideelt, at projektet er placeret i fritidsafdelingen, da det er muligt at arbejde mere fleksibelt indenfor lovgivningen.

Samarbejdet med de øvrige afdelinger er opstået i en proces, hvor projektet i voksende grad er blevet synliggjort blandt andet gennem mediedækning, der er skabt god forbindelse til lokalpolitikkerne og der er blevet lagt energi i *networking*.

Det anses som en fordel for projektet, at man ikke skal visiteres, da det skaber mere fleksible rammer for borgeren, når man eksempelvis ikke skal igennem en lang udredning. Det er en forholdsvis ukompliceret proces at blive en del af projektet, fordi man kan tage direkte kontakt til projektlederen, som hjælper med at imødekomme eventuelle praktiske udfordringer.

Fastholdelse

Der har været flere eksempler på både unge og veteraner, som har deltaget enkelte gange, og som ikke er kommet igen på trods af omfattende opfølgende kommunikation. I forbindelse med denne evaluering er der ringet til fem tidligere deltagere for at få en fornemmelse af, hvorfor de ikke længere deltager. I alle tilfælde fortalte de, at de havde fået andre ting, der optog dem, eksempelvis sygdom, arbejde, skole eller familiære udfordringer. Da de blev spurgt om, hvad de ellers syntes om projektet, var alle positive og udtrykte velvilje for at vende tilbage.

Organisering af handlinger

I projektet er der udviklet en model for efterlevelse af målene, som er følgende:

- 1) 30 veteraner/frivillige gennemfører kompetenceudviklingsforløb
- 2) Afholdelse af 30 – 40 naturtræningsforløb
- 3) Cirka 50-80 unge og veteraner deltager i projektets aktiviteter
- 4) Cirka 50–80 unge og veteraner oplever det værdifuldt at deltage i projektets aktiviteter
- 5) Udvikling af inspirationskatalog til brug for andre kommuner og aktører
- 6) Afvikling af vidensarrangement med omdrejningspunkt i egne og andres erfaringer med målgruppe og metoder

Modellen indeholder flere typer af handlinger, som alle har været gratis for deltageren, og som er beskrevet i det følgende:

Ugentlige møder og weekendture

Målgruppen kan "gå til" Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet, som andre går til fodbold eller gymnastik. Projektansvarlige mødes med de unge og veteranerne tre eftermiddage i ugen på tre forskellige lokationer i kommunen. To eftermiddage er alle velkomne og en eftermiddag er kun for kvinder. Kvindegruppen er oprettet for at tiltrække flere piger. Til møderne laves der forskellige aktiviteter, der fremgår af en aktivitetsplan, som deltagerne har til rådighed.

Det fungerer godt, at møderne ligger om eftermiddagen, da deltagere som går i skole, på arbejde eller lignende dermed kan deltage, men der er også en udfordring i, at der i vinterhalvåret ikke er mange lyse timer om eftermiddagen. Møderne ligger ofte kl. 16-19, så om vinteren skal man være opmærksom på, at aktiviteterne kan laves i mørke. Faaborg-Midtfyn Kommune er en geografisk stor kommune, og derfor fungerer det godt, at mødestederne er fordelt rundt i hele kommunen.

Tre-fire gange årligt arrangeres weekendture, hvor deltagerne får en mere intens oplevelse af naturen og fællesskabet. Der har i projektperioden været afholdt vildmarks-camp, sejltur, kanotur, overnatning i telt i trætoppene, vildmarksbiograf og overlevelsestur. På disse ture har deltagerne fået mindeværdige oplevelser, presset sig selv i større omfang og ofte åbnet mere op under aftensamtalerne om bålet.

En kerneopgave i projektet er at minimere logistiske udfordringer for deltageren, og derfor tilbydes der altid afhentning til og fra hjemadressen, hvilket omtrent halvdelen af deltagerne benytter sig af. Yderligere er der mulighed for at låne fornødent grej til at opholde sig i naturen, eksempelvis overtøj og støvler. Mange af deltagerne har selv, hvad de skal bruge, men det er af stor betydning med lånegrej, når det lykkedes at få nogle med, som ikke er vant til at opholde sig i naturen.

Samarbejde med foreninger

Især i den sidste halvdel af projektperioden har der været øget fokus på samarbejde med kommunens lokale idrætsforeninger. Der har således været flere forløb, hvor de ugentlige møder har fundet sted hos forskellige foreninger med det formål at skabe brobygning. Fordelene ved dette er, at der skabes en relation til foreningen, deltagerne oplever nye aktiviteter og de får en

tryk start på at blive en del af et muligt fritidstilbud. Yderligere skabes et tættere samarbejde mellem foreningerne og kommunen, og projektarbejderne frisættes til at have bedre overblik over, hvem der evt. har det skidt eller har brug for støtte. Det er desuden billigere end at bruge professionelle firmaer, og foreningerne støttes som regel med et symbolsk beløb.

Ulemperne er, at det kræver mere organisering og forarbejde at overbevise foreninger om, at det er værd at bruge tid på. Udfordringen er, at det kan være svært for frivillige kræfter at se sig selv afvikle aktiviteter med en udfordret målgruppe.

Deltagerne bliver tilbudt betaling af første kontingent, hvis de ønsker at blive medlem af foreningen, men i de første tre år af projektperioden er det kun i mindre grad sket, at deltagere er blevet medlem af en samarbejdsforening.

Samarbejde med institutioner

Om formiddagen er der ofte lavet aktiviteter med specialskoler, botilbud og andre organisationer, som arbejder med samme målgruppe. Projektet har lavet aktivitet med Ungdomsskolens Heltidsundervisning, Heldagsskolen i Korinth, Vildmænd, Botilbuddet Korinth og Faaborg Gymnasium.

Fordelene ved disse arrangementer er, at der er fagprofessionelle med, som kender gruppen og kan hjælpe, hvis nogle føler sig udfordret. Kendskab til projektet når ud til mange i målgruppen, og det er nemmere at rekruttere nye, da der skabt en relation.

Ulemperne er, at gruppen opfører sig som de normalt gør og 'gemmer' sig nogle gange bag deres lærer/pædagog/hinanden. Deltagerne vælger ikke selv at komme, og det kan for deltagerne føles mere som tvang end lyst til at være med, hvilket kan gøre det svært at motivere deltagerne.

Kompetenceudviklingsforløb

I projektperioden har i alt 58 frivillige gennemført et kompetenceudviklingsforløb. Mere specifikt er 9 blevet uddannet DGI-instruktører i naturtræning, 7 har gennemført DGI's D-MTBing 1-uddannelse, 6 har gennemført kursus i DGI MTB Basis Klubtræner, 7 har gennemført DGI's sporbyggeruddannelse, 4 har gennemført 72 timers overlevelseskursus og 25 er oplært i at bygge vildmarkshytter.

Den uddannede gruppe består af en blanding af frivillige fra lokale idrætsforeninger, samarbejdspartnere og ressourcestærke veteraner og unge.

Det har været værdifuldt for projektets deltagere at gennemføre et kompetenceudviklingsforløb, og i nogle tilfælde få et stykke papir på, at man kan noget. Hvad angår eksterne kræfter er det ikke lykkedes at involvere dem yderligere i projekt Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet, men forhåbentligt vil de på sigt i større omfang kunne favne sårbare borgere ude i foreningerne.

Samarbejdspartnere

Projektet har formået at samle en række stærke samarbejdspartnere. Sammen med Danmarks Idræts Forbund Soldaterprojekt er der afholdt Vildmarkscamp for skadede veteraner,

Bikubenfondens Natur Til et Godt Liv Laboratorie har stillet områder og bygninger til rådighed, SUF Veteranhjem har hjulpet med udstyr og deltaget i arrangementer, og Faaborg Træskestovforening har arrangeret ture og hjulpet med fondsansøgninger.

Se bilag 1 for en komplet oversigt over samarbejdspartnere.

Yderligere har projektet affødt andre projekter, herunder TrailCrew som har bygget MTB-spor og kørt Mountainbike i Faaborg-Midtfyn Kommune. Dette blev skabt som et samarbejde mellem SSP, MiLife og DGI Fyn, hvor en flok udsatte unge drenge har fået en uddannelse, en ny hobby og mange oplevelser i naturen.

Vidensdelingsarrangementer

Der er fire gange blevet afholdt vidensdelingseminar, hvor i alt 108 kompetencepersoner har lært om udfordringer og succeser med projektet, samt prøvet metoden på egen krop. Her har fagfolk fra hele landet deltaget, eksempelvis fra Århus Kommune, Bikubenfondens Natur Til et Godt Liv-laboratorie og Faaborg-Midtfyn Kommunes andre afdelinger. Derudover er der afholdt oplæg på Vejen Konferencen 2021, der er givet interview til Efteruddannelsen i Naturterapi og der har været stor interesse fra både lokale og nationale medier.

Se bilag 3 for komplet liste.

I takt med at flere mennesker har fået kendskab til projektet, og der er kommet flere samarbejdspartnere, er det blevet lettere at realisere nye tiltag, hvilket har gjort det nemmere at hjælpe flere borgere til et liv med mere trivsel og livsduelighed. Dermed er disse seminarer af stor betydning.

Aktiviteter – og bålet som centralt element

Projektet er i udgangspunktet et idrætstilbud, som tilbyder en bred vifte af aktiviteter, eksempelvis mountainbike, træklatring, kano, kajak, hobie-kajak, sejlads, forskellige former for skydning, ridning, slædehundetrækning, adventure race, krebsefiskeri, UV-jagt, fridykning, skovlege, skovbadning, madlavning på bål og buschcraft. Der er altid fokus på mestring og udvikling for at fremme deltagernes tilstrækkelighedsfølelse. Målgruppen synes tiltrukket af den brede palette af aktiviteter, og den afveksling det skaber. Formålet er at tilbyde et spændende program og præsentere deltagerne for mulige nye interesser. Møderne indledes og afsluttes som udgangspunkt altid omkring bålet, som skaber tryghed og et godt fundament for samtale. Derudover giver det varme på kolde eftermiddage og mulighed for at trække sig fra en aktivitet, da man så har mulighed for at passe bålet.

Det har virket godt, at der prøves mange forskellige aktiviteter, da deltagerne har mulighed for at afsøge, hvad de er gode til, og aktiviteterne ikke når at blive kedelige. Det kræver dog god viden om målgruppen og aktiviteten at ramme et niveau, hvor deltagerne bliver udfordret, men stadig går hjem med en god følelse.

Undervejs i projektet er der blevet indsamlet erfaringer om, hvilke aktiviteter der fungerer godt til målgruppen, og hvilke der fungerer mindre godt. I projektets begyndelse var aktiviteten at bygge vildmarkshytter, som sidenhen har været udgangspunktet for møderne. Det har virket godt for projektet, at deltagerne har været med til at opbygge det. Ved at have hjulpet med at bygge

hytten føler de et større tilhold, samtidig med at hytterne løser praktiske udfordringer ved at give ly og tryghed fra kulde, regn og mørke, og så er de placeret uforstyrret i naturen. Yderligere tilbyder hytten deltagerne et frirum, hvor man kan være sig selv på et hvilket som helst tidspunkt. Det er eksempelvis sket flere gange, at deltagere har overnattet i hytterne enten sammen eller alene. Andre aktiviteter, der har fungeret særligt godt, er træklatrung, hvor deltagerne har udfordret sig selv fysisk og mentalt, men også har lært at sikre hinanden og hjælpe andre til at få succes. Målgruppen synes også tiltrukket af skydning, hvilket vurderes ud fra, at der har været mange deltagere til både lerdueskydning og bueskydning.

Eksempler på aktiviteter, der har virket mindre godt, er skovbadning, som virkede kedeligt for deltagerne, og Wim Hof vejtrækningsøvelser, hvor deltagerne vurderes at have bedre gavn af vejtrækningsøvelser, som får dem ned i *arousal*. Yderligere er det af flere omgange erfaret, at det kan være risikabelt at kreere ting, der kan komme med hjem, eksempelvis er der blevet snittet skeer og smedet klinger til knive. Det er godt, når det lykkedes, da deltagerne får et minde, men det hænder, at tiden løber ud uden at alle er blevet færdige. Dette er ærgerligt, da det er vigtigt at skabe mestringsoplevelser for målgruppen.

Der har været en hund med til næsten alle møder, da en veteran har hunden med som sin følgesvend. Det har vist sig, at det virker godt med dyr, da det skaber tryghed for mange borgere. Dette har især vist sig, når borgere har deltaget for første gang, hvor det at klappe en hund kan fjerne forventning om samtale eller være et uformelt samtaleemne.

Der er altid frugt, snacks og varme drikke tilgængelige, hvilket vurderes at være en forudsætning for en god oplevelse, da ikke alle har spist eller får mad nok.

Deltagelse i tal

Følgende opgørelse viser, hvor mange aktiviteter der har været afviklet i projektperioden fra 15. maj 2020 til 31. dec 2022, samt hvor mange veteraner og unge, der har deltaget.

2020	
Antal aktiviteter	56
Antal nye unge	22
Antal nye veteraner	18
2021	
Antal aktiviteter	91
Antal nye unge	143
Antal nye veteraner	32
2022	
Antal aktiviteter	74
Antal nye unge	43
Antal nye veteraner	24
Total	
Antal aktiviteter	221
Antal unge	208
Antal veteraner	74

Ovenstående opgørelse dækker deltagelse til de ugentlige aktiviteter og til enkeltstående events. Til de ugentlige møder deltager unge og veteraner på lige fod, og der er i gennemsnit 5,94 deltagere til en aktivitet. Til de enkeltstående events har der været mellem 2 og 100 deltagere og disse events har enten været for unge eller veteraner.

Værdien af deltagelse (Undersøgelser fra Syddansk Universitet)

En spørgeskemaundersøgelse af 11 deltagere viser, at 11 % af deltagerne føler, at deltagelse i projektet får dem til at gøre noget meningsfuldt ”i meget høj grad”, 56 % ”i høj grad” og 33 % ”i nogen grad”. Ingen har svaret ”i mindre grad” eller ”slet ikke”, hvilket indikerer, at 100 % af de adspurgte føler, at det er meningsfuldt for dem at deltage⁴. Af projektets logbog fremgår det, at størstedelen af de 282 deltagere vender tilbage, hvilket tyder på, at projektet opleves værdifuldt. Der er i logbogen utallige beskrivelser af deltagere, der har oplevet projektet som værdifuldt i form af eksempelvis stolthed over at overskride personlige grænser, mestring af nye færdigheder, nye relationer og alene det at blive hjulpet ud i naturen og blive budt velkommen i et fællesskab.

Ni kvalitative interviews viser, at deltagerne oplever projektet som værdifuldt både ift. personlig udvikling, relationer, oplevelser, faglighed og sundhed. De ni interviews er blevet lavet i forbindelse med to specialeprojekter skrevet af idrætsstuderende på Syddansk Universitet. Disse vil i det følgende blive udfoldet.

Specialeafhandling 1: Outdoor Education som kilde til personlig udvikling hos unge udsatte piger

I foråret 2021 blev en kvalitativ effektevaluering udført. Dette projekt havde til formål at undersøge, hvilke personlige læringsudbytter udsatte unge piger havde af deltagelse i projektet, samt hvilke forhold i projektet, der bidrog til disse læringsudbytter. Evalueringen dækkede et delforløb, hvor seks unge piger og en kvindelig veteran i fællesskab byggede en vildmarkshytte over fem møder.

Undersøgelsen viste, at 1) pigerne oplevede at de udforskede, hvem de selv var, fordi miljøet var trygt, 2) de turde tage udfordringer op, havde lyst til at prøve nye ting og blev klogere på deres egne interesser, 3) de erhvervede sig praktiske færdigheder og, 4) de udvidede deres komfortzone.

Forhold der især bidrog til denne udvikling var, at 1) pigerne var åbne i deres sociale omgang, hvilket bl.a. blev faciliteret af tjek-ind-runder, hvilket skabte tillid, 2) de erfaringsudvekslede og kom i fællesskab frem til gode løsninger, hvilket skabte samhørighed, 3) de arbejdede pragmatisk og i små grupper, og 4) de oplevede et nyt miljø som blev trygt med tiden.

Derudover viste analysen, at pigerne var stolte over at have bygget noget, de ikke selv vidste, de kunne, samt at de følte tilhør til ”deres” hytte, som de derefter ville kunne vende tilbage til⁵.

⁴ Kilde: Lousen, Ida (2021). Ud i naturen - ind i fællesskabet. En kvantitativ evaluering af selvværd blandt deltagere i et projekt med aktiviteter i naturen [Eksamensopgave]. Syddansk Universitet

⁵ Kilde: Sass-Petersen, C.J. (2021) Outdoor Education som kilde til personlig udvikling hos unge udsatte piger [Specialeafhandling]. Syddansk Universitet

Specialeafhandling 2: Ud i Naturen - Ind i Fællesskabet: Et casestudie om deltageroplevelser af et mentalt sundhedsfremmende fritidstilbud

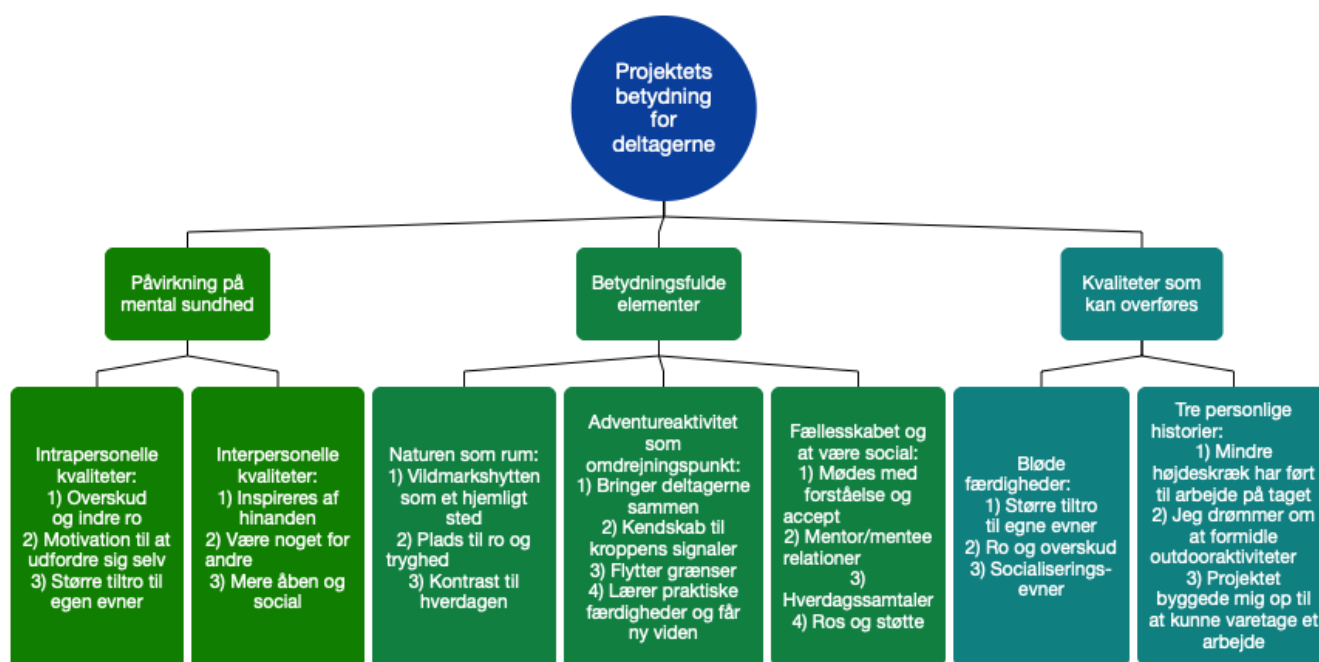
I foråret 2022 blev endnu en effektevaluering udført. Dette projekt havde til formål at identificere hvorledes deltagelse påvirkede mental sundhed og hvilke elementer i projektet, der var betydningsfulde.

Der blev interviewet tre veteraner og tre unge som havde deltaget regelmæssigt i projektet i mindst et år. Analysen viste, at deltagerne som følge af deltagelse oplevede overskud, ro, motivation til at udfordre sig selv, større tiltro til egne evner, at være noget for andre, at blive mere åben og social, og at blive inspireret af hinanden.

Resultaterne relaterede sig alle til udvikling af god mental sundhed i et ressourceorienteret perspektiv. Analysen viste yderligere, at både de unge og veteranerne også i andre kontekster af deres liv som følge af deltagelse i større grad oplevede større tiltro til egne evner, ro, overskud og socialiseringsevner.

De elementer, der viste sig at have betydning, var naturen som rum, adventureaktiviteter som omdrejningspunkt, og fællesskabet og at være social⁶.

Undersøgelsens fund er præsenteret i følgende figur:



⁶ Kilde: Lousen, Ida (2022). Ud i Naturen - Ind i Fællesskabet: Et casestudie om deltageroplevelser af et mentalt sundhedsfremmende fritidstilbud [Specialeafhandling]. Syddansk Universitet

Personlige historier

For at skabe et mere nuanceret billede af hvorledes deltagerne oplever værdi af projektet præsenteres i det følgende tre personlige fortællinger, hvor deltagernes navne er anonymiserede.

Sårbar ung Mads

Første gang projektlederen mødte Mads, hans søster og jobmentor, sagde Mads stort set ikke noget. Man kunne med held få et ja eller nej. Mads havde på dette tidspunkt været to år i praktik i jobcenterets kantine. Mads kom med ud i naturen og var med til at bygge en vildmarkshytte og lavede andre aktiviteter i skoven. Mads sagde stadig ikke meget, men dog hele tiden lidt mere. Efter otte måneder i projektet havde projektlederen første gang en rigtig samtale med Mads, om intet mindre end amerikansk politik i bilen på vej hjem fra aktivitet. Nogle uger senere fortæller Mads, at han er ved at tage kørekort, og både hans udstråling og påklædning viste en ung mand i fremskridt.

Venskab på tværs af målgrupper

En ung mand Jens og veteran Søren har fundet et godt kammeratskab i projektet. En dag skulle de beskrive med materialer i skoven, hvad de havde fået ud af deres deltagelse. De fandt nogle brombærbuske, som de flettede sammen og placerede i et Y-vejkryds. De fortalte, at brombærbuskenes lange stikkende grene beskrev det hårde liv, de havde haft med mange udfordringer. Fletningen symboliserede, at de havde fundet hinanden, havde knyttet bånd og et stærkt fællesskab. Y-krydset repræsenterede, at de kom fra hver deres vej, men nu fulgtes de ad sammen videre i livet.

Veteran Peter

Peter havde været udsendt til Afghanistan, var blevet diagnosticeret med PTSD og skulle i arbejdsprøvning. Som udgangspunkt var Peter tiltænkt førtidspension. Peter begyndte sin arbejdsprøvning i projekt Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet med 10 timer om ugen. Midt på dagen hang Peter med hovedet og havde svært ved at koncentrere sig mere en to-tre timer ad gangen, men dette blev bedre som tiden gik. Efter første periode på tre måneder var Peter oppe på 15-20 timer om ugen, men var til tider presset. Førtidspensionen var stadig første valg, ikke for Peter men for veterankoordinatoren. Anden periode gik bedre, selvom efteråret kom. Peters håb om 30 timer begyndte at nærme sig, og Peter blev yderligere forlænget. Efter syv måneder i projektet havde Peter sin første 37 timers uge og begyndte at søge fuldtidsjob, som han kort tid efter fik. Peter deltager forsat i projektet en gang i mellem.

Afrunding

Det er projektgruppens vurdering, at de, som vælger at deltage i projektet, oplever stor værdi af deres deltagelse. Deltagerne benytter projektet som et frirum, hvor de kan deltage i det omfang, de selv lyster. Der er flere deltagere, som eksempelvis ikke kommer i perioder, hvor de har det godt, men som vender tilbage, hvis de får et tilbagefald. Fællesskabet er åbent og mange finder hurtigt tryghed i det naturen skaber en ramme i kontrast til hverdagen, og aktiviteterne giver mulighed for at afprøve sig selv og glemme hverdagens trængsler, få succesoplevelser og udvikle kompetencer.

Tilbuddet passer ikke til alle i målgruppen. Fastholdelse kræver, at man har lyst til at blive udfordret i naturen og man skal være klar til at indgå i sociale relationer.

Projektet fortsætter som en del af fritidsafdelingen i Faaborg-Midtfyn Kommunes drift, og der vil derfor fortsat blive arbejdet med at udvikle de bedst mulige betingelser for at få flere af kommunens sårbare borgere med ud i naturen og ind i fællesskabet.

Bilag 1. Liste over samarbejdspartnere

- FGU Syd- og midtfyn i forhold til brug af mountainbikes og information om projektet.
- Ungdomsskolen/Bangsbo i Faaborg om konkrete aktiviteter for de unge.
- Bikubenfonden, om brug af Svanninge Bjerge og Knagelbjerghus, hvor vi kan overnatte.
- Tarup-Davinde/Ålykkestedets naturskole, om brug af deres område og afholdelse af aktiviteter.
- Trente Mølle naturskole, om forskellige aktiviteter – konkret har vi snorklet og undervandsjaget.
- Holstenshuus gods, om brug af Pipstorn skov.
- SUF i Broby, om deltagelse af veteraner i vores aktiviteter løbende. Desuden har dette samarbejde skabt rammerne for en praktikant
- DGI, om opbygning af en ny uddannelse til Trailkeeper (MTB sporbygger) for både veteraner og unge, som kører i foråret 2021, samt naturtræningsuddannelse i foråret 2022
- Danmarks Idræts Forbund om opbyggelsen af safe zones (sikre aktivitetszoner for veteraner) og lignende aktiviteter. Her har vi blandt andet deltaget i deres sommercamp for veteraner og deres familier, og samarbejder om en Vildmarkscamp for veteraner i FMK i 2021 og 2022.
- Jobcenteret i Ringe, om aktivering af borgere.
- Mette Mortensen fra "Alene i vildmarken", om bygning af hytter som udgangspunkt for vores aktiviteter (vi kalder det "sammen i vildmarken")
- Studerende fra Idræt og Sundhed på Syddansk Universitet
- Outdoor Sydfyn
- Foreninger:
 - Træskibsforeningen Haabet, om sejlture og vedligeholdelse af skibet.
 - Sydfynske Alpers Sti & Sporbyggere, omkring undervisning af MTB-kørsel og sporarbejde.
 - FS træklatringsklub, om brug af udstyr samt undervisning i træklatring.
 - Odense Jagtforening om lerdueskydning
 - Faaborg Orienteringsklub
 - Broby Bueskytteforening
 - Faaborg Dykkerklub
 - Faaborg Svømmeklub (Åbenvandssvømning)
 - Lille-Ibjerg Sø-Sauna
 - Broby MTB
 - Faaborg Skytteforening
 - Odense Sportsfisker Klub
 - Faaborg Sejlklub

Bilag 2. Understøttelse af Faaborg-Midtfyn Kommunes politikker, strategier og aktuelle tiltag

I det følgende præsenteres en oversigt over øvrige strategier, som Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet understøtter:

Profil som en af Danmarks bedste outdoor Kommuner

Ved at have et fritidstilbud med et terapeutisk formål, som foregår i naturen, viser kommunen, at naturen indtænkes på mange niveauer.

Kommunens sundhedspolitik

Pointer fra den nye sundhedspolitik er, at sundheden skal løftes på tværs, der skal være større lighed i sundhed, trivsel skal styrkes blandt børn og unge og sundhedsvæsenet skal være nært og sammenhængende.

Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet er en medspiller ved at være et tilbud til kommunens ressourcetsvage borgere, der er fokus på fysisk aktivitet og fællesskab, og projektgruppen er sammensat af aktører fra forskellige instanser. Dette har styrket samarbejdet mellem bl.a. kommunens forskellige forvaltninger, og andre aktører i kommunen som specialskoletilbud, veteranhjem og lokale foreninger.

I projektbeskrivelsen beskrives den ønskede effekt som:

- Større trivsel og livsglæde blandt sårbare unge og veteraner
- At styrke fællesskab og følelsen af at man bidrager til samfundet

Fremme af børn og unges mentale sundhed

Ved at styrke samarbejdet mellem kommunen, skolerne og fritidstilbuddene øges fokus på barnets eller den unges "hele liv". Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet er desuden et eksempel på en aktivitet, hvor konkurrenceklima nedprioriteres ved at der fokuseres på mestring og udvikling. Dette har til formål at fremme tilstrækkelighedsfølelse og tilfredshed med egen indsats. Naturen skaber en ramme for aktiviteten med højt til loftet. Diagnoser "ophæves", da der er plads til at være den man er, uanset om man fylder meget eller lidt, og mange børn og unge betragter naturen som et frirum fra klasselokalets mere firkantede rammer.

Veteranstrategien

Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet kan ses som et led i Veteranstrategiens mål om at skabe så godt et liv som muligt for veteraner og deres pårørende ved at give veteranerne mulighed for at blive inkluderet i et fællesskab, gøre nytte af deres kompetencer og generelt støtte dem.

Bevæg dig for livet

Bevæg dig for livet opererer i kommunens fritidsafdeling. Bevæg dig for livet har allerede mange tværgående samarbejder med eksempelvis kommunens andre fagcentre, PPR, MiLife, SSP, Headspace, I Fokus, Træn til Job, Veteranindsats, Åben Skole, Et godt fritidsliv til alle og Outdoor Sydfyn.

Bilag 3. National interesse og mediedækning

Projekt Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet har formålet at vise ansigt ud ad til. Dette viser sig i den interesse projektet har mødt fra andre kommuner her i blandt Vejle, Silkeborg, Århus, Guldborgsund og Odense.

Herunder ses en liste af aktører, der har vist interesse for projektet.

Sund By Netværket

I oktober 2022 afholdte Sund By Netværket en konference ved en af projektets vildmarkshytter, hvor omdrejningspunktet var hvordan kommunerne kan øge unges og sårbares trivsel i naturen.

Kom Ud Mand

Kom Ud Mand er et nationalt projekt iværksat af Forum for Mænds Sundhed.

Efteruddannelsen i Naturterapi

Ud i Naturen – Ind i Fællesskabet indgår som case på Efteruddannelsen i Naturterapi for psykologer og psykoterapeuter.

National presse

Flere gange har projektet været omtalt i nationale medier. Se links herunder:

2022

BT 17. maj: Krigsveteraner med skader fandt frirum for en stund: 'Her er det okay at have det, som vi har det' | BT Samfund - www.bt.dk

DIF den 16. maj: Skadede krigsveteraner fandt frihed og fællesskaber i vildmarken | DIF

Fynske 15 maj, Fyns Amts Avis: Fynsk natur læger soldaternes sjælesår: - I dag kan jeg drømme om at få mit liv tilbage | faa.dk

TV2 Fyn 14 maj: Træklatring og mountainbike: Idræt skal hjælpe veteraner tilbage til livet | TV2 Fyn

Radio Diablo 11 maj.

TV2 ECHO 24. marts: PTSD-ramte veteraner og udsatte unge skyder lerdUER som terapi: Vil ikke bare leve med sin angst

2021:

Flagdagsmagasin d. 23. august: Flagdagsmagasin 2021

DGI-magasinet d. 18. august: På Sydfyn hakker og graver unge sig til bedre selvværd (dgi.dk)

TV2 Fyn d. 9. maj: Vildmarkscamp for veteraner

Radio, P4 Fyn d. 8. maj: Vildmarkscampen blev omtalt i løbet af dagen både i nyhederne og med live-reportager.

DR TV Avisen Morgen d. 8. maj: Link udløbet

Fyens Stiftstidende d. 11. marts: 244.000 kroner og en tur i skoven skal bekæmpe unges corona-ensomhed | fyens.dk

Radio, P4 Fyn d. 8. marts: Link udløbet

2020:

Radio DR P4 d. 18. juli: Link er udløbet

DK Nyt, 18. juli: Veteraner og sårbare unge hjælper hinanden videre i naturen

TV2 Go'Morgen Danmark, på TV2 Play kl. 6.39 d. 17. juli.

TV2 Fyn 15. juli: Veteraner og unge bygger shelter for at styrke selvværdet

TV2 Fyn, 15. juli: Shelterbyggeri i Ringe

Fyens.dk, 14. juli: Udsatte unge og veteraner i samarbejde: Kendishytte fra tv-program skyder op i midtfynsk skov

TV2 Fyn, 22. juni: Naturen giver fællesskab: Sårbare unge og veteraner hjælper hinanden i nyt projekt

Radio Diablo, 18. juni: Faaborg-Midtfyn Kommune klar med nyt projekt målrettet unge og veteraner

Fyens.dk 15. juni: Fra fuldtids-eventyrer til kommunalt ansat: Lars skal føre veteraner og sårbare unge sammen i naturen

Midt fynsposten 23. jan: Årslev: Camp Pol holder åbent hus