



# Aktive Fællesskaber

Projekt Aktive Fællesskaber har fået midler fra Danske Regioners forebyggelsespulje og Steno Diabetes Center Sjællands forskningspulje.

En del af de tildelte midler skal gå til afprøvning af brobygningsaktiviteter mellem kommunale forebyggelsestilbud og motionstilbud i civilsamfundet.

Som forening eller initiativtager har du/I nu mulighed for at søge midler i projekt Aktive Fællesskaber.

## OM PULJEMIDLERNE

Der er i alt 350.000 kr. til afprøvning af brobygningsaktiviteter. Af de fire ovenstående løsningsforslag, kan der søges midler til aktiviteter, der ligger inden for rammerne af de to løsningsforslag 'samskabte og tilpassede hold til målgruppen' og 'besøgsordning hvor kommunale hold besøger foreningshold, og vice versa'.

Midlerne kan gå til meget forskelligt: Det kan være til kurser og uddannelser, gerne hvor foreninger går sammen om fælles kurser. Det kan være kurser i tilpasset træning eller i det at skabe en tryk velkomst. Midlerne kan også målrettes tiltag til rekruttering og/eller fastholdelse, f.eks. makkerordninger, IT-værktøjer til sms-påmindelser eller til arbejdet med at skabe en god velkomst. Midlerne kan også gå til udstyr, som f.eks. skridttællere eller særligt træningsudstyr - blot det er relateret til en brobygningsaktivitet.

For ansøgninger større end 10.000 kr., kontakt gerne Marie inden.

## KRAV TIL ANSØGNING

### Fysisk aktivitet

Omdrejningspunktet for brobygningsaktiviteten skal være bevægelse/motion/fysisk aktivitet, der får pulsen op og hvor deltagerne bliver forpustede.

### Målgruppen

Målgruppen for projektet er borgere, der har været i et kommunalt forebyggelsestilbud eller rehabiliteringsforløb for enten type-2 diabetes, hjertekarsygdom og/eller svær overvægt. Og de borgere, der har størst behov for støtte i overgangen mellem det kommunale forebyggelsestilbud og motionstilbud i civilsamfundet, er borgere der er *motions- og/eller forenings-uvante*. Og det, der søges midler til, skal særligt støtte dem.

### Brobygning

Det, der søges om, skal understøtte overgangen mellem kommunale forløb og tilknytning til en motionsaktivitet i civilsamfundet.

*Det kommunale forløb* (det, der brobygges fra) kan f.eks. være livsstilskurset eller diabeteskurset, som er et 6 ugers holdbaseret kursus med kombineret træning og undervisning i Sundhedscentret, Nykøbing. Det kan også være et hjertetræningshold, som er et 6 ugers rehabiliteringshold i Sundhedshuset, Fårevejle.

*Motionsaktiviteten i civilsamfundet* (det, der brobygges til) kan f.eks. være en holdaktivitet i en idræts- eller patientforening, eller mere løst organiseret f.eks. borger-til-borger organiseret gennem Facebook-begivenheder eller -grupper.



### **Bæredygtighed**

Aktiviteten skal kunne forankres og dermed sikre fortsættelse - også efter projektmidlerne ophører.

### **Tidspunkt**

Aktiviteten skal igangsættes i perioden marts 2022-februar 2023 - jo før jo bedre.

### **Krav til ansøger**

Der skal minimum være én forening involveret. Det vil være en fordel at gå flere aktører sammen om at søge. Ansøger(e) skal tilbyde aktiviteter til borgere i Odsherred Kommune.

## **OM ANSØGNINGSPROCESSEN**

Løbende ansøgning i perioden marts 2022 - februar 2023. Forventet svar max. en måned efter ansøgning.

Modtager af midler forpligter sig på at indsende evalueringsskema i 2022-2023, samt at deltage i et telefoninterview i slutningen af projektperioden.

Spørgsmål er meget velkomne og kan rettes til enten

- Julie Prasz, brobygger, Odsherred Kommune, [julpr@odsherred.dk](mailto:julpr@odsherred.dk)
- Rune Sørensen, foreningskonsulent, Odsherred Kommune, [rusr@odsherred.dk](mailto:rusr@odsherred.dk)
- Marie Lønberg, projektleder, TrygFondens Center for Aktiv Sundhed, [marie.loenberg.hansen@regionh.dk](mailto:marie.loenberg.hansen@regionh.dk)

## **OM PROJEKT AKTIVE FÆLLESSKABER**

Formålet med Projekt Aktive Fællesskaber er at styrke overgangen mellem de kommunale forebyggelsestilbud og motionstilbud i civilsamfundet med fokus på at sikre motionstilbud, der fremmer aktive fællesskaber.

Målet er at flere borgere fortsætter med at være fysisk aktive efter endt kommunalt forløb.

Målgruppen for indsatserne er borgere med type 2 diabetes, svær overvægt eller hjertekarsygdom i Odsherred kommune.

Gennem en samskabelsesproces i sommeren 2021 med borgere, lokale patient- og idrætsforeninger, kommunale medarbejdere og lokalpolitikere, blev der peget på fire løsningsforslag, som nu skal afprøves:

- En lønnet kommunal brobyggerfunktion.
- En digital platform til information om motionstilbud i borgerens nærområde.
- En besøgsordning, hvor kommunale hold besøger foreningshold, og vice versa.
- Samskabte og tilpassede hold til målgruppen.

Læs mere om projekt Aktive Fællesskaber på hjemmesiden for kommunens Sundhedscenter [her](#)