

# Sluttrapport Tilbake til Fritiden

## Forord

ENTER Fritid er blitt en stor aktør i Kristiansand for mennesker i målgruppen vår og vi er blitt gode til å drive fritidsaktiviteter. Mange av deltakerne i Enter Fritid er i en fase der de skal ta verden i bruk uten rusmidler. I denne sammenhengen så vi behovet for å bli bedre på overgangen fra Enter Fritid til de etablerte, lokale fritidstilbudene. Vi ønsket å utvide samarbeidet med lokale fritidsaktører og utvikle en samarbeidsmodell slik at deltakere fra Enter Fritid lettere kunne integreres i de ordinære tilbudene. Vi ønsket gjennom deltakelse i aktiviteter, samarbeidsmøter og avtaler mellom ENTER Fritid og lokale fritidsaktører å skape en felles kultur for dette. Det hadde vært flere konkrete henvendelser fra klubbene om ulike former for samarbeid, men ENTER Fritid hadde ikke kapasitet til å gjøre noe med disse henvendelsene.

## Sammendrag

Målsetting, målgruppe og bakgrunn for prosjektet

Vårt mål for prosjekt Tilbake til Fritiden er at flere deltakere i ENTER Fritid vil finne et varig engasjement i lokale, etablerte fritidsaktiviteter. Deltakerne i Enter Fritid er mennesker i rusrehabilitering. Ca. 120 deltakere er ukentlig med på en eller flere av Enter Fritids aktiviteter. Enter Fritid er blitt en stor aktør i Kristiansand for mennesker i målgruppen vår og vi er blitt gode til å drive fritidsaktiviteter.

Det vi ønsket å bli bedre på, og som vi så et stort potensial i, er overgangen fra ENTER Fritid til de etablerte, lokale fritidstilbudene.

Vi ønsket å utvide samarbeidet med lokale fritidsaktører og utvikle en samarbeidsmodell slik at deltakere fra ENTER Fritid lettere integreres i de ordinære tilbudene.

Beskriv i hvilken grad oppsatte effektmål ble nådd

Vi har i prosjektperioden jobbet målrettet opp mot mange lokale fritidsaktører. Målsettingen var en samarbeidsavtale med 10 eksterne aktører. I disse årene har vi hatt mange møter, bygget relasjoner og forankret samarbeidet med sentrale personer i lokale klubber, foreninger og lag. Vi gjennomførte i starten av prosjektet 3 workshops, utviklet en samarbeidsmodell og har i prosjektperioden inngått avtaler med 9 lokale aktører: Kristiansand- Kajakk klubb, Jeger og Fiskeforening, Triatlonklubb, Cykle klubb samt Bjaavann golfklubb, DNT, Yoga, Crossfit kvadraturen og Padel senter Rige.

Samarbeidet har med noen av aktørene inneholdt felles treninger. Med andre aktører har vi felles temasamlinger som Golfkafe og Sykkelkafe i våre lokaler. På denne måten har deltakerne i Enter Fritid trent sammen med, vært på foredrag sammen med og blitt kjent med medlemmer i de ulike fritidstilbudene. Dette har ført til at 46 deltakere i Enter Fritid har engasjert seg og meldt seg inn i lokale fritidstilbud.

## Prosjektgjennomføring/ Metode

Prosjektleder ble ansatt og startet i januar 2019. Sammen med leder i Enter Fritid og 2 deltakere dannet hun en prosjektgruppe som startet planleggingsarbeidet. Vi inviterte mulige og eksisterende samarbeidspartnere til infomøte om prosjektet. Våren 2019 gjennomførte vi 3 workshops som endte opp i en samarbeidsmodell som blir forankret i gjensidig forpliktende samarbeidsavtaler. Korona epidemien som startet våren 2020 satte i perioder en stopper for mange fritidsaktiviteter og derfor også for fremdriften i prosjektet. Felles treninger og samlinger var i perioder ikke gjennomførbare. Men vi holdt samarbeidet varmt og løpet av de 2 årene som pandemien varte utnyttet vi mulighetsrommene og arrangerte og deltok på det myndighetene tillot. Til tross for Korona har vi gjennomført prosjektet og nådd målene vi satte oss.

## Resultater og resultatvurdering

Sammen med eksterne fritidsaktører utarbeidet vi en samarbeidsmodell med samarbeidsavtaler som er utviklet på bakgrunn av partenes behov og ønsker. Dette gjør at samarbeidet er grundig forankret og oppleves meningsfullt for avtalepartene. I prosjektperioden inngikk vi 9 avtaler. Vi er veldig fornøyde med at vi klarte dette til tross for korona restriksjoner, og opplever at samarbeidsmodellen er levedyktig og noe å bygge videre på i fremtiden. Vi hadde en tanke og et mål om at 20-30 deltakere ville engasjere seg og melde seg inn i lokale fritidstilbud. På tross av korona epidemi var dette tallet 46 ved prosjektperiodens slutt. Flere av disse deltakerne har blitt resurspersoner der de har meldt seg inn. En deltaker holder på å utdanne seg som yoga instruktør, en deltager er blitt sertifisert golftrener, 3 deltakere er sertifiserte som «klatreinstruktør inne», 3 deltakere er i gang med kursstigen til Norges padleforbund. 16 deltakere har tatt jegerprøven i regi av Jeger og Fiskerforbundet.

## Oppsummering og videre planer

Tilbake til Fritiden har vært et viktig prosjekt som har bidratt til gode overganger til lokale fritidsaktiviteter for deltakere i Enter Fritid. Vi vurderer dette slik at samarbeidsmodellen vår med felles treninger, samlinger og relasjonsbygging har åpnet dører og gjort det lettere for deltakere i Enter Fritid å ta steget inn i de lokale fritidstilbudene. Modellen vi utviklet vil ligge til grunn for det videre arbeidet i Enter Fritid.

## Bakgrunn for prosjektet

Enter Fritid ble etablert i 2008. I dag består ENTER Fritid Kristiansand av over 20 fritidsaktiviteter innenfor trening, friluft og kultur. Rundt 120 mennesker i målgruppen vår deltar ukentlig i aktivitetene. ENTER Fritid har i dag en ansatt sammen med deltakere med rusbakgrunn, og frivillige uten rusbakgrunn, drifter aktivitetene gjennom aktivitetsgrupper. Alle aktivitetene har en aktivitetsgruppe som planlegger, budsjetterer, gjennomfører og evaluerer aktivitetene. Deltakerne i aktivitetsgruppene får sin opplæring og kompetanse gjennom Fritidsakademiet. Fritidsakademiet gir aktivitetsgruppene den kunnskap de trenger for å drifte aktivitetene på beste måte. Fritidsakademiet går over 10 kvelder gjennom året samt ett weekend seminar. Deltakerne i ENTER Fritid er rusfrie, de fleste kommer rett fra behandling eller soning og skal ta verden i bruk uten rusmidler. Vi bruker å si at sofaen og fjernkontrollen er vår største konkurrent. Døgnet har 24 timer. De 8 første timene

består for mange av jobb eller skole, de siste 8 sover vi. Hvordan vi bruker de resterende 8 timene har stor betydning for vår livskvalitet og forebygging for tilbakefall til rus og kriminalitet. ENTER Fritid er et tilbud med meningsfulle, identitetsskapende og nettverksbyggende aktiviteter i disse timene. Gjennom deltakelse i ENTER Fritid oppnår deltakerne:

- et trygt rusfritt miljø
- å få nye gode rusfrie historier å fortelle om seg selv
- å bygge nye identiteter
- å styrke sin sosiale kompetanse
- å få nye rusfrie relasjoner
- mestring - å få tillitt og ansvar
- å se på seg selv som en ressurs
- å være et forbilde
- å være en bidragsyter

ENTER Fritid er blitt en stor aktør i Kristiansand for mennesker i målgruppen vår og vi er blitt gode til å drive fritidsaktiviteter. Det vi ønsket å bli bedre på var overgangen fra ENTER Fritid til de etablerte, lokale fritidstilbudene. Vi ønsket å utvide samarbeidet med lokale fritidsaktører og utvikle en samarbeidsmodell slik at deltakere fra ENTER Fritid lettere integreres i de ordinære tilbudene. Dette krever innsats og ressurser. Gjennom deltakelse i aktivitetene, samarbeidsmøter og avtaler mellom ENTER Fritid og klubbene ønsket vi å skape en felles kultur for dette. Det har vært flere konkrete henvendelser fra klubbene om ulike former for samarbeid, men ENTER Fritid hadde ikke kapasitet til å gjøre noe med disse henvendelsene. Et eksempel er fra våren 2017, da Kristiansand Cykkelklubb inviterte til vår deltakelse på felles treningsopplegg frem mot Colorline Tour /Kristiansand – Hovden. Vi hadde ikke kapasitet til å koordinere dette og kjørte derfor det faste «trygge» opplegget vi er vant til fra tidligere år, ergo å kjøre treningene «internt» i ENTER Fritid. Prosjektet ga god mestringseffekt for de deltakerne som deltok, men muligheten for å etablere noe mer utenfor ENTER Fritid uteble da. Vi erfarte og så verdien og viktigheten av at deltakere i ENTER Fritid engasjerer seg i de etablerte fritidstilbudene. Samtidig erfarte at denne overgangen er vanskelig for mange. De aller fleste deltakerne sier mye om store sosiale utfordringer og sosial angst. Og beskriver dette som det største hinderet for å delta og bidra i det ordinære samfunnsliv. ENTER Fritid er en god praksis arena i så måte. Gjennom prosjekt Tilbake til Fritiden ønsket vi å få mulighet til å legge til rette for gode overganger til det ordinære samfunnsliv.

### **Målsetting og målgruppe**

Vårt mål var at prosjekt Tilbake til Fritiden vil føre til at flere deltakere i ENTER Fritid vil finne et varig engasjement i lokale, etablerte fritidsaktiviteter. I Enter Fritid er deltakerne i et etterverns tilbud. Gjennom prosjektet vil deltakerne være en rehabilitert, integrert del av samfunnet. Over en 3 års periode var målet å ha velfungerende avtaler med ca. 10 etablerte aktører i Kristiansandsområdet innenfor områdene Trening, Friluftsliv og Kultur. Vi så for oss at mellom 20 og 30 deltakere vil engasjere seg i lokale ordinære fritidstilbud.

Målgruppen er mennesker i rusrehabilitering som deltar i Enter Fritids aktiviteter. Ca. 120 deltakere er ukentlig med på en eller flere av Enter Fritids aktiviteter. Deltakere i Prosjekt Tilbake til Fritiden ble rekruttert herfra.

### **Prosjektgjennomføring og metode**

Prosjektleder ble ansatt og startet i januar 2019. Prosjektleder, leder Enter Fritid og 2 deltakere i Enter Fritid dannet i januar en prosjektgruppe som har startet planleggingsarbeidet. I løpet av året var målet å utvide gruppen med representanter fra lokale etablerte fritidsaktiviteter samt representanter for Kristiansand Kommune og Sørlandets Sykehus. Slik utviklingen i prosjektet var valgte vi å ikke videreføre prosjektgruppen i denne fasen. Prosjektleder sammen med ansatt i Enter Fritid driftet arbeidet. Da vi startet arbeidet med å invitere inn klubber og lag ble det naturlig å utvikle samarbeidsmodeller sammen med de enkelte klubbene. En prosjektgruppe opplevdes overflødig. Klubbene ble invitert inn i fritidsakademiet og bidro der sammen med Enter Fritid til å utvikle tilbudet og samarbeidet. I 2019 deltok Kristiansand Cykkel Klubb (KCK), Kristiansand Triatlon (KRSTRI), Kristiansand Kajakklubb (KK), DNT-Sør, Jeger og Fisk-Agder og Bjåvann Golfklubb (BGK) på til sammen 6 samlinger på Fritidsakademiet. På samlingene presenterte Enter Fritid og klubbene seg for hverandre. Spørsmålene vi jobbet med: Hva har vi felles som er bra med aktivitetene? Hva hindrer oss i å bli med i hverandres aktiviteter? Hva må eventuelt legges til rette for at vi deltar på hverandres aktiviteter? Hvordan kan vi samarbeide bedre?

Disse samlingene førte til at inkludering ble temaet vi jobbet med i 2 kveldssamlinger og en helgesamling høsten 2019. Samlingene ble forberedt og gjennomført sammen med organisasjons og lederutviklings bedriften Storform AS. Vi så at Fritidsakademiet er den beste arenaen for utvikling av prosjekt Tilbake til Fritiden. Derfor fant vi det mest hensiktsmessig at aktivitetsgruppen til Fritidsakademiet erstatter prosjektgruppen. I

I mars, april og mai 2019 inviterte vi til Workshops (3 stk) i forbindelse med fritidsakademiet slik det er beskrevet over og i løpet av året inngikk vi 2 samarbeidsavtaler med eksterne aktører.

Korona epidemien som startet våren 2020 satte i perioder en stopper for mange fritidsaktiviteter og derfor også for fremdriften i prosjektet. Felles treninger og samlinger var i perioder ikke gjennomførbare. Men vi holdt samarbeidet varmt og løpet av de 2 årene som pandemien varte utnyttet vi mulighetsrommene og arrangerte og deltok på det myndighetene tillot. Til tross for Korona har vi gjennomført prosjektet og nådd målene vi satte oss.

### **Resultater, vurdering av resultat- og effektmål**

Vi har i prosjektperioden jobbet målrettet opp mot mange lokale fritidsaktører. Målsettingen var en samarbeidsavtale med 10 eksterne aktører. I disse årene har vi hatt mange møter, bygget relasjoner og forankret samarbeidet med sentrale personer i lokale klubber, foreninger og lag. Vi gjennomførte som beskrevet i starten av prosjektet 3 workshops og utviklet i samarbeid med eksterne fritidsaktører en samarbeidsmodell med tilhørende avtaler. Avtalene er laget på bakgrunn av partenes behov og ønsker. Dette gjør at samarbeidet er grundig forankret og oppleves meningsfullt for avtalepartene.

Vi har i prosjektperioden inngått avtaler med 9 lokale aktører: Kristiansand- Kajakklubb, Jeger og Fiskeforening, Triatlonklubb, Cykle klubb samt Bjaavann golfklubb, DNT, Yoga, Crossfit kvadraturen og Padel senter Rige.

Samarbeidet har med noen av aktørene inneholdt felles treninger. Med andre aktører har vi felles temasamlinger som for eksempel Golfkafe og Sykkelkafe i Kirkens Bymisjon Kristiansand sine lokaler. På denne måten har deltakerne i Enter Fritid trent sammen med, vært på foredrag sammen med og blitt kjent med medlemmer i de ulike fritidstilbudene.

Vi er veldig fornøyde med at vi klarte å inngå 9 samarbeidsavtaler i en periode med korona restriksjoner, og vi opplever at samarbeidsmodellen er levedyktig og noe å bygge videre på i fremtiden. Vi hadde en tanke og et mål om at 20-30 deltakere ville engasjere seg og melde seg inn i lokale fritidstilbud. På tross av korona epidemi var dette tallet 46 ved prosjektperiodens slutt. Flere av disse deltakerne har blitt resurspersoner der de har meldt seg inn. En deltaker holder på å utdanne seg som yoga instruktør, en deltager er blitt sertifisert golftrener, 3 deltakere er sertifiserte som «klatreinstruktør inne», 3 deltakere er i gang med kursstigen til Norges padleforbund. 16 deltakere har tatt jegerprøven i regi av Jeger og Fiskerforbundet.

For deltakerne i Enter Fritid har prosjekt Tilbake til Fritiden bidratt til at flere har funnet nye interesser og aktiviteter og gjort det lettere å melde seg inn og delta i ulike lokale fritidsaktiviteter. Vedlagt ligger en reportasje fra By-liv (Kirkens Bymisjons magasin) der noen fra Enter Fritids jaktgruppe er på jakt sammen med andre medlemmer i Kristiansand Jeger og fiskeforening.

### **Oppsummering med konklusjon og videre planer**

Tilbake til Fritiden har vært et viktig prosjekt som har bidratt til gode overganger til lokale fritidsaktiviteter for deltakere i Enter Fritid. Vi vurderer dette slik at samarbeidsmodellen vår med felles treninger, samlinger og relasjonsbygging har åpnet dører og gjort det lettere for deltakere i Enter Fritid å ta steget inn i de lokale fritidstilbudene. Tusen takk for at vi fikk denne muligheten. Modellen vi utviklet vil ligge til grunn for det videre arbeidet i Enter Fritid. Vi jobber fortsatt med å få inn midler til videre drift og utvikling av Enter fritid og Tilbake til Fritiden.