

Sluttrapport

Inkluderende idrett

Gratis lavterskel aktivitetstilbud for barn som faller utenfor organisert fritidsaktivitet på grunn av sosiale, kulturelle og/eller økonomiske barrierer.



*Med hjerte
for lokalmiljøet*

Utleira Idrettslag

Søkerorganisasjon

Norges Idrettsforbund, olympiske og paraolympiske komite

Prosjektet er støttet av ExtraStiftelsen Helse & Rehabilitering



EXTRA
STIFTELSEN

Forord

Utleira IL ble i 2017 tildelt midler fra Extrastiftelsen til gjennomføring av prosjektet «Inkluderende idrett» i 2018. Prosjektets målsetninger å tilby gratis lavterskel aktivitet til alle de som faller utenfor idretten av ulike grunner. Tilbudet inkluderer transport og mat i tillegg til aktivitet.

Rapporten beskriver prosjektets innhold, gjennomføring og resultater, i tillegg til våre erfaringer med prosjektet.

oo

Utleira IL vil gi en stor takk til ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering. ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering har 36 medlemsorganisasjoner, som alle jobber innen helse og frivillighet i Norge. Stiftelsen er finansiert med spillemidler, og får en andel (6,4 prosent) av overskuddet til Norsk Tipping. Midlene deles ut til prosjektarbeid i frivillige helseorganisasjoner, innen forebygging, rehabilitering og forskning. Alle frivillige helse- og pasientorganisasjoner kan søke om støtte gjennom ExtraStiftelsen, uavhengig av om organisasjonen er medlem i stiftelsen.

Vi takker også Idrettsrådet i Trondheim for økonomisk støtte. Takk til Utleira Skole , Nidarvoll skole og Steindal skole for et meget godt samarbeid. Takk til Trondheim Kommune for Mangfoldsprisen 2018.



Sammendrag

Bakgrunnen for prosjektet er at Utleira IL gjennomførte en strategiprosess i 2016, med hovedstyret og sportsstyret, for å definere veien videre. I denne prosessen ble det klart at idrettslaget ønsket å utvide tilbudet for grupper som i dag faller utenfor idrettslagets ordinære tilbud.

Barna hentes på skolen med buss/føttene av ansvarlig voksen. Når de kommer til hallen får de mat, 1 times aktivitet og deretter frukt, før retur til skole/hjem. Gruppene deles opp etter alder. De gjør ulike øvelser som passer for gruppen og utforsker nye idretter. En trening er gjerne inndelt i tre-fire ulike aktiviteter for å tilby god variasjon hver eneste gang. Tilbudet kan sammenlignes med allidrett, hvor man deltar på ulike aktiviteter og idretter hver gang. Aktivitetslederne setter opp en plan for innhold til hver uke, men vil også tilpasse dette til barnas ønsker. Det er viktig med mestring, å ha det gøy og at alle blir sett. Her skal de lære å delta i organisert aktivitet og å utfolde seg fysisk sammen med andre.

Målgruppe: Barn som ikke deltar i idrett på grunn av økonomiske, kulturelle, fysiske og/eller sosiale barrierer, fra 1. - 7. klasse på Utleira, Nidarvoll og Steindal skole og andre skoler der barn som bor i vårt område har sin skolegang.

Målsetningen med inkluderende idrettslag er å gi barn (som i dag faller utenfor idretten) et lavterskel aktivitetstilbud som på sikt gjør dem i stand til å delta i organisert idrett sammen med jevnaldrende i idrettslagets ordinære tilbud. Tilbudet skal være trygt, sosialt og utviklende.

Jevnlig fysisk aktivitet gir mange helsegevinster. Vårt tilbud har gitt flere mulighet til å delta på jevnlig fysisk aktivitet, og på sikt inngå i en ordinære treningsgrupper. At det er flere ulike aktivitetstilbud gir utøverne lettere mulighet til å finne en passende aktivitet som de liker og vil fortsette med.

Det er positivt for språket at flere Norske barn deltar. Dette gir barna unike muligheter til å lære både språk og kultur fra hverandre. De utvikler vennskap i et spesielt fellesskap. Vi ser at aktiviteten gir barna økt selvtillit og bedre tro på seg selv. Bedre selvfølelse gjennom god mestring i trygge omgivelser.

Det er svært positivt for hele idrettslaget å få disse barna inn i ordinære treningsgrupper. De har mye å bidra med, angående kultur og det å tørre å være litt annerledes. Å høre deres bakgrunn gir litt større perspektiv på livet og hverdagen.

Gode tilbakemeldinger fra brukerne om at de trives og føler trygghet og mestring.

Det er 63 som har deltatt på prosjektet gjennom året. Dette er 17 mindre enn målsetningen. Dersom man måler antallet pr økt ligger dette pr i dag på ca 40, som er 40 mindre enn målsetningen med å ha 80 barn i aktivitet pr uke. Utleira IL ser at det vanskeligste med prosjektet er å rekruttere deltakere da det fortsatt er tabubelagt å søke økonomisk hjelp. Vi har derfor jobbet mye med å ufarliggjøre dette. Sett i etter tid ville vi ikke hatt kapasitet til å håndtere 80 barn da mange av de som deltar på tiltaket har store behov i forhold til oppfølging. Vi kunne hatt noen flere barn, men vi ser på fire grupper med 15 barn i hver gruppe som absolutt maks. Dette tilsvarer 60 barn.

Når det gjelder overføring av barn fra tiltaket til ordinære treningsgrupper er dette målet nådd. Målsetning var 25 av deltakerne. I vårt tilfelle er ca 25 av 63 deltakere overflyttet til ordinære tiltak. Dette tilsvarer 40% av deltakerne. Dette er vi meget godt fornøyd, da det er det viktigste målet.

Utleira IL er meget godt fornøyd med inkluderingsarbeidet i 2018, og ønsker å videreføre og videreutvikle dette i 2019. I 2018 fikk Utleira IL og inkluderende idrett mangfoldsprisen av Trondheim Kommune, som viser at Utleira IL og inkluderende idrett blir godt mottatt i byen som et

forbilde for andre. I 2019 jobber vi konkret med å gjøre prosjektet økonomisk bærekraftig uten store støtteordninger. Vi må opprettholde kvalitet, men samtidig se på kostnadseffektive løsninger for logistikk, mat og utstyr. Medlemmene og hovedstyret støtter videre drift av dette prosjektet.



Innhold

Forord.....	2
Sammendrag	3
Kapittel 1: Bakgrunn for prosjektet.....	6
Kapittel 2: Målsetning og målgruppe	7
Kapittel 3: Prosjektgjennomføring og metode.....	8
Forutsetninger for å lykkes.....	8
Samarbeidspartnere.....	9
Ressurspersoner som er knyttet til prosjektet pr i dag.....	9
Brukermedvirkning.....	9
Kapittel 4: Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering	11
Resultatvurdering.....	11
Vurdering av effektmål.....	12
Kapittel 5: Oppsummering/Konklusjon/ Videre planer.....	13



Kapittel 1: Bakgrunn for prosjektet

Utleira IL gjennomførte i 2016 en strategiprosess i hovedstyret og sportsstyret, for å definere veien videre. I denne prosessen ble det klart at idrettslaget ønsket å utvide tilbudet for grupper som i dag faller utenfor idrettslagets ordinære tilbud. På årsmøtet i mars 2016 ble strategien presentert, og flere i forsamlingen tok til orde for at klubben burde starte med konkrete tiltak rettet mot fattigdomsbekjempelse og integrering av flyktninger og flerkulturelle barn og ungdom.

Idrettslaget hadde i 2016 allerede etablert en ordning hvor fattige familier kan søke om fritak for hele eller deler av treningsavgiften. Det finnes også en ordning hvor målgruppen kan søke om deltakelse på cuper, idrettsskoler og liknende, samt søke om utstyr.

I 2017 fikk Utleira IL støtte fra BUF for å komme i gang med inkluderende idrett. I løpet av 2017 ble det viktig å konkretisere tilbudet slik at vi justerte dette for å dekke behovene på best mulig måte. Blant annet så vi verdien av å ha med flere norske barn i prosjektet, da dette ville gi en bedre integrering og bedre læring i forhold til språk og kultur. Det er nok av Norske barn som faller utenfor idretten og som har godt av dette tilbudet både fysisk og sosialt.

Hele idrettslaget står bak dette arbeidet, basert på strategi og verdiarbeid i forkant.



Kapittel 2: Målsetning og målgruppe

Målsetningen med inkluderende idrettslag er å gi barn (som i dag faller utenfor idretten) et lavterskel aktivitetstilbud som på sikt gjør dem i stand til å delta i organisert idrett sammen med jevnaldrende i idrettslagets ordinære tilbud. Tilbudet skal være trygt, sosialt og utviklende.

Vi skal etablere et unikt tilbud for målgruppen, og dele våre erfaringer med andre idrettslag som ønsker å bidra til lokalsamfunnet på samme måte. Målsetningen er at flere barn og ungdom fra familier med lav inntekt skal kunne delta i idrett.

Vi ønsker også å gi barn og deres foresatte en innføring i hvordan idrettslaget er bygd opp, om deres muligheter til å søke fritak fra treningsavgift i et ordinært tilbud og andre praktiske opplysninger.

Utleira IL har som visjon å skape idrettsglede, gjennom våre verdier: respekt, inkludering, mestring og engasjement. Idrettslaget er verdibasert, og er et lokalt breddeidrettslag. Vi skal skape gode tilbud for alle i vår bydel. Vårt mål er å være verdens beste idrettslag for de som bor i vår bydel.

Målsetning i tall

- 80 barn tilknyttet Inkluderende idrett pr uke
- Holde informasjonsmøte med foreldre minimum en gang pr halvår.
- Overføre minimum 25% av barna til ordinær aktivitet pr halvår, f.eks 20 barn pr halvår.

Målgruppe

Barn som ikke deltar i idrett på grunn av økonomiske, kulturelle, fysiske og/eller sosiale barrierer, fra 1. - 7. klasse på Utleira, Nidarvoll og Steindal skole og andre skoler der barn som bor i vårt område har sin skolegang. Den sekundære målgruppen for aktiviteten er foresatte til barn i målgruppen. Gjennom idrettslaget har de muligheter til å bygge nettverk, finne fellesskap og gi noe tilbake.



Kapittel 3: Prosjektgjennomføring og metode

Barna hentes på skolen med buss/føttene av ansvarlig voksen. Når de kommer til hallen får de mat, 1 times aktivitet og deretter frukt, før retur til skole/hjem. Gruppene deles opp etter alder. De gjør ulike øvelser som passer for gruppen og utforsker nye idretter. En trening er gjerne inndelt i tre-fire ulike aktiviteter for å tilby god variasjon hver eneste gang. Tilbudet kan sammenlignes med allidrett, hvor man deltar på ulike aktiviteter og idretter hver gang.

Aktivitetslederne setter opp en plan for innhold til hver uke, men vil også tilpasse dette til barnas ønsker. Det er viktig med mestring, å ha det gøy og at alle blir sett. Her skal de lære å delta i organisert aktivitet og å utfolde seg fysisk sammen med andre.

Dette tilbudet gjennomføres på mandager fra 14.30-16.00. Det viktigste er å få barna og foreldrene til å forstå og lære hvordan organisert idrett drives i Norge. Gjennom dette blir de kjent med hvordan dette fungerer og lære mye om vår kultur. Vi lærer barna å tilpasse seg et fellesskapsopplegg med en leder, slik at det er lettere for dem å komme inn i en ordinær treningsgruppe i f.eks fotball, håndball, basket, innebandy, allidrett, ski eller friidrett.

Det er 8 personer som er aktivitetsledere i tillegg til 1-2 på kjøkkenet. Dette er en blanding av unge aktivitetsledere og voksne med god erfaring fra idrett og å arbeide med barn.

Prosjektet er i samarbeid med Utleira Skole, Steindal skole, Nidarvoll skole, Trondheim Kommune, NAV, Trøndelag Idrettskrets, Idrettsrådet i Trondheim og Extrastiftelsen. Prosjektet har tidligere fått støtte fra BUF og Trøndelag fotballkrets.

Deltakerne rekrutteres gjennom skolene, NAV, Trondheim Kommune og i nærmiljøet. Man må få flere til å bli kjent med tilbudet og snakke om dette. Det er først da flere vil foreslå dette til de som trenger det.

Før barna overføres til den ordinære aktiviteten ønsker vi at det gjennomføres et møte med familien, samt oppnevnes en fadder/idrettskontakt som kan følge ham på de første treningene og bidra til at han/hun trives. Idrettslaget betaler også treningsavgifter for barn fra fattige familier, slik at barn fra økonomisk vanskeligstilte familier får mulighet til å delta på lik linje som andre barn og ungdommer. Vi kan også gi støtte til cuper, transport, utstyr, men familiene selv må alltid betale medlemskontingent.

Forutsetninger for å lykkes

Det er viktig at tilbudet er et gratis lavterskel aktivitetstilbud hvor alle i målgruppen er velkommen til å bli med. Fokus på trygghet, fellesskap og mestring. Det er også en del andre faktorer som er viktig for å lykkes. Alle faktorene er på plass, men det er rom for videreutvikling og forbedring.

Klubb:

- Prosjektet er godt forankret i hovedstyret, daglig leder og sportsstyret.
- Klubben har en visjon og verdisett som gjør dette til et viktig satsningsområde.
- Gode ressurspersoner som har kunnskap om målgruppen og erfaring med denne type arbeid.

Samarbeidspartnere

- Skolene: Vi har godt samarbeid med skolene for å nå ut til de som trenger tilbudet og hjelpe oss med at barn møter til riktig tid for henting på skolene. De nærliggende skolene Utleira, Nidarvoll og Steindal synes dette er et meget godt tiltak, som de ønsker å støtte.
- Relevante fagmiljøer: Godt samarbeid med bokollektiver for enslige mindreårige flyktninger,

Trondheim Kommune og andre relevante fagmiljøer som kan bidra med sin kunnskap om målgruppen og relevante problemstillinger.

Ressurspersoner

- Gode ressurspersoner i alle ledd, slik at kvaliteten er god. Dette gjelder trenere, aktivitetsledere, kjøkkenpersonell og sjåførere.
- Tilgjengelige faddere/idrettskontakter som følger utøvere på trening i ordinær aktivitet.
- Daglig leder holder ofte overgangsmøter med familie, trener, lagleder osv. for å kartlegge og få til en best mulig overgang til ordinær aktivitet.
- Vi har nok tilgjengelig ressurspersoner til samme tid.

Internt samarbeid og informasjon

Godt samarbeid med deltakerne og informasjon til deres foresatte er helt nødvendig. Her har vi oversatt våre verdier til flere språk.

Økonomisk støtte

- Det er helt nødvendig at Utleira IL får økonomisk bistand for å lykkes med dette prosjektet.

Samarbeidspartnere

- Utleira Skole
- Steindal Skole
- Nidarvoll skole
- Norges Fotballforbund
- Idrettsrådet i Trondheim
- Idrettskretsen i Trondelag
- Trondheim Kommune
- NAV
- Extrastiftelsen

Ressurspersoner som er knyttet til prosjektet pr i dag

- Pål Wahl, Daglig leder og prosjektleder
- Ros-Mari Emilsen. Prosjektleder fra 1.1.2019
- Wenche Mikalsen, Kjøkkenpersonell
- Vidar Magne, Driftsleder
- Jan Kåre Rønningen, Bussjåfør
- Malik Askar, Idrettskontakt og aktivitetsleder
- Jamal Hassouin, Idrettskontakt og aktivitetsleder
- Julia Larsson, Aktivitetsleder
- Andreas Mo Sandmo, Aktivitetsleder
- Leah Folstadli, , Aktivitetsleder
- Sandra Skjærvold, Aktivitetsleder
- Ida Elise Aune, Aktivitetsleder
- Tuva Grøtte, Aktivitetsleder

Brukermedvirkning

Når man samles til mat før aktiviteten, spør man alltid om det er noe spesielt de liker godt og om det er noen aktiviteter de ønsker mer av. Etter økten spør man hva som var morsomt og hva som var mindre morsomt og evt. hvorfor.





Kapittel 4: Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering

- Inkluderende idrett og Utleira IL har vunnet Mangfoldsprisen i Trondheim Kommune 2018.
- I løpet av året har vi inkludert flyktninger og andre ressursvake familier inn i det ordinære aktivitetstilbudet på en langt bedre måte enn tidligere, hvor de har klare avtaler om fritak fra treningsavgift. Det er vervet omkring 25 barn inn i ordinær aktivitet.
- I løpet av 2018 har 63 barn deltatt på inkluderende idrett.
- Det er etablert en fast treningsgruppe på ca 40 barn som deltar hver uke.
- Gode tilbakemeldinger fra brukerne om at de trives og føler trygghet og mestring.
- Godt samarbeid med skoler og relevante fagmiljøer.
- Har ikke lyktes med å arrangere felles foreldremøter, men har hatt samtaler med mange foreldre 1 til 1. Dett er lettere pga språkbarrierer og sårbare tema.

Resultatvurdering

Det er 63 som har deltatt på prosjektet gjennom året. Dette er 17 mindre enn målsetningen. Dersom man måler antallet pr økt ligger dette pr i dag på ca 40, som er 40 mindre enn målsetningen med å ha 80 barn i aktivitet pr uke. Utleira IL ser at det vanskeligste med prosjektet er å rekruttere deltakere da det fortsatt er tabubelagt å søke økonomisk hjelp. Vi har derfor jobbet mye med å ufarliggjøre dette. Sett i etter tid ville vi ikke hatt kapasitet til å håndtere 80 barn da mange av de som deltar på tiltaket har store behov i forhold til oppfølging. Vi kunne hatt noen flere barn, men vi ser på fire grupper med 15 barn i hver gruppe som absolutt maks. Dette tilsvarer 60 barn.

Når det gjelder overføring av barn fra tiltaket til ordinære treningsgrupper er dette målet nådd. Målsetning var 25 av deltakerne. I vårt tilfelle er ca 25 av 63 deltakere overflyttet til ordinære tiltak. Dette tilsvarer 40% av deltakerne. Dette er vi meget godt fornøyd, da det er det viktigste målet.

Vurdering av effektmål

Jevnlig fysisk aktivitet gir mange helsegevinster. Vårt tilbud har gitt flere mulighet til å delta på jevnlig fysisk aktivitet, og på sikt inngå i en ordinære treningsgrupper. At det er flere ulike aktivitetstilbud gir utøverne lettere mulighet til å finne en passende aktivitet som de liker og vil fortsette med.

Det er positivt for språket at flere Norske barn deltar. Dette gir barna unike muligheter til å lære både språk og kultur fra hverandre. De utvikler vennskap i et spesielt fellesskap. Vi ser at aktiviteten gir barna økt selvtillit og bedre tro på seg selv. Bedre selvfølelse gjennom god mestring i trygge omgivelser.

Det er svært positivt for hele idrettslaget å få disse barna inn i ordinære treningsgrupper. De har mye å bidra med, angående kultur og det å tørre å være litt annerledes. Å høre deres bakgrunn gir litt større perspektiv på livet og hverdagen.

Gode tilbakemeldinger fra brukerne om at de trives og føler trygghet og mestring.



Kapittel 5: Oppsummering/Konklusjon/ Videre planer

Utleira IL er meget godt fornøyd med inkluderingsarbeidet i 2018, og ønsker å videreføre og videreutvikle dette i 2019. I 2018 fikk Utleira IL og inkluderende idrett mangfoldsprisen av Trondheim Kommune, som viser at Utleira IL og inkluderende idrett blir godt mottatt i byen som et forbilde for andre. I 2019 jobber vi konkret med å gjøre prosjektet økonomisk bærekraftig uten store støtteordninger. Vi må opprettholde kvalitet, men samtidig se på kostnadseffektive løsninger for logistikk, mat og utstyr. Medlemmene og hovedstyret støtter videre drift av dette prosjektet.

Utleira IL er kjent for å dele sin kunnskap med andre idrettslag. Å få en viktig pris knyttet til dette arbeidet gjør at prosjektet har blitt anerkjent og flere aktører har besøkt oss for å lære. Ellers har vi fått tilbakemelding fra Trondheim Kommune om at de ønsker at flere idrettslag eller andre starter liknende tiltak i andre bydeler.

Det er stor støtte i medlemmene som ønsker et inkluderende idrettslag, men det er samtidig viktig at tiltaket ikke skal være medlemsfinansiert.

Det som blir enda viktigere i tiden fremover er å skape enda bedre rekruttering ved å gå bredt ut med informasjon om tiltaket og ufarliggjøre deltakelse enda mer.

Video

<https://www.facebook.com/trondheimkommune/videos/468276196993352/>



