

GREB TIL MERE INKLUDERENDE FORENINGER

Vi har samlet en række greb til inklusion, som foreninger kan gøre brug af. Nogle kan være enkle at iværksætte, og selv små ændringer i en foreningskultur kan skubbe på til, at flere børn i udsatte boligområder finder vej ind i foreningsfællesskaberne, mens andre greb kræver mere grundlæggende forandringer.



Social træner



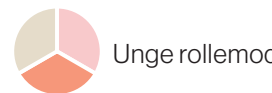
Prøvetræning



Åben træning



Ryk hold ud på børnenes hjemmebane



Unge rollemodeller



Tilbyd forældre en aktiv rolle

SOCIAL TRÆNER

Ved at opkvalificere trænere, instruktører, undervisere og holdledere gennem socialpædagogiske redskaber og værktøjer kan de benytte deres kontinuerlige og nære relation til børnene til at sikre, at flere børn fra udsatte boligområder får en varig plads i foreningsfællesskaber.

Træneren kan sætte rammen om fællesskabet

En af nøglerne til at skabe et fællesskab med plads til flere børn fra udsatte boligområder er træneren, holdlederen eller underviseren. For hvis fodboldtræneren – ud over at have den nødvendige idrætsfaglige viden – også har redskaberne til at bygge et inkluderende og rummeligt fællesskab op, så vil der blive plads til flere af de børn, som ikke umiddelbart forstår eller kender koderne for at indgå i et foreningsaktivitet. Og sikre børnenes deltagelse på den lange bane, fordi de oplever reelt set at indgå i et foreningsfællesskab.

Kræver det en ildsjæl at lykkes?

En mulighed er, at træneren, holdlederen eller underviseren har et socialt engagement, der – ud over det faglige engagement for fx fodbold, klaver eller karate – bidrager til, at flere børn føler sig hjemme i foreningslivet. En anden mulighed er at splitte selve

trænerrollens forskellige facetter op i flere hoveder, frem for at én person skal favne både tekniske og pædagogiske kompetencer. Så der fx både er en faglig træner og en social træner. På den måde er man ikke afhængig af, at alle trænere skal rumme en social ildsjæl.

SÅDAN TAGER DET FORM

- **Pædagogisk instruktør- og træneruddannelse:** Foreninger giver alle trænere/instruktører/holdledere/undervisere uddannelse og kurser i forhold til at besidde pædagogiske redskaber til at skabe rummelige fællesskaber.
- **Bryde trænerrollen op:** I stedet for, at alle kompetencer skal kunne rummes i én træner- eller instruktørrolle, arbejder flere foreninger med at bryde rollen op, så forskellige personer kan have forskellige funktioner – det gør man bl.a. i Nørrebro United og BK Vestia, hvor man dels har en trivselstræner og dels en aktivitetstræner.
- **Sociale frivillige:** Som forening kan man prioritere at rekruttere frivillige, som brænder for det sociale og pædagogiske arbejde, så der fx altid er en frivillig til rådighed til at følge op på det, hvis et barn eksempelvis ikke er dukket op til træning flere gange eller ikke trives på holdet.



OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- For at lykkes med at skabe rummelige fællesskaber kræver det, at den sociale opmærksomhed bliver prioriteret ledelsesmæssigt i foreningen, og at der afsættes ressourcer til opkvalificering i pædagogiske redskaber.
- Det er ikke nok med et teoretisk kursus i socialpædagogiske redskaber. Det skal også øves i praksis. Derfor kan opfølgende supervision og sparring være afgørende for at implementere socialpædagogisk viden.
- Krav og forventninger til en mangefacetteret trænerrolle med fokus på sociale kompetencer harmonerer ikke nødvendigvis med, at det er selve idrætsformen eller kunstarten, som træneren brænder for og byder ind med i første omgang.
- Det er ikke alt, der kan sættes på formel, når det kommer til at skabe relationer til børn. Det handler også om engagementet for opgaven og om kemien mellem barn og træner. Derfor er det også vigtigt med rekruttering af de rigtige trænere, holdledere eller undervisere. Nogle, som kan relatere sig til børnenes oplevelse, og nogle, som børnene kan spejle sig selv i; fx nogle med

anden etnisk baggrund, eller som er bosiddende i lokalområder (Ipsen et al. 2012).

- Vælger man at splitte opgaven op i faglige trænere og sociale trænere, er det vigtigt at planlægge og diskutere rollefordelingen, så man sikrer, at den pædagogiske tilgang integreres i aktiviteterne, og at man har klare aftaler om, hvem der håndterer eventuelle konflikter.



DET HANDLER OM, AT BØRNE FÅR LYST TIL AT KOMME IGEN

Play

I organisationen Play arbejder Louis Veis med at uddanne trænere og instruktører i foreninger med målet at skabe rummelige og givende fællesskaber gennem det, Play kalder aktivitetspædagogik.

Det handler om at se en træner som facilitator for at skabe fællesskaber, der kan håndtere forskelligheder, og som ikke ekskluderer, men inkluderer.

Én ting er at koreografere en træning, men for Louis er det kun halvvejen. For ham er uddannelse helt afgørende for at nå længere i forhold til at inkludere flere

børn i foreningslivet:

”Jeg tror på, at man skal klæde træneren på til at inkludere. Det kan godt være svært at vide, hvad man som træner rent faktisk gør, når nogen på holdet ikke føler sig som en del af fællesskabet, eller hvis der opstår konflikter. Det er en dannelsesramme for både forening og træner, der skal til.”

Det er her, de pædagogiske kompetencer er afgørende: ”Hvis man har de pædagogiske redskaber, bliver det nemmere. Fx i forhold til, hvordan man lærer børnene at sige ”Tak for kampen”. Vi giver redskaberne til at opbygge en kultur i foreningen med fokus på at give børnene en god oplevelse, så de får lyst til at komme igen.”

PRØVETRÆNING

Prøvetræning kan give børn en smagsprøve på en fritidsaktivitet – og i mange tilfælde en vifte af forskellige fritidsaktiviteter. Her tilbyder foreninger, at børn kan prøve en aktivitet for en periode uden at skulle være medlem – både som prøvetimer i foreningen og som særlige forløb tilrettelagt i samarbejde med andre parter.

Vække interesse

At prøve af, hvordan man går til spejder eller taekwondo, kan vække et barns interesse for at blive en del af en forening. Hvis prøvetræningen kobles tæt op på barnets eksisterende hverdag i lokale institutioner, skoler eller fritidsklubber, er der også potentiale for at vække en interesse hos børn, der ikke før har haft et møde med foreningslivet.

Prøve forskellige aktiviteter af

At prøve flere forskellige aktiviteter af kan også gøre det nemmere at finde en aktivitet, der passer godt til barnet. Det er også rart for forældrene at teste af, inden de bruger penge på kontingent og udstyr. Prøvetræning kan også åbne børnenes øjne for, at foreningslivet rummer meget mere end spejder, fodbold og håndbold, ved at give mulighed for at prøve

minde udbredte aktiviteter såsom trampolinhop, håndarbejde, fotokunst eller rollespil.

SÅDAN TAGER DET FORM

- **Prøvetimer:** De fleste foreninger tilbyder et antal prøvetimer, hvor et barn kan deltage på et hold i foreningen uden at skulle betale og melde sig ind i foreningen.
- **Satellittræning:** Ofte går foreninger sammen med boligsociale indsatser om at afholde 'satellittræning', hvor foreningen i en afgrænset periode rykker træning ud i boligområdets fællesarealer. Hos Nørrebro Byggerne tager det også form som pop up-events, hvor der arrangeres boldspil med Nørrebro United og kreativværksted med en kunstner.
- **FerieCamps:** Træning kan også afholdes i skoleferierne som såkaldte 'ferieCamps', hvor mange børn mangler noget at give sig til. Mange kommuner vil gerne støtte disse ferieaktiviteter.
- **Events:** Foreninger kan også gå sammen om at afholde et event i boligområdet, der fremviser de mange facetter af foreningslivet. Under navne som 'foreningsfestival' og 'idrætsdage' sætter foreninger boder op, afholder lege,

konkurrencer og giver mulighed for at prøve aktiviteter.

- **Forløb hos skoler:** Foreninger kan også etablere forløb sammen med den lokale skole, hvor de indgår i idrætsundervisningen med afsæt i lovgrundlaget for Den Åbne Skole, der forpligter skoler til at inddrage bl.a. lokale kulturinstitutioner og foreninger i undervisningen.
- **Aktive frikvarterer:** Foreninger kan også lave aftaler med skoler om 'aktive frikvarterer', hvor de kommer ind og afholder aktiviteter i skolegården i børnenes frikvarterer.
- **Forløb hos daginstitutioner og fritidsordninger:** Ligeledes går foreninger sammen med daginstitutioner og fritidsordninger om at lave forløb for børnene. Det kan organiseres, sådan at børnene sammen med en pædagog fra dagtilbuddet deltager i en fritidsaktivitet i en periode. Et eksempel er initiativet ABIF (Aktive børn i foreninger) i Københavns Kommune.



OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Et tip til satellittræning og ferieCamp er at invitere nogle af de børn med fra boligområdet, som allerede går i foreningen, så børnene kan se, at de allerede kender nogen, der går der.
- Hvis det er foreningens frivillige, der skal afholde prøvetræning som forløb, skal det foregå, når de frivillige kan, hvilket sjældent er i dagtimerne. Derfor kan det være nemmere at afholde det i regi af en fritidsordning eller ferieCamp frem for en skole. En mulighed er dog at tænke skoleforløb med idrætsundervisning sammen med udskolingens valgfag, så de ældre udskolings elever kan vælge at indgå som træner sammen med foreningerne i de mindre børns idrætsundervisning.
- Hvis prøvetræningen skal fungere som et trin på vejen til at gå fast til en aktivitet, er det helt afgørende, at der også er fokus på at inddrage forældre og hjælpe børn og familier med at blive koblet på et hold, når prøvetræningen afsluttes. Et forløb kan fx afsluttes med en opvisning for forældrene, hvor de kan se, hvad børnene har lært. Her kan personer fra foreningen eller en fritidsvejleder stå klar med invitationer om prøvetimer i foreningen og hjælp til tilmelding og ansøgning af kontingentstøtte.
- Foreningen kan også inddrage børnene i at være med til at udvikle prøvetræningen, fx ved at komme med ønsker til, hvilke aktiviteter de gerne vil prøve af. Det kan potentielt styrke prøvetræningens popularitet.

BØRN PÅ ARABISK FRISKOLE FÅR EN FORSMAG PÅ FODBOLDTRÆNING

Nørrebro United og Al-Hilal skolen

Foreningsbrobygger Stine Wadskær Munch er ansat på tværs af den boligsociale indsats på Nørrebro, fodboldklubben Nørrebro United og Socialforvaltningen under Københavns Kommune til at bygge bro mellem familier, foreninger og systemet. Her fik hun og en kommunal skole-socialrådgiver øje på et hul i kommunens arbejde med tidlig forebyggelse, idet midler på dette område primært tildeles til folkeskoler.

Deres erfaring var dog, at de arabiske friskoler ofte er pressede på økonomien og mangler gode idrætsfaciliteter. Derfor gik de sammen med Nørrebro United om at sætte et forløb i stand med en arabisk friskole,

der blev tilrettelagt som et kombineret skoleforløb og ferieCamp, med støtte fra kommunens pulje til ferieaktiviteter.

I et tomåneders forløb – før, under og efter påskeferien – tog en idrætslærer fra skolen og en træner fra fodboldklubben børnene med over i en lokal park med idrætsfaciliteter og boldtrænede en gang om ugen. "Børnene elskede det så meget og fik en god relation til træneren fra Nørrebro United. Træneren kom altid tilbage til klubhuset efter en skoletræning med et stort smil på læben, og da forløbet blev afsluttet, kom børnene med tegninger til ham," fortæller Stine.

Stine er nu i dialog med andre foreninger i lokalområdet om at starte et lignende forløb op. Her går hun efter foreninger, der er villige til at tænke ud af boksen og også er med på at allokere ressourcer til initiativet.

ÅBEN TRÆNING

Med åben træning kan børn deltage i en aktivitet uden hverken betaling eller medlemskab på fast basis i modsætning til prøvetræning, der foregår som tidsafgrænsede events eller forløb. Det kan både være hold, som mødes med fast tid og sted, og en bemandede facilitet, hvor børn kan komme i et tidsrum og deltage i aktiviteter.

En øvebane og venteposition på vejen til et formelt hold

Træningen indrettes typisk, så der tages hensyn til, at mange børn er nybegyndere – både i forhold til aktiviteten og i forhold til at være en del af et fritidsfællesskab. Det sænker tærsklen, så børn kan komme direkte fra gaden og være med. Åben træning fungerer derved som en øvebane, hvor børn i trygge rammer kan opdyrke deres evner, inden de starter på et formelt hold. I områder med pres på faciliteter, som skaber lange ventelister, kan åben træning give mulighed for at starte med det samme, indtil barnet rykker op på ventelisten.

Et alternativ til dem, der aldrig bliver formelle medlemmer

Nogle børn formår dog aldrig at blive indmeldt som formelle betalende medlemmer i en forening, fordi der er for mange barrierer i tilmeldingsprocessen. For disse børn kan åben træning udgøre et mere tilgængeligt alternativ, hvor de alligevel kan være en del af et hold og deltage på fast basis. For mange børn opleves det som en lige så "rigtig" måde at deltage på som at være formelt medlem. Foreninger, der tilbyder åben træning, oplever, at fordi det er nemt at deltage, kommer børn igen og igen, så der på trods af de uformelle rammer bliver skabt en fasttømret gruppe, hvor der kan opstå et stærkt fællesskab.

SÅDAN TAGER DET FORM

- **Ventelistetræning:** Foreninger tilbyder åben træning i boligområder og i parker og haller i nærheden af boligområdet. De kan også have en fast aften, hvor alle kan komme i foreningens klubhus og deltage uden medlemskab. Det kan også være en boligsocial medarbejder, der tager initiativ til at få en populær sport med lange ventelister til at lave åbne aktiviteter.
- **NGO'er driver åbne aktiviteter:** Nogle NGO'er driver fritidsaktiviteter, som ikke kræver

tilmelding. Det kan fx være streetsport eller kunsthold.

- **Bemandede faciliteter:** Foreninger, boligsociale medarbejdere eller andre kan have faste timer på en facilitet, hvor de arrangerer aktiviteter for alle børn. Det kan fx være en boldbane, en legeplads, et værksted eller et skur med træningsredskaber. Det kan også være et mobilt tilbud, der kommer ud i forskellige boligområder med udstyr og aktiviteter, såsom en vogncykel med sportsredskaber.

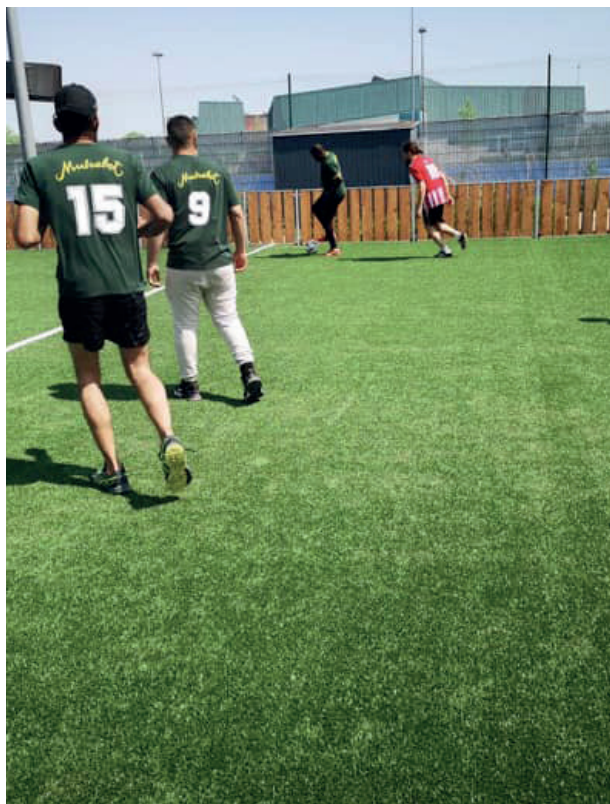
OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Det kan være svært at skaffe faciliteter og økonomi til åbne tilbud, da deltagerne ikke er medlemmer og derfor hverken genererer kontingentbetaling eller folkeoplysende støtte. Derfor kan der være behov for samarbejde og økonomisk støtte fra fonde og offentlige puljer. Og åbne tilbud låner ofte alternative faciliteter såsom baggårde og boldbure (læs mere i næste greb).
- Det er vanskeligt at følge et struktureret træningsforløb på tværs af træningsgange, fordi der kan være udskiftning i, hvem der deltager, og



variation i børnenes niveau. Derfor kræver det en dygtig træner, der kan "fornemme rummet" ved hurtigt at få indblik i børnenes niveau og dagsform og så tilpasse træningen ud fra dette.

- Det styrker anvendelsen, hvis det er en person, som er kendt blandt børn og forældre i området, der er med til at træne eller facilitere aktiviteterne. Det kan fx være en boligsocial medarbejder eller en lokal klubmedarbejder.



HVORNÅR ER DET 'RIGTIG FODBOLD'?

Nørrebro United

"Hver onsdag træner en gruppe på ca. elleve 9-12-årige drenge med gummisko og bæltetasker om maven på den lille bane i Wesselsgade med en Nørrebro United-træner," beretter Astrid Bertelsen, der er understøttende medarbejder i Nørrebro United. De er faste deltagere i et af Nørrebro Uniteds åbne træningstilbud på en bemandet legeplads tæt på det udsatte Blågårdskvarter.

"Det er et meget fleksibelt tilbud, hvor der kommer en dygtig træner, som mærker rummet i dag og så siger: 'Vi går denne her vej' i stedet for at sige: 'Jeg har planlagt de her fem øvelser, som skal køres igennem', og 'du skrider hvis du ikke kan opføre dig ordentligt,'" fortæller Aske Kvist, som er erhvervs-ph.d. hos Nørrebro United.

Nogle af drengene føler, at de går til fodbold, mens andre ikke gør. Nogle har et ønske om at spille fodbold som medlemmer af foreningen, mens andre foretrækker det åbne tilbud. Ifølge Aske er det vigtigt at udfordre de gængse forståelser af deltagelse i foreningslivet og åbne op for nye rammer for fritidsfællesskaber: "Hvad

er rigtig fodbold, og hvad er forkert fodbold? Det er der mange, der slår sig på. Der er forskellige parametre og forskellige symboler for, hvordan man er en rigtig fodboldspiller. Banen skal have bestemte dimensioner, spillerne skal bære holdtrøjer, og man skal kunne lave en indersideaflevering i 12-årsalderen. Her er både foreninger, de store forbund og forældre medvirkende til at skabe dette skisma."

Klubbens eksperimenter har også resulteret i en stor turnering med kvalifikationsstævner i forskellige boligområder og et stort finalestævne i Nørrebroparken, hvor flere hundrede børn sammenlagt deltog. Hele 65 % af de deltagende var børn, som ikke var medlemmer af foreninger, og som derfor normalt stod uden for denne slags brede fritidsfællesskaber.

I Nørrebroparken tilbyder klubben også ventelistetræning for de 800 børn, der står på venteliste til at blive medlemmer i klubben. "Her møder børnene den æstetik og disciplin, der karakteriserer klassisk foreningsfodbold: Du skal spille på en stor bane, stå i kø og dribble rundt om kegler, mens der står en kø bag dig. Rammen er der, men uden forventninger om, at du kan det hele," fortæller Aske.

RYK HOLD UD PÅ BØRNEBØRNEHJEMMEBANE



Ved at gøre brug af faciliteter i boligområder eller på lokale institutioner kan foreninger overkomme afstandsbarrierer og øge deres kapacitet.

På børnenes hjemmebane

Når aktiviteter rykker ud i boligområdets baggårde, hvor forældrene kan kigge ned fra altanerne eller ind på skoler og daginstitutioner, hvor børn og forældre har deres daglige gang, bliver det ikke kun nemmere at deltage, fordi afstand ikke er en faktor. Det kan også gøre aktiviteterne mere velkendte og trygge. Hvis aktiviteterne på skoler og institutioner ligger i skole- og passetid eller i forlængelse heraf, er børnene ikke afhængige af, at deres forældre kan køre, vente og hente dem efter arbejde.

Når haltid og boldbaner sætter grænser

Mange foreninger har lange ventelister, fordi adgangen til fysiske faciliteter begrænser deres kapacitet. Ved at gøre brug af boligafdelinger, skoler og institutioners faciliteter kan foreninger skabe flere tilbud og samtidig rykke tættere på familierne i de udsatte boligområder. Det kan derudover være en vej til at gøre de dyrere aktiviteter mere økonomisk tilgængelige. Til gengæld for at få flere medlemmer og billig adgang til skolehaller, boldbure og

beboerhuse kan nogle foreninger tilbyde hold med lavere kontingentbetaling.

SÅDAN TAGER DET FORM

- **Bruge faciliteter på skoler og institutioner:** Foreninger kan etablere nye hold, som gør brug af faciliteter på lokale skoler og institutioner. Boligsociale medarbejdere og idrætsforbund kan tage teten på at igangsætte og formidle samarbejdet mellem forening og institution.
- **Bruge faciliteter i boligområdet:** Foreninger kan oprette hold, som gør brug af boligafdelingens faciliteter, såsom boldbure, gårdarealer, grønne områder og beboerhuse. Ofte sker det i tæt samarbejde med boligsociale indsatser, der kan hjælpe med kontakten til lokale familier.
- **Etablere nye fritidsfaciliteter:** Foreninger kan også gå i alliance med boligforeninger om at etablere nye fritidsfaciliteter såsom boldbaner eller kulturværksteder i området, typisk med støtte fra fonde.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Når foreningerne rykker tættere på familier i udsatte positioner, møder de også nogle nye udfordringer. Det kan være børn, der mistrives,

eller udfordringer i kommunikationen med forældrene. Derfor er det en stor støtte for foreningerne, hvis boligsociale medarbejdere eller andre brobyggere står til rådighed, hvis der opstår behov for hjælp.

- Gevinsterne ved at samarbejde med foreninger skal være tydelige for både skoler, institutioner og boligafdelinger. Erfaringer peger på, at gevinsterne kan komme i form af mere læringsparate elever, trygge boligområder, styrket social udvikling blandt børn og meget mere.
- Selvom en forening rykker fritidsaktiviteter ind i boligområdet eller på lokale institutioner, er det ikke en selvfølge, at familierne fra det udsatte boligområde tilmelder sig holdene. For at imødekomme, at disse børn bliver medlemmer, kan foreninger reservere et antal pladser på holdet til dem. På Nørrebro Uniteds hold, som træner ude i almene boligområder, har de eksempelvis valgt at give de lokale børn en forlomme på ventelisten, så halvdelen af pladserne på holdet bliver taget fra ventelisten, mens resten er reserveret til børn fra boligområdet

SKOLERNES TOMME HALLER LØSER BÅDE LANGE VENTELISTER OG SVÆR KONTAKT TIL BØRN I UDSATTE POSITIONER

DGI Storkøbenhavn

I DGI's arbejde med at understøtte foreninger i at velkomme foreningsuvalte børn og unge oplever de, at det er svært at få forbindelse til dem, der ikke selv finder vej ind i foreningslivet. Det hjælper heller ikke, at mange af klubberne i Hovedstadsområdet har lange ventelister grundet begrænset adgang til haller.

Heldigvis har de fundet en løsning, der kan slå to fluer med et smæk. "For at få flere børn og unge med i foreningsfællesskaberne og lette brobygning mellem skole- og fritidsliv skaber vi lokale idrætstilbud i samarbejde med foreningerne og skolerne i forlængelse af skoledagen. Skolerne kan afgive en del af de tidlige eftermiddagstimer, hvor deres haller alligevel ikke bruges til idrætsundervisning. Derudover kan skolens pædago-

ger hjælpe med at rekruttere og sende børn afsted fra SFO til foreningstilbuddet, da de har kendskab til, hvilke børn der ikke går til noget, er udenfor fællesskaberne eller af anden årsag kunne have glæde af tilbuddet. Det har en stor effekt," fortæller Charlotte Bruus Dalsgaard, der er projektleder i DGI's indsats Jump4Fun.

At DGI bringer skoler og foreninger sammen, betyder også, at nogle af de foreninger, som ligger langt væk fra mange af de boligområder, hvor børnene bor, pludselig bliver tilgængelige for disse børn.

NYE SAMLINGSPUNKTER FOR FRITIDSFÆLLESSKABER I ALMENE BOLIGOMRÅDER

Nørrebro United, AKB Lundtoftegade og Brobold

En venteliste med hundredvis af børn og en udpræget mangel på boldbaner i lokalområdet blev startskuddet til et eksperiment mellem Nørrebro United og boligafdeling AKB Lundtoftegade om at tage underudnyttede almene og kommunale boldbure og minibaner i brug til

at etablere flere hold.

Eksperimentet 'Baggårdsbold' viste potentialet i at lave decentrale faciliteter for foreninger bl.a. i almene boligområder. Det er senere forankret i klubbens egen praksis, men har også affødt paraplyforeningen Brobold, der arbejder for at udbrede tilgangen i flere af byens brokvarterer.

AKB Lundtoftegade og Nørrebro United udbygger også samarbejdet om at trække idrætsfaciliteter ind i boligområder, gennem projektet Nørrebro Samles På Banen. Visionen er at etablere nye byrum med faciliteter til forskellige idrætsformer og sociale aktiviteter. De såkaldte 'bevægelsestørve' vil blive arenaer for aktivitet og fællesskab i forskellige former, der inviterer resten af bydelen ind i boligområdet med Nørrebro United og andre lokale foreninger som vært.

UNGE ROLLEMODELLER

Det at inddrage lokale unge som en ressource i foreningen i form af rollemodeller giver børn fra udsatte boligområder muligheden for at spejle sig i en ligesindet.

Motivation og spejling

Unge rollemodeller kan stå for at byde børn velkommen i en forening, følge dem til træning, afholde træning eller være hjælpetrænere. De kan imødekomme en mangel på trænere ved at fungere som trænere eller som ekstra hænder, så foreningen får plads til flere børn. Kort sagt kan de motivere og gøre det mere trygt for børn fra udsatte boligområder at deltage i foreningsaktiviteter ved at tilbyde dem en person at spejle sig i og identificere sig med, fordi de kommer fra samme boligområde, har samme livssituation og/eller har samme kulturelle baggrund.

Styrker sammenholdet på tværs af børn og unge

Når en forening har unge rollemodeller fra udsatte boligområder, kan det bidrage til at skabe et stærkere sammenhold på tværs af børn og unge, fordi de unge tilbyder børnene et fortroligt rum. Herudover forstærker det også sammenholdet mellem de unge og er en måde at fastholde flere unge i foreningslivet,

som ellers ofte falder fra i teenageårene. Fx ved at blive ung rollemodel i form af et fritidsjob eller en mentorindsats.

SÅDAN TAGER DET FORM

- **Trænere og afviklere:** Unge kan stå for selve træningen eller aktiviteten og oplæres gennem opkvalificeringsforløb, som det ses hos fx GAMEs uddannelsescamps og Rollespilsfabrikens træningsweekender og sommerskoler.
- **Hjælpetrænere og ungetrænere:** Flere foreninger har fokus på at inkludere unge som hjælpetrænere med fokus på, at de bidrager til et rummeligt fællesskab og god stemning på holdet. Det ses bl.a. hos DGI i deres hjælpetrænerforløb, hvor man bl.a. har fokus på at snakke pænt til hinanden og på, hvad der er en god måde at reagere på, hvis man bliver sur.
- **Lommepegejob og sponsorater:** Foreninger kan tilbyde unge en rolle i foreningen i form af et fritidsjob. I Nordvest ansættes unge som minitrænere, hvor lønnen i et halvt år understøttes af en boligsocial indsats. Det giver foreningen tid til at få øje på de unges ressourcer og særlige bidrag i forhold til at skabe rummelige fællesskaber.



- **Dommerkursus:** Foreninger kan tilbyde unge at tage et dommerkursus som fritidsjob. I Get2sport tilbyder man netop det og samarbejder med pædagoger og lærere i kommunale institutioner, som er med til at prikke potentielle unge dommere på skulderen.
- **Følgeven:** Unge rollemodeller kan hjælpe ved at følge barnet til foreningen og give barnet en fast person at henvende sig til, hvis der opstår udfordringer. Følgevenen motiverer barnet og gør barnet tryk ved at komme i foreningen. Nogle foreninger giver følgevenen en biografbillet for at tage opgaven på sig.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Det kan være dilemmafyldt at give penge for noget, som er et frivilligt arbejde for andre. Dog er det en god måde at få de unge inddraget på og give dem noget på cv'et.
- Det er vigtigt at facilitere et fællesskab blandt de unge rollemodeller, da det er en afgørende drivkraft for deres motivation – både gennem sociale aktiviteter og fx også gennem tøj med synligt trænersymbol.
- Det er vigtigt at uddanne de unge rollemodeller, ligesom man gør det med voksne trænere.

- Foreningen kan med fordel begrænse timeantallet, der kræves af de unge trænere, så det ikke bliver for overvældende en opgave.



UNGE ER KILDE TIL SOCIAL FORANDRING GAME

I GAMEs playmakerprogram uddannes unge til rollemodeller gennem fire 'camps' fordelt på to år. GAME er en NGO, der udvikler og driver unge- og frivilligledet gadeidræt i bl.a. udsatte boligområder.

"I vores camps kommer de unge rundt om emner med fokus på at opbygge life skills: Hvad er en rollemodel? Hvordan løser man konflikter i boligområdet blandt børn og unge? Hvordan giver man udtryk for sin mening og holdning på en positiv måde?" lyder det fra Asmat El Ouargui, programleder i Danmark for playmaker-indsatsen.

De unge rollemodeller står for en ugentlig træning af yngre børn i fx fodbold, basket eller dans, hvor alle børn bare kan troppe op og deltage gratis. "For os handler det om at empower ungdommen. Både fordi det i sig selv er positivt, og fordi vi ser de unge som kilden til social forandring i områder med svære sociale problemer. Bevægelsen skal komme inde fra boligområdet, frem for at vi kommer udefra og vil forandre," fortsætter

Asmat.

Derfor kommer de unge rollemodeller også oftest selv fra de udsatte boligområder, hvilket kan være en stor fordel: "De kan gå i dialog med lokalområdet om fordomme og bekymringer – fx det, at nogle forældre oplever det som utrygt at komme til dansetræning," uddyber Anne Eskerod Pedersen, projektkoordinator på indsatsen.

Og det lykkes GAME at tiltrække unge frivillige til at blive rollemodeller til deres gadeidræt ved at prioritere ressourcer til indsatsen og afstemme opgaven med den enkelte frivillige:

"Vi har ikke svært ved at få frivillige, men vi bruger også mange ressourcer på at skabe et fællesskab, som man har lyst til at være en del af. Det gør vi blandt andet ved at arrangere pizzaaftener og halvårslige uddannelsesweekender. Vi er også opmærksomme på at vores frivillige er frivillige, og at vi derfor ikke skal se dem som lønnede instruktører, som kan stå for to ugentlige træninger og kampe i weekenden," afslutter Anne.

TILBYD FORÆLDRE EN AKTIV ROLLE



For at gøre det nemt for alle forældre at deltage aktivt i foreningen kan man som forening arbejde med at synliggøre og konkretisere de forskellige frivilligopgaver i foreningen og de måder, man kan støtte hinanden som forældre på.

Forstå, hvad det vil sige at være frivillig

Det kan være svært at forstå, hvad det abstrakte frivillighedsbegreb egentlig dækker over i en forening – særligt for etniske minoritetsforældre, som ikke er vokset op med den danske forståelse af frivillighed. Det kan foreninger imødekomme ved at forklare foreningens opbygning og præsentere de forskellige roller, forældre kan indtage i foreningen: træner, forældre der bakker op om fællesopgaver, bestyrelsesmedlem m.m.

De kan også bryde frivilligrollen ned i konkrete opgaver som at bage kage til arrangementer, skære frugt i forbindelse med træning, køre børn til og fra kampe eller hjælpe med at træne hver tirsdag mellem 15 og 16. Når først forældrene har fået en fod ind, kan det sprede sig som ringe i vandet, hvor de selv ser flere ting, de kan bidrage med.

Mangfoldige forældrefællesskaber

På et hold kan der være forældre fra forskellige socio-økonomiske lag, som ikke er bevidste om, at de har forskellige forudsætninger for at understøtte deres børns deltagelse. Men også, at de har forskellige styrker, de kan bringe ind i foreningen. En forening kan derfor give forældrene indsigt i dens værdisæt om inklusion, og hvordan alle forældrene kan hjælpe hinanden, tage et fælles ansvar og imødekomme, at nogle børn har ekstra behov for støtte. Det kan skabe en mere mangfoldig og bredt repræsenteret gruppe af frivillige, hvor forældre opbygger fællesskab på tværs af sociale skel. Det er ikke blot en vej til større trivsel hos børn, men også hos forældre.

SÅDAN TAGER DET FORM

- **Dialog:** Foreninger kan have dialog med nye forældre i foreningen om konkrete frivilligroller og -opgaver med fokus på, hvad forældrene er gode til og har mulighed for at byde ind med.
- **Inddrage forældre i træning:** I stedet for, at forældre står på sidelinjen og kigger ned i deres mobil under træning, kan foreninger tilbyde forældre en aktiv rolle under træning eller tilrettelægge familiehold, hvor forældrene også indgår.

Forældre kan eksempelvis indgå som deltagere, hjælpetræner eller ekstra hænder, der hjælper til.

- **Forældreworkshops:** Foreninger kan også afholde workshops for forældre på et hold, hvor de opbygger forældrenes bevidsthed om inklusion, og hvordan de kan hjælpe hinanden.
- **Personlige fortællinger:** Trænere i foreningen eller andre frivillige kan også fortælle om deres egne oplevelser med at starte i en klub og blive en del af frivilligfællesskabet og derigennem sætte rammen for en åben dialog.

OPMÆRKSOMHEDSPUNKTER

- Det kan være svært som forening at få øje på tavs viden, usagte koder og blinde punkter i forhold til at inkludere nye forældre i foreningen. Her kan det være en hjælp at gå i dialog med brobyggere, som til hverdag møder de barrierer, der kan ligge i foreningslivets indforståethed.
- Det kan være nødvendigt med kompetencer inden for sprog og sprogbrug til at kommunikere med og inddrage forældrene.
- Det kan være svært at få forældre til at møde op til særlige forældrearrangementer. Dette kan foreningen overkomme ved at lægge dem i forbindelse med den normale træning.

SÆT ORD PÅ, HVAD DET VIL SIGE AT VÆRE EN INKLUDERENDE FORENING

Nørrebro United

Nørrebro Uniteds Baggårdsboldhold er særlige, fordi de består i et samarbejde med almene boligafdelinger om at rykke fodboldtræning ind i boligområder og inkludere alle børn. Men kulturen for inkluderende fællesskaber opstår ikke af sig selv.

”Mange af de forældre, der kommer fra andre dele af Nørrebro, kommer med deres børn uden at tænke over, hvad det er for et sted, de træner, og at mange her ikke har de samme vilkår for at deltage. Fx brokker nogle forældre sig over, at mindre søskende fylder på banen, fordi de ikke er klar over, at mange af de lokale børn har til opgave at passe deres søskende,” forklarer Stine, der er foreningsbrobygger i området.

Sammen med Nørrebro United har hun derfor igangsat forskellige tiltag, der formidler foreningens værdi om at inkludere bredt og synliggør, hvordan forældre og trænere kan være med til at understøtte ambitio-

nen.

Når man som forældre møder op til et baggårdsboldhold, får man derfor stukket en flyer i hånden med foreningens værdisæt, formålet med baggårdsbold og seks tips til at gøre træningen mere inkluderende. Og efter holdstart inviteres alle forældre til en workshop om trivsel og inklusion.

For at gøre det nemt at deltage afholdes workshoppen i tidsrummet for den normale ugentlige træning. For en aften rykker holdene fra baggårdene ind i klubhuset, hvor børnene har en fællestræning, mens forældrene og trænere deltager i en workshop. Den centrerer sig om at give forældrene en forståelse for, hvad foreningslivet kan, og hvorfor familier har forskellige forudsætninger for at være med og forskellige måder at deltage på. Der tales om, hvordan forældrene kan blive bedre til at snakke sammen og hjælpe hinanden. Det kan være noget så simpelt som at hjælpe en anden forælder med at få tilmeldt sit barn træningslejr på en app eller invitere andre nysgerrige børn i gården til at få hjælp til at starte på et hold.

