



# IDROTTSBONUS

med Bromma KFUM

## SAMMANFATTNING

Projektet omfattar drop-in idrott med prova på tillfällen för flickor i högstadiet från Rinkeby-Kista samt friluftaktiviteter för barn och ungdomar med funktionsnedsättning i Stockholm Stad.

[bromma.kfum.se](http://bromma.kfum.se)



## Innehåll

Kort om föreningen .....	3
Värdegrund – Body Mind Spirit .....	3
Bakgrund .....	4
Syfte.....	4
Mål .....	5
Målgrupp .....	5
Flickor .....	5
Barn och ungdomar med funktionsnedsättning .....	6
Förutsättningar.....	6
Lokal och område .....	7
Rekrytering/Marknadsföring.....	8
Metoder .....	9
Flickor .....	9
Barn och ungdomar med funktionsnedsättning .....	10
Tillmötesgå målgruppen.....	10
Tider .....	11
Angående detaljplanering år 2 och 3 .....	11
Delaktighet och inflytande .....	12
Direktdemokrati – Bromma KFUM:s forum för delaktighet och inflytande .....	12
Motiverande Samtal - Motivational Interviewing (MI).....	15
Kommunikologi.....	16
Målsättning.....	16
Metoder .....	16
Uppföljning.....	19
Mervärde .....	19
Tidsplan .....	20
Januari 2015-December 2016 .....	20
År 1 (2015).....	20

Barn och ungdomar med funktionsnedsättning .....	20
Flickor .....	21
År 2 (2016).....	21
Barn och ungdomar med funktionsnedsättning .....	21
Flickor .....	21
År 3 (2017).....	21
Barn och ungdomar med funktionsnedsättning .....	21
Flickor .....	22
Ledare.....	22
Samarbetspartners.....	23
Uppföljning.....	23
Efter projekttiden .....	24
Ekonomisk ansvarig.....	24
Bilagor .....	24

---

# IDROTTSBONUS MED BROMMA KFUM

---

## Kort om föreningen

Bromma KFUM är en del av KFUM Sverige, som i sin tur är en del av två globala ungdomsrörelser, YMCA och YWCA. Tillsammans finns dessa organisationer i ca 130 länder och når ca 70 miljoner människor och erbjuder en bredd av aktiviteter att både prova på och fördjupa sig i. I Sverige samlar KFUM cirka 400 föreningar och 60 000 medlemmar.

Alla är välkomna till KFUM, oavsett nationalitet, kön, social ställning, sexuell läggning, politisk uppfattning kulturell eller religiös tillhörighet. Inom KFUM är det viktigt att respektera människan och hennes möjligheter. Därför är KFUM en samlingsplats för alla unga människor, som vill hitta en gemenskap och bli respekterade för sin egen skull.

KFUM gemenskapen innebär nationella och internationella kontakter och stora möjligheter till erfarenhetsutbyte. KFUM är världens äldsta och största ungdomsrörelse - en internationell rörelse med många verksamheter. Internationellt samarbete är en självklarhet då YWCA och YMCA finns över nästan hela jordklotet.

Bromma KFUM erbjuder en mångfald av aktiviteter. Fokus ligger på ungdomar, då det är en barn- och ungdomsförening. Bromma KFUM erbjuder verksamhet som parkour, innebandy, volleyboll och scouting. Det finns också en mångfald av fritidsaktiviteter som bedrivs i gruppform som teater, sång, animation, tjej- och killgrupper. Bromma KFUM driver Kista ungdomsgård på uppdrag av Rinkeby-Kista stadsdelsförvaltning. Vi har bedrivit barn- och ungdomsverksamhet i Kista sedan 1979. Sedan 1986 har Bromma KFUM även drivit Korttidstillsyn på KFUM-gården i Kista för ungdomar med funktionsnedsättning i åldrarna 12-22 år.

På somrarna arrangeras en mycket uppskattad lägerverksamhet med olika inriktningar i Kista, på Kärsö, Lovö och Gotland. Tillsammans med KFUM Söder/Fryshuset driver Bromma KFUM i föreningsallians KFUM Kärsö som är ett aktivitetscenter på nära 70 000 kvm grönområden med omfattande barn- och ungdomsverksamhet, med ett socialt perspektiv.

Bromma KFUM arbetar även med olika projekt. Vi har under flera år haft en skolsatsning i Hässelby Gårdsskolan med tjej- och killgrupper. Vi driver även samverkansprojektet 164 united för barn och ungdomar i Kista tillsammans med bland annat Kista närpolis, lokala Fältgruppen, Ungdomsmottagningen, Kista brandförsvaret och de kommunala grundskolorna i Kista.

## Värdegrund – Body Mind Spirit

De flesta aktiviteter vi erbjuder unga människor kan göras i många andra organisationers regi. Det finns många idrottsklubbar, ungdomsgårdar och scoutkårer därute. Men att vara med i KFUM handlar om så

mycket mer än själva innebandyspelandet eller lägervistelsen. Det handlar om attityd och idé. Om varför och hur vi gör saker, inte bara vad vi gör. Det handlar om helheten – Body Mind Spirit.

KFUM har en enkel grundfilosofi: Vi tror att alla människor, inte minst unga, har behov av fysisk aktivitet, ökad kunskap och tid för reflektion för att kunna utvecklas och må bra. Vår logotyp, den röda triangeln, symboliserar dessa tre byggstenar – Body, Mind & Spirit. Det är grundstenarna för all vår verksamhet, både i Sverige och i hela världen.

Vi erbjuder mötesplatser där unga människor kan utvecklas till sin fulla potential. Vi utgår ifrån en helhetssyn på människan och möter unga människors aktuella behov. Det viktiga är egentligen inte vad vi gör, utan varför och hur. Därför kan man hitta alla tänkbara olika aktiviteter inom KFUM.

## Bakgrund

Vi möter dagligen i våra verksamheter många unga med funktionsnedsättning, som växer upp i dysfunktionella familjer, barn och ungdomar som har diagnoser eller är under utredning, barn till ensamstående föräldrar, barn med annan etnisk och kulturell bakgrund.

Rinkeby-Kista är Stockholms minsta stadsdel med många familjer som är beroende av ekonomiskt bistånd. Det är idag mycket vanligt med splittrade familjer både p.g.a. skilsmässor och andra tragiska omständigheter, som till exempel flykt från sina hemländer.

Vi ser tydligt det stora behovet för ungdomar i Västerort att ha en meningsfull sysselsättning under fritiden. Tristessen och bristen på organiserade aktiviteter leder tyvärr allt för ofta till destruktivitet för dem själva och andra. Vi är genom vårt eget arbete och vår nära samverkan med närpolis och fältgruppen medvetna om vilken viktig funktion vår verksamhet fyller då det finns en stor social oro i området. De s.k. Husbykravallerna är ett exempel. Vi vet att polisens största oro i dagsläget rör åldersgruppen 12-13 år. Denna ålder är en tydlig brytpunkt då mycket händer i livet, steget upp i högstadiet medför ofta nya vänskapskonstellationer och det är här många väljer vilken väg de tar i livet. Här är vår verksamhet ett viktigt verktyg för att kunna påverka de ungas hälsa, värderingar, attityder och självkänsla.

Vi startade upp pilotprojektet grÖNa dar 2012, ett dagläger på Lovö med inriktning friluftsliv för barn och ungdomar med funktionsnedsättning i Stockholm Stad. Vi har efter varje sommar fått enormt positivt respons från deltagare och deras föräldrar. Vi vill gärna se över hur vi kan utveckla verksamheten för att göra friluftslivet på Lovö tillgängligt för målgruppen även under höst och vår.

## Syfte

Projektet syftar till att öppna dörrarna till föreningslivet för fler ungdomar och bidra till att de får en meningsfull sysselsättning. Syftet är både brottsförebyggande och folkhälsofrämjande. En meningsfull sysselsättning kan ses som brottsförebyggande medan ingången i idrotten ses som en folkhälsofrämjande aktivitet.

- ✓ Att öka andelen fysiskt aktiva barn och ungdomar. Med fokus på inaktiva flickor i högstadiet med invandrarbakgrund samt barn och ungdomar med funktionsnedsättning.
- ✓ Att skapa intresse och förutsättningar för ett aktivt friluftsliv/idrottsliv hos deltagarna.

- ✓ Att etablera nya verksamhetsformer och mötesplatser för barn och ungdomar med funktionsnedsättning.
- ✓ Att öka förutsättningar för ett aktivt deltagande i föreningslivet.
- ✓ Att få barn och ungdomar att ifrågasätta normer inom idrottslivet och i samhället i övrigt som ett led i att medvetandegöra strävan efter jämlikhet och alla människors rätt till hälsa och lika värde.

## Mål

Att under första året

- ✓ aktivera minst 45 tidigare inaktiva flickor med invandrarbakgrund i åk 6-9 från Rinkeby-Kista stadsdel där den individuella deltagaren medverkar vid minst fem tillfällen/år.
- ✓ aktivera minst 35 barn och ungdomar med funktionsnedsättning från Stockholm stad med prioritet på de som går i särskolan genom friluftaktivitet på Lovö och/eller Kärsö där den individuella deltagaren medverkar vid minst tre tillfällen/år.

Efter utvärdering av år ett kommer vi sätta upp nya specifika mål för år 2. Efter utvärdering år 2 sätter vi nytt mål för år 3. Detta i nära diskussion med idrottsförvaltningens representant, men framförallt i samverkan med deltagarna och intressenter. Vi sätter mål efter SMART-modellen, som föreningen arbetar med enligt den kvalitetssäkringsmodell vi använder. Allt för att hålla målen aktuella och kontinuerligt anpassa verksamheten efter målgruppens önskemål. Allt för att aktivera så många som möjligt i målgrupperna.

## Målgrupp

- Flickor i åk 6-9 i främst Kista grundskola och Husbygårdsskolan (Stadsdel Rinkeby-Kista) med prioritet på de fysiskt inaktiva med invandrarbakgrund.
- Barn och ungdomar 9-20 år med funktionsnedsättning i Stockholm Stad.

Vi vill nå dessa målgrupper av två anledningar. Den främsta är för att de är två av de mesta inaktiva målgrupperna i Stockholm stad. Den andra är att vi har goda förutsättningar för att kunna nå just dessa båda målgrupper på grund av föreningens redan existerande verksamheter. Enligt en undersökning som genomfördes i Stockholm 2013 av bland annat Magnus Åkesson så är endast 15% av flickor i högstadiet i Rinkeby-Kista medlemmar i en idrottsförening. Vi kontaktade Magnus Åkesson för att se om det var möjligt att få fram specifika siffror från skolor i närområdet, men det var inte möjligt. *"I vår studie Ung livsstil har vi gjort ett urval som är representativt för hela stadsdelen. Det är alltså enstaka klasser i några skolor som blivit slumpvis utvalda och vi kan inte bryta ner resultaten på mindre enheter än stadsdelsnivå. Det finns så vitt vi sett inget som visar att något skulle avvika mot stadsdelen som helhet."*

## Flickor

Vi har under flera år arbetat med normkritisk pedagogik och genusperspektiv. Vi har sedan 90-talet arbetat medvetet med strategier för att nå flickor som är en underrepresenterad grupp i ungdomsgårdssammanhang. Vi har idag till skillnad från de flesta andra ungdomsgårdar en jämn besöksstatistik mellan flickor och pojkar på ungdomsgården. Vi har alltså en erfarenhet av olika strategier för att nå den aktuella målgruppen.

Men jämställdhet handlar om mer än att räkna antal flickor och pojkar. Det handlar om rättvis resursfördelning, tillgång till makt och inflytande i verksamheten. Vi arbetar för att alla unga ska ha samma möjligheter att använda sina förmågor, att göra sina röster hörda, att delta i vår verksamhet, att bli lyssnade på och känna sig välkomna, oavsett kön, etnicitet, funktionalitet, social bakgrund, klass, sexualitet eller religion. Vi arbetar aktivt med jämställdhet. Jämställdhet för oss rymmer mer än kön, det innebär att vi även arbetar för att förändra föreställningar som rör just etnicitet, funktionalitet, social bakgrund, klass, sexualitet och religion. Föreställningar som hindrar oss från att bli en förening för alla. För oss är jämställdhet inte en extra uppgift, ett ytterligare arbetsområde eller ett papper som hamnar på någons bord, längst ner i högen. Jämställdhet handlar om organisationsutveckling och att integrera ett nytt tankesätt i vår befintliga verksamhet som gör oss större, bättre och mer demokratiska.

Jämställdhet handlar om att utnyttja vår potential, förutsättningar och resurser. Om att stärka KFUM i en tid där ungas organiseringsformer förändras och föreställningar om vad som är "manligt" och "kvinnligt" begränsar verksamhetens bredd – hindrar tjejer från att börja skejta och killar från att dansa. Med jämställdhet vill vi inspirera och engagera. Upplys och utmana. Utveckla och framåtsträva!

## Barn och ungdomar med funktionsnedsättning

Vi vill även skapa förutsättningar för barn och ungdomar med funktionsnedsättning att komma i kontakt med friluftsliv ute på Lovö. Lovö är en plats där det finns möjlighet att både utöva fysisk aktivitet, få ökad kunskap och tid för reflektion. Fysisk aktivitet i form av till exempel paddling, bad och lekar. Ökad kunskap om naturen och vilka möjligheter som finns här. Tid för reflektion i den susande tallskogen, i kanoten när den tyst glider fram över vattnet, i väntan på napp med metspöet i handen, framför lägerelden till ljudet av sprakande eld och fräsandet från korven som grillas. Allt för att kunna utvecklas och må bra.

Sedan 2012 har vi medvetet arbetat för att nå målgruppen barn och ungdomar med funktionsnedsättning och har en ambition att fortsätta utveckla och tillgänglighetsanpassa alla våra verksamheter för att alla ska kunna delta på så lika villkor som möjligt. Vi har sedan dess byggt upp ett kontaktnät för att nå dessa målgrupper och har regelbundet ledarutbildningar för hur vi ska möta barn och ungdomar med funktionsnedsättning på bästa sätt. Vi har inte specificerat vårt dagläger på någon specifik funktionsnedsättning utan har tagit emot alla. En av projektledarens uppgifter är att ta reda på om det finns en önskan/behov av specificering av funktionsnedsättning för den typ av friluftsverksamhet som blir aktuell under hela året.

## Förutsättningar

Genom våra egna nätverk både på lokal, nationell och internationell plan har vi stora möjligheter till samverkan med både föreningar inom organisationen och utanför. Vi har god kännedom om föreningslivet och kan slussa vidare barn och ungdomar till föreningar inriktade på deras specifika intresseområden. Många unga har ett större behov än att exempelvis "bara" spela innebandy. Därför försöker vi hitta föreningar, ofta inom vår egen organisation som tillgodoser flera behov och ser till helheten.

Med utgångspunkt från våra besökares behov och vår kvalitetssäkringsanalys söker vi alltid aktivt efter potentiella samverkans partners och föreningar. Vi försöker också erbjuda en bredd av prova-på aktiviteter för att sedan kunna slussa vidare till fördjupad kunskap i ett gammalt eller nyupptäckt intresse. Allt för att skapa mervärde för vår målgrupp och i förlängningen för hela närområdet. Vi kommer så snart

ett positivt beslut om projektet finns att träffa samarbetsavtal med lämpliga föreningar om att hjälpa dem göra prova-på aktiviteter i Västerort för ungdomarna eller att vi kommer med ungdomarna till dem. Vi kommer inte begränsa oss till idrottsverksamheter som finns i Västerort utan även se vinsten i att ungdomarna kommer i kontakt med föreningar utanför "sitt eget område".

Vi arbetar redan idag mot målgrupperna genom olika verksamheter och projekt. Vi har redan goda etablerade relationer med direkt med målgruppen (främst flickor) och även med nyckelpersoner runt de båda målgrupperna (skolpersonal, lärare, fältassistenter, samordnare, föreståndare etc). Vi driver själva ungdomsgården i Kista vilket innebär att vår "egen" personal är deras fritidsledare och har direkt koppling till föreningen och projektet. Det är en god grund för att kunna motivera ungdomar som inte är fysiskt aktiva.

Vi har en aktiv scoutkår som fungerar som en egen sektion i föreningen. Tillsammans har vi samverkat mycket kring grÖNa dar, vilket skapar goda förutsättningar för att kunna väva in scouting i friluftaktiviteterna för unga med funktionsnedsättning.

Vi är en förening med många bollar i luften. Vi har en bredd av verksamheter och arbetar medvetet mot specifika målgrupper. Vi har erfarenheten och möjligheter att nå båda målgrupperna utan att det känns splittrat, då vi arbetar med olika målgrupper på daglig basis. Vi utgår i all verksamhet från barnen och ungdomars behov och önskemål. Vi arbetar fortlöpande med våra deltagare/intressenters inflytande över verksamheten.

## Lokal och område

I Kista har vi möjlighet att använda stora hallen i ungdomsgården som är en större lekhall. I hallen finns bland annat en enklare klättervägg som fungerar utmärkt som prova-på vägg. På gården har vi även en dansstudio som lämpar sig för aktiviteter som exempelvis dans eller yoga. Aktiviteterna anpassas efter efterfrågan. Skateparken som ligger i anslutning till ungdomsgården kommer vi också att använda i syfte att få fler tjejer i området att börja skejta.

Vi ser stora möjligheter att intressera föreningslös ungdom för individuella idrotter som t.ex. skate, parkour, yoga, frisbeegolf och klättring.

Bromma KFUM äger sedan 1930 en bit mark vid Mälarens vatten på Lovö, samt har ett lika stort arrende i nära anslutning. Lovö är en fantastisk oas, som med sin fina natur, skogs- och sjö miljö borde tas till vara av fler. För mindre grupper kan detta ge möjlighet till avkoppling med upplevelse av ett vildmarksäventyr. Naturen ska vara en självklar del av livet – oavsett om man har en funktionsnedsättning eller inte, oavsett om man växer upp i en familj med sämre ekonomiska förutsättningar än medeltalet, oavsett om man är född i Sverige eller någon annanstans. Naturen har även sociala värden. Det går inte bara att skörda virke, bär och svamp i skogen utan vi kan också skörda ökad hälsa och ökat välbefinnande. De sociala värdena kan t.ex. vara att njuta av den susande tystnaden och lukten av jord i en varm tallskog eller att lura på gammalgäddan i vassen. Alla människor har lika stort behov av avkoppling och rekreation. Vi bedriver idag redan en välfungerande lägerverksamhet på Kärsögården, som är ett aktivitetscenter med allehanda faciliteter. Dessa läger är öppna för alla, men det är inte alla som tilltalas av de stora grupperna.

Vi har sökt medel för att handikappanpassa området på Lovö och har med de medel vi erhållit, bl. a. införskaffat en ramp ut i vattnet med räcke på båda sidorna. Vi uppförde 2013 en handikappanpassad separerande torrtoalett, samt införskaffade en flytbrygga.



Tillsammans med KFUM Söder/Fryshuset driver Bromma KFUK-KFUM i föreningsallians med KFUM Kärsögården som är ett aktivitetscenter på nära 70 000 kvm grönområden med omfattande barn- och ungdomsverksamhet, med ett socialt perspektiv. Tjugo minuter från Stockholm city ligger Kärsögården konferens-och aktivitetscenter i en inspirerande miljö invid Mälaren. Anläggningen erbjuder även många aktiviteter så som beachvolley, samarbetsbanor, basket, bouldervägg, frisbeegolf, kanoting och relaxavdelning. Kärsögårdens aktivitetscenter är till skillnad från Lovö mer exploaterat och erbjuder fler redan etablerade aktiviteter och mindre friluftsliv och orörd natur. Här finns även de flesta andra av föreningens sommarläger med olika inriktningar vilket skapar utrymme för ”korsbefruktningar”. Att integrera verksamheter gör att vi kan motverka fördomar och arbeta förebyggande mot mobbing och utanförskap.

Beroende på behov och/eller funktionsnedsättning kan vi erbjuda två olika typer av platser för friluftsliv; Lovö och Kärsö.

Vi ser fördelen med att vi driver verksamheter där vi möter föreningslösa ungdomar redan idag. Kista ungdomsgård är ett exempel. Här möter vi många föreningslösa ungdomar från hela stadsdelen Rinkeby-Kista i en öppen verksamhet.

## Rekrytering/Marknadsföring

Bromma KFUM arbetar med dessa målgrupper sedan tidigare och har ett etablerat kontaktnät för att nå just de målgrupperna. Vi driver bland annat ungdomsgården i Kista på uppdrag av stadsdelen och samverkan sedan länge med bland annat skolor, fältgruppen, närpolis, ungdomsmottagning och andra träffpunkter och föreningar för ungdomar i området både inom projekt och på daglig basis. Vi arbetar i nära samarbete med uppsökande kurator på Kista grundskola. Där finns alla förutsättningar för att nå ut med projektet till rätt målgrupp.

I Rinkeby-Kista har vi mycket god samverkan med de kommunala grundskolorna, närpolis, fältgrupp och ungdomsmottagning. Vi har ett brett nätverk i området där vi tillsammans kan nå många föreningslösa barn och ungdomar. Andra instanser kan enkelt slussa vidare dem till vår verksamhet. Flera av våra fritidsledare på ungdomsgården är bosatta i området Kista och Husby och har god kontaktyta och förankring i det lokala området som ger tyngd när de rekryter barn och ungdomar till idrottsutövning.

Det är viktigt att marknadsföringen riktas mot grupper som inte redan är aktiva. Genom träffpunkter för ungdomar i Västerort med prioritering på våra verksamhetsområden i Rinkeby-Kista och Bromma hoppas vi kunna nå många. Marknadsföring ska ske i de lokaler, platser och sammanhang där ungdomarna finns. Exempel på platser är skolor, fritidsgårdar, andra samlingsplatser, bostadsområden, sociala medier som ex. Facebook, Twitter och Instagram. Viktigt är att hitta en form av information som tilltalar målgruppen. Att vara ute på dessa platser och samtala och umgås med ungdomarna för att undersöka vilket intresse de har och vad för typ av aktiviteter de önskar genomföra kan vara att föredra framför krångliga och utförliga enkätstudier. Här har vi fördel främst i området Kista där vi på ungdomsgården möter ungdomar från Kista-Husby-Akalla och Rinkeby. Via våra aktiviteter på skolor i Västerort genom idrottslyftet har vi även möjlighet att marknadsföra projektet. Den främsta marknadsföringen och rekryteringen gällande flickorna sker via mänskliga möten då vi har en naturlig kontakt genom vårt arbete med ungdomsgården. Vi har god relation och samverkan med skolorna i området och framförallt Kista grundskola där vi har möjlighet

att nå dem på plats och prata med dem. Det enklaste sättet att nå dem och ta reda på vad de vill göra är att prata med dem direkt. Vi har redan etablerade relationer med ungdomarna genom vårt ordinarie arbete så det krävs inget extra arbete med att bygga relationer och nätverk.

Genom Nätverket Fritid för alla kan vi nå barn och ungdomar med funktionsnedsättning. Vi har även genom vårt lägerprojekt grÖNa dar skaffat oss ett brett nätverk genom vilket rekrytera deltagare från gruppen barn och ungdomar med funktionsnedsättning.

## Metoder

### Flickor

Genomföra en enkätundersökning med samtliga flickor i åk 5, 6, 7 och 8 i Kista grundskola och Husbygårdsskolan för att få fram vilka aktiviteter de önskar och vilka tider de vill utöva dem på. Starta upp de efterfrågade verksamheterna i den mån de är genomförbara i befintliga lokaler/ytor vi har/får tillgång till under höstterminen 2015. Aktivera minst 45 individuella tidigare inaktiva flickor med invandrabakgrund som ska besöka minst fem aktivitetstillfällen under höstterminen.

Aktivitetstillfällena för flickorna ska vara öppna endast för flickor. KFUM-gården i Kista har sedan början av 90-talet arbetat med metoden tjejvällar för att nå en jämlik könsfördelning av besökare på fritids/ungdomsgården som generellt sett är en arena där killar tar störst plats. Resultatet har varit att ungefär lika många killar som tjejer besöker ungdomsgården. Under läsåret 2011 (sommarlovet exkluderat) hade vi totalt 7949 besök. 48% tjejer och 52% killar. Något som är ovanligt i ungdomsgårdssammanhang inte bara nationellt, men även i stadsdelen. Att arbeta medvetet med strategier för att ge tjejerna utrymme att komma in i den ordinarie verksamheten har visat sig framgångsrikt.

Men jämställdhet handlar om mer än att räkna antal tjejer och killar. Det handlar om rättvis resursfördelning, tillgång till makt och inflytande i verksamheten. Vi fortbildar ständigt våra ledare i genusfrågor och normkritisk pedagogik samt håller egna workshops och värderingsövningar. KFUM har tagit fram en egen miniguide med några av de mest handfasta tipsen hur en praktiskt kan arbeta och tänka om en vill utveckla sin förening till en mer jämställd sådan. Vi använder oss bland annat av en genushund och checklistor för kommunikation, information, rekrytering och beslutsfattande för att säkerhetsställa jämställdhetsarbetet inom föreningen.

### *Drop-in och prova på*

Vi vill skapa möjlighet för dem att komma i kontakt med motion och hälsa på ett roligt och otvunget sätt. Det finns så många vinster i att få dessa ungdomar att börja med fysisk aktivitet. Det är viktigt att de själva känner att de gör ett aktivt val att vara med på deras villkor. Inga krav på regelbundenhet eller fasta tider. Vi vill erbjuda drop-in idrott och prova-på aktiviteter både inom främst idrott.

Drop in-aktiviteter är ett sätt att organisera spontan verksamhet. Detta låter så klart motsägelsefullt, men det handlar om något så enkelt som att boka upp hallar, lokaler eller ytor för spontanaktiviteter och ha ledare på plats för att sen låta ungdomarna utveckla och pröva på aktiviteterna själva. Företrädesvis ska aktiviteterna genomföras i samband med skolans slut då bokningstrycket på lokaler då är lågt och eftersom studier visar att det är just den tid som efterfrågas. Aktiviteter är i första hand till för dem som

inte redan är aktiva i föreningar (men alla är såklart välkomna). Verksamheten ska vara avgiftsfri, öppen för alla och inga förkunskaper skall krävas för deltagande. Tillfällena kommer vara helt avsatta för tjejer för att nå den underrepresenterade gruppen.

Med drop in-verksamhet hoppas föreningen nå vinster och synergieffekter som:

- ✓ Att aktivera en stor del av dagens föreningslösa barn/ungdomar i Rinkeby-Kista
- ✓ Öka medlemsantal i den drivande föreningen
- ✓ Öka antal ungdomsledare och funktionärer inom föreningen
- ✓ Öka lokalanvändande, nya möjligheter att nå nya målgrupper samt bidra till att bryta ett utanförskap
- ✓ Att deltagandet leder till medlemskap och tillhörighet i en förening vilket skapar större förutsättningar för en fysiskt aktiv fritid.

Prova-på aktiviteter sker även i samverkan med andra föreningar. Vi vill kunna erbjuda minst ett prova-på tillfälle i månaden under projektiden. Antingen bjuder vi in föreningen i våra lokaler eller så besöker vi den aktuella föreningen med ungdomarna. Här finns en potentiell möjlighet att den individuella ungdomen hittar en aktivitet de vill fortsätta utöva. Tillfällen för drop-in till spontanidrott sker varje vecka förutom under skollov.

Verksamheten ska sträva efter att fungera som sluss till mer långsiktigt planerad sysselsättning för deltagarna.

## Barn och ungdomar med funktionsnedsättning

Vi vill även ge möjlighet till lägerliv. Med regelbunden verksamhet där deltagarnas nyfikenhet tas tillvara, där vi skyndar långsamt och där deltagarna är med och skapar intresse och rekryterar nya deltagare kommer stor vikt läggas vid gemenskap, gemensamma upplevelser och laga något ätbart på ett "friluftsmässigt" sätt. Vi kommer arrangera friluftslivsträffar med inslag av paddling, fiske, scouting och individuella som gruppstärkande utmaningar i naturnära miljö.

Tillgänglighet ska finnas på ett naturligt och självklart sätt. Deltagarna ska få möjlighet att lära sig mer om naturen och vad de kan göra där. Vi vill även erbjuda olika stimulerande aktiviteter med anpassning till varje individ och dess eventuella funktionsnedsättning. Samtliga ledare kommer att utbildas i första hjälpen, livräddning och i hur man bemöter barn och unga med funktionsnedsättning. Allt för att skapa så trygga förutsättningar som möjligt.

## Tillmötesgå målgruppen

Här handlar det om flexibilitet. Vi är vana att anpassa verksamheten efter deltagarnas önskemål. I naturliga spontana möten med de unga i vår verksamhet har vi möjlighet att lyssna och vara lyhörda inför deras önskemål. Det kan handla om att den grupp tjejer som besöker drop-in idrotten känner just dagen för att dansa. Då ska det finnas möjlighet att ta fram musik och använda dansstudion med en gång. Eller att några eller någon av deltagarna på en friluftaktivitet ute på Lovö vill fiska, då ska det finnas utrymme för att fiska där och då. Det handlar också om att regelbundet följa upp och utvärdera om projektet uppfyller deras önskemål. Vi har enligt vårt kvalitetssäkringssystem en vana att genomföra regelbundna intressentanalyser för att se att vi tillgodoser de behov och önskemål som efterfrågas.

## Tider

I enlighet med de studier som gjorts ska verksamheten för flickor tiden huvudsakligen förläggas i samband med skolans slut. Vi vet av egen erfarenhet av riktad verksamhet till just flickor i Rinkeby-Kista med fördel ska ligga i samband med skolans slut då de av olika orsaker inte har möjlighet eller ibland tillåtelse att aktivera sig på kvällstid. Vi har genom vårt långa engagemang och arbete i området en god relation med både föräldrar och boende i området vilket skapar ett bra förtroendekapital när det gäller denna typ av verksamhet.

Tider för friluftsverksamheten för barn och ungdomar med funktionsnedsättning kommer år 2 och 3 baseras på det förarbete och underlag som projektledaren tar fram under år 1. De tankar vi har i föreningen idag är aktiviteter/dagläger under skollov och regelbundna träffar veckovis med scout/friluftstema.

## Angående detaljplanering år 2 och 3

I ett inledande möte med en representant från idrottsförvaltningen påpekades det att vi behövde precisera utvecklingsplanen för år 2 och 3. Vi hade valt att lämna det relativt öppen av flera orsaker. Delvis för att kunna använda oss till fullo av den utvärdering som sker av år ett för att få indikationer i vilken riktning vi ska fortsätta. Främst för arbetet med delaktighet och inflytande som är en av våra grundidéer inte bara i föreningen, men i KFUM som organisation.

*Att skapa möjligheter för barn och unga att utvecklas är ledstjärnan för all vår verksamhet. Det handlar om att sätta barn och unga i centrum, att låta dem ta plats och få utlopp för sina intressen och viljor. Det handlar om att ta sig tid att lyssna och uppmärksamma, att engagera och entusiasmera. Genom att göra det får vi så väldigt mycket tillbaka. Unga människor som tar hänsyn och visar respekt, som tar ställning och bryr sig om andra, sin omvärld och sig själva. För människor, även unga, som mår bra och trivs har förmågan att få andra människor att må bra och trivas.*

Vi arbetar aktivt med delaktighet och inflytande och vårt mål är att det är barnen och ungdomarna som formar verksamheten. Därför kan vi omöjligt detaljplanera år 2 och 3. Då är det vi som vuxna som skapar en verksamhet som vi tror barnen/ungdomarna vill ha. Det vi vill nå i vårt arbete är att hjälpa dem med verktyg för att själva kunna forma och utveckla sina egna behov, viljor och idéer. Att detaljplanera år 2 och 3 går således emot vår idé att skapa mötesplatser för barn och unga där de kan utvecklas till sin fulla potential. I synnerhet när de gäller de målgrupper som det här projektet omfattar är det två målgrupper som har begränsade möjligheter att utöva något inflytande på flera och för en del många delar av sitt eget liv. Vi ser det som rent skadligt och emot barnkonventionen att frånta dem den rätten. Vi kommer som förening "äga projektet", men det är deltagarna som kommer att forma och utveckla det i den riktning som de har behov av. Här följer en fördjupande beskrivning av vårt arbete med just delaktighet och inflytande i föreningen.

## Delaktighet och inflytande

I ett demokratiskt samhälle har alla ett ansvar att delta. Vi måste visa barnen och ungdomarna vägen och ge dem strategier för hur de kan delta.

Bromma KFUM utgår precis som riksorganisationen KFUM från FN:s barnkonvention och har särskilt beaktat det som sägs där om att barnets bästa ska beaktas vid alla beslut, att barnen har rätt att komma till tals, att alla barn har samma rättigheter och lika värde och att varje barn har rätt till liv och utveckling.

Arbetet med besökarnas och deltagarnas delaktighet och inflytande är en ständig kärnfråga för föreningen och vi arbetar ständigt med att förbättra våra metoder och förhållningssätt för att skapa de bästa förutsättningarna för detta i vår verksamhet. Barnen och ungdomarna ska i alla möjliga situationer, små som stora, ges möjlighet att vara med och påverka.

Kista ungdomsgård är ett hus som ska bygga på delaktighet och inflytande från våra besökare. Det betyder att det mesta som händer på våra scener och i verksamheten är det besökarna som föreslår och iscensätter. Om de t.ex. vill uppträda på scenen, hänga upp en utställning, visa en film, spela in en demoskiva, trycka tröjor, arrangera ett skate event, lära sig mer om något som rör musik, dans eller kultur så ska det vara självklart att prata med oss i personalen så att vi tillsammans kan hitta ett sätt att genomföra idén. Likaså fungerar föreningen i helhet. Vi brukar kalla oss möjligheternas förening. Vi är lyhörda för barn och ungdomars behov, idéer och intressen. Därför är vår verksamhet föränderlig i samverkan med barnen och ungdomarnas påverkansarbete.

Det är viktigt att ungdomarna upplever känslan av att gården eller verksamheten är deras.

Bromma KFUM har valt att formulera följande definition av delaktighet: *en individs frivilliga och aktiva bidrag till en kollektiv process som han eller hon upplever som angelägen och meningsfull för sig själv och andra.*

## Direkt demokrati – Bromma KFUM:s forum för delaktighet och inflytande

I ungdomsstyrelsens rapport Fokus 10 – en analys av ungas inflytande (2010) framgår det i avsnittet ”Relationer istället för organisering” att ungas inflytande i allt högre grad tycks realiseras i relationer mellan unga och ledare eller lärare i de verksamheter där unga vistas och är verksamma.

På fritidsområdet har diskussionen om ungas inflytande alltmer förskjutits från att handla om strukturer för inflytande till ett lyhört förhållningssätt hos de som arbetar med unga. Trenden i ungas inflytande går i riktning mot individuellt påverkande som realiseras i relationen mellan unga och ledare/lärare och där de vuxnas demokratiska kompetens och lyhördhet blir en avgörande faktor. Om man ser till de unga som är under 18 år och de vardagsnära sfärerna: familjen, skolan och fritiden är möjligheterna till inflytande starkt sammankopplade med vuxnas förhållningssätt. Att vuxna lärare eller ledare lyssnar och tar hänsyn till de synpunkter unga har.

Utvecklingen är positiv men innehåller också risker. Unga med svagare resurser eller som saknar goda relationer med förstående lärare eller ledare riskerar att få en försämrade inflytandesituation än andra unga.

Lärare, ungdomsarbetare, föreningsledare, kommunala tjänstemän och andra som kommer i kontakt med unga bör ha ett arbetssätt som genomsyras av lyhördhet, dialog i demokratisk anda och uppmuntran till kritiskt tänkande. Ett sådant förhållningssätt ökar ungas möjligheter till inflytande i de verksamheter där de vistas och det är också en grundförutsättning för att ungas engagemang ska kunna tas tillvara för att utveckla en verksamhet.

Bromma KFUM har enligt rapporter och forskning följt utvecklingen och utvecklat ett förhållningssätt baserat på främst Kommunikologi och Motiverande samtal (MI). Förhållningssättet är grunden till det arbete som vi valt att kalla direktdemokrati. Metoden är inspirerad bland annat från den arbetsmetod som används på Arena 305 i Malmö, ett musik- och kulturhus för ungdomar.

Bromma KFUM är också inspirerade av det fria gymnasiet i Köpenhamn. Där har man lyckats med bedriften att bedriva verksamheten som en fullvärdig demokrati i över 40 år. Där har alla lärare, elever och rektor varsin röst vid det skolmöte som hålls en gång i veckan och som är skolans högsta beslutande organ. De har lyckats förena kunskapsuppdraget med en fullvärdig demokratisk styrning av skolan och står idag med elever som har höga resultat och som dessutom har utvecklats till fullvärdiga demokratiska medborgare.

Bromma KFUM är fullt medvetna om att arbetet med ungdomar och demokrati tar tid. Det är oerhört viktigt att ha tid och tålamod. Förändringar sker inte över en natt och det arbete vi påbörjat är vi övertygade kommer att ge ett långsiktigt resultat.

Vi vill fånga varje individ som har en idé som de vill förverkliga eller utveckla. Vi vill nå alla, få alla att känna att de har möjlighet att påverka, inte bara den "lilla klicken" i ett gårdsråd eller i en fokusgrupp. Om det dock uppstår en efterfrågan från ungdomarna själva att organisera ett gårdsråd eller liknande är vi givetvis öppna för det, så länge det sker på deras eget initiativ. Det är det som är själva essensen av direktdemokrati - att det är ungdomarna själva som fyller huset/föreningen med verksamhet efter deras behov.

Mötet med barnet/ungdomen är ett av våra viktigaste verktyg för att skapa ett tillåtande klimat. Förhållningssättet i mötet ska skapa ett tillstånd av tillit, känslan av bekräftelse och att de känner att de tas på allvar. Det i sig är en metod i vårt demokratiarbete, hur vi möter ungdomarna, bygger upp ett förtroende, en tillit och att vi finns där och lyssnar och bekräftar. Utifrån det kan vi sedan vägleda dem vidare i idén.

Det handlar mycket om ledarnas förhållningssätt, att vi har skapat ett klimat där det finns möjlighet att påverka, där varje idé tas tillvara och där den som kommer med en idé alltid får feedback. Det handlar inte om att ge givna svar utan om att ställa frågor i ett led att vägleda besökaren/deltagaren till att formulera sin idé med mål, syfte och hur den praktiskt skulle kunna genomföras.

Vårt förhållningssätt bygger på respekt för individen och individens olika värderingar. Med en tydlig respekt för individen ger vi ungdomarna möjligheten att undersöka vad de vill och att uttrycka sin åsikt. När de aktivt använder sig av ordet Jag får de ett tydligare fokus på sig själva, sina tankar och sin egen vilja och lär sig ta aktivt ansvar för sig själva och sina handlingar. Vårt förhållningssätt bygger på Kommunikologi som är en tvärvetenskaplig metadisciplin kopplad till systematisk hjärnforskning.

Förhållningssättet för att skapa förtroende och att upprätthålla det innebär att ledaren i mötet

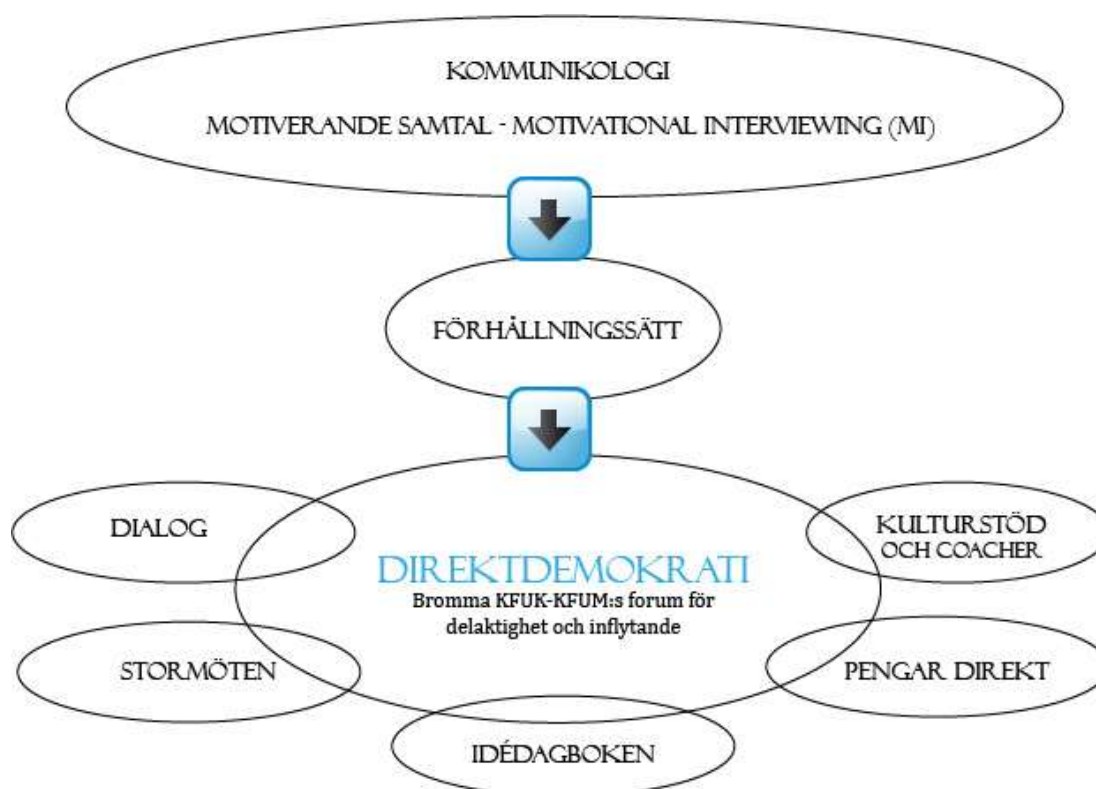
- är på samma fysiska nivå

- ser, lyssnar och har fokus på vad som är här och nu
- använder samma språk, ordval och tonläge
- ställer frågor för att komma fram till vilket sinne de starkast kommunicerar med (visuellt, auditivt, kinestetiskt)
- ställer öppna frågor. Med öppna frågor menar vi en fråga som inte har givna svarsalternativ. Motsatsen är då en sluten fråga som har två eller flera svarsalternativ, till exempel ja och nej. En öppen fråga kan inledas med "hur gör du när...", "vad anser du om...", "varför..." etc.

I vår förening ska de unga uppleva att de har inflytande över verksamheten och att de kan vara delaktiga i planering, genomförande och uppföljning av aktiviteter och arrangemang.

Vår målsättning är att all verksamhet som bedrivs i till exempel KFUM Kista Ungdomsgård sker på något sätt med de ungas inflytande. Det kan vara genom att vi är lyhörda för vad som gäller just nu, genom att grupper organiserar sig för att själva driva till exempel disco eller läger eller att vi genom samtal med de unga utformar vår verksamhet. Direkt demokrati genomsyrar all verksamhet, men ser olika ut beroende på barnen och ungdomarnas förmåga, behov och förutsättningar. Det innebär att vi som arbetar alltid är lyhörda efter ungdomarnas önskemål, idéer, klagomål eller förslag. Det gäller förstås att göra dem medvetna att det finns möjlighet att förverkliga sina idéer. Genom till exempel användandet av dagboken där varje idé skrivs ned sänder det tydligt ut signaler att alla idéer är värda att tas på allvar. Vår roll är att bolla tillbaka till dem och sedan stödja dem i formulerande, planerande och genomförande av sin idé. Vi handleder dem genom att komma med frågor istället för svar. Syftet är att de själva ska uppleva att de har makt över sin idé och i förlängningen sitt liv.

Att vara delaktig i beslut och arbetet på gården är en bra väg att få insyn och inflytande. Inflytande är en viktig dimension av att känna tillhörighet. De olika grupper som finns i vår verksamhet är därför uppbyggda på ett sådant sätt att deltagarna har möjlighet att påverka innehåll och utformning.



*Bromma KFUM:s modell för besökarnas delaktighet och inflytande*

## Motiverande Samtal - Motivational Interviewing (MI)

Motiverande Samtal är ett förhållningssätt och en kommunikationsstil som syftar till att öka motivationen till förändring hos människor. MI lägger stor vikt vid det empatiska förhållningssättet och därigenom skapar bättre förutsättningar för att en förändring blir möjlig.

Metoden används ofta vid beroendeproblematik och bygger på William Millers och Stephen Rollnicks arbete och forskning. Genom att utröna ambivalens och förstärka besökarens känsla för sin egen kompetens, vilja och beredskap att genomföra den önskvärda förändringen ökar sannolikheten att personen lyckas.

All fast personal på ungdomsgården samt föreningens projektkoordinator och verksamhetsutvecklare har gått grundutbildning i MI för Carina Bång. Carina har genomgått den internationella MI-tränarutbildningen TNT och är medlem MINT (Motivational Interviewing Network for Trainers) samt MITI-utbildning i New Mexico. Carina anpassade utbildningen efter vår målgrupp och personalgruppen har implementerat arbetsmetoden i deras vardagliga arbete med barn och ungdomar. Metoden baserad från MI ligger delvis till grunden för personalgruppens gemensamma förhållningssätt.



## Kommunikologi

Kommunikologi är en tvärvetenskaplig metadisciplin kopplad till systematisk hjärnforskning som nu även ligger till grund för Kista ungdomsgårds personals gemensamma förhållningssätt. Föreningen arbetar med att implementera det i föreningens ledarfilosofi.

Kommunikologi bygger på komparativ forskning av Truls Fleiner och Jorunn Sjöbakken. Kommunikologi är en metadisciplin och ger en tvärgående metakompetens (filterkompetens) som leder till att vi medvetet kan känna igen och beskriva vad framgångsrik kommunikation består av (oavsett sammanhang) samt utvärdera och kvalitetssäkra vår egen kommunikation. Materialet kan alltså användas som verktyg för att utföra kvalitativt förändringsarbete, ett filter för att känna igen "nycklar" till framgång och också förbättring, kvalitetskriterier för utvärdering och ett tvärvetenskapligt språk för beskrivning.

Att kompetensen är tvärgående innebär att den är gemensam för alla områden och sammanhang som till exempel ledarskap, samarbete, personlig utveckling, förhandling, retorik, handledning, pedagogik, familjeliv, idrott, organisationsutveckling, terapi mm. Kompetensen är också gemensam för alla systemnivåer – individ, relation, grupp, organisation och samhälle.

## Målsättning

Att alla besökare upplever att de har möjlighet till inflytande och delaktighet i föreningens verksamhet.

## Metoder

Att alla initiativ som leder till eller skulle kunna leda till aktivitet dokumenteras, följs upp och att återkoppling till alla besökare/deltagare sker.

### *Dialog*

Ladarna har en kontinuerlig dialog med ungdomarna om deras intressen, behov, önskemål och förväntningar på verksamheten som sedan ligger till grund för verksamhetsutvecklingen.

### *Idédagboken (Ungdomsgården)*

Arbetet med att få alla besökare att förstå deras många möjligheter sker bl.a. genom att samtliga initiativ och förslag skrivs in i idédagboken gällande inflytande. Därefter ska "direkt" feedback ges tillbaka till den eller de personerna som det gäller, annars fyller det ingen funktion. Det är mycket viktigt att ungdomarna får någon form av respons, så snabbt det bara går, på det som dem har tagit upp. Eftersom vi jobbar på detta sätt så lär sig besökarna att man kan påverka "sin gård". Extra tydligt blir det om det är en förändring som skulle kunna gälla möblering eller liknande men även "små" inflytande är viktiga och får aldrig glömmas bort. När ett förslag kommer upp från en besökare så ber vi denne skriva ner eller beskriva den så vi kan notera den. Sedan delas informationen ut till alla som jobbar. På personalmöten så bestäms det att en av oss följer upp detta.

### *Stormöten*

Stormöten hålls varje månad på ungdomsgården där ungdomarna har möjlighet att lyfta frågor, behov och synpunkter som rör verksamheten i huset. Det kan omfatta allt som t.ex. bygga om i huset, göra en

resa, ordna en konsert. Inbjudan till stormöten går bland annat ut via Facebook, hemsida, mejl, affischering på gården och i området samt sms-utskick. Föreningen har infört konceptet Casual Friday, som är ett kravlöst mötesforum för unga ledare i föreningen där vi äter mat tillsammans och gör olika aktiviteter som de själva planerar och tar initiativ till. Här är anställda på kansliet med för att snappa upp idéer, behov och önskemål i ett led att öka de ungas inflytande på föreningens arbetet.

### *Pengar direkt*

Besökare på Kista ungdomsgård har en frivillig möjlighet att gratis bli medlemmar i Bromma KFUM. De medlemskapen ger oss en mindre summa pengar från vårt förbund som vi har valt att gå direkt in i en pott som vi valt att kalla Pengar direkt. Ungdomarna kan ansöka ur potten för att genomföra aktiviteter för, eller tillsammans med, andra ungdomar i stadsdelen. Det är inte bara medlemmar som kan söka utan är öppet för alla att söka. De fyller i en underlagsblankett som tas med till nästkommande APT(som sker varje vecka). De får sedan ett besked samma vecka. Fördelar med detta är att det är en snabb beslutsväg och skapar snabb feedback och återkoppling till ungdomarna. Ett exempel på ett arrangemang som fått stöd är en grupp av tjejer som ansökte om att starta upp en dansgrupp på gården. Bromma KFUM beviljade då pengar till att anställa en danslärare på timmar som undervisade i Streetdance och Hip Hop en gång i veckan. Det var både tjejer och killar som deltog i dansgruppen.



### *Kulturstöd för unga och coacher*

Coacher för kulturstöd är ett sätt att påvisa möjligheten att påverka. Det är ett stipendium till individen och ibland är pengarna nyckeln till möjligheten att förverkliga idén. Kista ungdomsgård har därför satsat på att utbilda personalen till coacher för kulturstöd för att direkt kunna stödja ungdomarna i deras möjlighet till delaktighet och inflytande. Besökare som har ambitioner att göra ett publikt program kan vända sig till en coach som kan ge råd och vägledning för att söka stipendier. Ett publikt program kan vara en föreställning, en idrottsturnering, en konsert eller en utställning. Målgruppen är 10-25 år oavsett funktionalitet. Stipendiet söks genom någon av stadens utbildade coacher. Av vår personal är sex redan utbildade coacher. Allt i linje med "Kultur i ögonhöjd" - strategisk plan för barn- och ungdomskultur i Stockholm, där några av målen är

- Kultur för, med och av barn och unga är lika viktigt
- Staden ska stödja ungt kulturentreprenörskap

Lärandet som sker på unga människors fria tid, det informella lärandet, får allt större betydelse i den unges framtida möjligheter i yrkeslivet. Kulturstödsarrangemanget är ett exempel på träning i både

planering, genomförande och utvärdering. Att ta ansvar och projektleda blir något som är lättillgängligt. Därför har och kommer Bromma KFUM:s personal att fortsätta prioritera utbildning av coacher för kulturstöd i huset. Bromma KFUM har som policy att all fast personal ska vara utbildade coacher.

En av personalens arbetsuppgifter är att möta besökarna och genom ett handledande förhållningssätt vara ett stöd för besökarna i deras vilja att skapa och utveckla ett intresse, samt att få besökaren att formulera sina intressen och mål.

Exempel på några arrangemang med Kulturstöd på Kista ungdomsgård:

- **KULTURWORKSHOP** – med två Hip hop artister (Shazaam/John och Rapper Ted) som föreläste om bland annat skrivande, göra beats, producera, drogförebyggande arbete i branschen, scennärvaro och mickteknik.



- **HAFLE** – en orientfest med artister och dansuppträdande
- **DISCO** – arrangerat av en tjejgrupp med artistuppträdande
- **RELEASEFEST**- med de ungdomar som var med på Kista ungdomsgårds kulturläger under sommaren. De släppte sin singel och musikvideo och uppträdde live på scen. Flera etablerade Hip Hop artister och en DJ uppträdde också på festen.



Samtliga arrangemang marknadsförde de själva främst på Facebook och sina "arenor" vilket genererade ett högt besökarantal. Det talar sitt tydliga språk att det är när ungdomarna skapar sina egna arrangemang attraherar det en stor del av rätt målgrupp.

## Uppföljning

### *Kvalitetssäkringsmodell*

Uppföljning av i vilken utsträckning åtagandet uppfylls ska följa vår kvalitetssäkringsmodell.

### *Idédagboken*

Idédagboken använder vi som hjälp till att mäta måloppfyllnaden. Vi går igenom varje veckas inflytande på ATP och följer upp att feedbacken genomförs.

### *Brukarintervju*

Vi genomför regelbundet brukarintervjuer, i form av en webbaserad enkät, för att ta reda på vad som skapar värde för besökarna/deltagarna/ledare. Enkäten omfattar bland annat barn och ungdomars upplevelse av bemötande, delaktighet och inflytande samt verksamhetens innehåll. Enkäten sammanställs och används som ett av underlagen vid utvärdering av vår verksamhet.

Bromma KFUM arbetar för att det finns en gemensam enkät åtminstone för ungdomsgårdarna i området för att kunna skapa referensramar och kunna göra jämförelser inom stadsdelen samt att bidra till högre kvalitet och utveckling av verksamheterna. Genom en samlad analys av svaren i förhållande till tidigare enkäter får vi ett mätbart resultat som används i förbättringsarbetet.

### *Övrig uppföljning*

Utöver uppföljning via verksamhetsplan respektive verksamhetsberättelse kommer uppföljning av ungdomsgårdens arbete med inflytande ske vid samverkansmöten/nätverksmöten samt vid avrapporteringsmöten till uppdragsgivaren Rinkeby- Kista Stadsdelsnämnd.

Föreningens anställda rapporterar regelbundet till styrelsen om resultatet av våra brukarintervjuer och arbetet med inflytande och kvalitetssäkring.

## Mervärde

### *Stor organisation*

Bromma KFUM har en otrolig styrka i att vi är en förening som är del av världens största ungdomsrörelse. Vi har en gemensam värdegrund – engagemanget för barn och unga där vi tänker på helheten – Body Mind Spirit. Genom vårt lokala, nationella och internationella nätverk har vi obegränsad tillgång till erfarenhetsutbyte, konferenser, ungdomsutbyten och gemensamma utbildningar med människor som arbetar utifrån samma värdegrund med just unga människor.

## *Delaktighet och inflytande utöver ungdomsverksamheten*

Inom KFUM finns oändliga möjligheter att engagera sig i rörelsen och påverka. Allt ifrån att påverka den egna föreningen till att påverka stora världsbeslut. Ett exempel är Y climat action. Organisationen representerar miljontals ungdomar och kunde med konsultativ status i FN påverka förhandlingarna.

## *Stöd för delaktighet och inflytande*

Bromma KFUM har god kännedom om hur du startar upp en ny förening. Inom KFUM uppmuntrar vi unga att starta nya föreningar inom ett passionerat intresse. Eftersom rörelsen har en sådan bredd är det näst intill obegränsat med möjligheter att starta en förening eller få stöd inom sin intresseinriktning.

Vi har kunskap, lokaler, föreningserfarenhet, kontakter och nätverk och stöder unga som har ett projekt de vill genomföra. Vi stöder barn och ungdomar som vill starta en grupp med just deras favoritsysselsättning.

Vi har ett antal utskott och grupper som arbetar med intressefrågor där både styrelsemedlemmar, medlemmar och andra intresserade bjuds in.

## *164-festivalen*

Bromma KFUM har sedan årtionden arrangerat Kistas traditionella valborgsmässofirande i parken utanför gården. Under de senaste åren har firandet fått ett mer tydligt ungdomsperspektiv där det traditionella firandet kombineras med en ungdomsfestival. Bromma KFUM initierade även att arrangemanget skulle vara ett samarbete mellan de olika ungdomsgårdarna i stadsdelen. Tanken är att erbjuda ett drogfritt alternativ – en festival av ungdomar för ungdomar. Planeringen för årets 164-festival är redan igång. Ungdomar från hela stadsdelen träffades på Kista ungdomsgård på ett inledande stormöte.

## Tidsplan

Januari 2015-December 2016

### År 1 (2015)

#### **Barn och ungdomar med funktionsnedsättning**

Anställa en projektledare för att undersöka hur vi kan utveckla vår befintliga verksamhet grÖNa dar (dagläger under sommaren med inriktning friluftsliv för barn med funktionsnedsättning) att bli en året runt verksamhet med inriktning på friluftsliv. Vi har sedan några år diskuterat möjligheter att ex. erbjuda spontant friluftsliv i form av öppna dags-/kvällsutflykter till Lovö där de får chans till rekreation i relativt orörd natur vid Mälarens vatten, möjlighet att prova på olika aktiviteter och lära sig mer om naturen och dess tillgångar. Målet är att ge deltagarna kunskap i närsamhället om friluftslivets möjligheter. Vi har hittills inte haft varken tid eller finansiering att ta idén vidare. Idrottsbonus är en möjlighet för oss att få en projektledare att första året ta fram en projektplan för hur vi kan nyttja våra resurser på Lovö för att möjliggöra friluftslivs aktiviteter för den aktuella målgruppen och undersöka vilka samverkanspartner vi kan arbeta med för att gynna målgruppen. Utvidga och underhålla de kontakter vi byggt upp under

arbetet med grÖNa dar. nätverka i miljöer där målgruppen befinner sig. Grundidén är att under år 1 utöka lägerverksamheten under sommaren, organisera utflykter för grupper under skollov och erbjuda helgutflykter.

## Flickor

Våren 2015 Genomföra en enkätundersökning och samtala med målgruppen vilka aktiviteter som efterfrågas samt vilka tider det är önskvärt att genomföra dem.

Hösten 2015 starta upp drop-in med spontanidrott och prova-på tillfällen. Vi kommer möta flickorna vid minst 15 tillfällen under år 1, 20 tillfällen år 2 och 20 år 3. Under terminerna kommer vi eftersträva ett tillfälle i veckan.

December 2015 genomförs en utvärdering i januari 2016 med flickor i åk 6-9 i Kista grundskola och Husbygårdsskolan för att säkerhetsställa hur många som nyttjar de erbjudna aktiviteterna och om nya önskemål uppkommit.

## År 2 (2016)

### Barn och ungdomar med funktionsnedsättning

Enligt projektplan som tas fram år 1.

Här ser vi från föreningens sida stora möjligheter att starta scouting/friluftsgupper som träffas terminsvis och genomför gemensamma aktiviteter. Den typen av verksamhet vill vi till skillnad från våra utflykts/lägerverksamhet rikta speciellt till de med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som exempelvis ADHD eller autism. Anledningen till att vi specificerar målgruppen beror på diskussioner med bland annat Malin Berndt, samordnare för Fritid för alla och med föreningens ordförande Peter Jansson som har både privat och professionell erfarenhet av att arbeta med frågor rörande människor med funktionsnedsättning. Peter Jansson har bland annat nyligen arbetat som chef för Tillståndsenheten vid den nya myndigheten Inspektionen för vård och omsorg – IVO. I gruppen ska det finnas möjlighet att knyta vänskapsband och få känna sig helt avslappnad i en grupp med likasinnade. Här kan deltagarna vara sig själva fullt ut. Det är också viktigt för oss att ta vara på deltagarnas egna önskemål i mån de kan uttrycka dem. Deltagarna på våra läger/utflykter får alltid möjlighet att utvärdera och påverka projektets formgivning.

## Flickor

Med utvärderingen som underlag fortsätta erbjuda drop-in aktiviteter för flickor i åk 6-9.

September 2016 Genomföra en enkätundersökning och samtala med målgruppen, då nya elever börjat åk 7. Utgå från resultatet för att fortsätta erbjuda drop-in aktiviteter för flickor i åk 6-9.

December 2015 genomförs en utvärdering i januari 2016 med flickor i åk 6-9 i Kista grundskola för att säkerhetsställa hur många som nyttjar de erbjudna aktiviteterna och om nya önskemål uppkommit.

## År 3 (2017)

### Barn och ungdomar med funktionsnedsättning

Enligt projektplan som tas fram år 1.

## Flickor

Med utvärderingen som underlag fortsätta erbjuda drop-in aktiviteter för flickor i åk 6-9.

September 2016 Genomföra en enkätundersökning och samtala med målgruppen, då nya elever börjat åk 7. Utgå från resultatet för att fortsätta erbjuda drop-in aktiviteter för flickor i åk 6-9.

Integrera idrottsbonusprojektet till att bli en naturlig del i den ordinarie verksamheten på ungdomsgården. Se över möjligheterna att använda sig av befintlig personal och hur det kan gynna ungdomsgårdens målgrupp där flickor i högstadiet är en viktig del. Det är viktigt att vi under projektets tid fortsätter skapa långsiktig samverkan med andra föreningar i området för ännu större förutsättningar för projektets fortlevnad efter idrottsbonus finansieringens slut.

Vi vill också skapa förutsättningar för projektets del med friluftsliv ska fortleva efter projektets slut. Här ser vi stora möjligheter med just scoutingverksamhet för barn och ungdomar med funktionsnedsättning på Lovö. Här finns alla förutsättningar, då vi genom projektet grÖNa dar tillgänglighets anpassat platsen. Vi ser möjligheter att genom att under projekttiden väcka så intresset för friluftsliv för så många som möjligt i målgruppen skapar en utmärkt rekryteringsbas för exempelvis en scoutingverksamhet som välkomnar målgruppen som kan finansieras av främst deltagaravgifter. Vi strävar efter att förebygga mobbing och fördomar genom naturlig integration mellan barn och ungdomar med och utan funktionsnedsättning i all vår verksamhet och genom scouting/friluftsliv ser vi stora möjligheter att aktivt arbeta med just detta.

## Ledare

Ledarna ska fungera som positiva förebilder för besökarna. De ska även ansvara för att samtliga deltagare känner sig trygga då de besöker aktiviteten. Denna trygghet ska bestå i att ledarna ser till säkerheten i utövandet, men även att de ser till att ingen far illa på något annat sätt, så som exempelvis mobbing, utanförskap eller våld. Ledaren inom drop-in idrotten ska ha en något tillbakadragen roll under passen, låta ungdomarna själva forma och utföra aktiviteterna och snarare skapa förutsättningar på plats än att på förhand bestämma vad som ska ske.

För att fungera som ledare för Bromma KFUM bör man ha en fördomsfri attityd, ett demokratiskt och humanistiskt synsätt som utgår från:

- ✓ Att alla har ett lika värde
- ✓ Att det är okej att misslyckas
- ✓ Att alla förtjänar en andra chans
- ✓ FN:s barnkonvention

Ledarna ska i första hand använda sin tid till att sätta deltagarna i centrum. De ska se till att:

- ✓ Alla deltagare blir sedda och bekräftade.
- ✓ Lära känna deltagarnas namn.
- ✓ Skapa relationer till deltagarna.
- ✓ Intressera sig i deltagarnas vardag.

- ✓ Vara lyhörd för deltagarnas behov och där prioritera de socialt utsatta.
- ✓ Vara kontaktbar och finnas till hands för samtal i olika former.
- ✓ Ser till att det psykosociala klimatet präglas av respekt för individen, är tryggt, öppet och inbjuder till samtal.
- ✓ Delta i och initiera samarbeten kring aktiviteter som ger deltagarna mervärde.

Föreningen hade fem representanter på idrottsförvaltningens senaste seminarium om fysiskt inaktiva. Deltog gjorde föreningens verksamhetsutvecklare/projektkoordinator och ansvarig för bidragsansökningar, föreningens idrottsutvecklare och tre av föreningens unga ledare som kommer vara aktuella för projektet. De tre unga mycket kompetenta ledarna har arbetat som ledare i föreningen i samband med idrottsaktiviteter för skolor, sommarläger bland annat vårt läger som riktar sig mot unga med funktionsnedsättning och andra arrangemang för barn och ungdomar.

Undersökningar visar att ungdomar gärna engagerar sig i idrottsrörelsen. Bara de får frågan och rätt stöd och möjligheter att göra det. Genom att engagera unga ledare i föreningen i projektet som aktivitetsledare med ett ideellt ledaruppdrag mot arvode fungerar det som en form av introduktion i arbetslivet. Ett mervärde inte bara för föreningen, men för samhället i stort. Föreningens unga ledare kan bida till en värdefull verksamhetsutveckling. De får känna sig nyttiga och tagna på allvar. Vi förstår att de ungas verklighet är annorlunda än vår. Genom ökad förståelse kommer vi lättare kunna möta de ungas behov och få dem att utvecklas som ledare i föreningen. Deltagarna kommer att lättare kunna identifiera sig med ledarna och på så sätt lättare se möjligheten att kunna utvecklas till att ta ledaransvar själva. För oss i Bromma KFUM är det viktigt att ungdomar tidigt introduceras och inspireras till ledarskap och personlig utveckling. Föreningen håller på att ta fram ett ledarvårdsprogram som ska introduceras under 2015 med fokus på att få våra ledare ska trivas, stanna kvar och bidra till värdefull verksamhetsutveckling. Vi har stora förhoppningar att kunna finna fler unga engagerade ledare bland projektets deltagare.

## Samarbetspartners

Vi kommer under projektet fortsätta vårt redan existerande samarbete med skolor, kuratorer, skolsköterskor, lärare, rektorer, preventivsamordnare, fältassistenter, närpolis, ungdomsmottagning, fritidsledare, samordnare, föreståndare och andra föreningar både inom organisationen och utanför.

Samverkan mellan ungdomar, personal är en självklar del i verksamheten liksom samverkan med lokala föreningar, aktörer och KFUM:s övriga verksamheter. Bromma KFUM:s arbetssätt och metoder för att främja samverkan är starkt knutet till föreningens kvalitetssäkringssystem och nätverksarbete.

Vi kommer själva vara drivande av projektet för att kunna fortsätta driva verksamheten efter projekttidens slut.

## Uppföljning

Sker regelbundet av idrottsförvaltningens representant.

Vi kommer regelbundet (vid varje terminsslut) genomföra en utvärdering/uppföljning i form av en enkät med deltagarna. Vi kommer även föra fortlöpande diskussioner med deltagarna för att kunna möta deras behov och önskemål just nu. Ledare i verksamheten gör även en utvärdering varje termin som även det



blir ett underlag för projektledarens arbete med att sätta mål utifrån den samlade helhetsbilden av projektet under tidens gång.

## Efter projekttiden

Vi har realistiska förväntningar och förutsättningar att kunna integrera projektet i vår redan befintliga verksamhet som vi redan nämnt under rubriken år 3.

*Integrera idrottsbonusprojektet till att bli en naturlig del i den ordinarie verksamheten på ungdomsgården. Se över möjligheterna att använda sig av befintlig personal och hur det kan gynna ungdomsgårdens målgrupp där flickor i högstadiet är en viktig del. Det är viktigt att vi under projektets tid fortsätter skapa långsiktig samverkan med andra föreningar i området för ännu större förutsättningar för projektets fortlevnad efter idrottsbonus finansieringens slut.*

*Vi vill också skapa förutsättningar för projektets del med friluftsliv ska fortleva efter projektets slut. Här ser vi stora möjligheter med just scoutingverksamhet för barn och ungdomar med funktionsnedsättning på Lovö. Här finns alla förutsättningar, då vi genom projektet grÖNa dar tillgänglighets anpassat platsen. Vi ser möjligheter att genom att under projekttiden väcka så intresset för friluftsliv för så många som möjligt i målgruppen skapar en utmärkt rekryteringsbas för exempelvis en scoutingverksamhet som välkomnar målgruppen som kan finansieras av främst deltagaravgifter. Vi strävar efter att förebygga mobbing och fördomar genom naturlig integration mellan barn och ungdomar med och utan funktionsnedsättning i all vår verksamhet och genom scouting/friluftsverksamhet ser vi stora möjligheter att aktivt arbeta med just detta.*

## Ekonomisk ansvarig

Eva-Maria Väfors, Kanslichef  
 Telefon: 08-262752  
 Organisationsnamn: Bromma KFUK-KFUM  
 Ordförande: Peter Jansson, 0706 - 30 70 91  
 Organisationsnummer: 80 20 00 - 44 98  
 Adress: Box 140 23, 167 14 Bromma  
 Bankgiro: 563-4043  
 Telefon: 08 – 262752/08-262751  
 Telefax: 08-26 27 56  
 E-post: bromma@kfum.se  
 Hemsida: [www.bromma.kfum.se](http://www.bromma.kfum.se)

## Bilagor

**Bilaga 1** Budget

**Bilaga 2** Föreningens stadgar

**Bilaga 3** Föreningens värdegrund

**Bilaga 4** Verksamhetsberättelse och årsbokslut 2013 (ekonomisk redovisning från senaste årsmöte)