

Midtvejsstatus

April
2015

KOM MED!

et samarbejdsprojekt
om fælleskaber
og bevægelser for
ældre

Indhold:

Resumé af evalueringens konklusioner

Læring 2

Anbefalinger på baggrund af Kom med!'s første år 3

Midtvejsstatus:

Kom med! - nye veje til at styrke ældres trivsel 4

Projektets organisering 5

Status på målopfyldning af succeskriterier 6

Bilag

Projektoverblik 8



HILLERØD
KOMMUNE

Resumé af evalueringens konklusioner

Kommunikationsplatforme til at kommunikere aktiviteter for borgere, foreninger og kommunalt ansatte

Kom med! har udarbejdet en folder med aktivitetstilbud for ældre borgere, der er distribueret bredt ud og også findes digitalt. Der er en igangværende udvikling af en digital Kom med! portal, www.kommedhillerod.dk, der er en videreudvikling af 'Den Sociale Vejviser', Frivilligcenter Hillerøds nuværende foreningsoversigt.

Kom med! projektet har fået sin egen underside på Frivilligcenter Hillerøds hjemmeside, der giver oversigt over projektets formål og indsatser samt tilbud for borgere, frivillige og ansatte på ældreområdet.

Der er udarbejdet et koncept for et Kom med! nyhedsbrev, hvor projektets resultater og indsatser løbende kommunikeres til relevante aktører i lokalområdet.

Samskabelse, netværk og videndeling med det henblik at sætte fælles fokus på ensomhed og inaktivitet

Kom med! har skabt en platform for samskabelse, netværk og videndeling. Indledningsvist gennem udviklingsgruppen, som består af centrale aktører inden for ældreområdet, patientforeningsområde og enkelte fra idrætsområdet.

I løbet af det første år er der skabt kendskab til hinanden, hinandens interesser og formål og der er skabt et fælles fokus og interesse for udfordringen i forhold til de ældre, som ikke er aktive og som ikke er med i fællesskaber. Kom med! er i dialog med de praktiserende læger, der støtter op om projektets indsatser.

Således er der skabt grobund for, at de forskellige aktører kan samarbejde og sætte indsatser i gang i fællesskab.

Kompetenceudvikling om ensomhed og fællesskab

Ca. 35 medarbejdere og 30 foreningsrepræsentanter har deltaget i et kompetenceforløb om ensomhed og fællesskab. Her har de fået viden om de centrale målgrupper, værktøjer til at opspore målgruppen og viden om, hvordan ensomhed kan italesættes og handles på, som forening og som kommunalt ansat.

Læring

En central del af Kom med!'s arbejde er at understøtte en succesfuld samskabelsesproces. Fokus har derfor været på at inddrage relevante aktørers erfaringer, viden og faglighed i forhold til at løse en fælles problemstilling.

1. Fokus har været på at facilitere og motivere frontpersonale og foreninger til at have de bedste forudsætninger for selv at skabe en forandring. Dette for at skabe bæredygtige tiltag og lokal forankring uden for Kom med! projektet.
2. Det er imidlertid vigtigt at forvandle idéer til praksis i den resterende projektperiode, således at deltagerne i projektet oplever at deres indsats kommer borgere til gode.
3. Det er en udfordring at få arbejdet ny viden ind i den kommunale hverdag på systematiseret vis. Dette skyldes, at der i kommunen allerede er etablerede, faste arbejdsgange, ligesom der er et væld af andre forandrings- og omstrukturingsprojekter, som kører.
4. Ensomhed og inaktivitet er ikke umiddelbart en SKAL-opgave for kommunen at løse, og hvis den nye viden og de nye samarbejder skal implementeres i kommunens drift, er det vigtigt med ledelsens bevågenhed. Det er opfattelsen, at denne bevågenhed er ved at være opnået.
5. Inddragelsen og netværksdelen har været vigtige i forhold til at sikre ejerskabet hos alle aktører, således at de selv efterfølgende kan indarbejde deres nye viden i den daglige praksis samt gøre brug af de nye netværk og relationer.
6. I udviklingsgruppen har forskellige interesse- og kompetenceforskelle været tydelige. Disse forskelle udgør netop potentialet i samskabelsen, men har også krævet en lang udviklingsproces indeholdende afklaring, videndeling og netværksskabelse før fundamentet for igangsættelse af nye initiativer, var skabt i gruppen.

Anbefalinger på baggrund af Kom med!'s første år

Projektets indsatsområder har været, at støtte og motivere frontpersonale og frivillige til samskabelse, netværk, videndeling samt udvikling af bæredygtige tiltag med lokal forankring uden for projektet.

Fremadrette vil der være fokus på at understøtte tiltag, der kan gøre en positivt forskel for sårbare ældre og få konkrete resultater på dette område. Kom med! vil derfor have fokus på at bidrage med bl.a. sparring ift. projektopstart, samarbejde med frivillige, rekruttering af frivillige og deltagere samt inddragelse af faglighed fra kommune eller (andre) foreninger mm.

Der er en del projekter i støbeskeen, som der vil arbejdes videre med.

Nye tiltag og indsatser

Der er udviklet et projektkatalog med indsatser, som der er størst interesse for at arbejde videre med. Projektideerne er fremkommet enten i udviklingsgruppen eller ved kompetenceudviklingsdage.

1. Etablering af gå-grupper for svage ældre ved sociale bebyggelser med mange ældre beboere.
2. Etablering af en "Brobygningsscafé" mellem rehabiliteringen, træningssektionen og frivillige foreninger
3. Omfattende og systematiseret videndeling om tilbud i foreningslivet blandt kommunalt frontpersonale
4. Velkomstværter i foreninger, der er særligt opmærksomme på nye deltagere/frivillige og udeblivende
5. International Ældredag, et fælles arrangement for alle ældre
6. Følge hjem-ordning efter endt rehabiliteringsforløb i samarbejde med hjemmeplejen og frivillige.
7. Træningstilbud i LOF for mennesker med demens og deres pårørende

Fokus på motion og bevægelse

Der vil fokuseres på, at få inddraget bevægelses og motion tydeligere i netværket og de tiltag, der arbejdes med at realisere. Det planlægges bl.a. gjort gennem evt. samarbejde med Dansk Arbejderidrætsforbund, ved at udbyde relevante kurser med fokus på bevægelse i hjemmet og i naturen og ved særligt at understøtte initiativer, hvor bevægelse er i fokus.

Kursernes indhold afhænger af interessetilkendegivelse og de initiativer der igangsættes

Forankring

Det er drøftet, hvordan projektet gøres bæredygtigt og pt. skal der arbejdes med ejerskab i foreningerne og de kommunalt ansatte, hvis Kom med! skal kunne videreføres uden projektkoordinatorerne. Det er målet at nye indsatser skal forankres i de respektive foreninger, grupper og blandt ansatte. Der vil være et forsat behov for at vedligeholde og opdatere projektets kommunikationskanaler, herunder Kom med! ældre portal, Kom med! folder og evt. nyhedsbrev, efter projektafslutning.

Udviklingsgruppen fungerer som platform for videndeling og sparring, netværk og udviklings af nye tiltag. Der arbejdes videre med forskellige scenarier i forhold til at føre det videre som en netværksbaseret gruppe, der forsat kan spare og erfaringsdele.

Synlighed omkring tilbud til ældre, pårørende og professionelle:

Der er forsat behov for at skabe synlighed omkring eksisterende aktiviteter og tilbud for ældre borgere i Hillerød. Særligt kommunes frontpersonale har efterspurgt et redskab, der skaber nemt overblik over tilbud. Kom med! vil arbejde videre med udviklingen af en digital Kom med! portal, www.komedhillerod.dk, der giver en oversigt over aktiviteter for ældre digitalt. Portalens indhold udvikles sammen med repræsentanter fra udviklingsgruppen. Udbredelse af kendskabet til portalen vil være i særlig fokus i resten af 2015.

Kom med! nyhedsbrevet vil forsat udkomme fire gange årligt, og er med til at synliggøre projektets indsatser og resultater samt understøtter videndeling om tilbud og aktiviteter henvendt projektets målgrupper.

Der er behov for at Kom med! folderen formildes bredt ud til relevante aktører i Hillerød. Vi er dialog med almen praktiserende læger, der støtter op om projektets indsats og gerne vil formidle folderen.

Kom med! – nye veje til at styrke ældres trivsel

Formål med midtvejsstatus på Kom med!

Denne midtvejsstatus gør status på periode 1. april 2014 til 1. april 2015. Hvordan det går med målopfyldelsen af Kom med! projektet og samler op på de vigtigste erfaringer samt giver anbefalinger ift., hvordan der arbejdes videre med projektet.

Baggrund for projekt Kom med!

Vi ved at ensomhed mindsker livskvaliteten¹

- Ældre, der oplever ensomhed, vurderer deres helbred som dårligere og bruger sundhedsvæsenet mere
- Ældre, der oplever ensomhed, modtager i højere grad hjemmepleje
- Ensomhed har ligeså stærk indflydelse på dødeligheden som andre risikofaktorer som rygning, alkoholindtag, fysisk inaktivitet og overvægt
- Knap 5000 danskere over 65 år dør hvert år uden familie eller venner omkring sig

Ovenstående viden om ensomhedens konsekvenser er baggrund for Kom med! På et dialogmøde i 2013 omhandlende, hvad kommune og foreningsliv kunne gøre for borgerens sundhed i fællesskab ønskede en række patientforeninger, at det skulle blive muligt for alle borgere at være med i fællesskaber, lige som der skulle være motionstilbud til borgere uanset funktionsniveau. Kom med! afspejler genkendelsen af et behov hos en gruppe ældre borgere i Hillerød Kommune, som af forskellige årsager er sårbare og er blevet koblet af fællesskaber. Denne målgruppe indgår ikke, eller i meget begrænset omfang, i sociale fællesskaber og er ofte socialt isolerede og fysisk inaktive.

Formålet med Kom med!²

Hillerød Kommune har en ambition om at støtte op om, at flest mulige borgere fører et aktivt liv og deltager i fællesskaber. Mange ældre borgere, kommunalt frontpersonale og pårørende har i dag ikke kendskab til de sociale og motionsbaserede aktiviteter, som foregår i Hillerød, da de ikke har overblik over relevante foreningsaktiviteter, og ofte selv mangler motivationen eller overskuddet til at undersøge hvilke tilbud, der findes. I Kom med! kobles kommunale og foreningsmæssige ressourcer for i samarbejde at støtte og opmuntre flere ældre i Hillerød Kommune til at deltage i sociale fællesskaber med fokus på bevægelse. Deltagelse i sociale fællesskaber kan bidrage til at reducere oplevelse af ensomhed og isolation, samtidig med at fysisk funktionstab og sygdom forebygges.

Det langsigtede formål med Kom med! er at skabe større fysisk og social livskvalitet blandt ældre borgere ved at støtte dem i at indgå i sociale fællesskaber omkring bevægelse gennem styrket samarbejde mellem kommunale aktører og aktører fra foreningsliv. For at opnå projektets formål, er der formuleret en række delmål:

- Flere sårbare ældre har fået større kendskab til eksisterende relevante bevægelsestilbud
- Flere sårbare ældre får mulighed for at deltage i fællesskaber med bevægelse som omdrejningspunkt
- Kommunale medarbejdere, frivillige og foreninger har fået større viden om målgruppen sårbare ældre og handlemuligheder samt de udfordringer som findes, i forhold til at deltage i fællesskaber
- Kommunale medarbejdere, frivillige og foreninger har fået større kendskab til hinanden og viden om, hvordan de kan trække på og henvise til hinandens ressourcer og tilbud

For at opnå disse delmål er der formuleret fire overordnede indsatsområder:

- a) Formidling af eksisterende aktiviteter for sårbare ældre
- b) Facilitering af udviklingen af nye aktiviteter for målrettet sårbare ældre
- c) Sparring og kompetenceudvikling
- d) Platform for samskabelse: Videndeling, netværksskabelse og samarbejde på tværs

¹ Aktivtældreliv.dk / Marselisborg 2014

² Set i lyset af at Kom med! er et samskabelsesprojekt og et udviklingsprojekt vil projektbeskrivelsen løbende revideres i forhold til projektets mål, metoder og indsatser som resultatet af nye erkendelser om målgruppen og indsatsområder for at opnå projektets formål.

Målgruppen ³

Projektets indsatsernes henvender sig til den primære målgruppe i erkendelsen af, at det er de kommunale medarbejdere og foreningsaktive, som kan være med til at motivere til og facilitere til at social isolation, inaktivitet og ensomhed minskes blandt ældre borgere.

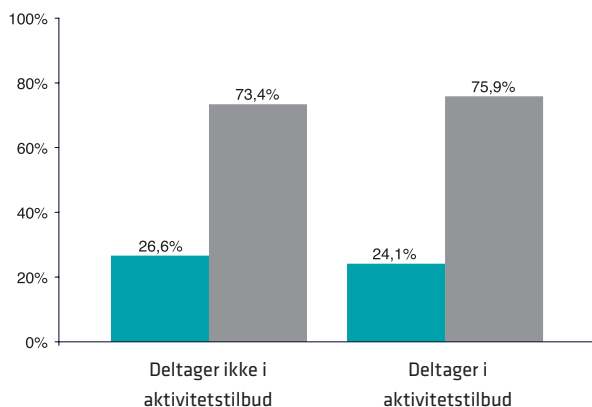
Projektets primære målgruppe er:

- Kommunalt frontpersonale, der ikke har tilstrækkeligt kendskab til foreningstilbud til sårbare ældre eller ikke ved, hvordan de kan samarbejde med foreningslivet ift. den primære målgruppe
- Frivillige, foreninger og grupper, der ønsker i højere grad at gøre en forskel for sårbare ældre
- evt. studerende, som ikke har indgående kendskab til civilsamfundets muligheder og vilkår

Projektets sekundære målgruppe består af personer over 60 år, der:

- Oplever at være uønsket alene
- Oplever social isolation i hverdagen
- Har været igennem et genoptræningsforløb
- Lever med en eller flere kroniske fysiske eller psykiske sygdomme/lidelser
- På anden måde er eller oplever sig selv som sårbare Projektets organisering

Sammenhæng mellem oplevet ensomhed og deltagelse i aktiviteter



- Oplever en gang i mellem eller ofte ensomhed
- Oplever sjældent eller ikke ensomhed

³ Der er foretaget ændringer ift. projektets målgrupper i forhold til projektbeskrivelse, grundet at projektets fokus er, at støtte den primære målgruppe, værende frivillige og medarbejdere, i at nå ud til og inkludere sårbare ældre for herved at medvirke til at mindske ensomhed og forbedre livskvalitet hos denne sekundære målgruppe.

Projektets organisering

Projektets organisering består i et samarbejde omkring projektledelsen mellem Fællessektionen for Ældre og Sundhed i Hillerød Kommune og Frivilligcenter Hillerød. Projektet realiseres i et samarbejde mellem en række aktører i Hillerød Kommune, Frivilligcenter Hillerød, frivillige foreninger og frivillige.

Hillerød Kommune finansierer projektet mht. til løn- og aktivitetsmidler via ældrepuljen for 2014 og 2015.

Styregruppe

Har tilsyn med projektet og skal sikre fremdrift i projektet og træffe beslutninger om økonomi.

Styregruppen består af:

Hillerød Kommune:
Sektionsleder i Ældre og Sundhed, Hillerød Kommune, leder af Træningssektionen, Hillerød Kommune, leder af Hjemmeplejen, Hillerød Kommune og leder af Frivilligcenter Hillerød

Udviklingsgruppe

Bidrager med faglighed, erfaring og viden og former derigennem projektets udformning og kvalificere projektet og dets aktiviteter. Er omdrejningspunkt for projektets udvikling og indsatsområder samt deltager i projektets aktiviteter. Fungerer som ambassadører for Kom med!, så der skabes kendskab og ejerskab ift. projektet i egne foreninger, afdelinger og institutioner.

Udviklingsgruppen består af repræsentanter fra foreningsliv og kommunalt sundhedspersonale:

Træningssektionen	GrønnegadeCentret
Pårørendekonsulent	Diabetesforeningen
Forebyggelsesmedarbejder	Hjemmeplejen
Senioridrætsudvalget, DGI	Ældre Sagen
Hillerød Motionsvenner	LOF
Kræftens Bekæmpelse	
Hillerød Hjerteforening	
Astma Allergi Nordsjælland	

Status på målopfyldning af succeskriterier:

Mål på organiseringsniveau (ift. de primære målgruppe) er ikke specifikke eller kvantitativt målbare, da projektet formål er at facilitere samskabelse mellem samarbejdsparter dvs. skabe rum for nye samarbejde og metoder til at mindske ensomhed. Dette er udfordrende at måle på.

Til at vurdere om projektets succeskriterierne er opnået, er der udformet mål og indikatorer på målopfyldelse inden for hvert af de fire overordnede indsatsområder (ift. primære målgruppe).

a) Formidling af eksisterende aktiviteter for sårbare ældre

- Der skabes overblik over og formidles kendskab eksisterende aktiviteter og de oplagte målgrupper for dem, til relevante dele af kommunens frontpersonale og på tværs af foreninger.
- Der arbejdes med strategisk formidling ad åbne, tilgængelige kommunikationsveje, bl.a. en hjemmeside, en digital portal og en trykt folder.

Første år af projektet har fokuseret på at give foreninger og frontpersonale større viden om og overblik over aktiviteter og tilbud henvendt ældre i Hillerød samt hvilke aktører og relevante samarbejdspartnere, der arbejder på området. Udviklingsgruppemøder har været den primære platform for denne viden- og erfaringsdeling. Frivillige og frontpersonale giver udtryk for at have fået større viden om aktiviteter og tilbud henvendt ældre i Hillerød samt kendskab til relevante aktører og samarbejdspartnere på området.

"Jeg har fået et bredere syn på muligheder for interessenter, som netop kan bidrage med erfaring og nye ideer i dette projekt fx idrætsforeninger, aftenskoler og spisevenner" (Kommunal medarbejder)

"Jeg har fået syn for hvor mange forskellige aktører, der kan trækkes på i forbindelse med problematikken" (Frivillig)

Derudover er der udarbejdet følgende:

- Kom med! hjemmeside: Skal synliggøre projektets formål, indsatser og eksisterende aktiviteter for ældre til borgere, sundhedsprofessionelle og pårørende
- Kom med! nyhedsbrev: Formidler hvad der er sket i Kom med!, og understøtter, at de relevante aktører

i både kommune og foreningsliv få viden om tilbud målrette dem selv og målgruppen.

- Kom med folder: Samler motions- og træningstilbud for ældre i Hillerød, så det er nemmere for professionelle, borgere og pårørende at få overblik over forening- og grupperes tilbud til ældre.
- Digital portal: Udvikling af en digital Kom med! portal, der skal supplere folderen, ved at formidle aktiviteter for ældre digitalt. Portalen er en videreudvikling af 'ældre kategorien' på 'Den Sociale Vejviser', Frivilligcenter Hillerøds nuværende foreningsoversigt.

b) Facilitering af udviklingen af nye aktiviteter for målrettet sårbare ældre

- Der indkredses en række behov for aktiviteter gennem fokusgruppeinterviews med en række foreningsrepræsentanter og kommunalt frontpersonale
- Facilitering af processer, hvor kommune, foreninger, nye frivillige og uddannelsesinstitutioner samskaber nye aktiviteter. Disse skaber nye tilbud til grupper af sårbare ældre baseret på frivillig indsats

Fokusgruppeinterviews blev udskiftet med drøftelser blandt henholdsvis foreninger og kommunens ansatte om hvordan ensomhed berører deres arbejde og de borgere de møder. Heraf var det klart, at foreningerne var udfordret ift. nå ud til mere sårbare ældre, der står uden for sociale fællesskaber.

Medarbejderne var i højere grad i kontakt med denne målgruppe, men havde behov for øget kendskab til relevante aktiviteter og tilbud for sårbare ældre samt er udfordret ift. at have begrænset ressourcer til dette i en travl hverdag. Disse erkendelser danner udgangspunkt for projektets indsatser.

De konkrete resultater, som projektet indtil nu har produceret i forhold til at udvikle nye aktiviteter er udeblevet, da det har vist sig at der har været et stort behov for relationsskabelse og viden- og erfaringsdeling om ældre og ensomhed. Dette har primært været fokus ved udviklingsgruppemøderne.

Der er udarbejdet et idékatalog med tiltag, hvor foreninger og kommunen enten sammen eller hver for sig kan medvirke til at forebygge og mindske ensomhed. Fremadrettet vil der være fokus på at understøtte og udvikle nogle af disse initiativer og få konkrete resultater på dette område

c) Sparring og kompetenceudvikling

- Der gives sparring og støtte til foreninger, der er interesserede i at tilbyde bevægelsestilbud til projektets målgrupper, så de bliver afklarede omkring, hvilke målgrupper, de ønsker at nå, og hvordan dette skal spille sammen med deres øvrige aktiviteter og organisering

Der har været et stort behov yderligere forståelse af "sårbare ældre" og "ensomhed" som en forudsætning for at kunne støtte målgruppen i at deltage i sociale og aktive fællesskaber. Derfor er der afholdt følgende:

Kompetenceudvikling af frivillige og medarbejdere:

Gennem eksterne oplægsholdere, temaseminar, sparring og udveksling på tværs af foreninger og kommuner har vi i fællesskab udforsket og blevet klogere på projektets målgrupper.

Aktivt Ældreliv:

I samarbejde med Marselisborg Konsulenterne, der har indgående viden om ensomhed på ældreområdet, er der afholdt et stort kompetenceudviklingsforløb i vinter/forår 2015 for medarbejde og frivillige om ensomhed, sårbarhed og fællesskab blandt ældre.

Kompetenceudviklingsforløbet har udbredt viden om ensomhed blandt ældre til relevante aktører uden for udviklingsgruppen, heriblandt almen praktiserende læger og et bredt udsnit af lokalt foreningsliv.

Kompetenceudviklingsforløbet har givet indsigt i hvordan de hver især og i fællesskab kan støtte ældre borgere i at deltage og føle sig som en del af fællesskaber samt skabt nye møde på tværs af civilsamfund og kommunale medarbejdere.

"Jeg har fået mere konkret viden om hvad der er vigtigt for at få 'folk' med til arrangementer og inkludere dem i fællesskab - og at man kan være ensom midt i fællesskabet!" (Kommunal medarbejder).

Der er givet støtte i form af økonomi, PR, og viden til relevante lokale arrangementer og seminarer, der relaterer sig til projektets formål. Herunder et seminar for alle foreningsrepræsentanter og relevante ansatte om selvhjælp samt et seminar om "fællesskaber", og hvordan kommune og foreningsliv kan hjælpe borgere ind i fællesskaber. Der gives sparring til aktivitetsledere i forhold til projektopstart, samarbejde med frivillige, rekruttering af frivillige, rekruttering af brugere, inddragelse af faglighed fra kommune eller (andre) foreninger m Endnu ikke relevant, men vil i forbindelse med projektets fremadrettet fokus på at understøtte nye ensomhedsforebyggende initiativer blive mere centralt.

- Der arrangeres oplæg eller formidles deltagelse i kurser efter behov om det at skabe aktiviteter for bestemte grupper af sårbare ældre med fx handicap eller en bestemt kronisk lidelse

På hjemmesiden, i nyhedsbreve og til udviklingsgruppemøde formidles løbende relevante kurser. I tillæg er der afholdt et større kompetenceudviklingsforløb for frivillige og medarbejdere, der også fokuserer på opstart af nye aktiviteter for sårbare ældre.

Det er planlagt at udbyde kurser om fx motion i det fri og bevægelse til mennesker med f.eks. en kronisk lidelse (evt. i hjemmet) og introkursus for initiativtagere til nye gågrupper. Kursernes indhold vil afhænge af interesselikendegivelse og de initiativer der igangsættes.

d) Platform for samskabelse: Videndeling, netværksskabelse og samarbejde på tværs

- Der faciliteres både mødebaserede og digitale fora for videndeling, erfaringsudveksling og idéudvikling med henblik på videreførelse af projektet

Udviklingsgruppen har været den centrale platform for videndeling, netværksskabelse og samarbejde på tværs om hvordan man hver især - og sammen kan gøre en indsats over for sårbare borgere i kommunen.

Kompetenceforløbet 'Aktivt Ældreliv' afholdt af Marselisborg Konsulenterne har understøttet og udbredt netværksskabelse og samarbejde på tværs, ud over deltagerne i udviklingsgruppen.

I tillæg har hjemmesiden og nyhedsbreve fungeret som redskaber til at videndeling og erfaringsudveksling om relevante emner og tilbud blandt medarbejde og frivillige på ældreområdet.

- Der afholdes en temadag om sårbare ældre og bevægelse

Det planlægges at afholde temadag i 2015, evt. vil temadagen blive erstattet af kurser til frivillige og/eller medarbejde eller et fælles arrangement henvendt mod ældre. Indhold og udformning bestemmes af interesselikendegivelse og de initiativer der igangsættes i projektet.

Bilag:

Projektoverblik

- Kom med!

INDLEDENDE FASE april – juni (august) 2014

Område	Mål	Aktiviteter	Tidsramme
Organisering og udvikling af 'Kom med!'	Projektet og dets mål indkredses og de grundlæggende samarbejdsrelationer omkring dets realisering etableres	<ul style="list-style-type: none">• Samspilsaftale, projektbeskrivelse, tidsplan, budget m.v. udarbejdes• Styregruppe nedsættes• Udviklingsgruppe nedsættes• Første udviklingsgruppemøde afholdes• Første styregruppemøde afholdes	April – juni 2014 August 2014
PR	Projektets eksistens formidles ud til potentielle samarbejdspartnere, borgere m.v.	<ul style="list-style-type: none">• Pressemeddelelse og PR på hjemmesider, på facebook, i nyhedsbreve m.v.• Hjemmeside (under www.frivilligcenter-hillerod.dk)	Juni 2014
Formidling af tilbud til målgruppen	Formidling af eksisterende og nye aktiviteter ad åbne, tilgængelige kommunikationsveje	<ul style="list-style-type: none">• Hjemmeside (under www.frivilligcenter-hillerod.dk)	Juni 2014

Område	Mål	Aktiviteter	Tidsramme
Udforskende fase	Udforske målgruppen og målgruppens behov	<ul style="list-style-type: none"> Gennem oplæg af videnspersoner til udviklingsgruppemøder og erfarings- og vidensdeling i udviklingsgruppen 	August 2014 28. august kl. 15-17
	Udforske nuværende og praksisser på området – barrierer og potentialer	<ul style="list-style-type: none"> En udviklingsproces på udviklingsgruppemøde samt i udviklingsgruppens bagland (både blandt foreninger og kommunalt frontpersonale) Erfaringsopsamler ud fra 4 temaer: Ressourcedeling, vidensdeling, inkluderende metoder/tilgang, konkrete projekter/aktiviteter 	Aug.-nov. 2014
	Der indkredses en række behov for aktiviteter, samarbejder og oplagte formidlingsformer og -veje	<ul style="list-style-type: none"> Udviklingsgruppen og projektgruppen laver research blandt foreninger og kommunalt personale ift. målgruppen, aktiviteter, handlinger og formidlingsveje Erfaringsopsamler ud fra 4 temaer: Ressourcedeling, vidensdeling, inkluderende metoder/tilgang, konkrete projekter/aktiviteter 	Sep. -nov. 2014
Formidling af tilbud til målgruppen	Formidling af eksisterende og nye aktiviteter ad åbne, tilgængelige kommunikationsveje	<ul style="list-style-type: none"> Nyhedsbrev (under)hjemmeside for Kom med! på fCh hjemmeside Revidere "Hold dig aktiv" folder og uddel til alle relevante interessenter og 'kontaktflade' Udbygge "Den sociale vejviser" 	Okt. – dec. 2014 Nov. 2014 – feb. 2015 Feb. – juni 2015
Identificere relevante eksterne erfaringer/ personer	Der netværkes med eksterne aktører og begivenheder på området	<ul style="list-style-type: none"> Deltagelse i relevante fora og kurser Research ift. eksterne erfaringer på området (udenfor Hillerød) 	Løbende
Sparring og kompetenceudvikling	Kompetenceudvikling af kommunalt ansatte og foreninger i forhold til at få flere sårbare ældre inkluderet i motionsfællesskaber	<ul style="list-style-type: none"> Afholdelse af oplæg/workshops/kurser ved fagpersoner om ældre, ensomhed og evt. bevægelse. Igangsættelse af kompetenceudviklingsforløb i samarbejde med Marselisborgkonsulenterne indeholdende: <ul style="list-style-type: none"> Identificere/opdage ensomhed/ isolationsproblemstillingen Motivere til målgruppen til handling Viden om frivillighedens vilkår og traditioner og inspiration til samarbejde med foreninger 	December 2014 – maj 2015
	Opkvalificering af tovholder og foreninger om at målrette aktiviteter til bestemte grupper af sårbare ældre om at fremme inklusion af sårbare ældre	<ul style="list-style-type: none"> Sparring, støtte og kompetenceudvikling om organisering af bevægelsesaktiviteter for målgruppen. Sparring til aktivitetsledere i forhold til projektopstart, rekruttering af og samarbejde med frivillige, rekruttering af brugere, inddragelse af faglighed fra kommune eller (andre) foreninger m.v. Værkstøjer, der tager udgangspunkt i den sårbare ældres behov og ønsker til frontpersonale' 	Marts –Dec. 2015
	Sparring til igangsættere/tovholdere/ instruktører		
	At kommunens frontpersonale i praksis får hjulpet den ældre sårbare til at deltage		

NYE AKTIVITETER januar- juni 2015

Område	Mål	Aktiviteter	Tidsramme
Pilotprojekter	Facilitering af samskabelse af nye aktiviteter - pilotprojekt	<ul style="list-style-type: none"> Oplagte aktivitetsskabere mødes og udvikler en fælles aktivitet med plan for projektledelse, lokalitet, rekruttering af brugere og frivillige, bæredygtighed, dokumentation m.m. Aktiviteten påbegyndes Evaluering af opstartsfasen 	Dec. 2014 - februar 2015 Løbende forår 2015
	At kunne dokumentere målgruppens deltagelse i og udbytte af aktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> Udarbejde evalueringsdesign af projektet i samspil med udviklingsgruppe 	April - maj 2015

EVALUERING, VIDENOPSAMLING OG FORANKRING august - december 2015

Område	Mål	Aktiviteter	Tidsramme
Platform for videndeling og udvikling	Evt. afholdelse af en temadag om sårbare ældre og bevægelse?	<ul style="list-style-type: none"> Evt. temadag udvikles i samspil med de forskellige parter i projektet som synliggørelse af det, der er sket, og ideer til, hvad der kan ske i fremtiden 	August/ oktober 2015
	Der skabes et forum for videndeling, erfaringsudveksling og idéudvikling for arbejdsgrupper og ledere af etablerede aktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> Evt. opstart af tilbagevendende forum (evt. afløser for udviklingsgruppen på sigt) 	2015
Forankring af eksisterende aktiviteter og fora	At gøre aktiviteter bæredygtige og fremme fremtidig udvikling af samarbejde og aktiviteter	<ul style="list-style-type: none"> Aktiviteter, der måtte være tidsbegrænsede, men har potentiale til at fortsætte, forsøges gjort bæredygtige Afklaring omkring tovholdere for fortsatte platforme (opdatering af hjemmeside, nyhedsbrev, folder + facilitering af erfaringsudvekslingsforum (se 'Platform for videndeling og udvikling') 	September - oktober 2015
Dokumentation, evaluering og formidling af erfaringer	Midtvejsvaluering	<ul style="list-style-type: none"> Midtvejsstatus 	April 2015
	Afsluttende evaluering	<ul style="list-style-type: none"> Slutevaluering udarbejdes, herunder opsamling på dokumentation 	November - december 2015
	Formidling af erfaringer og viden	<ul style="list-style-type: none"> Guidelines til kommende aktiviteter og samarbejdsprocesser udarbejdes Der skrives en artikel til relevant fagblad (fx Kommunernes landsforening eller Center for frivilligt socialt arbejde) 	November - december 2015