



Statuspapir - TUFF-samarbejdets første leveår 2023

Januar 2024 - Maja Munch Nielsen

Status på partnerskaber – 2023:

Partnerskaber, hvor der er underskrevet samarbejdsaftale og hvor foreningen har modtaget signon fee på 30.000kr. (målet var otte partnerskaber):

1. Bordtennis for Fremtiden (HUV + Hillerød Bordtennis – opstart i sep.)
2. Musikfællesskab (Klaverfabrikken – opstart sep.)
3. Hillerød Bueskyttelaug (mandagstræning, samt bueskydningsevents med Teknisk Skole + Egedammen- samarbejde med HKI)
4. Hillerød Skakklub (Torsdags skakcafe, Skak med elever fra Sputnik, Skakcafe på HF IN og skakbesøg i 10klasse)
5. Paddeltennis (HKI og Hillerød Tennis og Padelklub – starter i primo januar 2024)

Herudover har Frivilligcenteret afviklet **tre kreative forløb i 2023** - to af dem med opbakning fra Trollesbro i form af en Social vært. Underviserne på disse forløb er blevet betalt af fondsmidler, ikke TUFF-midler.

Partnerskaber, hvor vi er godt på vej med en samarbejdsaftale:

1. Unge For Ligeværld Klub (UFL-klub) (Klubben startede i november, og den lokale forening har godkendt og er klar til at underskrive – afventer om Sputnik og evt. HUV vil være medunderskrivere).
2. Esportscafe (Sputnik og Hillerød Esport –samarbejdsaftale klar til underskrift – forventet opstart i januar)
3. ADHD Ugenetværk (ADHD-lokalafdeling og Trollesbro – mangler at falde helt på plads pga. bl.a. frafald af frivillige)
4. Dungeons and Dragons bordrollespil (Hillerød Strategi- og Rollespils Forening) – forankring i foreningen afsøges pt. og professionel samarbejdspartner afsøges ligeså)

Partnerskaber som er afsøgt, men (endnu) ikke realiseret (udpluk):

1. **Socialt fodboldhold – Hillerød Fodbold** (Fortsætter fodboldhold for unge fra Fodbold for Fremtiden forløb – samarbejdsaftale indgået og underskrevet, men Hillerød Fodbold trak sig fra samarbejdet inden aktiviteten blev igangsat).
2. **Ungefællesskab i Autisme Ungdom** (Hjælpe med at opskalere foreningens aktiviteter i Hillerød – har ikke været muligt pga. frafald blandt de frivillige og manglende kræfter/overskud).
3. **Socialt fællesskab på Teknisk Skole** (afprøvet med bl.a. besøg i Bueskyttelaug, men vi har ikke kunne finde en form for samarbejdet og en måde at nå de sårbare elever).
4. **Sisterhood gruppe** (forløb under Girtalk – der er afholdt flere møder med Girtalk, bl.a. et sammen med Basen. Det endte dog med at vi vurderede at det lå for tæt på en-som-mig-grupper og at det var for dyrt ift., at der ikke var ideer til forankring af gruppen efter de otte ugers Sisterhood-forløb).
5. **Ung-til-Ung online fællesskab** (Der er blevet afholdt et par møder med leder, Jannick, ift. muligt partnerskab, men vi ser en udfordring i at fællesskabet er online og ikke har en plan for at brobygge til fysiske fællesskaber).

6. **Queernetværk for unge i Hillerød.** Der blev afholdt to møder med unge, som ønskede dette netværk, og arbejdet på at knytte bånd til Fyrtårnet, Trollesbro. Men den unge, primære initiativtager, endte med at springe fra pga. personlige udfordringer.

Status på antal unge, som har taget del i en eller flere aktiviteter/fællesskaber det første år

Der er stor forskel på, hvor stabilt de enkelte unge deltager i en aktivitet og hvor aktivt de deltager. Dette er forventeligt i forhold til målgruppen, men dog væsentligt at kigge nærmere ind i, i den kommende udvikling og evaluering af aktiviteterne.

At en del af de unge ikke er kommet regelmæssigt eller er faldet fra, har haft mange årsager. For nogle unge har det handlet om, at deres livssituation har ændret sig, og de f.eks. har fået nyt job, uddannelse, eller er tilmeldt andre tilbud, som står i vejen for deres deltagelse. For andre har det handlet om, at niveauet var for højt eller lavt eller de ikke følte, at de passede ind med de andre unge eller i foreningen. Det har for mange også handlet om et svingende fysisk eller psykisk helbred, som har bevirket, at de har været ustabile i deres fremmøde og måske deltaget mere passivt når de mødte op. Dette vilkår oplever vi en stor forståelse for hos de foreninger, som indgår i TUFF-samarbejdet, som udtrykker stor forståelse og de unges situation.

Der er dog også eksempler på unge, som har taget meget initiativ og ejerskab. Bl.a. har tre unge fra Unge For Ligeværd klubben allerede meldt sig til klubbens bestyrelse og fire unge fra bueskydning har tilmeldt sig en frivillighedsuddannelse, udbudt af DGI.

Deltagerantal i de forskellige aktiviteter og fællesskaber

(Tallene er estimater baseret på statusmøder med partnerne):

Bordtennis for fremtiden: ca. 15 unge har prøvet aktiviteten, heraf otte som deltager fast.

Musikfællesskab: syv unge har prøvet aktiviteten, heraf fire som deltager fast.

Hillerød Bueskyttelaug: 12 unge deltagere jævnlige fra HKI, heraf otte som deltager fast.

Hillerød Skakklub: ca. 10 unge fra målgruppen deltager jævnlige i torsdagsskak eller HF IN skak, heraf seks som kommer fast.

Unge For Ligeværd Klub: 20 unge har deltaget i fællesskabet, heraf, 10 som deltager fast.

Kreative Fællesskaber i FcH: 20 unge har deltaget i aktivitet, heraf 12 som har deltaget på fast basis i et eller flere af forløbene.

Dungeons & Dragons forløb (to hold, i fem ugers forløb): 10 unge har deltaget en gang, heraf otte som har deltaget fast.

Antal unge deltagere i alt i 2023:

I alt har **94 unge** deltaget i aktiviteter og fællesskaber, heraf **56 unge** på fast basis. Målsætning i ansøgningen for 2023 var 45 unge skulle involveres.

Afholdte events og arrangementer i TUFF-samarbejdet 2023

Der har i TUFF-samarbejdet været afholdt langt over 100 individuelle møder med en eller flere samarbejdspartnere eller interessenter.

Herudover har TUFF-samarbejdets indgået i eller arrangeret følgende større arrangementer i 2023:

- Uddannelsesnetværket i Hillerød – netværk for repræsentanter fra uddannelsesinstitutioner i Hillerød – deltaget i 2 netværksmøder – deltog med en kort introduktion/oplæg på det førstemøde.
- Tre styregruppemøder

- Arrangør af netværksmøde for sociale- og psykiatريفoreninger tilknyttet Frivilligcenteret (ADHD Foreningen Nordsjælland, Landsforeningen Autisme Nordsjælland, herunder også Rollespilsgruppen for børn med autisme, Sind Allerød/Hillerød, Ung til Ung og NAUK.
- Arrangør af et fagligt og socialt netværksmøde for TUFF-samarbejdspartnere og interessenter (62 tilmeldte)
- Medarrangør af den første Studiefestival i Hillerød (50 unge deltagere – arrangør af små talks)
- Et læringsloopmøde (27 tilmeldte)
- Oplæg om TUFF bl.a. til elever fra Grundtvigs Højskole, elevråd på Teknisk skole, sygeplejestuderende på valgfag om civilsamfundet mf.
- Praksispartner på KP for et treugers tværfagligt forløb for 50+ elever med fokus på studerendes sociale trivsel og fællesskaber.
- Workshop sammen med Helle Hygum, chefanalytiker på VIVE, på konference om Børn og Unge Trivsel.

Kommunikation

Kommunikation om TUFF-samarbejdet har fyldt en del i projektets første år og der skal i det nye år endnu mere fokus på at få delt de gode historier fra TUFF-samarbejdet, så vi når bredere ud og får endnu flere med i samarbejdet for den fælles sag.

Konkrete kommunikationstiltag i TUFF-samarbejdet i 2023 dækker bl.a.:

- Kommunikationstiltag og udbredelse af Socialkompas i Hillerød (online portal for aktiviteter og fællesskaber på det sociale område).
- Et månedligt nyhedsbrev om TUFF-samarbejdet (siden august – 5 nyhedsbreve)
- Målrettet indsats for at promotere aktiviteter og fællesskaber for unge på de sociale medier, herunder via instagram – gennem en særlig indsats fra vores praktikant fra HUV

Refleksioner over TUFF-samarbejdets første år

At omsætte TUFF-ansøgningen til et konkret TUFF-samarbejde har været et spændende, men også udfordrende arbejde. Det har krævet rigtig mange møder, utallige kopper kaffe og svære metodiske og strategiske overvejelser at få samarbejdet sat i gang. Det blev hurtigt klart, at det er tidskrævende – ikke mindst som ny medarbejder i frivilligcenteret og kommunen - at opbygge et bredt netværk og få kendskab til partnerne og de unge i målgruppen, som er nødvendigt for at kunne understøtte og facilitere samarbejder om at etablere nye aktiviteter og fællesskaber, som er attraktive for de unge.

Tiden i det første år har derfor i langt højere grad været brugt på at holde møder med de enkelte samarbejdspartnere frem for at afvikle workshops og læringsloops, som det var beskrevet i ansøgningen. Kendskab og overblik over samarbejdspartnerne er afgørende for at engagere dem i projektet, se oplagte matches mellem professionelle og foreninger og endelig indgå konkrete samarbejdsaftaler om aktiviteter og fællesskaber for målgruppen. Derudover har projektet også krævet at projektleder og medarbejder har tilegnet sig et bredere indblik i målgruppen og dens store mangfoldighed. Derfor var vi på den anden side af sommerferien, før de første samarbejdsaftaler blev indgået, og større møder for alle samarbejdspartnerne i TUFF er blevet afholdt.

Om end den indledende fase har været længere end beregnet, oplever vi i frivilligcenteret, at det er lykket at få projektet godt i gang, at vi sammen har skabt nogle positive resultater og har nået mange unge. Vi har som facilitator gjort os vigtige erfaringer, som vil styrke vores muligheder for at indgå nye samarbejder i det kommende år.

Vi oplever også at vi har fået skabt en god skabelon for de samarbejdsaftaler som indgås, som sikre, at vi sammen med projektpartnerne får reflekteret over, hvordan de fire brobygningselementer – ”kendskab, følgeskab, værtskab og fællesskab” tænkes ind i aktiviteten/fællesskabet. De fire brobygningselementer er i øvrigt gennemgående i de statusmøder, som afholdes i de igangværende aktiviteter og fællesskaber ca. hver anden måned og var også omdrejningspunkt for første læringsloop i november.

Erfaringer fra samarbejdet med de professionelle partnere:

Det har været en stor fordel, at flere af de professionelle partnere i TUFF tidligere har indgået i andre samarbejdsprojekter med Frivilligcenteret, samt at alle på forhånd havde sagt ja til at indgå aktivt som primære partnere. På trods af dette forhåndstilsagn har det dog krævet mange møder og dialog at afklare, hvordan de enkelte samarbejder, skulle udfoldes i praksis, herunder hvilke konkrete unge, der skal involveres, og hvilke foreninger, der er relevante at samarbejde med.

Udfordringerne med at finde de rigtige indgange i samarbejdet:

Udfordringerne i samarbejdet med de professionelle aktører har blandt andet handlet om at finde – eller udvikle - de rigtige og mest effektive veje for at skabe åbninger og muligheder for kommunikation og samarbejder, på en måde, som både passer til de kommunale institutioner og den frivillige foreningsverdens organisering og kultur. I frivilligcenteret er der et ønske om at vi får etableret et tættere samarbejde med udvalgte medarbejdere, der er direkte i kontakt med de unge. Dette for at lette formidlingen, men også for at kunne komme i dialog med de unge selv og inddrage dem mere i projektet. Vi har erfaret, at der, hvor der er skabt direkte kontakt til relevante medarbejdere med et mandat til at udvikle brobygningstiltag og forenings samarbejdet, der går samarbejdet lettere og ventetiden minimeres. Det er et vigtigt forhold, når det dels kommer til at få etableret et samarbejde med lokale foreninger, som ofte er spontane i forhold til at komme i gang og mærke fremdrift og se resultater. Dels muligheden for at involvere grupper af unge, som lige nu er klar til at komme i gang.

Der er derfor behov for, at vi i det nye år får en dialog med vores samarbejdspartnere om, hvordan vi sammen kan håndtere denne udfordring bedst muligt. Vi ser at en del af løsningen er, at vi fremover holder statusmøder ca. halvårligt, hvor vi kan få evalueret og justeret samarbejdet, så det kan fungere så optimalt som muligt for begge partnere.

Involvering af flere professionelle samarbejdspartnere:

Ud over de fire primære partnere (HUV, HKI, Trollesbro og Basen) som havde sagt ja til at være en del af TUFF-samarbejdet fra start, har vi løbende fundet det værdifuldt at involvere flere professionelle partnere. Dette for at få mulighed for at nå endnu flere unge fra målgruppen, og for at forbygge at presset på de fire primære partnere blev for stort ift. hvor mange samarbejder, de skal involveres i sideløbende.

De andre professionelle partnere som vi har skabt kontakt til, er bl.a. Sputnik, Egedammen, Det Musiske kompagni, 10klassesskolen, Teknisk skole, CPH Business og senest FGU. Vi er stadig ikke så langt i at inddrage disse nye professionelle partnere i TUFF-samarbejdet, men har forskellige ideer på tegnebrættet som vi vil arbejde videre med i 2024.

Samarbejdet med Københavns Professionshøjskole (KP)

Det har krævet en del tid og overvejelser at finde frem til, hvordan vi bedst muligt kunne involvere de to konsulenter fra KP (Lise og Karen) i projektet og få deres ressourcer bragt i spil. Ud over at være metodiske sparringspartnere, har de to konsulenter rolle særligt været at bidrage til at arrangere, og sparre om læringsloop og workshops. Da der kun har været afholdt to af disse i 2023 har vi ikke fået involveret KP så meget som forventet og har derfor overført en del af konsulenttimerne fra 2023 til 2024.

De to konsulenter fra KP fortæller dog, at der er sket mange nye tiltag på KP, som TUFF-projektet har været medvirkende til at fremskynde. De oplever, at der er en kulturændring i gang på både ledelses- og studenterniveau, som bl.a. ses i at de har fået implementeret undervisningselementer om frivillighed på flere semestre, og på tværs af uddannelserne.

Planen for det fremtidige samarbejde med KP, er det fremover kun er en af konsulenterne fra sygeplejeuddannelsen (Lise) som indgår som lønnet i TUFF, men at en ansat fra pædagoguddannelsen får nogle timer til at engagere nogle flere studerende i TUFF-samarbejdet ift. konkrete projektet/foreninger.

Samarbejdet med foreninger:

Det har i TUFF-samarbejdet været en stor fordel, at der fra start var en række foreninger, som via det tidligere samarbejde i Safe Space, allerede havde erfaring med at arbejde med brobygning af unge i sårbare positioner. Dette gælder især Hillerød Skakklub, Bordtennisklub samt Bueskyttelaug, tre foreninger, som fra starten af TUFF-samarbejdet har været meget samarbejdsvillige og gode inspiratorer for nye foreninger i samarbejdet.

Hvad motiverer foreningerne til at indgå i samarbejdet?

Generelt har involveringen af foreninger i TUFF-samarbejdet og samarbejde med dem om udvikling af aktiviteter og fællesskaber været positivt. Flere af de foreninger, vi har samarbejdet med, har haft et stort forhåndskendskab til Frivilligcenteret, hvilket har gjort det let at skabe kontakt og opbygge tillid. Men også de foreninger, som ikke tidligere har samarbejdet med Frivilligcenteret eller haft kendskab til målgruppen, har generelt været positive over for TUFF-projektets formål og nysgerrige på mulighederne for samarbejde.

For nogle foreninger har de projektmæssige rammer i TUFF-samarbejdet været lidt svære at gennemskue og se mening i. Nogle frivillige har givet udtryk for, at de synes at der er mange møder og at et projekt som TUFF er lidt akademisk og svært at omsætte til deres foreningsarbejde. De fortæller at grunden til, at de er frivillige, er, at de er optagede af en aktivitet/interesse og ikke primært handler om, at arbejde med unges trivsel. Omvendt er de foreningsfrivillige, som er med i projektet også motiveret af at ville gøre en forskel og flere har også selv en faglighed eller personlige erfaringer fra egen familie med unge som mistrives.

Samarbejdet skal være gensidigt og til begges fordel:

Det har utvivlsomt haft en positiv effekt, at foreningerne har mulighed for at få et "sign-on fee" på 30.000 kr. Mange af foreningerne er pressede af at mangle frivillige og en begrænset økonomi, så muligheden for økonomisk støtte gør det lettere for dem at sige ja til samarbejdet, hyrer ekstra trænere ind og få opbakning i deres bestyrelser til at deltage. Formanden for Hillerød Bueskyttelaug, Svend Christensen, fortæller bl.a. at de typiske udfordringer for foreningerne er tid, da de frivillige ofte også har job og skal få det frivillige arbejde til at passe ind i den hverdag, de har. Han siger, at foreningerne derfor lægger vægt på, at "samarbejdet skal være gensidigt, og at alle skal have noget ud af det, ellers bliver det for tungt".

Det kan derfor være en udfordring, at TUFF-samarbejdet forventer, at de frivillige i foreningen deltager i flere årlige statusmøder, læringsloops mv. Dette er noget, vi som facilitatorer skal være meget opmærksomme på hele tiden at afbalancere og tale med foreningerne om, så det ikke påvirker lysten til samarbejdet. Det samme gælder selvfølgelig også de professionelle samarbejdspartnere.

Meningsfuldt at gøre en forskel for unge og samtidig udvikle sin forening

Det er dog ikke oplevelsen, at det kun pengene som motiverer foreningerne/de frivillige til at tage del i TUFF-samarbejdet. Flere af de frivillige fortæller, at det giver dem meget positivt energi, når de ser, hvordan de unge deltagere hygger sig og flere over tid får en større tro på dem selv og følelse af tilhørsforhold til foreningen. Skakforeningen har desuden erfaring for at brobygningsprojekter som TUFF ud generelt er en

mulighed for at blive en mere attraktiv forening for alle målgrupper. De tiltag, som sættes i gang i forhold til sårbare unge, kan ofte også virke positive over for foreningens andre medlemmer og gøre foreningen mere attraktiv.

Forskel på foreninger

Vi har i TUFF-samarbejdets første år både initieret samarbejde med foreninger, som er aktivitetsbaseret, så som bueskydning, Klaverfabrikken og skak, og med sociale foreninger funderet i en diagnose eller fælles psykosocial udfordring som eks. ADHD-foreningen og Autisme Ungdom.

Det er blevet tydeligt at de sidstnævnte foreninger kræver en noget større indsats at få med, da de ofte er drevet af frivillige, som selv har forskellige udfordringer, og dermed svingende overskud og ressourcer. Vi har forsøgt at involvere Angstforeningen og Autisme Ungdom i det første år dog uden en foreløbig succes. Disse foreninger har haft en stor lyst og interesse til at samarbejde, men har ikke kunne finde de frivillige kræfter og overskud til at være med. Vi fortsætter dog med at holde kontakten og arbejde for at inkludere flere af de sociale foreninger i TUFF- samarbejdet, da de både repræsenterer målgruppen og selvsagt har en stor erfaring og rumlighed med psykisk sårbarhed, som TUFF-samarbejdet vil kunne lære af.

Forståelse for og inddragelsen af unge fra målgruppen i TUFF

Vi har i projektet fra starten arbejdet med at involvere unge igennem "unge laboratorier" (Unge Labs) i håb om at kunne engagere dem i sagen på sigt og samtidig få et bedre kendskab til unge fra målgruppen og deres ønsker til fællesskaber og foreningsliv. Her har vi særligt i projektets første mdr. af flere omgange samlet mellem tre og syv unge til et par timers samtale om, hvad der er vigtigt for unge i en sårbar position i forhold til at finde vej til og indgå i fællesskaber og aktiviteter, hvad de drømmer om og hvilke barrierer de oplever. I alt har 10 unge fra målgruppen indgået her og nogle har taget del i flere Unge Labs.

Herefter har vi afprøvet et mere uformelt format af "Unge labs" omkring specifikke emner, bl.a. grupper af unge fra STU'er samt, repræsentanter for lokalpolitiske ungdomspartier og elever fra forskellige ungdoms, erhvervs- og videregående-uddannelser (Tekniskskole, CPH Business og Københavns Professionshøjskole). Vi fortsætter med at afprøve forskellige former for Unge Labs i 2024.

Centrale læringspointer fra Unge Labs

Nedenfor findes en sammenfatning af centrale pointer fra de unge om deres sociale trivsel og fritidsliv og de anbefalinger de er kommet med ift. hvad der er vigtige for at de kommer afsted til og føler sig velkomne og tilpas i et fællesskab med andre:

Erfaringer med udfordring og mobning

Flertallet af de unge vi har talt med, har en historik om ikke at have følt sig inkluderet i deres skoletid, have være bagud i forhold til deres jævnaldrende og flere fortæller om at være blevet mobbet og holdt uden for fællesskabet. Disse oplevelser har givet dem dårlig selvtillid og lille tro og mod på at ture bevæge sig ud i sociale fællesskaber med andre. For mange af de unge spiller forskellige psykiske diagnoser desuden en stor rolle for deres liv og trivsel, hvad end de er udfordret pga. depression, ADHD, autisme eller psykiatriske lidelser som personlighedsforstyrrelser og skizofreni.

Tendens til isolation og at søge fællesskaber online:

Mange af de unge bruger meget tid på at spille computer, og søger fællesskaber online, ofte med unge fra andre dele af verden. De unge de møder online, er også ofte også unge som har det svært psykisk og socialt. De unge oplever derfor, at de i de online fællesskaber, på eks. Discord, kan være "dem de er" og "ærlige" ift. deres problemer.

Flere unge fortæller desuden, at de foretrækker deres eget selskab, da det kræver meget af dem at være sociale. Hverdagsting bliver hurtigt uoverskueligt og det er svært at komme afsted til fritidsaktiviteter fordi de

stresser meget over ikke at vide præcis, hvad der skal ske og hvad der forventes af dem. Ofte kan forventningspresset og usikkerheden gøre at de slet ikke kommer afsted.

Selv om mange af de unge har deres primære sociale liv og kontakter online, er flere af de unge selv kritiske overfor de negative sider ved dette. En ung mand siger at "computer er som at give et barn cornflakes med sukker fremfor havregryn". Med det mener han, at det umiddelbart er mere tilfredsstillende at blive hjemme foran skærmen, men at det ikke er sundt i længden. Han siger: "at vi som mennesker har brug for fysisk kontakt med andre for at trives". En anden ung siger at hendes mange timer foran skærmen har gjort hende mere doven i forhold til at finde frem til fysiske fællesskaber og at hun giver hurtigere op, end tidligere når hun søger efter fysiske fællesskaber online, og ikke finder det hun søger.

Et stærkt fælles tredje gør det lettere at være sammen med andre

Flere unge fortæller, at de har det svært med small talk og almindelig konversation med andre, hvorfor det er vigtigt for dem at et fællesskab med andre er baseret på en fælles interesse/et fælles tredje, så de ikke behøver at skulle tale om dem selv, eller spørge ind til andre. En ung kvinde fortæller, at når hun er kreativ og f.eks. maler, så glemmer hun helt sin indre kritiker, som ellers altid fortæller hende at hun ikke er god nok. En anden ung fortæller, at han i bueskydning har fundet en måde at få ro på sine tusinde tanker og bare fokusere på at ramme skiven, hvilket giver han ro og positiv energi også efter træning. For nogle unge opstår der i aktiviteten omkring en fælles interesse også kimen til venskaber, som de kan bygge videre på uden for aktiviteten, mens det for andre er nok, bare at være fysisk sammen med andre unge, uden at de behøver at interagere eller tale så meget sammen.

Ønske om at være sammen med andre i samme situation

En del af de unge taler om, at de ønsker at bryde ud af ensomheden og få mere ud af deres liv - en siger "jeg har gået længe og været indadvendt. Jeg vil gerne lave mere med mit liv". Flere af de unge fremhæver det som positivt, hvis det fremgår tydeligt i et opslag om en aktiviteter/fællesskab at det er målrettet unge med udfordringer. En siger at "det er rat at komme et sted hvor man skal ikke skamme sig over sine udfordringer eller lægge skjul på dem". Han fortæller at han fik mange nye venner på "psykiatrisk" fordi de alle var i samme båd og at der især opstod gode snakke, når de ansatte gik fra og de unge kunne snakke sammen uden opsyn.

Mange af de unge har samme oplevelse af, at det er rart at være sammen med andre, som også har udfordringer som de tør taler åbent om. Det er dog vigtigt, at de ikke kun fokusere på det negative, da det kan være "drænende for energien" og derfor kan det være godt at der er en "voksen tovholder" som kan facilitere fællesskabet.

Vigtigt med trygge rammer for fællesskabet og engagerede voksne - gerne med peer baggrund

Flere unge fremhæver, at det er centralt med voksne tovholdere eller frivillige, som forstår, hvad det betyder at have udfordringer. En fortæller, at han holdt op med at komme i Ventilen, da han oplevede at de frivillige der ikke kendte nok til det at have det svært. Han fremhæver det som positivt at have mødt aktivitetsmedarbejdere med peer baggrund i Trollepunktet og Fyrtårnet, som han fortæller, har været "nogle rammeskabende frivillige, som forstår en men også kan forstå at sætte aktiviteter i gang".