

## TUFF-nyhedsbrev

7. september 2023

### Kære alle

Da det stadig kun er få af jer, som har tilmeldt jer TUFF-nyhedsbrevet, sender jeg det denne gang pr. mail. Jeg vil opfordre jer alle til at tilmelde jer nyhedsbrevet, så I også fremover kan følge med i de forskellige aktiviteter og events som finder sted i TUFF-samarbejdet.

Tilmeld jer nyhedsbrevet [HER](#)

### Nyhed 1: Kom med til netværksmød for TUFF d. 19. september kl.15.30 – 18.30

TUFF-samarbejdet har nu været i gang i mere end et halvt år og vi glæder os meget til at afholde første, større netværksmøde på tværs af de mange samarbejdspartnere i TUFF, samt for nye interesserede.

Sammen skal vi bruge eftermiddagen på at stille skarpt på de muligheder og udfordringer, der er forbundet med at arbejde med brobygning af sårbare unge på tværs af sektorer. Vi skal høre oplæg fra unge om at føle sig ensomme og udenfor fællesskabet, samt tale om, hvordan vi sammen kan lykkes med at skabe endnu flere rummelige fællesskaber og foreningsaktiviteter for unge med forskellig grader af sårbarhed.

Vi håber meget, at du vil deltage og bidrage med dine erfaringer, perspektiver og drømme om, hvad vi sammen kan gøre for at skabe flere fællesskaber og bedre trivsel for unge i Hillerød. Tilmeld dig netværksmødet [her](#).

Hvis du er interesseret i at blive klogere på, hvad der findes af viden og erfaringer om partnerskaber med mange aktører om "vilde problemstillinger" kan jeg anbefale at læse VIVE's helt nye litteraturstudie om dette som du kan hente [her](#).

### Nyhed 2: Bordtennis skal skabe sammenhold og øget selvtillid hos unge fra Hillerød Uddannelses- og Vejledningscenter



Foto: Unsplash

Mandag d. 18. september træder en gruppe unge fra HUV for første gang indenfor i Hillerød Bordtennis klublokaler. Det er led i et længere forløb, der er blevet til som del af TUFF-samarbejdet. Forløbet hedder Bordtennis For Fremtiden og er inspireret af HUV's gode erfaringer fra projektet Fodbold For Fremtiden.

Bordtennis for Fremtiden skal motivere og fastholde unge i et hyggeligt foreningsfællesskab samtidig med at de arbejder med job- og uddannelsessøgning med støtte og vejledning fra ansatte fra HUV. Målet er at

give de unge mulighed for at opbygge en større fællesskabsfølelse med de andre unge og træne deres "sociale muskler" og kompetencer.

Bordtennistræningen har ikke fokus på konkurrence og præstation men på at få alle med og skabe stunder med grin og god energi, som de unge kan tage med ind i job- og uddannelsessøgningen - og deres liv generelt. Vi håber desuden, at flere af de unge deltagere får øjnene op for, hvad en forening som Hillerød Bordtennis kan tilbyde af aktiviteter og fællesskab og får mod på selv at fortsætte i foreningen ud over eller efter forløbet.

### **Nyhed 3: Øvelokale på Klaverfabrikken danner ramme om et nyt rummeligt musikfællesskab**



Foto: Unsplash

Mange kender nok til, at guitaren eller klaveret derhjemme samler støv i et hjørne, fordi det kan være svært at finde motivation til at øve på egen hånd. Det er i hvert fald tilfældet for tre unge mænd, som vi i TUFF- samarbejdet kom i snak med under et besøg på Trollepunktet, et socialt værestedstilbud for unge på Trollesbro.

Besøget på Trollepunktet blev startskuddet til et nyt musikfællesskab i et øvelokale på Klaverfabrikken. Fællesskabet mødes første gang d. 18. september og herefter mødes de unge hver mandag kl. 12.00-14.00 frem til juni 2024.

Øvelokalet har plads til seks unge i alderen 16-35 år, og tilbuddet er målrettet unge med forskellige grader af psykisk og social sårbarhed. I musikfællesskabet får de unge mulighed for at bruge musikken som et fælles tredje til at danne nye relationer i en tryk ramme, hvor der er plads til at dele erfaringer med psykisk sårbarhed, ensomhed, livets op og nedture og alt derimellem.

Musikfællesskabet understøttes af en lønnet tovholder, som er uddannet lærer og er ved at færdiggøre en uddannelse som musikterapeut. Klaverfabrikken står for at understøtte tovholderen og at åbne husets tilbud for de unge i musikfællesskabet.

Vi er meget spændte på at følge musikfællesskabets udvikling. Hvis I kender unge, som kunne være i målgruppen for tilbuddet, må I gerne kontakte Maja på [mmn@frivilligcenter-hillerod.dk](mailto:mmn@frivilligcenter-hillerod.dk).