



## **Kumulus x Nikolaj Kunsthal: Fuck Perfekt**

### **1. Resumé**

Kumulus er en ny organisation til unge i alderen 16-30 år, som oplever mistrivsel og ensomhed.

Sammen med vores Tænketaank af unge udvikler vi et nyt koncept: Et kulturelt event af og for unge, der åbner samtalen om perfektionskultur, trivsel og sårbarhed.

Med talks, kunst, musik og samtalesalon skaber eventet rum for inspiration og refleksion og inviterer 150 unge ind i et fællesskab, hvor vi øver os i at gøre op med urealistiske idealer og drage omsorg for os selv og hinanden.

Eventet foregår d. 16. maj i Nikolaj Kunsthal og inddrager udstillingen *Super High End Underground*, der kredser om emner som ungdomsgenerationens forhold til sin fremtid, aktivisme, identitet og fællesskab

### **2. Om Kumulus**

Kumulus er stiftet af Nanna Lynggaard og Claire Mourier, der begge kommer fra stillinger i NGO'en SIND Ungdom og har arbejdet med ungefællesskaber, organisationsudvikling og projektledelse i en årrække.

Ønsket om at udvikle et kulturelt event, der indbyder deltagerne til at engagere sig i en samtale om perfektionskultur og trivsel er opstået ud fra samtaler med hundredvis af unge, som vi har gennemført både i regi af SIND Ungdom og i løbet af Kumulus' opstart.

Gennem disse samtaler har vi oplevet et behov blandt de unge for at kunne arbejde med deres mentale trivsel på en måde, der ikke føles stigmatiserende. Det er særligt sproget med ord som 'mistrivsel' og 'psykisk sårbarhed', der kan virke afskrækkende og få unge, der har brug for hjælp, til at blive væk fra ellers velmenende tilbud. Samtidig er de unge i dag enormt travle, og hvis man kæmper for at holde sammen på det hele, kan det føles som en uoverskuelig opgave at skulle indgå i et forløb, hvor man forpligter sig til at arbejde med sit mentale helbred over en længere periode.

Derfor opstod idéen om at skabe kulturelle events, der på en positiv og ikke-stigmatiserende måde åbner et rum for at tale og lære om trivsel. Hvor man kan komme til et enkelt event eller flere alt efter behov, og hvor den kulturelle oplevelse og fællesskabet er mere i fokus end det 'terapeutiske' aspekt.

### **3. Om målgruppen**

Eventet vil være gratis og åbent for alle unge, der booker en billet. Vi har plads til 150 deltagere.



Vi ønsker at skabe et trygt rum hvor alle kan føle sig inkluderede og vi stræber efter et program, der repræsenterer unge med forskellig kønsidentitet, seksualitet, etnicitet, funktionsvarians samt kulturel og social baggrund.

### **3. Om eventet**

Eventet Fuck Perfekt (arbejdstitel) er en kulturel oplevelse, der forebygger mistrivsel blandt unge ved at skabe rum for et fælles opgør med perfektionskultur.

Arbejdet med at udvikle programmet er påbegyndt gennem indledende workshops med en række unge, hvor vi har fundet frem til, at eventet skal indeholde talks fra inspirerende unge, en musikalsk performance og en samtalesalon, hvor deltagerne i mindre grupper guides igennem en ærlig snak om perfektionskultur.

Aftenens program styres fra scenen af en vært, der går forrest i at skabe et ærligt og omsorgsfuldt rum, og alle der indtager scenen er unge med forskellige baggrunde og erfaringer med emnet.

Eventet afholdes i samarbejde med Nikolaj Kunsthal, som har mange unge brugere og er interesserede i at åbne deres hus for en endnu bredere målgruppe af unge og undersøge hvordan kunst og kultur kan skabe fællesskab og trivsel.

Meget af fundingen til projektet er på plads i form af egenfinansiering samt et legat fra Nordea Fonden, men vi mangler et supplement på 46.765 kr. for at kunne afvikle eventet.

### **Udvikling og evaluering**

Udvikling og evaluering af eventet foregår i et tæt samspil mellem Kumulus og vores Tænk tank, som består af fire unge med forskellige baggrunde og erfaringer med mistrivsel i deres generation, samt en række fagpersoner indenfor kunst, kultur, ungeprojekter og -psykologi:

#### **TC Guthey (alle pronominer), 22 år, København**

Læser Litteratur på Københavns Universitet. Medlem af Kumulus Tænk tank.

#### **Dimitrios Baltzis (han, ham), 23 år, København**

Arbejder med teknisk support. Medlem af Kumulus Tænk tank.

#### **Agnes Lunde (hun, hende), 20 år, Nyborg**

Læser til social- og sundhedsassistent på Social- og Sundhedsskolen Fyn. Medlem af Kumulus Tænk tank.

#### **James Brian Kahindi (han, ham), 26 år, Herning**

Læser til eventkoordinator på EUX. Medlem af Kumulus Tænk tank.

#### **Helene Nyborg Bay (hun, hende)**

Kunstnerisk leder af Nikolaj Kunsthal.



**Maja Vain Gilbert (hun, hende)**

*Psykolog, stifter og daglig leder af Ungterapi. Medlem af Kumulus Advisory Board.*

**Sarah Vadgaard (hun, hende)**

*Projektleder i Psykiatrifonden. Medlem af Kumulus Advisory Board.*

**Gry Arendse Voss (hun, hende)**

*Programplanlægger ved Det Kongelige Teater. Medlem af Kumulus Advisory Board.*

**Anita Jensen (hun, hende)**

*Postdoc. v. Nordjysk Center for Kultur og Sundhed, Aalborg Universitet og bestyrelsesmedlem i foreningen Kunst og Mental Sundhed.*

#### **4. Markedsføring**

Markedsføringen af eventet foregår dels via Nikolaj Kunsthals sociale medier (17,5 t følgere på Instagram, 19 t på Facebook) og udbredes til en større gruppe unge i København via betalt annoncering.

Derudover promoveres eventet via følgende samarbejdspartnere:

- SIND Ungdom (6,6 t følgere på Facebook, 2,3 t på Instagram) (bekræftet)
- Ungterapi (1500 følgere på TikTok) (bekræftet)
- Vært for aftenen, der bl.a. vælges ud fra deres reach i målgruppen (under udarbejdelse - vi er i dialog med to influenter med hhv. 24 t og 2.9 t følgere på Instagram)
- Lokale uddannelser (bekræftede herunder, flere under udarbejdelse):
  - SOSU Sankt Petri, 600 elever
  - Copenhagen Business City, 4.950 elever
  - Københavns Professionshøjskole, Pædagoguddannelsen, 4.700 elever
  - Københavns Professionshøjskole, Sygeplejerskeuddannelsen, 4.000 elever



## BUDGETSKABELON, PROJEKTTILSKUD

Det er en forudsætning for udbetaling af Københavns Kommunes projekttilskud at tilskudsmodtager udarbejder et budget, der er opstillet i overensstemmelse med denne budgetskabelon. Budgettet skal godkendes af Kultur- og Fritidsforvaltningen.

Alle felter markeret med gult skal udfyldes. Der må gerne tilføjes linjer, under såvel indtægter som udgifter. Såfremt I ikke har indtægter fra eksempelvis fonde, honorarer eller billetindtægter, skriver i 0 i feltet ud for.

Aflyses eller ændres væsentlige dele af projektet skal budgettet revideres og sendes til Kultur- og Fritidsforvaltningen med en forklaring på ændringerne. Ændringerne og det reviderede budget skal godkendes af Kultur- og Fritidsforvaltningen.

Det senest godkendte budget skal sidenhen anvendes som grundlag for regnskabsaflæggelse, og væsentlige afvigelser fra budgettet skal årsagsforklares (se vedlagte regnskabsmodel og -instruks).

*Tekst i kursiv er vejledningstekst.*

<b>Tilskudsmodtagers navn: Kumulus</b>
<b>CVR: 44110636</b>
<b>Projektets navn: Fuck Perfekt - et kulturelt event for forebyggelse af mistrivsel blandt unge</b>

<b>Projektperiode: 1.3 - 15.6 2024</b> <i>Projektperioden er lig med udgiftsperioden, dvs. den starter når de første udgifter afholdes og slutter, når den sidste udgift er afholdt.</i>
---

Indtægter	Budget	Budget året før (hvis der er givet tilskud året før)	Notér om beløbet er ansøgt eller allerede bevilliget.
Ansøgt tilskud fra Kultur- og Fritidsudvalgets disponible midler	<b>46.765</b>		Ansøgt
Øvrige tilskud, specificeret ( <i>herunder øvrige tilskud fra Københavns Kommune, fra fonde, sponsorer mm. hvis I ingen har skrives 0. Posterne er eksempler, der kan ændres efter jeres konkrete indtægter</i> )			
a) Legat fra Nordea Fonden	11.000		Bevilget
Øvrige indtægter, specificeret			
a) Venue	81.875		Egenfinansiering
b) Frivilligt arbejde*	20.200		Egenfinansiering
<b>INDTÆGTER I ALT</b>	<b>159.840</b>		

Udgifter	Budget	Budget året før (hvis der er givet tilskud året før)
<i>Posterne er eksempler, der kan ændres efter behov, men I skal oplyse til hvad I ønsker at anvende det ansøgte tilskud</i>		
Venue (egenfinansiering, doneres af Nikolaj Kunsthal)	81.875	
Projektledelse og koordinering (egenfinansiering)	20.200	

Løn og honorarer	29.125	
Materialeudgifter	6.000	
Transportudgifter	2.640	
Fortæring, herunder møder	5.000	
PR og markedsføring	10.000	
Øvrige udgifter, specificeret		
a) Uforudsete udgifter	5.000	
<b>UDGIFTER I ALT</b>	<b>159.840</b>	

<b>RESULTAT</b>	<b>0</b>	
-----------------	----------	--

**Kommentarer/forbehold:**

**\*Frivilligt arbejde er værdisat til 100 kr/timen og omfatter 150 timers projektledelse og koordinering lagt af Kumulus samt 52 timers programudvikling og evaluering lagt af de fire unge i vores Tænk tank.**