



E.doc.nr.: 2016-0296411

Udviklingspuljen for børn og unge Evalueringskema

Forening: Hovedstadens Svømmeklub
Titel på projektet: Hovedstadens Svømmeklub – Tingbjerg Kvinder 18+
Foreningsnr. i Københavns Kommune: 21308
Kontaktperson: Thea M. Andersen Foreningens adresse: Bernhard Bangs Allé 41, 4. sal, 2000 Frederiksberg Telefon: 40614202 E-mail: thea@hsk.dk Projekt start: 01-09-2016 Projekt slut: 31-08-2019
Foreningens formand: Allan Nyhus Adresse: Haydnsvej 15, st. mf., 2450 København SV Telefon: 22192305 E.mail: allan@hsk.dk
Hvilken type var projektet (sæt kryds): Etablering af ny folkeoplysende forening ___ Aktivitetsudvikling <input checked="" type="checkbox"/> Rekruttering <input checked="" type="checkbox"/> Partnerskab <input checked="" type="checkbox"/> Administrativ lettelse ___
Hvad var projektets mål: Projektet er treårigt og havde til formål at tilbyde kvinder mellem 18 og 25 år undervisning i svømning på begynderniveau og livredning/selvredning. Uderover det, skulle kvinderne føle fællesskabet og finde selvtilliden og troen på sig selv. I alt var målet at få 15 nye medlemmer i klubben. Målet med undervisningen var, at kvinderne lærte at svømme og fik en øget sundhed, trivsel og bevægelsesglæde. I Hovedstadens Svømmeklub (HSK) tror vi på, at glæde ved fysisk aktivitet i ungdommen er med at sikre livslang glæde ved fysisk aktivitet og dermed sundhed igennem hele livet. På sigt kan dette forhåbentlig skabe grundlag for færre sundhedsrelaterede problemstillinger og omkostninger for målgruppen. Undersøgelser viser, at kvinder med anden etnisk baggrund end dansk har større risici for livsstilsrelaterede sygdomme som f.eks. type 2 diabetes og hjerte- karsygdomme (Laila Ottesen, Københavns Universitet).

Målet var også, at kvinderne på sigt kunne blive tilbudt en træneruddannelse og et job som træner i HSK. Som træner skulle kvinderne varetage svømmeundervisningen på foreningens pigehold i Tingbjerg. Kvindetrænerne kunne derved fungere som rollemodeller for lokaleområdet med anden etnisk baggrund end dansk. I HSK tror vi på, at dette kan være med til at sikre, at projektet bliver godt forankret i lokalsamfundet.

Hvem var projektets målgruppe (køn, alder m.m.):

Kvinder i alderen 18-25 år.

Beskriv de udførte aktiviteter:

Kvinderne i projektet har svømmet på begynderniveau i én time hver tirsdag aften i Tingbjerg Skolesvømmehal. Udover undervisning i svømning, blev nogle kvinder også undervist i livredning, dykning, udspring og andre vandaktiviteter med bl.a. bold og musik. Hvis kvinderne fortsætter svømmeundervisningen i næste sæson, vil vi øge fokus på at forberede kvinderne til en træneruddannelse, så de på sigt kan varetage undervisningen af børn, teenagerpiger eller andre kvinde/voksenhold i klubben. Træneruddannelsen bliver taget via Dansk Svømmeunions grunduddannelse og foregår på kønsblandede hold. Ønskes en uddannelse vil det være muligt at låne en burkini af Hovedstadens Svømmeklub, hvorved kvinderne kan være med i vandet og bestå uddannelsen på samme vilkår som alle andre trænere.

Ved at rekruttere lokale trænere sikres projektets forankring og bæredygtighed, ligesom der skabes nogle gode forbilleder og rollemodeller. Projektet giver derved ikke kun kvinderne mulighed for at dyrke fritidsaktiviteter med sine veninder, men svømning bliver også et muligt fritidsjob med dertilhørende ansvar.

Hvilke samarbejdspartnere var der i projektet?:

Tingbjerg Heldagsskole, Idræt og Samvær Tingbjerg, Områdesekretariatet i Tingbjerg Ungdomsskole N, Idrætsprojektet (Københavns Kommune), foreningsguider, og Udviklingspuljen i Københavns kommune.

Hvor mange nye medlemmer under 25 år / nye frivillige / instruktører har foreningen fået i forbindelse med projektet?:

Vi har fået 11 nye medlemmer i klubben.

Hvordan videreføres aktiviteten i foreningen?:

Vi ønsker at udvide fra kvindesvømning begynder til også at tilbyde niveauet let øvet. Niveauerne bliver dermed begynder og let øvet i den kommende sæson, så der oprettes højere niveauer til de mere erfarne svømmere. Vi mener, det er vigtigt, at udvide vores katalog af tilbud for at kunne fastholde kvinderne, så de kan udvikle sig rent svømmemæssigt og skabe en karrierevej som trænere i klubben. Vi har fået en time mere vandtid, så udvidelse af et nyt niveau kan realiseres.

Har foreningen opnået projektets succeskriterier:

Succeskriterierne er, at foreningen får 15 kvinder under 25 år som nye medlemmer. Nej, vi har fået 11 medlemmer.

Hvis ikke, hvorfor:

Efter vores kvindehold svømmede en anden kvindeforening, hvor man bare kunne møde op

og svømme uden tilmelding eller betaling. Vi tror, det gratis tilbud har haft indflydelse på vores medlemstal.

I den kommende sæson tilbyder kvindeforeningen ikke svømmeundervisning. HSK har derfor overtaget vandtiden og forventer, at det har en positiv effekt på medlemstallet, så vi når målet i projekt år 2 på i alt 25 nye medlemmer.

Evalueringskemaet samt bilag og regnskab underskrevet af bestyrelsen, skal senest 8 uger efter projektets afslutning sendes til:

Lone Frandsen

lofran@kff.kk.dk