# Mentalt sunde aktiviteter i Skakkens Hus - hjernens motionscenter®

**4 kerneaktiviteter skal spille hjernen og fællesskabet stærkt for 5.000 københavnere på tværs af generationer i perioden 1. december 2026 til 30. juni 2027. Det er et nyskabende, mentalt sundt, socialt og kulturelt læringstilbud midt i København med let adgang for målgrupperne.**

Dansk Skoleskak kan nu efter testperioder og en stor transformation endelig fra 1. december 2026 invitere københavnere (også de mere tænksomme) i alle aldre til aktiviteter i byens nye kultursted, Skakkens Hus - hjernens motionscenter® (SHHM) i Sølvgade 15, 1307 København K.

Der er brug for at reklamere og kommunikere om stedet, udvikle og afvikle aktiviteter samt evaluere disse, hvorfor vi søger Kultur-, Fritids- og Borgerserviceudvalget om 500.000 kr. til en udviklingsindsats i perioden 1. december 2026 - 1. juli 2027. Fonde og Dansk Skoleskak støtter ligeledes op.

Formålet med indsatsen er også at skabe værdifuld viden om tilbuddet, så flere kan se værdi i Skakkens Hus - hjernens motionscenter® i relation til forskellige grupper af byens borgere.

**BYENS NYE KULTURSTED**




Efter en omfattende renovering slår vi endelig dørene op til Danmarks nyeste og måske mest tænksomme kulturhus med fokus på fællesskab og mental sundhed. De erfaringer, vi har opbygget i testperioden, danner grundlag for fire aktivitetsformater, som vi gerne vil udvikle og afvikle i de kommende 7 måneder. Med base i de nye faciliteter vil vi blive klogere på de københavnske målgrupper, aktiviteterne i vores nye rammer og hvordan Skakkens Hus - hjernens motionscenter® kan skabe bedst værdi for flest københavnere og hvor flere oplever at lykkes i fællesskab med andre.

**VI INVITERER INDENFOR**

De ansøgte midler vil blive anvendt til afvikling af gratis aktiviteter, der vil gøre kulturhuset tilgængeligt for en bred målgruppe af børn, unge, voksne og ældre. Samtidig vil rekruttering af borgere, partnerskaber med andre københavnske tilbud og evaluering være i fokus, når vi engagerer og motiverer nye målgrupper til at deltage i de tænksomme og respektfyldte aktiviteter.

Vi er allerede i dialog med lokale aktører, fx Davids Samling, Ældre Sagen, kirker og fritidstilbud. De har kun kendt os i midlertidige rammer eller som byggeplads, men med ombygningen færdiggjort, kan vi nu skabe relevante aktiviteter med ambitionen om at nå flere borgere, der ikke nødvendigvis ville gå ind i Skakkens Hus - hjernens motionscenter® fra gaden.

Indsatsen skal give os erfaring med, hvad der fungerer i de nye rammer, hvem vi når, og hvordan vi bedst inviterer flere indenfor. Erfaringerne skal være med til at forme de sociale og kulturelle tilbud, som Skakkens Hus - hjernens motionscenter® i fremtiden skal være kendt for.

**GRATIS AKTIVITETER FOR MINDST 5.000 KØBENHAVNERE**
Midlerne er afgørende for at kunne holde Skakkens Hus - hjernens motionscenter® åbent 15 timer om ugen, hvor der inviteres ind til gratis og inkluderende aktiviteter for alle københavnere. Vi forventer mindst 5.000 besøgende i alderen 6-86 år.

Skakkens Hus - hjernens motionscenter® udfylder et overset tomrum ved at tilbyde mentalt sunde aktiviteter med fokus på ro og fordybelse. Også til de mere tænksomme typer, der ikke nødvendigvis tiltrækkes af traditionelle idræts- eller kulturtilbud, men her vil opleve at lykkes i fællesskab med andre.

Dansk Skoleskak (grundlagt i 1960) står bag Skakkens Hus – hjernens motionscenter® og er garant for de faglige og pædagogiske metoder, der anvender skakspillet som en universel, præstationsfri og sprogneutral metode til at styrke inklusion, mental sundhed og medborgerskab på tværs af generationer. Initiativet bidrager både til flere mangfoldige børnefællesskaber, hjernetræning for ældre medborgere og som sund ramme for fordybelse i en digital tid.

**SØLVGADE 15 - DANMARKS MEST TÆNKSOMME TILBUD**
I perioden 1. januar 2024 til 1. oktober 2025 blev aktiviteter og målgrupper pilottestet i de midlertidige rammer inden ombygningen med deltagelse af 8.253 besøgende.

Arkitektfirmaet 3XN GXN (bl.a. Børneriget og Royal Arena) har forestået indretning og installationer med "wow-effekt" fx Danmarks højeste skakbrik på 2,6 m., skakborde udført af unge snedkere og meget mere.



Sølvgade 15 har i de seneste 12 måneder gennemgået en stor transformation med etablering af inspirerende læringsrum, handicapvenlige forhold, Kings Café, hvor alle kan komme ind fra gaden, samt indeklima og en indretning, der inviterer københavnerne indenfor.

**AMBASSADØRER OG FONDE**
Skakkens Hus - hjernens motionscenter® er desuden en verdensnyhed med bl.a. verdens bedste skakspiller, norske Magnus Carlsen og den bedste kvindelige skakspiller, ungarske Judit Polgar, som internationale ambassadører. Kok/iværksætter, Claus Meyer, og professorerne Svend Brinkmann og Lene Tanggaard er blandt de danske ambassadører.

En række fonde, herunder A.P. Møller Fonden, Realdania, Ole Kirk's Fond, Dronning Margrethe og Prins Henriks Fond mv., har sammen med stat, private og Dansk Skoleskak bidraget til udviklingen og realiseringen af Skakkens Hus - hjernens motionscenter®.

**INDHOLD, AKTIVITETER, METODER OG MÅLGRUPPER**
Dansk Skoleskaks drift er dækket af finansloven, så kommunens tilskud går til borgerrettede, gratis aktiviteter i fire aktivitetsspor, organiseret af dygtige aktivitetsledere:

**Aktivitet 1: Mental trivsel og læring for børnehaver og skoler**
Forløb for københavnske folkeskoler og daginstitutioner baseret på Dansk Skoleskaks læringsprogram Før-Skoleskak®, hvor børnene bl.a. bevæger sig rundt på et stort gulvskakbræt, hvor de lærer om mønstre, retning, vente på tur etc. De ældre elever prøver SKAK+MAT®, der giver flere elever lyst og mod på matematik, når de arbejder med praktisk matematik med brikkerne mellem hænderne.



Forløbene bidrager til mangfoldige børnefællesskaber med afsæt i skakspillets strukturerede ramme, hvilket er særligt imødekommende over for elever med særlige behov.

*Opgaven er bl.a.:*

- *At rekruttere, udvikle og afvikle forløb i SHHM for mindst 40 københavnske skoleklasser*
- *At udvikle og afvikle 20 skræddersyede undervisningsforløb for børnehaver*

**Aktivitet 2: Formiddagstilbud - hold hjernen i gang og sæt ensomheden skakmat (seniorer)**
Stedet tilbyder en åben, lettilgængelig ramme, hvor ældre københavnere allerede fra kl. 10 kan inviteres indenfor til mental motion og socialt samvær. Den centrale placering er særlig relevant, med bus til døren, 450 meter til metroen og tæt på både Nørreport og Østerport Station. Indsatsen modvirker isolation, styrker den kognitive sundhed i alderdommen og sætter generationerne i spil.

Eksempelvis har vi i testperioden haft fast besøg af Hermann på 77 år, der med begyndende demens har fået sin ugentlige hjernetræning i et sundt fællesskab. Undervejs har Hermanns familie oplevet styrkede kognitive funktioner og evnen til at klare flere ting selv. Vi har også haft fast besøg af Finn, der passer sin syge kone hjemme, men pga. den centrale placering kan nå forbi til skakspil og en snak, mens hun sover middagslur. Det er tydeligt, at tilbuddet er et lyspunkt for Hermann, Finn og de andre ældre, for når man sætter sig ved brættet, fokuserer hjernen på det og får en pause fra andre udfordringer. Stedet har dermed vist sig særligt meningsfuldt for seniorer, hvilket ældreministeren også så under sit besøg i 2025.

*Opgaven er bl.a.:*

- *At nå ud til målgruppen via opsøgende kontakt til lokale seniorcentre og pårørendenetværk*
- *Invitere til formiddagsskak to formiddage om ugen fra kl. 10*

**Aktivitet 3: Det tænksomme fritidsliv efter skoletid (unge/voksne)**
Etablering af et ungemiljø efter skoletid, der fungerer som et mentalt modstykke til de fysiske gadeidrætstilbud. Her mødes de mere tænksomme unge i et præstationsfrit fællesskab med fokus på fordybelse og strategisk tænkning. Vores aktivitetsledere fungerer som positive unge rollemodeller, som kan være med til at skabe trygge rammer og fællesskab.

Et sted hvor de unge kan møde struktur, kultur og inspiration fra ældre generationer, mens de spiller hjernen og fællesskabet stærkt. Skakbrættet tilbyder her et frirum, og Dansk Skoleskaks sociale læringsindsatser har tydeligt vist, at deltagerne får nye handlemuligheder, når de oplever, at ”alles brikker

er lige stærke". Skakspillet er frit for fordomme: Det er ligeglad med sårbarheder i hjemmet, diagnoser eller hvilken baggrund, man møder op med - på brættet har alle de samme muligheder.

Aktiviteterne er særligt imødekommende over for unge med autisme, ADHD, koncentrationsudfordringer eller alle på kanten af de mere traditionelle fællesskaber.

*Opgaven er bl.a.:*

- *At etablere samarbejde med lokale ungdomsklubber, fritids- og specialtilbud*
- *At holde åbent 3 faste eftermiddage om ugen som et trygt, alkohol- og præstationsfrit ungemiljø*

**Aktivitet 4: International inklusion og netværk (Internationale københavnere)**

Eftermiddags- og aftentilbud dedikeret til internationale borgere. Aktiviteten bruger spillet som sprogneutral brobygger til at skabe sociale netværk og fremme integrationen, når vi tilbyder en tryg og kendt ramme på tværs af køn, kultur og alder. At skakspillet er kendt og respekteret i hele verden, spilles med de samme regler og kan starte ordløst ud, gør det særlig relevant som *stepping stone* til kontakt med de øvrige københavnere og er generelt interessant i en integrationspolitisk sammenhæng.




*Opgaven er bl.a.:*

- *At udarbejde engelsksproget materiale, der gør det let at træde ind fra gaden og deltage*
- *At afholde ugentlig eftermiddag/skakaftnen til netværksdannelse for byens internationale borgere*

**OM DANSK SKOLESKAK**

Dansk Skoleskak (grundlagt 1960) har den nationale kompetence i skoleskak og rådgiver kommuner og skoler i at anvende systematisk skoleskak. Aktiviteterne får flere til at kigge op fra skærmen, se hinanden i øjnene og være sammen på nye måder. 550 skoler, 2.000 lærere og 75.000 unge er nu med i skoleskak.

Dansk Skoleskak er en demokratisk forening, der på det seneste årsmøde valgte følgende bestyrelse:



Morten Rud Pedersen (formand), Rud Pedersen A/S
Jakob Rathlev, vicedirektør, Aarhus Universitet
Anders Jensen, koncerndirektør, Nykredit
Christian M. Jessen, skolelærer i Tårnby
Tue Lindblad, Founder af GoLearn
Maj Theander, tidl. europæisk bankchef
Henrik Højstrøm, COO og partner, True North

*./. Detaljeret tidsplan kan fremsendes.*

**Center for Kultur- og Fritidsaktiviteter**
**Kultur-, Fritids- og Borgerserviceforvaltningen**

# 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-, Fritids- og Borgerserviceforvaltningen.

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-, Fritids- og Borgerserviceforvaltningen med en forklaring på ændringerne. Ændringerne og det reviderede budget skal godkendes af Kultur-, Fritids- og Borgerserviceforvaltningen.

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.*

| |
|---|
| **Tilskudsmodtagers navn:** Foreningen Dansk Skoleskak |
| **CVR:** 76843716 |
| **Projektets navn:** Udvikling af mentalt sunde aktiviteter for københavnere i Skakkens Hus - hjernens motionscenter® |

| |
|---|
| **Projektperiode:**<br>1. december 2026 – 30. juni 2027 |

| **Indtægter** | **Budget** | **Budget året før** (hvis der er givet tilskud året før) | *Notér om beløbet er ansøgt eller allerede bevilliget.* |
|---|---|---|---|
| Ansøgt tilskud fra Kultur-, Fritids- og Borgerserviceudvalget | **500.000** | | *Ansøgt* |
| Øvrige tilskud, specificeret *(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)* | | | |
| Honorarer | 0 | | |
| Billetindtægter | 0 | | |
| Øvrige indtægter, specificeret | | | |
| a) Hoffmann og Husmans Fond | 125.000 | | Bevilliget |
| b) Dansk Skoleskak | 13.450 | | Medfinanserings-garanti |
| | | | |
| **Indtægter i alt:** | **638.450** | | |

| **Udgifter**<br>*Posterne er eksempler, der kan ændres efter behov, men I skal oplyse til hvad I ønsker at anvende det ansøgte tilskud* | **Budget** | **Budget året før**<br>(hvis der er givet tilskud året før) |
|---|---|---|
| Aktivitets-/udviklingsmedarbejder - 65 timer pr. md. á 458 kr. | 208.385 | |
| Aktivitetsmedarbejder/koordinator - 65 timer pr. md. á 458 kr. | 208.385 | |
| Evaluering v. analysechef – 10 timer pr. mdr. á 708 kr. | 49.560 | |
| Kommunikationsmedarbejder - 20 timer pr. mdr. á 458 kr. | 64.120 | |
| PR, web og markedsføring | 42.000 | |
| Opholdsudgifter, rengøring mv. | 56.000 | |
| Revisionshonorar | 10.000 | |
| **UDGIFTER I ALT** | **638.450** | |

| | | |
|---|---|---|
| **RESULTAT** | **0** | |

**Kommentarer/forbehold:**

Ansøgningen vedrører udvikling og afvikling af aktiviteter i Skakkens Hus – hjernens motionscenter® for københavnske borgere.

Med 750 m2 kræver det to aktivitetsledere for at Skakkens Hus – hjernens motionscenter® kan invitere københavnske børn, unge, voksne og ældre. Budgettet rækker til en åbningstid på 15 timer pr. uge foruden kommunikation og analyse af aktiviteter, brugermønster og hvad de københavnske borgere ønsker af tilbuddet.

Udgifterne fordeler sig med 1/7 del i 2026 (71.429 kr.) og 6/7 dele i 2027 (428.571 kr.).