

Fodfæste i Brønshøj

Formål

Gymnastikkens positive effekt på udvikling af motoriske kompetencer skal også kunne mærkes i Brønshøj-Husum. Efter to år med Corona og herefter reovering på både Tingbjerg skole og EnergiCenter Voldparken (ECV), ønsker Krumspring igen at opstarte holdaktiviteter på de to lokationer. Der oprettes hold 4 dage hver uge. Krumspring har brugt en del ressourcer på at starte hold op – første gang før covid, hvor der kom lockdown. Anden nedlukning kom i sommeren 2022, fordi reovering påbegyndtes i hallen.

Vi vil skabe en holdningsændring vedr. betaling af kontingent og tilhørsforhold i en forening. Siden vi startede op på Tingbjerg skole første gang, har vi erfaret, at holdningen til betaling for fritidsaktiviteter er anderledes her, end de andre steder i København, hvor vi har aktiviteter. Mange familier er blevet vant til projekter, hvor deltagelse er gratis, og man kan komme og gå, som man har lyst. Vi kan høre, at en del familier faktisk er trætte af projekter, som varer x antal måneder, for derefter at lukke ned, når pengene fra tilsagnet er brugt. Vi vil skabe varige fællesskaber, og derfor skal alle betale – hvis man får kontingentstøtte er det naturligvis et reduceret kontingent.

Vi tror på, at 3. gang er lykkens gang, og at der ikke kommer flere pandemier og reoveringer de næste år. I Krumspring er vi vedholdende nok til det lange seje træk, som der skal til for at få fodfæste i Tingbjerg.

Målgruppe

Familier med børn i alderen 0-16 år i Brønshøj-Husum.

Mål

- Vores FamilieTons bliver en succes for ikke-foreningsvante børn og voksne
- 6 hold på Tingbjerg skole (heraf 2 med venteliste)
- 6 hold på ECV
- Genopfriskning af det gode samarbejde med ECV samt gruppen af ildsjæle (idrætslærerne) på Tingbjerg skole
- Børnene er glade, trygge og blevet mere modige af at gå til Krumspring
- GymCamp og Tons for børnehaver på ECV i uge 27 bliver en succes

Delmål/aktivitetsopdelt

1. FamilieTons 1 lørdag hver måned (pris pr. barn 25 kr. da det er overkommeligt for de fleste)
2. 800 udleverede Krumsprings-plakater til børn på FamilieTons
3. Gratis træning på samtlige hold i slutningen af august (16 hold i 2 uger), så interesserede kan prøve før tilmelding
4. Prøvetimer til socialt udsatte efter sæsonstart, da vi har erfaret, at det kan være svært at beslutte sig, selvom man har prøvet at være med gratis de to første uger. Skønnet behov er 2,2 prøvetimer yderligere i gennemsnit, så man kan nå at blive en del af holdet inden man beslutter sig.
5. Ekstra instruktører ved sæsonstart, så alle føler, at de er velkomne. Det skal være muligt for nye medlemmers forældre at "aflevere" deres barn til en voksen. Det øger trygheden, når familierne kan mærke vi er klar og har tid til at tage imod alle.

6. 2 fra bestyrelsen deltager på hvert hold de 2 uger før opstart samt 1 uge, når vi er i gang. Især psykisk sårbare børns forældre har mange spørgsmål, og det tager tid at snakke med dem. Instruktørerne bør fokusere på at undervise, så derfor vil dette være bestyrelsens opgave
7. GymCamp på ECV om formiddagen i uge 27 får minimum 30 betalende deltagere (35 totalt)
8. Børnehave-Tons om eftermiddagen i uge 27 får besøg af minimum 6 børnehaver fra lokalområdet

Udbytte for kommunen

Øgede sociale og motoriske kompetencer hos børnene i lokalområdet. De får et sundt socialt netværk med en fast rutine, så der opstår et tilhørsforhold. Børnene vil få et sted at lægge deres energi og en mulighed for at indgå venskaber på tværs af sociale lag. De ryger ind i et fællesskab med gode rollemodeller, og de kan – hvis de vil – blive uddannet instruktører og få et fritidsjob, når de fylder 13 år.

Fra skolen hører vi at børnene trives bedre, de er bedre til at lytte, modtage beskeder og vente på tur efter de er begyndt til Krumspring, hvilket udmunder sig i en bedre indlæring.

Målet på langt sigt er, desuden at børnene opnår en forståelse for hvad et aktivt liv har af betydning for den mentale og fysiske sundhed. Dette vil også have en gunstig effekt på sundhedsøkonomien.

Udbytte for børnene og deres forældre

Børn lærer bedst igennem leg, og derfor er det essentielt, at børnene ikke tænker over hvad de lærer, men derimod mærker bevægelsesglæden i krop og sind. Børn skal føle sig trygge, så de tør kaste sig ud i nye fysiske udfordringer. De skal turde fejle og have mod og lyst til at blive ved med at prøve. De skal have succesoplevelser, opbygge en tro på egen krop og evner, og mærke hvilken tryghed og støtte et foreningsliv kan give.

For børn som kommer fra en udfordret baggrund, kan foreningslivet bidrage med sunde rollemodeller og voksne som lytter og anerkender. Krumspring lader de mindre børn gentage øvelser [igen og igen](#), selvom forældrene synes, at det er kedeligt. Vi gør børnene nysgerrige og giver dem mod på at prøve nyt. Vi opfordrer bl.a. til, at man fra en mødre gruppe eller stue i en børnehave følges ad til FamilieTons i starten. Det er billigt og der er plads til at lege, hoppe, løbe og ”brænde krudt af”.

Til FamilieTons belønner vi børnenes nysgerrighed, når de tør prøve noget nyt. De vil få et klistermærke, som kan sættes på en A-4 Krumsprings-plakat, som kan sætte op f.eks. på køleskabet. Plakaten minder børnene om en sjov og aktiv dag, hvor de turde udfordre sig selv på nye måder. Forhåbentligt vækker det en nysgerrighed til at komme igen, og blive ved med at turde, selvom det ikke lykkes første eller anden gang. Vi opfordrer de voksne til at deltage aktivt, så børnene oplever, at voksne også selv øve sig for at blive gode til noget.

Forældre og resten af familien bliver del af et fællesskab, hvor alle er velkomne. Familier af anden etnisk herkomst, vil komme i kontakt med mange etnisk danske familier, som kan hjælpe dem med danske normer og traditioner. Desuden vil familierne opleve en dansk kultur, hvor vi synger i højskolesangbogen, rejser os for fanen og laver fælles opvarmning til opvisning.

Krumspring starter idrætsskole (GymCamp) på ECV i en uge juli om formiddagen – den sidste del af eftermiddagen arrangeres BørnehaveTons i Salen

Udbytte for samarbejdspartnere

Glade og fysisk aktive børn, der forstår at lytte og lære. Krumspring har aftalt med idrætslærerne på Tingbjerg skole, at de får nyt kursus med Krumsprings instruktører, hvor de lærer basal sikkerhedsmodtagning, og de lærer at anvende redskaberne, så de kan bruges, når klasserne har idræt. De lærer desuden at spotte de børn, som vil få gavn af ekstra motorisk stimulus.

Husum for Alle har ventet på, at Krumspring startede op igen, da der er en del børn i lokalområdet, der har svage motoriske kompetencer, og vores samarbejdspartner har set de resultater, vores dygtige instruktører hidtil har leveret.

EnergiCenter Voldparken vil få aktiviteter i ferien, så Julie og Mads derfra ikke selv skal bruge masser af ressourcer på at få til det at fungere.

Tingbjerg skole oplever forhåbentligt et øget indskrivningstal efter et par år, når vi har fået fodfæste. Dette er nu sket på Tagensbo skole. Skolen har højeste indskrivningstal for Nørrebro/Bispebjerg i 2023, og Krumspring samt skolens ledelse tror, at det bl.a. er resultat af velfungerende samarbejde med mange daglige aktiviteter samt succesfulde projekter. På Tagensbo skole har et samarbejde med foreninger været en bevidst strategi for at gøre skolen mere eftertragtet blandt børnefamilier.

Udbytte for Krumspring

Vi har brug for succes på ECV og Tingbjerg skole. Krumsprings bestyrelse og instruktørerne føler lige nu, at vi har fejlet i Brønshøj, og det virker demotiverende.

Krumspring har en del instruktører, der læser idræt og fysioterapi og de er meget interesseret i at hjælpe i de områder, hvor motorikken skal have et løft og hvor de gængse metoder ikke er nok. Derfor nager det ekstra, at vi endnu ikke har ordentlig fat i bydelen. På Husum skole har vi udvidet med 3 hold i sæsonen 22-23, så her er der etableret et solidt fodfæste. Men vi mangler området omkring Tingbjerg og ECV.

Vi ved, at vi nogle steder er den eneste gymnastikforening med aktiviteter for børn, så nederlaget i denne bydel vil vi sammen vende til sejr.

Det hjalp gevaldigt på humøret, at Krumspring blev vant til Årets Idrætsforening 2022 i Københavns kommune. Nu skal vi "bare lige" knække koden i Tingbjerg. På generalforsamlingen i februar 2023 blev bestyrelsen udvidet. Dermed er det muligt for 2 af bestyrelsens medlemmer at være til stede på samtlige hold, der starter op på ECV og Tingbjerg skole. Vi vil tage godt imod medlemmerne, og Krumspring er blevet DGI Velkomstforening, så vi kan blive bedre til at få børn og voksne til at føle, at de bliver taget godt imod.

Succeskriterie

- 400+ medlemmer i Brønshøj-Husum, når dette projekt afsluttes.
- Krumspring er lykkedes med at få 40 børn tilbage, som gik på hold i 21/22.
- 1000 børn har deltaget på FamilieTons i 2023 på Tingbjerg skole. Det er blevet en fast rutine for familie og venner at mødes, så børnene kan "tonse rundt". De husker meget ofte madkurven, så der er lidt at drikke og spise.
- Opstart sæson 24/25 bliver lettere, så vi ikke bliver slået tilbage til start igen
- 100 Plakater og 500 foldere modtaget positivt hos institutioner/borgere øvrige samarbejdspartnere
- Mindst 25 børn til GymCamp på ECV
- Mindst 160 børn til Børnehavetons på ECV

- Husum for Alle deltager 2 lørdage til FamilieTons for at tale med beboere fra nærområdet
- Mindst 500 voksne er blevet anerkendt som Aktive Krumspringere

Relevante samarbejdspartnere i dette projekt

- Tingbjerg skole
- ECV
- Husum skole
- Institutioner i lokalområdet
- Husum for alle hjælper også med tilmeldinger samt uddeling af plakater og foldere.
- En medarbejder fra FSB vil også opsøge nogle af de mest ressourcetsvage og følges med familierne til FamilieTons på Tingbjerg skole

Hvor mange socialt udsatte får noget ud af dette projekt

Nedenstående er estimeret, men der vil naturligvis kunne evalueres efterfølgende

- 1 uge i juli GymCamp Salen ECV 35 børn
- Gratis træning i 2 uger før sæsonstart på 16 hold 250 børn
- FamilieTons Tingbjerg skole i 2023 500 børn (der bliver mange gengangere)
- Medlemmer på holdene i Brønshøj-Husum 400 børn
- Prøvetimer tildelt fra september til november: Mindst 100 børn
- Fra 4/9 til 17/9: Bestyrelsen tager imod på ECV, Husum skole og Tingbjerg skole, gør at **hundredvis** af ressourcetsvage familier vil føle sig velkommen og godt taget imod
- 300 deltager til JuleTons-party på Tingbjerg skole

Mange børn vil være gengangere for de enkelte delaktiviteter, så derfor estimeres positiv effekt for 700 børn og 300 voksne i alt, selvom der f.eks. ved FamilieTons nok vil være et fremmøde på 150-200 pr. lørdag. Krumspring forventer en medlemsfremgang på 300 børn i Brønshøj-Husum i 2023. Heraf estimerer vi, at 100 børn vil anmode om, at vi søger om kontingentstøtte hos Røde Kors, Dansk Flygtningehjælp, DGI eller Københavns kommune. Man er ikke medlem i Krumspring, når man går til Børnehave- eller FamilieTons, så derfor vil det ikke kun være Krumsprings medlemmer, der får gavn af tilbuddet.



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 kan indsendes i andre formater så længe det afspejler skabelonens opbygning. Budgettet skal godkendes af Kultur- og Fritidsforvaltningen.

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.

Tekst i kursiv er vejledningstekst.

Tilskudsmodtagers navn: Krumspring
CVR/CPR: 34112037
Projektets navn: Fodfæste i Brønshøj

Projektperiode: <i>1/6-23-20/12-2023</i>
--

Indtægter <i>Posterne er eksempler, der kan ændres efter behov.</i>	Budget	Budget året før <small>(hvis der er givet tilskud året før)</small>	<i>Notér om beløbet er ansøgt eller allerede bevilliget.</i>
Tilskud fra Københavns Kommune	125.050		
Øvrige tilskud, specificeret <i>(herunder øvrige tilskud fra Københavns Kommune, fra fonde, sponsorer mm.)</i>			
a) Deltagerbetaling	199.500		
b) Kontingentstøtte stævner og dragter	45.000		
c)			
Honorarer			
Billetindtægter (inkl. juletræsfest på Tingbjerg skole)	47.500		
Øvrige indtægter, specificeret			
a) Krumsprings investering (egenbetaling)	30.000		
b)			
c)			
INDTÆGTER I ALT	447.050		

Udgifter <i>Posterne er eksempler, der kan ændres efter behov</i>	Budget	Budget året før <small>(hvis der er givet tilskud året før)</small>
Løn og honorarer	379.500	
Konsulentudgifter		

Materialeudgifter	40.350	
Transportudgifter	5.400	
Opholdsudgifter		
Fortæring, herunder møder	6.000	
Diverse repræsentation		
PR og markedsføring	15.000	
Kontorhold (telefon, porto mv.)	800	
Revisionshonorar		
Øvrige udgifter, specificeret		
a)		
b)		
c)		
UDGIFTER I ALT	447.050	

RESULTAT	0	
-----------------	----------	--

Kommentarer/forbehold:

Vi afprøver ideen med FamilieTons på Tingbjerg skole 4 gange i første halvdel af 2023. Dette projekt har vi ansøgt Udviklingspuljen om støtte til. Vi vil gerne sikre, at konceptet fungerer før sæsonstart.