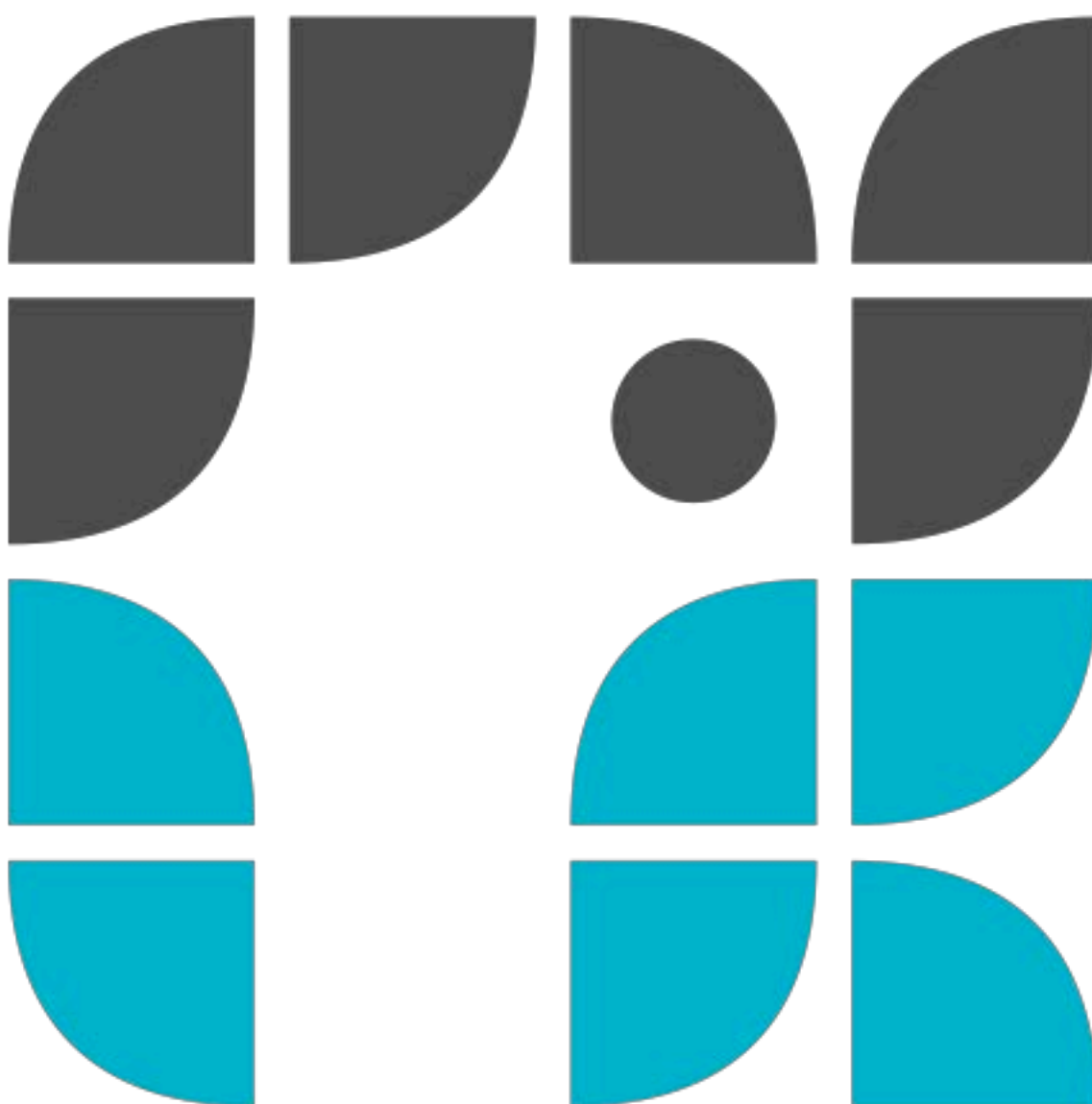


**PROSJEKTSKISSE**

**IDRETTSHALL SOM  
SENIORSENTER OG  
AKTIVITETSSENTER FOR ALLE**



## Innhold

		Side
	Innholdsliste	2
1.0	Overordna mål og målgrupper	3
2.0	Oppsummering	4
3.0	Overordna forankring i planverk	5
4.0	Status 2018	6
5.0	Arbeidsmåtar og metodeval	7
6.0	Samspel og samarbeid	8
7.0	Spesielle utfordringar	8
8.0	Prosjekt i 3 stadium	8
9.0	Hovudmål og delmål	10
10.0	Interne og eksterne kontrolltiltak	10
11.0	Milepelsplan for prosjektet	11
12.0	Budsjett	12
	Kjelder	13

## 1.0 Overordna mål og målgrupper

### **«Tilskottsordning til aktivitetstiltak for å motvirke ensomhet og passivitet»- Helsedirektoratet 2018**

#### **Mål for Helsedirektoratet sin tilskottsordning:**

*Målet med tilskuddsordningen er å motvirke ensomhet, passivitet og sosial tilbaketrekning og å skape aktivitet, deltakelse, sosialt fellesskap og møteplasser.*

#### **Målgrupper for Helsedirektoratet sin tilskottsordning**

*Grupper som står i fare for å oppleve ensomhet, passivitet og sosial tilbaketrekning, fortrinnsvis seniorer og eldre.*

## 2.0 Oppsummering

Fusa kommune opnar sin første idrettshall i 2019. Kommunen har som resultatmål for 2018 at vi skal gjennomføra eit forprosjekt; «idrettshallen som aktivitetssenter for alle» og tiltaket er godt forankra i overordna planverk. I prosjektet vil vi i samarbeid med frivilligsentral og frivillige organisasjonar gå inn i eit kulturelt innovasjonsarbeid med sikte på å etablere ein vital møteplass og ny aktivitetsarena på tvers av generasjonane som vil ha positive effektar på folkehelsa i åra som kjem.

I prosjektet vil seniorar og eldre vera hovudmålgruppa, men det blir ein viktig del av prosjektet å sjå kva synergjar vi kan få ut av eit samarbeid mellom generasjonar og ulike miljø under same tak. I 2018 vert det søkt om eit forprosjekt og for åra 2019 og 2020 eit prøveprosjekt.

## 3.0 Overordna forankring i planverk

Dette prosjektet er aktualisert gjennom bygging av Fusa kommune sin første idrettshall i kommunesenteret Eikelandsosen som står på investeringsbudsjettet for 2017 og 2018. Kontrakt er signert og bygget skal takast i bruk i januar 2019. I romprogrammet har ein lagt til rette for at bygget skal kunna hysa ulike sosiale aktivitetar ut over det som er reine idrettsfasilitetar.

Idrettshallen gjer det mogleg å relokalisera og samlokalisera eksisterande tilbod i nye attraktive lokale, i tillegg opnar det for nyskaping både av fysisk, sosial og kulturell aktivitet for heile lokalsamfunnet. Idrettshallen kan slik bli både seniorsenter, ungdomssener og senter for fritidstilbodet til andre grupper som t.d. menneske med psykisk utviklingshemming.

Maktar ein å skapa innhald i dette bygget har det potensiale i seg til å bli eit svært viktig tiltak for å bidra til ei samfunnsutvikling som fremjar folkehelse, og eit folkehelsearbeid som har til hensikt å «*fremme befolkningens helse, trivsel, gode sosiale og miljømessige forhold og bidra til å forebygge psykisk og somatisk sykdom, skade eller lidelse* (Lov om folhelse § 1)

### Folkehelse rapporten

Fusa kommune har vel 4000 innbyggjarar med spreidd busetnad. Folkehelse rapporten 2012-2016 peikar på at for fleire grupper i Fusa er det utfordringar i folkehelsa det som gjeld; sosial ulikskap, store geografiske avstandar og transport, mangel på sosiale møtestader og for lite fysisk aktivitet. For gruppa eldre peikar rapporten særleg på at det er spesielle utfordringar med psykisk helse. Den siste ungdomsundersøkinga frå 2016 gjev også grunn til uro for den psykiske helsa til ungdom, der mange slit med isolasjon og negative tankar.

### Samfunnsdelen til kommuneplan 2011-2023:

I kommuneplanen er det eit mål at Fusa skal ha eit variert fritidstilbod for alle og fleire sosiale møtestadar og at dette skal ein klara gjennom å samarbeida med lag og organisasjonar og andre lokale aktørar om etablering og drift av fritidstilbod og nye sosiale møteplassar for alle.

I kommuneplanen heiter det også at vi skal ha eit variert kulturtilbod i eigen kommune ved å vera pådrivar for å byggja fleirbrukshall som kulturell storstove, med gode fellesareal og rom for varierte og parallelle aktivitetar.

### Velferdsplan 2010-2020: Gode kår i alle år:

Satsingsområde: «*Betre føre var enn etter snar*». *Slik vil vi ha det: Det skal vera lett for innbyggjarane å velja helsefremjande åtferd.*

#### Aktiv livsstil

Mennesket er skapt for ein aktiv livsstil. Vi veit at regelmessig fysisk aktivitet og trening kan førebyggja sjukdom, men likevel ser vi at berre om lag seks prosent av folk mellom 67 og 97 år rettar seg etter dei faglege tilrådingane om 30 minutt moderat dagleg aktivitet. Vi har i dag aukande utfordringar i høve til livstilssjukdomar hjå vaksne og yngre eldre (...). For å gjera det lettare for innbyggjarane i kommunen å velja helsefremjande åtferd, må vi samarbeida både internt i organisasjonen og med frivillige, organisasjonar, bedrifter og nabokommunar. (...)

Fusa har relativt lite rusproblematikk i dag, men vi veit at ungdom i kommunen debuterer med alkohol tidlegare enn gjennomsnittet. Omfanget av lettare psykiske vanskar aukar, og det disponerer for rusbruk. Vi må ha fokus på og prøva å førebyggja dei dei nye folkesjukdommane angst, depresjon og alkoholmisbruk.

Fusa kommune har store avstandar. Vi har ein variert og spreidd frivillig sektor. Kollektivtransport er lite utbygd, og det er ei utfordring å skapa aktivitet som samlar folk til fellesskap om ulikt som skaper trivsel, meining og helse

#### Aktiv omsorg

Aktiv omsorg skal vera eit satsingsområde i følgje Stortingsmelding 25 (Mestring, muligheter og meining. Aktiv omsorg), der kultur, aktivitet og trivsel vert løfta fram som sentrale delar av eit omsorgstilbod. RO peikar på at Fusa prioriterer behandling framfor aktivitet og tilbod på dagtid. Vi må syta for at tenestene våre oppfyller sosialtenestelova sitt formål om eit aktivt og meningsfylt tilvere i fellesskap med andre. Aktiv omsorg krev kompetanse og haldningar til å satsa på aktivitet i kvardagen og gje tilbod om kulturopplevingar på dei arenaene der dei eldre oppheld seg.

#### Aktiv livsstil

Slik vil vi ha det: **Fusingar i alle aldrar deltek i fysisk aktivitet**

Slik gjer vi det (utdrag frå punkt på side 41 i velferdsplanen):

- Gjennom tverrfagleg samarbeid skaper vi arenaer der unge, eldre, sjuke og friske kan møtast og ta del i aktivitetar
- Vi byggjer fleirbrukshall
- Vi gjev tilbod om fysisk aktivitet og/eller rettleiing i livsstilsendring til personar i alle aldersgrupper, gjennom eit samarbeid mellom faggrupper og frivillige organisasjonar
- Vi sikrar oss at vi når framandspråklege med helsefremjande arbeid

Også under aktiv livsstil: Slik vil vi ha det: Fusingar i alle aldrar har tilgang til sosiale fellesskap

Og: Alle tenestemottakarar får delta på kulturelle og sosiale aktivitetar

Slik gjer vi det:

- Vi stimulerer til aktive pensjonistlag
- Vi vidareutviklar samarbeidet med Frivilligsentralen

## 4.0 Status fritidsaktivitet 2018

Det er få fritidstilbod til godt vaksne og eldre og det er få aktive organisasjonar som arbeider spesielt med å leggja til rette for eit fritidstilbod til seniorar. Den organiserte idretten er konsentrert om tilbodet til barn og unge. Inaktivitet og isolasjon fører gjerne til uhelse.

Dei siste 30 åra har ein sett ei endring i organisasjonslivet – eit hamskifte der dei bygdebaserte eldrelaga har døydd ut – og der ein i staden får interessebasert aktivitet med mindre forpliktande organisasjonsformer og nettverk t.d. via frivilligsentral.

Ein viktig del av arbeidet med eit forprosjekt vert å gå inn i korleis engasjera og aktivisera dagens seniorar. I dette ligg potensiale til ein gevinst i det lokale folkehelsearbeidet. «*Ved overgangen fra arbeidsliv og til pensjonisttilværelsen, vil frivillige aktiviteter kunne bidra til å opprettholde tilhørighet, innflytelse, ferdigheter, struktur, redusere ensomhet og gi meningsfulle dager*», Stortingsmelding 19.

## 5.0 Arbeidsmåtar og metodeval

Fusa kommune har som uttalt mål i kommuneplanen at vi skal styrkja samarbeidet med frivillig sektor. I det pågåande arbeidet med å utarbeida ein frivilligpolitikk i samband med ny kulturplan, har det blitt gjennomført ei organisasjonsundersøking (2016) i samarbeid med Frivillighet Norge. Her får Fusa kommune gode skussmål for samarbeidet med frivillig sektor, og det kjem til uttrykk ein vilje frå det frivillige organisasjonlivet til å bidra meir til å skapa eit trygt og inkluderande lokalsamfunn.

I prosjektet blir det sentralt at ein etablerer eit tett samarbeid med eksisterande frivillige organisasjonar og om naudsynt hjelper aktivt til med å få fram nye frivillige organisasjonar som kan stetta nye behov i eit samfunn og kulturliv i endring. Involvering av brukarane er avgjerande for å koma opp med eit tilbod som er liv laga, men involvering har også eit viktig element i seg av demokratisk deltaking; «*Deltakelse innebærer også innflytelse*», Stortingsmelding 19.

Det vil vera behov for organisering på ulike nivå; frå arbeidsgruppene på aktivitetsplanet til overordna referansegrupper, prosjektgruppe og overordna styringsgruppe.

Overordna administrativ styringsgruppe i prosjektet vert rådmannen si tverrfaglege leiargruppe.

For å få ei god administrativ og politisk forankring vert det etablert ei breitt samansett overordna **referansegruppe** med ordførar, einingsleiarar, representasjon frå eldreråd og ungdomsråd, idrettsråd, styret for frivilligsentral.

Det kan tenkast at denne referansegruppa kan handtera fleire underprosjekt, t.d. både ungdomssenter og seniorsenter.

For «Seniorsenter for alle» treng vi ei eiga **prosjektgruppe** for den daglege drifta av tiltaket der dagleg leiar i frivilligsentralen, kulturleiar og prosjektleiar møter. I tillegg vert det viktig å ha med brukarrepresentantar frå aktive lag for målgruppa er representerte, t.d. senioruniversitet og seniordanslag. Prosjektgruppa vil ha færre medlemmer og vera tettare på.

Når aktivitetane kjem i gang vert det behov for ulike **arbeidsgrupper** som kan ta seg av alt frå organisering av dagleg kjøkkenteneste, til gjennomføring av faste aktivitetar og arrangement.

Det blir eit avgjerande for å lukkast med prosjektet at ein i alle fasar av arbeidet maktar å involvera målgruppa i arbeidet på ein slik måte at dei tek eigarskap og er medskaparar.

Her må ein gå metodisk til verks og i prosjektet vil ein prøva ut **medverknadsmetodar** som har fokus på å forløysa dei ressursane som er i lokalsamfunnet. Eit aktuelt verktøy er den sokalla ABCD-metoden som er utprøvd og inneheld eit sett av ulike framgangsmåtar for å kartlegga og mobilisera ressursar i lokalmiljøet, og danna samarbeid på tvers av ulike organisasjonar (Kretzmann, 2010; Kretzmann & McKnight, 1993).

## 6.0 Samspel og samarbeid

Med ein ny idrettshall har vi ein unik sjanse til å skapa ein arena der alle generasjonar møtes, frå forskjellige miljø og med høgst ulike bakgrunnar. Per i dag har vi få slike møteplassar i Fusa.

I forprosjektet vil greia ut nærare korleis ein på huset kan få til eit samspel mellom generasjonar og miljø. Korleis kan vi få generasjonane til å vera ressursar for kvarandre og korleis vi kan bidra til å byggja ned sosiale og kulturelle barrierar mellom ulike grupper.

- Kanskje kan dei unge vera instruktørar for seniortrimmen?
- Kanskje kan dei eldre hjelpa til som vakter for ungdomsarrangementet eller stå i kiosk?
- Kanskje kan dei unge vera kurshaldarar i bruk av ny teknologi som store grupper av vaksne og eldre kan ha utbytte av?
- Kanskje dei som nyss er komne til landet som flyktning kan hjelpa til med kantinedrift og samstundes får praktisert norsk?

I dette arbeidet må ein etablera gode forum for samarbeid og koordinering mellom ulike grupper, miljø og organisasjonar. Frivillig arbeid er i seg sjølv helsefremjande: Frivillighet blir betraktet som en ressurs som kan motvirke redusert nettverk og dermed ensomhet og isolasjon i dagens velferdssamfunn (Helse- og omsorgsdepartementet, 2015; Meld. St. 34, 2013).

Jamfør «Nasjonal strategi for frivillig arbeid på helse- og omsorgsfeltet (2015–2020)», er det eit viktig mål å «...legge til rette for frivillig innsats som bidrar til inkluderende lokalsamfunn der flest mulig i alle aldre kan leve aktive og meningsfulle liv, og bidra til å hindre ensomhet og utenforskap gjennom å legge til rette for aktiviteter og fellesskap med andre.»

[https://www.regjeringen.no/contentassets/4458634b21274b349a602c9a00ff116f/nasjonal\\_strategi\\_frivillighet.pdf](https://www.regjeringen.no/contentassets/4458634b21274b349a602c9a00ff116f/nasjonal_strategi_frivillighet.pdf)

## 7.0 Spesielle utfordringar

Fusa har dei siste åra teke i mot flyktningar som er busette i kommunesenteret Eikelandsosen. Det blir viktig å ha eit særleg fokus på korleis ein skal møta dei sosiale behova for denne gruppa, både unge og eldre. Ei anna utsett gruppe er einslege eldre og særleg dei som bur et stykke frå kommunesenteret. Eit viktig tema i forprosjektet vert transportlogistikk i ein kommune med manglande kollektivtilbod.

## 8.0 Prosjekt i 3 stadium

Vi meiner at prosjektet vårt har stor overføringsverdi til andre kommunar. Vi meiner å kunna visa andre at eit idrettsbygg som vårt, der ein legg godt til rette for sosiale møteplassar og sosial aktivitet, i tillegg til idrettsfasilitetar, så kan ein lukkast med innovasjon i fritidssektoren til det beste for folkehelsa for fleire generasjonar. Dette trur vi at Fusa kan lukkast med gjennom ei god heilskapleg planlegging



og tilnærming.

Eit anna forhold som gjer vårt prosjekt interessant for andre at vi gjennomfører dette midt i ein kommunereformprosess, der vi som ein relativt liten kommune saman med Os skal inn i ein stor kommune, Bjørnafjorden, som får om lag 25.000 innbyggjarar.

### Forprosjektperioden

- Bygga nettverk
- Etablera prosjektorganiseringa
- Kartlegga ønskjer og behov
- Gjennomføra prøvepilotar i form av lågterskelaktivitet og tiltak som bidreg til nettverksbygging, innovasjon og betre folkehelse.
- Utarbeida ein rapport som grunnlag for etablering av tiltak og aktivitet i neste fase.

### Prøveprosjektperioden

- Etablering av ei prosjektorganisering inn eit meir langsiktig løp der også den administrative leiinga av idrettshallen er ein medspelar
- Vidareføra engasjementet til prosjektleiar for inntil 2 år
- Organisera tiltak og gjennomføra nye aktivitetar i den ferdige hallen
- Stå for kontinuerleg innovasjonsarbeid med prøving og feiling
- Evaluera prøveprosjektperioden
- Laga sluttrapport som kan delast med andre kommunar og liknande tiltak

### Etter prøveprosjektperioden

- Målet er at dei gode tiltaka og arbeidsmåtane vert vidareført
- For målgruppa seniorar er målet at vi kan basera kvardagen i aktivitetssenteret på at brukarane tar ansvaret for den dagleg drifta i eit velfungerande «seniorsenter for alle»
- Vidareføring vert òg sikra ved at ein gjennom prøveprosjektperioden har lagt til rette for at naudsynt hjelp og oppfølging, vert gjeve av den kommunale kulturadministrasjonen i samarbeid med frivilligsentralen og det administrative leddet i idrettshallen.

## 9.0 Hovudmål og delmål

Målet for sjølve tilskotsordninga: «å motvirke ensomhet, passivitet og sosial tilbaketrekning og å skape aktivitet, deltakelse, sosialt fellesskap og møteplasser». Ei slikt mål vil også vera overordna mål for det lokale prosjektet og ei formulering ein kan stå heilt og fullt bak.

Prosjektmåla kan konkretiserast som:

### **1. Å gjennomføra eit forprosjekt; «Idrettshallen som seniorsenter og aktivitetssenter for alle», i andre halvår 2018**

Delmål vil her vera:

Å etablera ei breitt samansett prosjektgruppe frå 1. mai 2018

Å engasjera prosjektleiar frå 1. august 2018

Å kartleggja ønskje og behov i målgruppa

Å prøva ut pilotaktivitetar

Å levera prosjektrapport til kommunestyret for nytt prøveprosjekt 2019-2020

Å dela innsikter og kunnskapar med andre

Å rapportera til HD slik reglane krev

### **2. Å gjennomføra pilotprosjekt; prøvedrift av «Idrettshallen som seniorsenter og aktivitetssenter for alle» i åra 2019-2020.**

Delmål vil her vera:

Å relokalisera og samlokalisera eksisterande aktivitetar i senteret

Å prøva ut nye aktivitetar og tilbod i full skala

Å driva eit fortløpande evalueringsarbeid i dialog med brukarane

Å levera årleg prosjektrapport til kommunestyret og sluttrapport ved vegs ende

Å dela innsikter og kunnskapar med andre

Å rapportera til HD slik reglane krev

## 10.0 Interne og eksterne kontrolltiltak

Prosjektet vert budsjettert som eit eige ansvar i Fusa kommune sin kontoplan, noko som gjer føring av økonomien ryddig. Då vil alle inn- og utbetalingar inngå i det ordinære interne kontrollarbeidet. Ved rapportering vil rekneskapen bli lagt fram for Fusa kommune sin eksterne revisor til separat gjennomgang.

Gjennom aktiv evaluering av milepelsplan og hovudmål/ delmål vil ein få ei fortløpande vurdering også av måloppnåinga i prosjektet. Her vil prosjektgruppa og prosjektleiar rapportera opp mot den overordna styringsgruppa i prosjektet.

## 11.0 Milepelsplan for prosjektet

	<b>Tid</b>	<b>Aktivitet</b>	<b>Kommentar</b>
2018	19. januar	Søknad til HD	
	1. mai	Oppstart prosjektgruppe	
	1. august	Start prosjektleiar	
	15 november	Plan for prøveprosjekt klar til politisk behandling	
	13. desember	Førebels rapport til K-styret	
	13. desember	K-vedtak om vidareføring av prøveprosjekt for 2019	
2019	19. januar	Fornya søknad HD for 2019	
	februar	Endeleg rapport K-styret for 2018	
	1. februar	Oppstart prøveprosjekt	
	Innan 1.4.	Levera rapport til HD for 2018	
	Innan 1.4.	Levera av revidert rekneskap for 2018	
	15. november	Evaluering av 1. år med prøveprosjekt klar til politisk behandling i forkant av ny søknad	
	Medio desember	Førebels rapport til K-styret med evaluering av 2019	
	Medio desember	K-vedtak om vidareføring av prøveprosjekt	
2020	19. januar	Fornya søknad HD for 2020	Bjørnafjorden kommune
	februar	Endeleg rapport K-styret for 2019	
	1. februar	Oppstart prøveprosjekt	
	Medio desember	Førebels rapport til K-styret	
2021	februar	Endeleg sluttrapport til K-styret for 2018-2020	
	Innan 1.4.	Levera rapport til HD for 2020	
	Innan 1.4.	Levera av revidert rekneskap for 2020	
	april	Offentleggjera endeleg sluttrapport	

## 12.0 Budsjett

<b>Budsjett søknad aktivitetsmidlar for å motverka einsemd mv</b>	
Årslønsgrunnlag: Stilling med krav til 3-årig høgskule, maks (16 år) ansiennitet	
Årsløn:	456 500
Pensjon	17,91 %
Arb.gj.avg	14,10 %
<b>Omsøkt beløp: Tek utgangspunkt i 60 % stilling i 1/2 år</b>	
Løn	136 950
Pensjon	24 528
Arb.gj.avg.	22 768
Sum lønskost	184 246
Kunngjeringar/informasjonsmateriell (brosjyre, lysingar, mv)	32 000
Reiseutgifter	5 000
Andre driftskostnadar	10 000
<b>Omsøkt beløp</b>	<b>231 246</b>
<b>Eigeninnsats:</b>	
Møtetid for prosjektgruppe (8 møte a 3 timar, 6 personar)	58 119
Mentor/prosjektleiing, 5 % leiarressurs i 6 mnd.	20 180
Kontorlokale	18 000
Møtegodtgj & tapt arb.forten. senior-/funksjonsråd, ungdomsråd (2 ekstramøte kvar)	41 200
Reiseutgifter for dei politiske råda	5 600
Servering i samband med møteverksemd	5 040
<b>Sum eigeninnsats</b>	<b>148 140</b>
<b>Totalbudsjett</b>	<b>379 386</b>
Omsøkt beløp i del av totalbudsjett	61 %
Eigeninnsats i del av totalbudsjett	39 %

## Kjelder

Fusa midt i blinken. Samfunnsdelen til kommuneplan for Fusa 2011-2023, Fusa kommune 2009

Gode kår i alle år. Velferdsplan 2010-2020, Fusa kommune 2010

«Kartlegging av frivilligheten i Fusa kommune - utfordringer, muligheter og samarbeid», Frivillighet Norge 2016

Lov om folkehelse, Lovdata.no

Kretzmann, J. P. (2010). Asset-based strategies for building resilient communities Handbook of adult resilience. In J. W. Reich, A. Zautra & J. S. Hall (Eds) (pp. 484-495). New York, NY: Guilford Press; US.

Kretzmann, J. P., & McKnight, J. L. (1993). Building communities from the inside out: a path toward finding & mobilizing a community's assets.

Nasjonal strategi for frivillig arbeid på helse- og omsorgsfeltet (2015–2020) Helse og omsorgsdepartementet

Stortingsmelding 19 (2014-2015) Mestring og muligheter – Folkehelsemeldingen

Stortingsmelding 34 (2012-2013) God helse – felles ansvar - Folkehelsemeldingen