

NYE VEJE UD AF ENSOMHEDEN

Projektet har til formål at hjælpe 2.800 mennesker – både enlige og sårbare familier – ud af ensomhed. Indsatsen forventes at knopskyde og derved have større og varige positive effekter på livskvaliteten for tusindvis af mennesker i udsatte livssituationer. Vi vil desuden udarbejde metoder og opsamle erfaringer, der kan bruges af andre organisationer.

Regionsprojektet vil involvere minimum 400 sårbare mennesker i frivilligt arbejde, og de kan støtte yderligere 2.400 mennesker med at danne netværk og fællesskaber og derved slippe ud af ensomhed.

ALLE HAR NOGET AT
BIDRAGE MED
– FÆLLESSKAB GIVER
LIVSKVALITET



BAGGRUNDEN FOR PROJEKTET

Ensomhed er et af de største sociale problemer i Danmark. Ensomhed rammer i alle aldre og i alle samfundslag. Omkring 350.000 voksne føler sig ensomme. Cirka 22.000 børn og unge mellem 11-15 år oplever ensomhed.

Fællesskabsmålingen viser desuden, at hele 22 procent af den voksne befolkning oplever sig udenfor eller på kanten af samfundets fællesskaber. Også familier oplever ensomhed og kan derfor føle sig ekskluderet fra samfundets fællesskaber.

Ensomhed er invaliderende for den enkelte og kan foruden nedsat livskvalitet føre til lavt selvværd, psykiske lidelser, løsere tilknytning til arbejdsmarkedet, risiko for tidlig død, misbrug og selvmord.

KFUM's Sociale Arbejde er en del af Folkebevægelsen mod Ensomhed, som har over 70 organisationer, der arbejder med at aftabuisere og bekæmpe ensomhed ved blandt andet at spise sammen. Erfaringerne og metoderne fra dette nye projekt kan udbredes blandt disse organisationer, så flere kan hjælpes ud af ensomhed.

I KFUM's Sociale Arbejde møder vi mange ensomme mennesker, især på vores sociale caféer og i familieklubberne. Mere end 80 procent af de familier med børn, som træder ind i Hele Danmarks Familieklub angiver, at de mangler fællesskab og netværk. Medarbejderne på de sociale caféer ser ensomme mennesker på gaden eller opsøger dem hjemme, hvor caféernes frivillige spørger: "Vil du ikke med hen og have en kop kaffe?" Og det vil de fleste gerne. Men ofte kniber det med tiden til at lave dette vigtige opsøgende arbejde. Med dette projekt vil det blive muligt at lave endnu mere opsøgende arbejde til gavn for de mennesker, som ikke selv opsøger hjælpen, selvom de har brug for den.

Omkring
350.000
voksne føler
sig ensomme



For ca. **5%** af befolkningen er ensomhed et alvorligt problem – **flest blandt unge og ældre**

22% af den voksne befolkning er i risiko for at blive holdt uden for

ENSOMHED

- ødelægger livskvalitet
- er direkte skadeligt for helbredet
- er invaliderende

Cirka **22.000** børn og unge mellem 11-15 år oplever ensomhed

Anni, Café Paraplyen på Frederiksberg

HVOR ER LIVET SKRØBELIGT



81-årige Anni gik fuldstændig i sort, da hendes mand døde. En præst gav hende et venligt puf, og siden har hendes liv haft nyt indhold som frivillig. På Café Paraplyen laver Anni mad og er vært for gæsterne. "Caféen er mit andet hjem. Kollegerne og gæsterne giver livet et indhold. Jeg har to dejlige drenge, tre børnebørn og et pap-barnebarn. Men de skal jo ikke være afhængige af mig", siger Anni. "Det er en ære at få lov at være med som frivillig. Og det er så lidt, der skal til."



FRIVILLIGHEDENS MANGE ANSIGTER

Vi tror på, at frivillighed og fællesskab er veje ud af ensomheden. Mød en frivillig fra en social café og se eksempler på, hvilke frivillige vi søger til familiekлубberne:



OMSORGSFULDE MADMØDRE

I Hele Danmarks Familiekлуб leder vi altid efter omsorgsfulde madmødre med opskrifter og overskud. Om man foretrækker Frk. Jensens kogebog eller er opdateret på de seneste tendenser fra Meyers er ikke så vigtig – så længe man har mod på at lave let mad til en flok børnefamilier, så er der plads i Hele Danmarks Familiekлубs køkkener landet over.

LEGEGLADE SUPERHELTE

Vi leder efter voksne med det store kørekort til både lege og aktiviteter. Hver anden uge mødes 9 familier i Hele Danmarks Familiekлуб og der er fuld fart på leg både før og efter det fælles aftensmåltid. Måske er det længe siden, du sidst har leget Jorden er giftig eller spillet 500? Som frivillig i Hele Danmarks Familiekлуб får du mulighed for at pudse færdighederne af 2 gange om måneden.



KFUM's Sociale Arbejde tilbyder hjælp, støtte og omsorg til børn, unge og voksne i udsatte livssituationer. Vi betragter det enkelte menneske som ubetinget værdifuldt. Over 800 ansatte og flere end 2.000 frivillige er engageret i at skabe værdige kår for ensomme, hjemløse, psykisk sårbare, mennesker i misbrug og fattigdom, sårbare familier og andre, som står udsat. Med omkring 120 institutioner og sociale tilbud er vi en af Danmarks største sociale diakonale organisationer. KFUM's Sociale Arbejde er grundlagt i 1918 som en selvstændig organisation.

Læs mere om KFUM's Sociale Arbejde på www.kfumsoc.dk og om Hele Danmarks Familiekulub på www.heledanmarksfamiliekulub.dk.



KFUM's Sociale Arbejde · Højskolevej 3 · Strib
5500 Middelfart · Tlf. 6440 1888
info@kfumsoc.dk · www.kfumsoc.dk

ET SAMARBEJDE OM AT SKABE INDGANGE OG ADGANGE

Aktiviteterne i "Nye veje ud af ensomheden" handler om at komme ensomhed til livs. Vi er ikke den eneste organisation, der har denne udfordring. Til gengæld kan vi, hvis vi løser den, komme med anvisninger til andre organisationer om, hvordan det kan gøres.

Vejene ud af ensomheden er derfor, som vi ser dem i projektet, at man enten bliver involveret i et frivilligt fællesskab i den sociale café eller i familiekulubben og dermed får styrket sit eget netværk. Eller - hvis man ikke har ressourcer til at være frivillig - bliver bruger af familiekulubben eller den sociale café.

Vi arbejder målrettet på at skabe frivillighed der, hvor frivilligheden ikke er til stede. At finde unge, voksne og ældre, der gennem frivillighed kan skabe relationer og netværk, som kan give dem en følelse af samhørighed og netværk. Gennem en målrettet indsats rekrutterer vi frivillige, der selv oplever en mangel på fællesskab - og tilbyder dem et fællesskab omkring frivilligheden både formelt og uformelt. Det gør vi gennem opsøgende ar-

bejde, møder med mennesker lokalt, tilbud om frivilligt arbejde, og gennem træning og netværk sammen med andre frivillige. Vi tilbyder dem både et berigende fællesskab i et lokalt team af frivillige - og en base for at kommunikere og mødes med andre frivillige indenfor vores sociale indsats på landsplan.

Gennem frivilligt arbejde har man mulighed for:

- At gøre noget for nogen
- At have social kontakt med andre mennesker og føle samhørighed
- At holde sig fysisk og åndeligt i gang
- At hjælpe andre mennesker ud af ensomhed gennem aktiviteter og fællesskaber

Vi glæder os til i samarbejde med de lokale Y's Mens klubber at gøre en forskel.

FORDI VI SÆTTER SPOR I HINANDENS HJERTER.