



Tips og tricks til fællesskaber

Tips og tricks til fællesskaber

I efteråret 2014 inviterede Frivilligcenter Hillerød og Hillerød Kommune foreninger, frivillige, selvorganiserede grupper, politikere og kommunalt ansatte til inspirationseminar om fremme af fællesskaber.

Blandt mange emner blev diskuteret

- hvad fællesskaber betyder for en by og for menneskers mentale og fysiske sundhed
- hvor og hvornår fællesskab (er) opstår
- hvordan vi understøtter, at fællesskaber blomstrer

En del af inspirationseminaret blev gennemført som kreativ proces, hvor deltagerne på tværs af interesser og tilhørsforhold kom med deres bedste bud på, hvordan fællesskaber kan fremmes og vedligeholdes og videreudvikles.

Resultatet blev dette Fællesskabs Kit, som er deltagernes bedste tips, tricks og deres opfattelse af det, der er vigtigt at huske på, når man vil fremme af fællesskaber.

Brug Fællesskabes Kit'et som inspiration i din forening, i dit netværk, på din arbejdsplads eller i dit lokalområde til at tage hul på en diskussion om hvordan vi kan understøtte, at alle mennesker kan deltage i fællesskaber.

Lag dig inspirere af de seks punkter i Fællesskabs Kit'et:

- 1. SKAB RUM for fællesskaber**
- 2. KOM I GANG med fællesskaber**
- 3 ÅBEN OP for fællesskaber**
- 4. Skab SYNLIGHED om fællesskaber**
- 5. INVITER til fællesskaber**
- 6. BLIV EN DEL af fællesskaber**

1. SKAB RUM for fællesskaber

1. Afdæk personers ønsker til roller.
2. Skab noget fælles.
3. Byg bro – hvis relationerne er stærke, kan de også bære konflikter.
4. De nye i fællesskabet skal også kunne påvirke spilleregler/normer på et tidspunkt.
5. Inddrag den svækkede ældre borger med funktionsnedsættelse.
6. Der skal afsættes tid og penge til udvikling af det frivillige samarbejde.
7. Inviter en fremmed er en du ikke kender.
8. Et fysisk mødested er vigtigt.
9. Find eller skab dig et sted at mødes og blive budt velkommen, med inviterende og åbne rammer. Ikke alt skal være defineret på forhånd. Skab rum for samtale.
10. Hav en fast, neutral ramme/sted at mødes.
11. Fasthold frivilligheden dvs. at hver yder det, han/hun formår.
12. Arbejd gerne sammen med andre foreninger. Gerne med mulighed for at lave mad - Frivilligcentrets kapacitet er begrænset - Det kunne være fint med et fælles hus.
13. Giv rum til alle.
14. Giv rum til forskelligheder.
15. Giv rum til initiativ.
16. Kommunen skal stille rammen til rådighed - ikke aktiviteten.
17. Inspirer med kultur, etnicitet, religion, at ville, et sted hvor det kan udvikle sig. Hav en vært.
18. Lav et menupunkt på Hillerød Kommunes hjemmeside der hedder "Ny i Hillerød". Her kunne være links til alle områdets foreninger.
19. 19. Understøt møder på tværs af alder og etnicitet.
20. Vis respekt
21. Arbejd med tilgængelighed/hensyn og venlighed.
22. Skab åbenhed omkring kulturen i bestyrelsen.
23. Åbne skoler! Og andre tomme lokaler, der kan bruges bedre. Lad os give de fysiske rammer, hvor fællesskaber kan mødes.

2. KOM I GANG med fællesskaber

1. Engagement smitter!
2. Fælles skabelse!
3. Fællesskabsfremmende er: Glæde og begejstring.
4. Få inspiration!
5. Godt fællesskab er frihed, glæde, fordomsfrihed, mangfoldighed, at man kan nyde og blive inspireret til at yde. Ingen begrænsninger.
6. Godt fællesskab er medejerskab, udviklende, nysgerrighed, risikovillighed, åbenhed, tolerance.
7. Gå uden om "bureaukrati" .
8. Få budskabet ud med redaktionel omtale, casestories.
9. Ildsjæl – tovholder – mægler er nødvendig, hvis fælleskab i sårbare områder skal fungere. Ex. Områdemedarbejder Lars Johansen i Østbyen i 80' er og 90'erne. Beboerkoordinator i Brohuset, Østbyen.
10. Ildsjæle kan komme mange steder fra. De skal balancere interesser, have mod og brænde for sagen.
11. Interview de frivillige i forhold til egne interesser og ønsker, de ønsker at bidrage med.
12. Lytter til hinanden!
13. Hav mod.
14. Formuler opgaver/aktiviteter med mange "påstigningsmuligheder". Godt at være sammen om "noget". Gerne noget hvor mange kan deltage på mange forskellige måder.
15. Prøv noget nyt.
16. Skabe fælles mål.
17. Slip mistroen.
18. Start i det små og lad det vokse. Ikke lade os begrænse. Spring ud og prøv noget nyt.
19. Søg råd og vejledning hos andre der har større viden.
20. Vær ikke bange for at spørge.
21. Walk-and-talk for at skabe lydhørhed og tryghed til, at man kan opbygge eller udvikle fællesskaber.

3. ÅBEN OP for fællesskaber

1. Aktiv/opsøgende inddragelse/invitation til fællesskab/aktiviteter, f.eks. ved fremmøde på eksisterende steder, f.eks. Slotsbio, C4, GrønnegadeCentret osv.
2. Det er vigtigt at have fokus på inkluderende adfærd hos deltagere i fællesskaber – dette giver mulighed for deltagernes egne initiativer (ejerskab, engagement, vedkommende nærværende).
3. Et godt fællesskab er at give plads til hinanden.
4. Et godt fællesskab er at acceptere hinandens forskelligheder.
5. Et godt fællesskab er at lytte til hinanden.
6. At have forståelse for forskelligheder.
7. Fællesskab omkring lokalhistorie.
8. Fællesskab: Træng dig mere på. Tag på besøg, naborelateret.
9. Giv plads til at fællesskabet selv kan udvikle ideer og aktiviteter
10. Ikke "særlige fællesskaber" for de særlige men "almindelige rummelige fællesskaber".
11. Husk ikke at stå i vejen for borgerne og deres idéer
12. Imødekommenhed og forståelse for sårbarhed.
13. Inviterer på en kop kaffe. Inviterer naboen med.
14. Kulturmøder kan nedbryde fordomme og skærpe gensidig forståelse – og fællesskab på tværs er nødvendigt. Vilje til fællesskab er nødvendig.
15. Lytte til en succeshistorie i frokostpausen.
16. Møde med åbenhed.
17. Omsorg for hinanden.
18. Oprigtig konkretiseret hjertevarme.
19. Pippi Langstrømpe siger som hendes mantra: Det jeg ikke har prøvet før, så det kan jeg sikkert godt finde ud af.
20. Støttes på vejen.
21. Sødt, venligt kropssprog, fx smil J.
22. Tillid.
23. Varme.
24. Være åben om, hvorfor man er valgt.
25. Være åben overfor fællesskab også, når man ikke forventer det.

4. Skab SYNLIGHED om fællesskaber

1. Alle skal bidrage til at sikre fællesskab, både praktiserende læge, kommunale medarbejdere, borgere, foreninger.
2. Enlige ældre. Det skal være dem samme hjemmehjælper, der kommer hver dag. Det skaber fællesskab, at man kender hinanden, man kan åbne sig og bedre komme med ønsker om aktiviteter. Og så er det tid til at drikke kaffe.
3. Forståelse mellem generationer imellem.
4. Forstår formålet/rammerne.
5. Fællesskab kan styrkes gennem mad, bevægelse ol. – Mere af det!
6. Gæstfrihed. Viljen til at ville mødes – være insisterende.
7. Her kan alle foreninger invitere til fællesskaber. www.ny-i-hillerod.dk. Facebook.
8. Imødekomme. Komme hinanden ved. Skabe glæde. "Plejer er død".
9. Interesse.
10. Lokale foreninger kender nærmiljøet.
11. Mere viden og fokus bredt.
12. Personlig kontakt til dem du vil ha med i fællesskabet, og til dem der dukker op af sig selv. Mad – som alle kan spise!
13. Positiv opbakning og opmærksomhed.
14. Samvær. Relationer, mangfoldighed/glæde. Løse opgaver sammen. Sjov.
15. Sociale medier og arbejde på at ses i virkelighedens verden.
16. Spørg hvad, der er vigtigt for dig.
17. Spørge andre kulturer og grupper, hvordan de kan li' fællesskab. Børn er nøglen.
18. Velkomst – jeg ser dig og jeg vil dig gerne.
19. Vi gør det umulige mulige. Prøver det, vi aldrig har gjort før.

5. INVITER til fællesskaber

1. ALLE har noget at byde ind med.
2. At føre folk sammen. Skabe et rum for gensidig interesse/gæstfrihed.
3. Brug dine ressourcer på andre der har mindre.
4. Dialog.
5. Direkte kontakt.
6. Fremelske forskellighed.
7. Følelsen af samhørighed giver styrke/inspiration.
8. Gensidighed i relation og ansvar.
9. Glæden ved at gøre noget for andre.
10. Jagtforeningen går ikke kun på jagt.
11. Gæstfrihed: Vilje til at være sammen, imødekommende.
12. Hav' en generel holdning, hvor man er opmærksom på hinanden, for at forebygge frafald.
13. Hillerød Kommune kan sende invitation til nye tilmeldte (seneste måned) på folkeregistret med henvisning til www.nyihillerod.dk/tilsvarende på Facebook.
14. Invitere til fællesskab på tværs af boligformer i nærmiljøet.
15. Invitere til oplysning og fællesskab og faglige input og ideudveksling.
16. Inviterer folk ind.
17. Involver jer, tag kontakt. Inviter, skab sammenhænge, hvor folk mødes, hjælp hinanden. Giv en hånd, prøv noget andet/nyt/modsat – og det er gratis!
18. Mørke, god kemi og fælles interesse for hinanden.
19. Nysgerrighed på andre kulturer.
20. Tips til fællesskabende aktiviteter er, at man skal mødes om noget fælles og føle, at man er rigtig i forhold til at løse en opgave.
21. Sig værtsrollen og derefter slippes de løs.
22. Ved at engagere sig personligt og prøv at yde en indsats personligt og engageret – foretage sig noget sammen.
23. Vær ikke bange for at lukke en ny ind.
24. Være nysgerrige på hinanden.

6. BLIV EN DEL af fællesskaber

1. Mød op i frivilligcenteret og se, hvad der byder sig.
2. Besøgsvenner, fx Kræftens Bekæmpelse, Røde kors.
3. Fælles madlavning ud fra børnenes behov (nu klub for 50 voksne).
4. Fællesskabsfremmende er: dans, sang, gå i naturen. Fordi det rører hjertet og giver fysisk kontakt.
5. Få lov til at spille en rolle.
6. God madklub!
7. Kunne udfolde sin kreativitet.
8. Læseklub.
9. Møde "de anderledes" som dem de er, ikke som diagnoser, sociale tilfælde og lignende.
10. Naboer byder velkommen.
11. Slip dine fordomme
12. Socialpædagogisk indsats menneskelig indsats
13. Vedholdenhed er en dyd!
14. Vær dig selv – en person, ikke en profession.
15. Weekendophold sammen med lokalgrupper i Hørsholm, Hillerød og Gribskov.