



ORGANISERINGEN AF 'HOLD HJERNEN FRISK'

Marlene Rosager Lund Pedersen, Birgitte Westerskov Dalgas
og Bjarne Ibsen

2019:2

Organiseringen af
‘Hold Hjernen Frisk’

Marlene Rosager Lund Pedersen

Birgitte Westerskov Dalgas

Bjarne Ibsen

Organiseringen af 'Hold Hjernen Frisk'

Marlene Rosager Lund Pedersen, Birgitte Westerskov Dalgas
og Bjarne Ibsen
Center for forskning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund,
Institut for Idræt og Biomekanik, Syddansk Universitet

Undersøgelsen er gennemført i samarbejde med DGI, der
med Center for Sund Aldring og Slots- og Kulturstyrelsen
står for projektet 'Hold Hjernen Frisk' med økonomisk støtte
fra Nordea-fonden.

Udgivet 2019
ISBN 978-87-93669-51-2 (pdf)

Serie: Movements, 2019:2
Serieudgiver: Institut for Idræt og Biomekanik

Forsidefoto: Adobe Stock

Indhold

1. Indledning	5
2. Metode	6
3. Rekrutteringen af biblioteker og foreninger og en karakteristik af disse	8
3.1. Hvordan blev bibliotekerne og foreningerne opmærksomme på projektet?	9
3.2. Karakteristik af de deltagende foreninger og biblioteker	10
3.3. Hvorfor deltager bibliotekerne og foreningerne i projektet?	12
3.4. Rekrutteringen af deltagere til de tre spor	16
4. Realiseringen af forløbene/aktiviteterne	21
4.1. Hvordan er aktiviteterne blevet realiseret i bibliotekerne og foreningerne?	21
4.2. Skal undervisere og instruktører have særlige faglige kompetencer?	25
5. Samarbejde om projektet	28
5.1. Samarbejde på det centrale niveau	28
5.2. Samarbejde mellem biblioteker og foreninger lokalt	29
5.3. Samarbejdet med lokalsamfundet	31
5.4. Samarbejdet mellem bibliotekerne og mellem foreningerne	33
6. Anbefalinger	35
6.1. Ressourcer	35
6.2. Opbakning fra ledelsen/bestyrelsen – også økonomisk	36
6.3. Samspillet mellem DGI og bibliotekerne/foreningerne	37
7. Konkrete råd	39
7.1. Generelt	39
7.2. Kultur i bevægelse — Bevægelse i kulturen	39
7.3. SMART-Training og Naturtræning	41
8. Ændringer i projektet til fase 2	44
9. Sammenfatning	45

1. Indledning

Hold Hjernen Frisk er et pilotprojekt, der har til hensigt at omsætte forskningsbaseret viden om, hvordan man holder hjernen frisk ved hjælp af såvel fysiske som mentale aktiviteter. Projektets tre konkrete aktiviteter er: 'SMART Training', 'Kulturen i bevægelse – bevægelse i kulturen' og 'Naturtræning for seniorer'. Bag projektet står DGI, Slots- og Kulturstyrelsen og Center for Sund Aldring på Københavns Universitet. Målgruppen for projektet er

'de borgere, som står foran at, er i gang med eller for nylig har forladt arbejdsmarkedet, dvs. borgere mellem 55 og 70 år. Vores fokus i projektet er på de relativt raske og rørige borgere, som står foran at skulle tage stilling til, hvordan de kan holde sig aktive, og skal lægge en plan for, hvad de kan og ønsker at foretage sig, efter ikke længere at være en del af arbejdsmarkedet. Alle voksne fra 55 år og op kan dog deltage.'

Den organisatoriske model for projektet går ud på at skabe et samarbejde mellem offentlige institutioner på den ene side og frivillige organisationer, foreninger samt frivillige på den anden side. Dels på det overordnede ledelsesniveau (DGI, Slots- og Kulturstyrelsen og Center for Sund Aldring), dels – og vigtigst – på det lokale aktivitetsniveau, hvor foreninger og biblioteker har ansvaret for projektets aktiviteter for ældre.

Denne form for samarbejde, som 'Hold Hjernen Frisk' bygger på, betegnes i den internationale forskning og litteratur som co-production eller co-design, der i Danmark er blevet oversat til samproduktion eller samskabelse. Dermed forstås et *'netværksbaseret samarbejde mellem forskellige offentlige og private aktører, der er forbundet af en gensidig afhængighed, og derfor vælger at arbejde sammen om en opgave'* (Torfing og Sørensen 2012).

Det vides imidlertid ikke, hvordan idealerne for denne samarbejdsform er realiseret, og hvilke udfordringer det har været forbundet med.

Derfor har denne undersøgelse som formål at få viden om og reflektere over, hvordan samarbejdet om 'Hold Hjernen Frisk' mellem de offentlige institutioner og frivillige organisationer, foreninger samt frivillige fungerer, for at kunne identificere de forhold ved den organisatoriske model, som har betydning for et velfungerende samarbejde, med sigte på at give anbefalinger til, hvordan projektet bedst organiseres.

Ved besvarelse af ovennævnte formål vil projektet få viden og indsigt i, hvad der skal justeres i den organisatoriske model for at få samarbejdes-idealene realiseret.

2. Metode

I denne undersøgelse er der blevet indsamlet empiri fra projektets tre aktiviteter ('SMART Training', 'Kulturen i bevægelse – bevægelse i kulturen' og 'Naturtræning for seniorer'). Empirien fra 'SMART Training' og 'Kulturen i bevægelse – Bevægelse i kulturen' pilotfase 1 blev indsamlet fra begyndelsen af november 2017 til begyndelsen af december 2017. Interviewene blev gennemført på dette tidspunkt, da de efter planen skulle være mindst halvvejs i deres forløb. Det var imidlertid ikke tilfældet for alle de interviewede foreninger og biblioteker. To af foreningerne med SMART Training havde haft svært ved at rekruttere deltagere til holdet, og derfor var de endnu ikke kommet i gang med aktiviteten, da de blev interviewet. 'Naturtræningssporet' og 'Kulturen i bevægelse – Bevægelse i kulturen' pilotfase 2 blev forsinket. Empirien herfra blev derfor indhentet og analyseret i januar 2019.

Undersøgelsens empiri består af i alt seks dele, hvoraf fem dele fordeler sig under de tre aktiviteter, 'SMART Training', 'Naturtræning' og 'Kulturen i bevægelse – Bevægelse i Kulturen'.

1. Interview med projektlederen fra Hold Hjernen Frisk, referater fra møder mellem projektlederen og projektmanageren, samt projektbeskrivelsen for Hold Hjernen Frisk. Interviewet med projektlederen blev gennemført i april 2018. Her ønskedes følgende belyst:
 - Hvordan og på hvilken måde er det lykkedes at rekruttere foreninger og biblioteker til projektet?
 - Hvilke organisatoriske udfordringer har der været i projektet?
 - Hvilke erfaringer har projektet taget med fra pilotfase 1 til pilotfase 2?

SMART Training

2. Interviews med ledere og trænere fra fem foreninger, der tilbyder 'SMART Training'. To af foreningerne er fra Sydsjælland, to er fra Østjylland, og den sidste forening er fra Vestjylland. Alle foreninger er gymnastikforeninger, hvor de fire er en del af en flerstrengt forening, mens én forening er énstrengt. Til interviewet var en eller to personer tilstede, som var involveret i 'SMART Training' i foreningen. Det var som regel et bestyrelsesmedlem og en 'SMART Trainings' instruktør. De gange, hvor kun én person deltog i interviewet, var personen både instruktør og bestyrelsesmedlem med undtagelse af én forening, hvor det kun var 'SMART Trainings' instruktøren, som deltog. To af foreningerne havde 'SMART Trainings' hold i foreningen inden projektets opstart, og de skiller sig derfor ud fra de andre foreninger, som først skulle påbegynde 'SMART Training', da interviewet blev gennemført.

Naturtræning

3. Telefoninterviews med trænere fra to af foreningerne der udbød naturtræning. Begge foreninger var fra Fyn. Én forening var en flerstrengt senioridrætsforening og én forening var en flerstrengt idrætsforening.
4. Interviews med to biblioteker der samarbejdede med foreninger om et naturtrænings-

forløb. Interviewene blev foretaget med medarbejdere på biblioteket, der havde ansvar for sammensætningen af forløbet. Bibliotekerne er henholdsvis fra Nordsjælland og Fyn. Begge er folkebiblioteker.

Kulturen i bevægelse – Bevægelse i kulturen

5. Interviews med ledere, projektledere eller udviklingskonsulenter på seks biblioteker, der tilbyder 'Kulturen i bevægelse – Bevægelse i kulturen' pilotfase 1. To af bibliotekerne er fra Syddjylland, et er fra Midtjylland, to er fra Nordsjælland og et er fra Midtjylland. To af bibliotekerne er centralbiblioteker. De andre fire er folkebiblioteker.
6. Interviews med ledere, projektledere eller udviklingskonsulenter på tre biblioteker, der udbyder 'Kulturen i bevægelse – Bevægelse i kulturen' pilotfase 2. Bibliotekerne er fra henholdsvis Syddjylland og Nordsjælland. Ét af bibliotekerne er et centralbibliotek. De andre to er folkebiblioteker.

Empirien under de tre aktiviteter, 'SMART Training', 'Naturtræning' og 'Kulturen i bevægelse – Bevægelse i kulturen', består samlet af tretten interviews med syv foreninger og otte biblioteker, hvor følgende ønskedes belyst:

- Hvilke foreninger og biblioteker er med i undersøgelsen?
- Hvordan blev foreningerne og bibliotekerne opmærksomme på projektet?
- Hvorfor ønskede foreningerne og bibliotekerne at deltage i projektet?
- Hvordan og på hvilken måde lykkedes det bibliotekerne og foreningerne at rekruttere deltagere til aktiviteterne?
- Er der sket en tilpasning af foreningernes og bibliotekernes normale praksis for at opfylde kravene til de udviklede aktiviteter baseret på videnskabelige anbefalinger?
- Forudsætter kravene til gennemførelse af aktiviteterne, at underviserne har særlige faglige forudsætninger?
- Hvordan samarbejdes der i projektet, og hvordan organiseres og tilrettelægges det?

3. Rekrutteringen af biblioteker og foreninger og en karakteristik af disse

Rekrutteringen var udfordret af, at projektet kom lidt forsinket i gang. Projektlederen for Hold Hjernen Frisk blev først ansat den 1. april 2017, men ift. tidsplanen skulle forberedelsen af projektet begynde den 1. januar 2017. Dvs. projektet var forsinket, da projektlederen blev ansat et kvartal forsinket, og da projektets første fase havde en deadline (december 2018), der ikke kunne udskydes, betød det, at projektets første fase kom til at forløbe over 21 måneder i stedet for det planlagte 24 måneder. Derfor fik bibliotekerne kun to uger til at udarbejde et forslag og indsende en ansøgning, hvilket alle har erkendt var for kort. Det er der taget højde for i udbudsrunderen til anden fase.

Det var intentionen for Hold Hjernen Frisk at rekruttere fem biblioteker med hver to forslag til aktivitetsforløb i projektets første fase (iflg. projektbeskrivelsen). Projektet fik ni ansøgninger fra biblioteker med ønske om at deltage i den første fase. I denne fase fik projektlederen imidlertid information om, at det ville være svært for nogle af bibliotekerne at udvikle og gennemføre to spor, og derfor tilsluttede projektets styregruppe sig, at man skulle stræbe efter, at der kom ti forløb i gang på biblioteker ved at rekruttere flere biblioteker, hvoraf de fleste kun lovede at gennemføre ét forløb. Det endte med, at otte biblioteker med til sammen 10 forløb blev udvalgt til projektets første fase. Seks af bibliotekerne har ét forløb, og de to sidste biblioteker har to forløb. Undervejs viste det sig dog, at to af forløbene ikke formåede at rekruttere det nødvendige antal ældre til forløbet. Derfor er der i fase 1 gennemført otte forløb på syv biblioteker. Bibliotekerne blev informeret om projektet via Slots- og Kulturstyrelsen, så det har været let for projektet at få invitationen til at deltage i projektet ud til bibliotekerne. Trods dette har det været svært for projektet at få de tilstræbte forløb på bibliotekerne oprettet.

Udvælgelsen af foreninger til 'SMART Training' skete i højere grad på den måde, at projektlederen og medudviklerne af konceptet snakkede sammen om, hvilke instruktører der har interessen og de faglige forudsætninger for at få 'SMART Training' i gang i en forening.

'... hvem er det, vi kan få i gang, og hvem kan, undskyld mig, sparke røv og få noget op at stå hen over sommerferien, for det var jo den måde, vi kom i gang på. Vi havde et møde midt i sommerferien, (...) og alt hvad vi har fået i gang, det er kommet i gang derfra (...). Og det betyder, du er nødt til at have nogen, som ved, hvad der skal til for, at vi kommer ud over stepperne' (instruktør i en af foreningerne og medudvikler på projektet).

Det er således mere instruktørerne end foreningerne, som projektledelsen har stilet efter i bestræbelsen på at rekruttere foreninger til projektet.

Men det er ikke kun den opsøgende rekruttering, man har benyttet sig af. Projektlederen fortæller.

'Vi har været heldige at komme i TV2 nyhederne landsdækkende med noget 'SMART Training' og med en reference til projektet. Det har været med til at give forøget interesse derude lokalt for 'SMART Training'...' (projektleder Hold Hjernen Frisk).

3.1. Hvordan blev bibliotekerne og foreningerne opmærksomme på projektet?

De fleste af bibliotekerne der udbød 'Kulturen i bevægelse — Bevægelse i kulturen' blev opmærksomme på projektet, da de modtog en mail fra Slots- og Kulturstyrelsen med information om, at de kunne søge penge til dette projekt. Et af bibliotekerne blev dog opmærksom på projektet ved en samtale med en ansat i Slots- og Kulturstyrelsen.

Hvad angår foreningerne der udbød henholdsvis 'SMART Training' og 'Naturtræning' varierer det mere, hvordan de blev opmærksomme på projektet. To af foreningerne, der udbød 'SMART Training', kendte til projektet forinden. Den ene forening havde et personligt kendskab til en af de ansvarlige for projektet. Den anden forening kendte til projektet, fordi instruktøren var en del af masterinstruktør gruppen, som uddanner 'SMART Trainings' instruktører.

'... jeg kender til projektet, fordi jeg er en del af masterinstruktørgruppen, og så sagde jeg, så ville jeg etablere et hold, og så selv være med som en del af projektet og følge det på den måde' (Østjysk gymnastikforening).

De tre andre foreninger, der udbød 'SMART Training', blev opmærksomme på projektet igennem en af instruktørerne i projektet, der var med til at udvikle konceptet og er SMART Trainings instruktør, og som tog kontakt til de pågældende foreninger. I en af foreningerne, der udbød 'Naturtræning' havde en af instruktørerne været på DGI's naturtræneruddannelse, og i den forbindelse blev foreningen spurgt, om de ville deltage i projektet. Bibliotekerne, der samarbejdede med foreninger om 'Naturtræning', blev kontaktet af projektlederen, der introducerede dem for idéen om at samarbejde med de foreninger, der udbød naturtræning. Bibliotekerne varetog selv kontakten til naturtræningsforeningerne.

Sammenfattende viser denne del af analysen, at bibliotekerne blev opmærksomme på projektet, da de havde modtaget en mail fra Slots- og Kulturstyrelsen, mens det for foreningerne i højere grad har været personlige netværk end rekrutteringskampagnen, som har rekrutteret dem til projektet.

3.2. Karakteristik af de deltagende foreninger og biblioteker

Projektlederen for Hold Hjernen Frisk mener, at det især er udviklingsorienterede biblioteker, der deltager i projektet.

'Det er biblioteker, som er meget udviklingsorienterede og biblioteker med en udviklingsorienteret ledelse. Når man lokker et bibliotek til at være med i sådan et projekt, hvor der ikke er særligt mange penge at gå efter, så vil ledelsen ofte sidde og kigge lidt firkantet på 'whats in it for us', og hvis vi kan se, at det her er op af bakke på resourcesiden, og at vi i øvrigt synes, at vi har nok at foretage os i forvejen, så vil det stå og falde rigtig meget med, om ledelsen bakker op (...). Det er rimeligt tydeligt, at de biblioteker, der er med her, er dem, der virkelig lykkedes med det her, der er det en meget høj prioritering fra ledelsen, at man er udviklingsorienterede, og at man er lidt risikovillig i den sammenhæng' (Projektleder Hold Hjernen Frisk).

Et af de deltagende biblioteker har ansat en udviklingskonsulent til sådanne opgaver, men det er også et forholdsvis stort bibliotek.

'... Så handler det også meget om at skrive ansøgninger, sørge for at komme med i udviklingsprojekter - større og mindre projekter. Og når vi er et centralbibliotek, har vi måske også nogle større muskler at spille med ift. at sætte en person som mig eller en anden til at lede det her, det kan man ikke underkende' (Østjysk bibliotek).

Det er ikke overraskende, at det er en bestemt type bibliotek, der deltager, da det i udbudsmaterialet til bibliotekerne er specificeret, at projektbeskrivelsen skulle lægge vægt på innovationsgraden (Beskrivelse til ansøgningsskema). Udbudsmaterialet appellerer således til de udviklingsorienterede biblioteker. Derfor kan det være svært at generalisere undersøgelsens resultater til andre typer af biblioteker, der er mindre udviklingsorienterede. Det er dog tanken, at ideen på sigt skal udbredes til flere typer af biblioteker.

De deltagende foreninger kan opdeles i to grupper. Den første type omfatter foreninger, som både er meget udviklingsorienterede og har en solid økonomi, som betyder, at projektet kan prioriteres økonomisk. En af disse foreninger har en ansat og lønnet leder til at stå for foreningens deltagelse i projektet og er i øvrigt en forening kun for voksne. Det udviklingsorienterede udtrykkes bl.a. på denne måde i tre foreninger.

'Dels at være opdateret på, hvad der sker på området, som der er nyt og spændende for vores medlemmer eller for nye medlemmer (...). Og til dels er det jo også at holde foreningen i gang på en god måde, så man ikke stagnerer og bare har de samme hold, som man har haft' (...) det koster 60 kr. for en time. Og det vil sige, vi kommer hurtigt op på en 900 kr. for sådan et tilbud pr. halvår (...). Det er der rigtig mange steder, hvor det giver du et helt år, når du er senior. Og det er selvfølgelig også noget at gøre med, at vi bor i et område herude, hvor folk er lidt anderledes, end de er ude i xxx (udsat boligområde i byen). Så de har råd til at betale (...). Vi har den politik herude, at ting gerne

må koste, og vi leverer et hamrende godt produkt. Og hvis man er villig til at betale et hamrende godt produkt, hvorfor skulle man så ikke også være i en forening, altså, så vi har noget til at udvikle for og bygge nye centre og ting og sager – tingene hænger jo sammen, vi har jo nok en lidt mere forretningsmæssig tilgang' (forening 1, Østjylland).

'... selvfølgelig skal foreningen bare være med foran, vi skal være på beatet (...), så skal der være noget nyt hele tiden...' (forening 2, Østjylland).

'Jamen den bliver prioriteret højt, altså jeg tænker, det er en progressiv forening, der rigtig, rigtig gerne vil det' (forening 3, Østjylland).

Disse foreninger er altså udviklingsorienterede, har en solid økonomi og bestyrelsens opbakning – også økonomisk. Det har den betydning, at de hurtigere kan engagere sig i nye aktiviteter og projekter, fordi de ikke skal vende hver en 25 øre. Projektlederen for Hold Hjernen Frisk nævner, at der er en lille håndfuld af de deltagende foreninger, der er med fremme i skoen, når der sker nye ting.

'... der er i hvert fald en lille håndfuld foreninger, som er med, og der er ingen tvivl om, at hvis du spørger i DGI, 'jamen det er også de foreninger, som virkelig er fremme i skoene', de er med, når der sker nye ting og sager' (projektleder Hold Hjernen Frisk).

Den anden type forening i projektet har færre midler, som foreningen kan og vil bruge på 'SMART Training' og 'Naturtræning', og de har ikke haft samme ledelsesmæssig opbakning, som de mere udviklingsorienterede foreninger har. Især den ene af de to foreninger (forening 4, Sjælland) har ikke ville bruge penge på 'SMART Training' og har for eksempel ikke betalt uddannelsen for instruktøren. Begge foreninger er mellemstore foreninger med mellem 200 og 300 medlemmer.

'Nu hørte jeg så, at projektlederen fortælle, at en af foreningerne i Østjylland har brugt rigtig mange annoncepenge. Og det er jo det, når der er små foreninger, der overhovedet ikke vil bruge en øre, så er det godt nok svært (...). Men jeg ved, at denne her forening godt vil ofre lidt på det' (forening 5, Storkøbenhavn).

Sammenfattende viser denne lille analyse, at de deltagende biblioteker ligner hinanden: De er udviklingsorienterede med en udviklingsorienteret ledelse, hvor de har ansat projektledere og udviklingskonsulenter, som er vant til at drive projekter og udviklingsprocesser.

Foreningerne er mere forskellige. Den ene type er udviklingsorienteret og ønsker at være med, når der kommer nye aktiviteter og ideer. Den anden type er mere tilbageholdende og ser 'SMART Training' eller 'Naturtræning' som en af flere aktiviteter, som der ikke skal gøres noget ekstraordinært for at få etableret.

3.3. Hvorfor deltager bibliotekerne og foreningerne i projektet?

I dette afsnit ser vi på, hvorfor bibliotekerne og foreningerne valgte at deltage i aktiviteterne under 'Hold Hjernen Frisk.

Kultur i bevægelse - Bevægelse i kulturen

Bibliotekerne nævner tre grunde til, at de ønskede at deltage i projektet. For det første passer projektet godt ind i biblioteket og det, som ellers foregår på biblioteket. De interviewede siger, at de har kunnet tilrettelægge deres forløb ud fra, hvad de gerne vil have i fokus på biblioteket. For et af bibliotekerne handlede det for eksempel om, at biblioteket gerne ville sætte fokus på deres lokalhistoriske arkiv og opbygge samarbejdet med de frivillige foreninger. Derfor ville biblioteket gerne have penge til et lokalhistorisk forløb, hvor de frivillige foreninger stod for det indholdsmæssige. Et andet bibliotek ville gerne arbejde med teknologier og læring, da det passede godt ind i deres strategi. Derfor blev dette biblioteks bidrag til projektet et teknologi-eksperimentarium for seniorer. Bibliotekerne har således søgt penge til forløb, der passer til det pågældende bibliotek, og som de ønskede at have fokus på.

'Vi prøver på at søge penge hjem til projekter, der også giver mening i forhold til noget af det, vi gerne vil lave i forvejen' (Herning bibliotek).

'Vi er jo et mødested, og vi er et læringssted. Projektet matchede meget godt med den strategi, vi har, de formål vi har i huset: at arbejde med læring, arbejde med nye teknologier og formidle viden om det gode liv. Det havde et fint match. Så det var heller ikke svært at skrive ansøgningen, det var ikke svært at forestille sig, at vi kunne gøre det, slet ikke (bibliotek, Vestjylland).

Bibliotekerne havde altså på forhånd fokus på aktiviteter og mål, som projektet matcher med. Bibliotekerne nævner dog, at formen på projektet er anderledes, end de er vant til, da de som regel ikke har lukkede hold og definerede antal forløb.

'Formen er anderledes. Vi har ikke et forløb over 15 gange, og vi har ikke sådan lukkede hold - der er læsekredse og sådan noget (...), så det har været lidt spændende at prøve' (bibliotek, Vestjylland).

Bibliotekernes engagement var også motiveret af, at de i dette projekt kunne afprøve nogle nye ting i et nyere format og derved få profileret biblioteket og dets muligheder. De nævner, at et bibliotek i dag er mere end udlån af bøger.

'Profilere biblioteket sådan helt basalt også (...). Gøre opmærksom på, at vi er her i alle mulige kulturelle sammenhænge og ikke bare noget med at låne bøger ud. Og det var også noget med, at bibliotekerne står i sådan en brydningstid, og hvad skal vi være, og hvad skal vi gøre, så er det jo noget med at afsøge, afprøve de muligheder, der er' (bibliotek, Sjælland).

'Vi er som bibliotek optaget af at få vist os selv og få fortalt om biblioteket i nogen sammenhænge, hvor vi ikke altid bliver set (bibliotek, Østjylland).

Det handler dog ikke kun om profilering. De deltagende biblioteker synes også, at projektet og dets mål er interessant og væsentligt i forhold til bibliotekernes mål. De interviewede biblioteker siger, at de har et godt kendskab til målgruppen, og at selve emnet - 'det at holde hjernen frisk' - er et enormt interessant område, som de synes skal prioriteres - og af den grund også gerne vil være med i projektet.

SMART Training

Foreningerne nævner især tre grunde til, at de gerne ville være med i 'SMART Training'. For det første passer det godt ind i foreningen og står for noget andet end det, foreningen ellers beskæftiger sig med. For det andet hænger det sammen med en personlig interesse hos ledere og instruktører i foreningen, og det går især ud på at kunne gøre noget for en gruppe af ældre borgere. For det tredje fordi foreningen gerne vil være med på 'beatet'.

Foreningerne nævner for det første, at 'SMART Training' passer godt ind i foreningen, og at projektet 'kan noget andet' end almindelige motionshold, ældretræning og lignende. De synes, at 'SMART Training' er et godt supplement til de øvrige hold i foreningen.

'Det passer rigtig fint til os (...)' (gymnastikforening 5, Storkøbenhavn).

'Det passer generelt til foreninger. Det er sådan, det er kreeret, og det er kreeret til, at det passer med en efterårssæson og en forårssæson' (gymnastikforening 2, Østjylland).

'Jeg syntes, det kunne være et godt supplement til vores motionshold' (Gymnastikforening 4, Sjælland).

'SMART Training' bliver nævnt som et koncept, der afviger fra de hold, som de ellers har i foreningen for denne aldersgruppe, og det er derfor vigtigt, at instruktørerne/foreningerne kan forklare, hvad 'SMART Training' går ud på.

'Derfor tænker jeg også, at det er vigtigt, at man kan forklare meget præcist, hvad det er. Det der synes enten legende eller måske ovenikøbet kan synes fjollet, at man kan forklare det ind i en sammenhæng, der gør, at folk kan se 'nåhhh, det er det'. Men det er meget anderledes. Og det synes deltagerne også, det er' (Gymnastikforening 3, Østjylland).

Flere af foreningerne nævner også, at de synes, at det er vigtigt at gøre noget for projektets målgruppe. Man sympatiserer altså med formålet. I nogle tilfælde er det dog en helt personlig interesse hos en instruktør eller foreningsleder.

'Jeg har lige øjnet den der, jamen få fat i de her inaktive. Og det var det, jeg virkelig vil have. Det ligger mig meget på sinde at få gang i så mange (...)' (forening 5, Storkøbenhavn).

'Jeg synes jo, at hjernen skal holdes udfordret med alderen. Og jeg har også selv den alder om lidt, jeg er jo også de der 55+, som det henvender sig til, så af personlige grunde, så vil jeg selv holde min hjerne i gang. Så andre på min alder vil nok tænke det samme, at de også gerne vil holde sig i gang på alle områder, ikke bare fysisk' (forening 1, Østjylland).

Endelig nævner flere foreninger, at de som forening synes, at det er vigtigt, at de er med på 'beatet', som de udtrykker det. At de som forening kan tilbyde noget nyt og tænke proaktivt.

'Dels at være opdateret på, hvad der sker på området, som der er nyt og spændende for vores medlemmer eller for nye medlemmer (...). Og til dels er det jo også at holde foreningen i gang på en god måde, så man ikke stagnerer og bare har de samme hold, som man altid har haft' (forening 2, Østjylland).

'Selvfølgelig skal foreningen bare være med foran, vi skal være på beatet (...), så skal der være noget nyt hele tiden' (forening 2, Østjylland).

Naturtræning

Biblioteker

Bibliotekerne nævner to grunde til, at de gerne vil samarbejde med foreninger om at tilbyde 'Naturtræning'. For det første synes bibliotekerne, at projektet er interessant i forhold til bibliotekernes mål: At formidle litteratur. Bibliotekerne oplever, at projektet er en ny indgangsvinkel til at formidle litteratur, som bryder med bibliotekets normale rammer og tilbud. Projektet, herunder især samarbejdet med foreningerne, har givet dem en indgangsvinkel til at 'fange' nogle mennesker, som ikke tidligere har benyttet bibliotekets tilbud.

'For gymnastikforeningen er det et andet type tilbud at komme med, og de når ud til nogle personer, som de normalt ikke ville nå ud til. Samtidig når vi ud til nogle mennesker, som vi eller ikke normalt ville nå ud til. Det er en win win. Både for os, gymnastikforeningen og de ældre' (Bibliotek, Nordsjælland).

Bibliotekernes engagement i naturprojektet er motiveret af et ønske om at profilere biblioteket og dets muligheder. For det andet synes de, at selve emnet, 'at holde hjernen frisk' er interessant, og de vil gerne gøre noget godt for de ældre.

'Vi er meget interesserede i at gøre noget for de ældre og deres pårørende og den slags grupper, som ikke normalt kommer på biblioteket. Vi ville gerne lave noget, som kan højne deres livskvalitet' (Bibliotek, Fyn).

Der har altså været et ønske om at give seniorer muligheden for at opdage eller genopdage læseglæden. Heri ligger der et grundlæggende ønske om at bidrage til at højne seniorers (og andres) livskvalitet.

Foreninger

Foreningerne nævner to grunde til, at de ville udbyde 'Naturtræning' til deres medlemmer. Den ene relaterer sig til foreningernes ønske om at tilbyde noget nyt og anderledes. Heri ligger der et ønske fra foreningerne om at være med på beatet.

'Foreningen er nysgerrig, åben og så er det [naturtræningsprojektet] en god mulighed for at tilbyde noget nyt til vores medlemmer' (Forening, Fyn).

'Foreningen har en målsætning om at få så mange aktiviteter i gang, at de kan ramme en bred befolkningsgruppe. Hvis man samtidig kan ramme en mere sårbar gruppe, er det også et godt formål' (Forening, Fyn).

Foreningerne ser altså Naturtræning som et godt supplement til deres øvrige aktiviteter. Formålet med at udbyde en bred vifte af aktiviteter er at ramme en bred befolkningsgruppe. Samtidig er det vigtigt for foreningerne, at de også kan tilbyde aktiviteter til mere sårbare mennesker, og gøre noget godt for denne gruppe.

Den anden grund hænger sammen med en personlig interesse hos instruktører i foreningen.

'Som person synes jeg, at det fedt at være i naturen og at tage folk ud i naturen og give dem nogle positive oplevelser — både fysiske og mentale. Uddannelsen [DGI's naturtræneruddannelse] åbnede op for, at der er flere muligheder, end jeg selv havde øje for.' (Forening, Fyn)

'Jeg synes, at det er fedt at være udenfor. Det falder godt i tråd med det, de [seniorerne] tænker og gør i det hele taget. Jeg oplever målgruppen som meget engagerede, åbne og villige til at prøve noget nyt' (Forening, Fyn).

Sammenfatning

Opsamlende viser analysen af bibliotekernes og foreningernes grunde til at gå ind i projektet, at begge parter synes, at projektet passer godt ind bibliotekets og foreningens mål og interesser, og at projektet kan sætte noget andet i spil, som man ikke har i forvejen. Endvidere har bibliotekerne og foreningerne – eller bestemte personer deri – en særlig interesse i målgruppen og den tilgang til aktiviteter, som ligger i Hold Hjernen Frisk. Endelig vil både bibliotekerne og foreningerne, der deltager i projektet, gerne være med, når der sker noget nyt, bl.a. for at profilere sig på det.

3.4. Rekrutteringen af deltagere til de tre spor

Der varierer betydeligt, hvor godt det er lykkedes for foreningerne og bibliotekerne at rekruttere målgruppen til aktiviteterne. De interviewede biblioteker har haft nemt ved at skaffe deltagere, hvorimod to ud af de tre foreninger har haft svært ved at rekruttere deltagere til SMART Trainings holdene.

Bibliotekerne

Bibliotekerne rekrutterede efter 'først til mølle' princippet og lavede ventelister, når holdet var fyldt op. Et bibliotek prioriterede en ligelig kønsfordeling.

Bibliotekerne rekrutterer typisk deltagere ved hjælp af avisannoncering, opslag på Facebook og bibliotekets hjemmeside samt ved at lægge pamfletter frem og hænge plakater op på biblioteket. Derudover brugte de i dette tilfælde deres samarbejdspartnere som kanaler til at få budskabet ud om projektet.

Bibliotekerne oplever, at det især var annonceringen i lokalavisen, der var effektiv:

'Vi har fået rigtig fin pressedækning op til, da vi skulle rekruttere (...), vi fik en god artikel i avisen, og efter tre dage var forløbet udsolgt' (bibliotek, Vestmidtjylland).

'Jamen vi brugte jo medborgerhuset hernede, som i stor stil drives af pensionister, folk der har nået en vis alder i hvert fald, som har fri i dagtimerne. Der var vi nede og fortælle om det og havde opslag og kontakt dertil. Og så har vi primært rekrutteret via avisannoncering, og den her aldersgruppe orienterer sig åbenbart der, fordi det var helt typisk, 'jeg har set i avisen at (...)'. Når der har været noget omtale af det i avisen et par gange (...), så dagen efter eller samme dag så kimede telefonen (...). Vi brugte også Facebook og vores hjemmeside osv. (bibliotek, Vestjylland).

'Vi brugte Ældresagen, som sendte direkte mails til alle deres medlemmer i kommunen, og så har vi brugt vores biblioteksklub, hvor vi har 900 medlemmer, og rigtig mange af dem kom derfra (...). Så brugte vi lokalavisen, Facebook, hjemmeside - alle de ting som vi selv har selvfølgelig (...). Man kan sige, alle tilgængelige kanaler er blevet brugt' (bibliotek, Hovedstadsregionen).

De biblioteker, der også deltog i pilotfase 2, oplevede, at rekrutteringen af deltagere til forløbet i pilotfase 2 var lettere, end ved det første forløb, da de tidligere deltagere fungerede som gode ambassadører for holdet. Samtidig havde de fået god omtale i avisen.

Det var meget nemt at rekruttere deltagerne. Vi havde hurtigt "udsolgt" og havde folk på venteliste. Jeg tror, det skyldes, at vi havde prøvet det før i 2017, og at vi havde haft meget omtale i avisen, og at de tidligere deltagere i 2017 var gode ambassadører for os (bibliotek).

Holdene i pilotfase 2 blev annonceret på det enkelte biblioteks hjemmeside, i aviser og på de sociale medier.

Generelt vurderer bibliotekerne, at deltagerne på holdene er både brugere og ikke brugere af biblioteket, samt at de kommer fra forskellige steder i kommunen.

'De synes, det er herligt at møde nogle andre end dem, de plejer. Og det har også været sådan, at deltagerne er kommet fra alle mulige steder i kommunen, det er ikke kun her i byen, det er også ude fra landområderne. Så det har været en meget blandet gruppe (...). De kendte ikke hinanden fra før' (bibliotek, Vestjylland).

'Det er sådan en blanding (...), der var flere, som vi slet ikke kendte, som ikke kommer på biblioteket. De sagde selv, at de kom ikke på biblioteket, men de havde læst om det i avisen og syntes, at det var rigtig interessant, og det kunne de godt tænke sig at prøve at deltage i. Det var sådan meget overraskende for os, at der faktisk var en stor del af deltagerne, som slet ikke normalt kom på biblioteket. Så vi er jo rigtig glade for, at vi så kan knytte dem til biblioteket' (bibliotek, Nordsjælland).

Det varierer også fra bibliotek til bibliotek, hvilket tidsrum aktiviteterne har fundet sted. På fire biblioteker mødtes deltagerne om formiddagen, på ét bibliotek om eftermiddagen og på ét bibliotek sidst på eftermiddagen/aftenen.

Foreningerne

Som nævnt i indledningen til denne del af analysen har rekrutteringen til 'SMART Training' været blandet hos de deltagende foreninger. De tre foreninger, hvor 'SMART Training' skulle implementeres ved projektets opstart (da to foreninger allerede var i gang, inden dette projekt blev igangsat), var det i foråret 2018 lykkedes en af foreningerne at få oprettet et hold. De interviewede naturtræningsforeninger havde begge fået oprettet hold, og de gav udtryk for, at rekrutteringen gik relativt let. Det var dog hovedsagelig seniorer, der i forvejen var meget aktive, der tilmeldte sig. Både 'SMART Training' foreningerne og 'Naturtrænings' foreningerne nævner, at det er svært at rekruttere nye medlemmer, som ikke er der i forvejen, bl.a. fordi det er en anden målgruppe, end de typisk henvender sig til. På dette punkt adskiller foreninger sig altså betydeligt fra bibliotekerne, som i høj grad har formået at rekruttere deltagere, som normalt ikke kommer på biblioteket.

I det følgende ser vi på rekrutteringen på først de nye 'SMART Trainings' hold, hvor rekrutteringen lykkedes, dernæst på hvorfor det ikke er lykkedes (da interviewene blev gennemført) i to af foreningerne, og til sidst hvordan rekrutteringen er lykkedes i de to foreninger, som havde tilbuddet inden projektets opstart.

Hvad gjorde foreningen, hvor det lykkedes at rekruttere deltagere til den nye 'SMART Training'? For det første gennemførte foreningen en introdag. For andet fik man omtale i en dobbeltsidet artikel i den lokale avis, der gav foreningen og det nye tilbud en god omtale.

'Vi tog kontakt til avisen, som lavede en fantastisk fin dobbeltsidet artikel, som virkelig blev set og gav en god omtale (...), og så lavede vi en introdag, hvor der kom 25, og de meldte sig til alle sammen. Så det var jo vældig enkelt. Og ikke nogen tvivl om, at vi har været hjulpet af noget pressedækning også. Men det er gået forrygende, altså det har været fantastisk at opleve, hvordan de fra første gang sådan har spurgt. 'Hvad er det der godt for?', 'hvorfor det?', 'hvorfor skal vi gøre dette (...)?', og det kan man godt forstå, til nu, hvor de er fuldstændig tændte og er bare klar hver gang' (forening, Midtjylland).

Hvad gjorde de to foreninger, hvor det ikke lykkedes at rekruttere tilstrækkeligt med deltagere til det nye tilbud? I den ene forening havde de vist 'SMART Training' til et idrætsmøde i foreningen samt undervist nogle kvinder en enkelt gang. Det andet sted havde de en lille seance på tegnsprogskanalen på en lokal TV-station, hvor de fik noget sendetid.

'Vi har jo også deltaget i foreningernes dag, hvor vi lavede en lille seance med det og blev optaget på tegnsprogskanalen (...). Det er der, hvor de sender meget lokalt (...). Men det kom der ikke nogen deltagere af, desværre, det havde vi jo håbet på' (forening, Region Sjælland).

De to foreninger formåede altså ikke at få et budskabet ud til målgruppen, at foreningen ville starte 'SMART Training', og hvad det gik ud på. Eller også har det ikke fænet tilstrækkeligt, hos dem der har læst eller hørt om tilbuddet. Den ene forening tror, at de greb det forkert an fra starten, fordi der ikke var en egentlig tovholder eller ansvarlig for dette initiativ.

'Vi har jo udbudt holdene, men vi har ingen deltagere. Og det tror jeg simpelthen skyldes, at vi greb det forkert an fra start af. Der var ikke en tovholder på opstarten (...). Vi havde ikke engang en brochure. Vi mødte bare op og sad og ventede på, at de skulle komme. Og der kom ikke nogen' (forening, Storkøbenhavn).

Begge foreninger har gjort sig sine erfaringer og nævner i interviewet, hvad de ville gøre anderledes, da de begge steder håber, at de senere kan få holdet op at stå. De nævner, at det kræver en del ressourcer, hvilket de ikke har været tilstrækkeligt bevidste om fra starten. Et sådant nyt hold kræver noget andet og mere, når der skal rekrutteres deltagere, end hvad foreningen normalt gør, hvilket kommet bag på dem.

'Det er bare os selv, der ikke har været bevidste om, hvor meget vi skulle bruge både personale ressourcer og økonomiske ressourcer' (forening, Storkøbenhavn).

Hvad er erfaringen i de to foreninger, som havde etableret hold i 'SMART Training', inden selve projektet blev påbegyndt? Foreningerne mener, at det er hårdt arbejde, hver gang man skal starte noget op. Det de gjorde for at få medlemmer til SMART Training, var at få lokalavisen til at skrive om det samt dele flyers ud.

'Altså det er bare hårdt arbejde. Det er det, hver gang man starter noget nyt op, så er det virkelig hårdt arbejde. Jeg havde fat i pressen og fik dem til at komme og lave interview og skrive, så derfor kom der så mange. Det fik opmærksomhed. Og så udgiver vi også et blad, der har det også stået (...). Plakater og flyers og sådan noget. Og hver gang man starter noget nyt, så skal man altså gøre et stort arbejde' (forening 1, Østjylland).

'Så har vi altid en folder, som vi husstandsomdeler i 10.000 eksemplarer herude i området (...). Og der har 'SMART Training' selvfølgelig fået, så hatten passede. Jeg

har været i lokalavisen også med annoncer omkring det. Og så en ting mere, som var rigtig, rigtig væsentlig, og det var, at xxx Kommune fik etableret samarbejde til det, der hedder Vital. Og Vital er et hæfte, som udgives i xxx Kommune til dem, der er over 60 år, og der fik jeg lov til at have en artikel på tre sider. Og det er klart, det gav selvfølgelig folk, i bund og grund fra hele byen, som kontaktede mig. Så på den måde, så blev der rekrutteret en del, inden vi startede (...). Og vi laver annoncering, det gør vi både i august måned, op under jul og til påske' (forening 2, Østjylland).

Den ene forening nævner, at deltagerne på 'SMART Trainings' holdet både omfatter nye medlemmer og medlemmer, som var tilknyttet foreningen i forvejen.

Begge hold fik, da de startede holdene i sin tid, et samarbejde med kommunen.

'Vi har haft et samarbejde med kommunen, der har været breddeidrætskommune, som sluttede nu her sidste år, og har også fået nogle midler derfra til at prøve på at få nogle ting i gang. Så jeg har haft hjælp fra forskellige sider' (forening 2, Østjylland).

'Jeg snakkede en del med forskellige i kommunen. Også fordi de jo støtter projektet, og hvordan de kunne gøre opmærksom på det (...). Og så var det for øvrigt også sådan, at kommunen bakkede så meget op om det, så de anbefalede det og ville betale både kursus og materialer, så vi kunne starte det' (forening 1, Østjylland).

Det varierer også mellem foreningerne, hvornår træningen foregår. I de tre foreninger, hvor 'SMART Training' er oprettet, er der både hold om formiddagen og om eftermiddagen.

Sammenfatning på rekrutteringen

Det er lykkedes de interviewede biblioteker at rekruttere deltagere til de aktiviteter, som de har udbudt som en del af projektet. Med undtagelse af ét bibliotek har man rekrutteret efter 'først-til-mølle' princippet. Bibliotekerne har brugt alle deres kommunikationskanaler til at få budskabet ud omkring projektet. Det er dog især lokal avisannoncering, der har været effektiv. Bibliotekerne der deltog i pilotfase 2, oplevede, at de tidligere deltagere var gode ambassadører for det nye hold. Tidspunktet for aktiviteterne påvirker (umiddelbart) ikke rekrutteringen af deltagerne, men om aldersfordelingen er forskellig i forhold til, hvilket tidspunkt på dagen forløbet er gennemført, er uvist.

Nogle af foreningerne har formået at rekruttere deltagere til 'SMART Training', men der er også to foreninger, som ikke er lykkedes med det (da interviewene blev gennemført). Imellem foreningerne har det varieret meget, hvor mange ressourcer de har brugt på at synliggøre, at foreningen ville starte 'SMART Training'. De foreninger, der har brugt en del ressourcer på det, og som har synliggjort det i lokale medier samt delt brochurer ol. ud, er lykkedes med at rekruttere deltagere til den nye træningsform. Den økonomiske opbakning fra og samarbejde med kommunen om projektet har formentlig også en positiv indflydelse på rekrutteringen. Men det synes også at afhænge af, hvor meget foreningen engagerer sig deri og bruger ressourcer på at få deltagere til aktiviteten. Og det kan hænge sammen med, hvor stor foreningen er. Det er forholdsvis store gymnastikforeninger, som har fået 'SMART Training'

i gang, mens det er mindre foreninger, der ikke er lykkedes med det. Et sådant nyt hold kræver noget andet vedr. rekrutteringen, end foreningerne normalt gør for at få deltagere til deres almindelige hold.

De interviewede naturtræningsforeninger havde begge fået oprettet hold, og de gav udtryk for, at rekrutteringen gik relativt let. Det var dog hovedsagelig seniorer, der i forvejen var meget aktive, der tilmeldte sig.

Det synes også at have betydning for rekrutteringen, hvis der er en person, der har ansvar for opgaven. På bibliotekerne har man et lønnet og uddannet personale (udviklingskonsulent, projektleder mm), der er vant til at lede processer, koordinere og planlægge programmer mm., som besidder bestemte kompetencer, og som har 'kanalerne' ud til samarbejdspartnere. I foreningerne er det som regel frivillige, som ofte ikke har de specifikke kompetencer og erfaringer til at sætte en systematisk rekrutteringskampagne i gang. En af gymnastikforeningerne er dog en undtagelse, da foreningen har en ansat lønnet medarbejder til bl.a. at varetage sådanne opgaver. Denne organisatoriske forskel på kommunale institutioner og de frivillige foreninger kan være en af årsagerne til, at bibliotekerne har haft bedre held med at rekruttere deltagere, end foreningerne har. Men det kan også hænge sammen med tilbuddenes karakter. 'SMART Training' er et færdigt koncept, som afviger en del fra det, man normalt forbinde med en gymnastikforening, og så skulle deltagerne betale for at være med på 'SMART Trainings' holdet. Foreningerne havde dog succes med at udbyde 'Naturtræning'. Til forskel derfra var bibliotekstilbuddene i pilotfase 1 gratis og udviklet i forlængelse af aktiviteter, som biblioteket i forvejen arbejdede med.

4. Realiseringen af forløbene/aktiviteterne

I dette afsnit belyses det, hvordan aktiviteterne er blevet realiseret i bibliotekerne og foreningerne, og vi har et særligt fokus på, hvilke kompetencer og erfaringer tovholdere og instruktører skal have for at stå for aktiviteterne.

4.1. Hvordan er aktiviteterne blevet realiseret i bibliotekerne og foreningerne?

Mens aktiviteterne i foreningerne følger et forholdsvis stramt koncept, har der været større mulighed for variation i bibliotekernes aktiviteter.

Bevægelse i kulturen — kulturen i bevægelse

Bibliotekerne har ikke skullet følge et færdigt koncept, hvor det har været forudbestemt, hvad aktiviteterne skal indeholde. Derfor er det også meget forskellige forløb, som de deltagende biblioteker har gennemført i både pilotfase 1 og pilotfase 2.

Pilotfase 1

- Bibliotek 2, Nordsjælland: Tænkepauser.
Fag- og skønlitteratur og fordybelse. Et fysisk element via yoga og afspænding.
- Bibliotek 2, Nordsjælland: Hold hjernen i swing – Kulturstafet i [byens] kulturhuse.
Introduktion til kulturtilbud i kommunen. Et fysisk element via dans
- Bibliotek, Vest-Midtjylland: På tur i historien. Et lokalhistorisk forløb.
Introduktion til kommunens historie. Et fysisk element via gang/cykling.
- Bibliotek, Sjælland: Fortæl din lokalhistorie.
Læring – deltagernes dokumentation i fotos, film og lyd fra fire udvalgte steder i kommunen. Et fysisk element via gang.
- Bibliotek, Vestjylland: Teknologiekperimentarium for seniorer.
Læring – hverdags-it: Kombination af den fysiske verden med den digitale: teknologier i forhold til helbred, oplevelser, viden og interesser i hverdagslivet – gang i lokalområdet. Et fysisk element via gang.
- Bibliotek, Østjylland: Start smart - morgengymnastik med kultur og debat.
Introduktion til mange forskellige materialer og digitale tilbud på biblioteket, afprøvelse af guidet fælleslæsning, konceptet 'Debatten for katten', hørte musik og så film.
Et fysisk element via morgengymnastik.

Pilotfase 2

- Bibliotek, Sydjylland: Historien om det moderne folkebibliotek.
En introduktion til bibliotekets tilbud. Et fysisk element via én times indendørs eller udendørs fysisk aktivitet (i samarbejde med 'Idræt i dagtimerne').
- Bibliotek, Sydvestjylland: Genklang – [Byens] musikliv 1950'erne – 80'erne.
Introduktion til byens musik-historie. Et fysisk element via dans.
- Bibliotek, Nordsjælland: Tænkepauser.
Fag- og skønlitteratur og fordybelse. Et fysisk element via yoga og afspænding.
- Bibliotek, Nordsjælland: Japansk skovbadning og Murakami
Skønlitteratur og fordybelse. Et fysisk element via gåture og øvelser i skoven.

Bibliotekerne har haft nogle overordnede rammer, som de har holdt sig inden for, men har i højere grad kunnet følge den projektbeskrivelse for deres deltagelse, som de selv har udformet. Et bibliotek fortæller.

'Altså vi havde jo en projektbeskrivelse over, hvordan kulturhistorien skulle se ud, men den var jo ikke fast (...). Vi havde bare skrevet ind, at der skal være nogle ting, der er genkendelige for hver gang. Men det stod ikke præcist (...), andet end at det måtte gerne være noget, hvor det var noget fysisk og smagsoplevelser. Men det har jo ikke været beskrevet, på hvilket niveau det skulle være, og hvordan og hvornår osv., så der har vi jo sådan lidt selv kunne vælge, hvordan vi sammensætter det. Og vi har også taget os en vis frihed (bibliotek, Vest-Midtjylland).

Et af bibliotekerne udtaler, at de tilpasser forløbet undervejs, men stadig inden for projektbeskrivelsens rammer. For eksempel kan underviseren/torvholderen godt have planlagt et indhold til en seance og ende med at tage et andet emne op, hvis ikke det passede til selve holdet.

'Ja altså, jeg må jo hele tiden tilpasse det (...), også ift. hvilket snakke-humør de er i den dag, så det er ligesom, hvordan stemningen er, hvor meget skal jeg sætte i gang, og hvor meget gør de selv. Jeg kan også godt have taget nogle noveller, som jeg tænker 'ok, det skal de ikke have', fordi det er slet ikke til dem. Jeg skal også ligesom finde ud af, hvad er det for en gruppe mennesker, og hvad er det for noget litteratur, de godt kan lide' (bibliotek, Storkøbenhavn).

'Jeg tror, der har været nogen småjusteringer. Det er jo også noget med, når vi vælger at lave noget, der har med teknik at gøre, så er det jo også noget med, hvor er niveauet' (bibliotek, Sjælland).

Bibliotekerne har således en betydelig frihed jf. projektbeskrivelsen til at gennemføre det, som biblioteket gerne vil, og som de fornemmer, at deltagerne er interesserede i og har forudsætninger for at følge. Og de kan godt tilpasse det undervejs inden for projektbeskrivelsens overordnede rammer.

SMART Training

Generelt nævner de tre foreninger, som har gennemført 'SMART Training', at de holder sig til konceptet, men de mener også, at den ramme, de skal holde sig inden for, er bred nok. De har et basiskatalog, hvor de kan tilpasse og ændre øvelserne efter deltagerens niveau. Dvs. instruktørerne kan godt have planlagt et program, som følger konceptet, men finder under træningen ud af, at programmet er for svært og redigerer derefter øvelserne, så de passer bedre til deltagerne - men det er stadig øvelser inden for 'SMART Trainings' konceptet.

En af instruktørerne nævner, at konceptet gør, at instruktøren kan føle sig 'tryk', da der er nogle forudbestemte øvelser, de kan læne sig op af.

'Det er jo ikke sådan et stramt koncept, sådan føles det ikke. Jeg tror også, det er tryk for mange, der ikke har beskæftiget sig med det' (forening 3, Midtjylland).

En af foreningerne nævner, at de holder sig til programmet, da det jo er meningen, men at man indimellem griber til nogle andre øvelser, som kommer af legen.

'Jeg følger jo det, fordi det er meningen, at man skal det, og ikke går ud over det. Men det kunne godt være efter den næste sæson, at jeg vil tage kontakt til xx (navn på instruktør) og høre, hvordan man kan udvikle det. Det er vel også det, der er meningen (...). Man får jo ideer selv også, når man har sådan et hold – at tage nogle andre ting ind, ja, gøre noget lidt anderledes. Så lægger man lige noget ind, som ligesom kommer af legen. Altså der er en øvelse, hvor man skal kaste med en bold med højre og venstre hånd og bagom, og der står nogle beskrivelser og øvelser, og så var der jo en, der siger, nej det var jo ligesom, da vi var børn, og vi stod og kastede med sådan en bold op ad muren, og så sagde vi jo en op til ti. Og så laver vi jo den, når der er en, der lige husker det' (forening 1, Østjylland).

Denne øvelse står ikke i hæftet, men instruktøren mener, at det er vigtigt også at gribe fat i nogle af deltagerens ideer og forslag.

'Det er ikke en øvelse, der står i hæftet. Men så griber jeg jo fat i det, og det kan man jo bruge til at se, hvad kan man huske fra sin barndom, og så pludselig at tage sådan nogle gamle lege ind. Så brugte vi den. Og det synes jeg er meget sjovt, fordi der også er en af deltagerne, der har sagt til mig, 'Aajj, det er lige som om, jeg er barn igen, det er så sjovt, jeg bliver helt glad af det' (forening 1, Østjylland).

Naturtræning

Bibliotekerne og foreningerne, der udbød 'Naturtræning', fortæller, at de har haft total frihed i forhold til valg af aktiviteter.

'Der har været total frihed i forhold til valg af aktiviteter. Der har været mulighed for at hente inspiration, men jeg har primært leget, som jeg har haft lyst til. Altså — jeg oplever, at naturen har tilbudt masser af muligheder' (Forening, Fyn).

Bibliotekerne og foreningerne, der tilbød 'Naturtræning' har selv valgt aktiviteterne på baggrund af beskrivelser af projektet, erfaringer fra pilotprojekter samt de kompetencer den enkelte underviser eller instruktør har. Foreningerne nævner at de har kunnet hente god inspiration i et inspirationshæfte, som DGI har forsynet dem med. Bibliotekerne og foreningerne oplevede, at friheden i forhold til valg af aktiviteter fungerede godt, fordi det gav dem muligheden for at bruge lige nøjagtig den natur og de steder, de havde til rådighed. Samtidig gav det instruktørerne og underviserne god mulighed for at gribe spontane aktiviteter, der opstod undervejs. Det gav dog instruktørerne og underviserne den udfordring, at undervisningsforberedelsen var mere tidskrævede.

'Det har været en udfordring, at det har krævet mere tid i forhold til forberedelse, fordi jeg har været nødt til at tage ud i skoven og finde og kigge på de steder, vi skulle være. Det har betydet, at min timeløn er blevet lavere, og så har det været svært at finde tiden til det' (Forening, Fyn).

Sammenfatning

Bibliotekerne har ikke været bundet af et færdigt koncept og har i store træk kunnet gøre, hvad der passer dem. Bibliotekerne har holdt sig til deres projektbeskrivelse, men har kunnet foretage mindre justeringer undervejs.

I Naturtræningsprojektet har bibliotekerne og foreningerne selv valgt aktiviteterne på baggrund af beskrivelser af projektet, erfaringer fra pilotprojekter samt de kompetencer, den enkelte medarbejder eller instruktør har.

I 'SMART Training' foreningerne holder de sig overordnet til konceptet, men de pointerer også, at det kan de gøre, fordi de har nogle basisøvelser, hvor de kan udvikle og tilpasse øvelserne, så de passer til deltagernes niveau. Det er ikke muligt på nuværende tidspunkt og med det datagrundlag, som analysen bygger på, at afgøre, i hvilken grad der sker en tilpasning og udvikling af konceptet og den konkrete praksis i undervisningen. Der er kun empiri fra tre foreninger, og en af foreningerne er medudvikler af konceptet, og en instruktør fra en anden af forening er en del af masterinstruktørgruppen. Den sidste forening, som har en 'almindelig' 'SMART Trainings' instruktør, nævner, at man godt kan lægge noget ind, som kommer af legen, der ikke står i 'SMART Trainings' hæftet.

4.2. Skal undervisere og instruktører have særlige faglige kompetencer?

Kultur i bevægelse — Bevægelse i kulturen

Den primære tovholder på hvert bibliotek, som har stået for forløbet, har været en projektleder, uddannelseskonsulent mm., som har en faglig uddannelse. De er vant til at arbejde med projektledelse og har opbygget erfaring inden for dette.

De interviewede biblioteker mener, at det især er pædagogiske kompetencer og kendskab til målgruppen, som betyder noget.

'Jeg tror i virkeligheden, det vigtigste er, at man har en lille smule pædagogisk kompetence og kan håndtere de forskelligheder, der er' (bibliotek, Sjælland).

'Det gør ikke noget, at man ved, hvordan ting kan køre i praksis, altså hvad er niveauerne, hvor kompliceret kan du lave det, eller hvor enkelt kan du lave det. De enkelte arrangementer – hvor meget skal du proppe i, og hvad kan du forvente, at de kan være med til. Når det er en blandet gruppe af mennesker, du ikke aner, hvad de kommer med, hvordan skal du så tilrettelægge det' (bibliotek, Vestjylland).

'Man skal være lidt procesfacilitator (...), og hvordan man får snakken i gang, og hvordan får man dem til det her' (bibliotek, Storkøbenhavn).

De interviewede nævner også, at kompetencer inden for planlægning og tilrettelæggelse samt det at være en god vært er vigtigt, når man skal planlægge og gennemføre sådan et forløb.

'Man skal interessere sig lidt for at være en god vært, for det har de virkelig haft brug for og nydt (...), modtagelse, at blive tjekket ind på en god måde, at få den her kop kaffe' (bibliotek, Storkøbenhavn).

'Kunne snakke med mennesker og stille sig op og byde velkommen, og man skal kunne tilrettelægge og sørge for, at man kan holde en god kommunikation med deltagerne og holde dem fast på tingene. Jeg har gjort det, at jeg hver eneste gang har krydset dem af ved start – meget skolelæreragtigt. Men det er at få en fornemmelse af, om de bliver ved at være her (...) en som ligesom også involverer sig i dem og snakker med dem og lytter til det, de har at fortælle' (bibliotek, Østjylland).

Endelig mener et af bibliotekerne, at det er en fordel, hvis man er trænet i at arbejde med projekter.

'Man skal også være lidt trænet i at lave projekter - nu hvor der var så lidt forberedelsestid, så tror jeg, vi var gået meget grædende hjem. Så jeg er i hvert fald glad for at have prøvet andre projekter af samme kaliber' (bibliotek, Storkøbenhavn).

SMART Training og Naturtræning

Foreningerne er enige om, at instruktørerne skal besidde nogle specifikke kompetencer. For det første skal de helst have en motions- og idrætsfaglig baggrund samt et fagligt ståsted, da uddannelsen ellers kan være ret hård at komme igennem. For det andet er det vigtigt, at man kan finde ud af at planlægge og tilrettelægge et godt program.

'Altså det er jo godt at have en motions/idrætsagtig baggrund selvfølgelig, at man ved noget om kroppen, og hvordan man bevæger sig, og det er også godt at kunne lave et godt program' (forening 1, Østjylland).

'Det er godt at have et andet fagligt ståsted. Vi har haft et par stykker, som nok har undervist i gymnastik, men ellers ikke rigtigt har noget bogligt, og så er uddannelsen altså sej. Så er den svær. Det kan fx være, at man er fysioterapeut, eller man er ergoterapeut. Der er rigtig mange fagfolk, der søger det nu. Og det kan vi godt mærke er en fordel. Man har noget at sætte af på. Så er det med det boglige ikke er fjernt. Der er et par stykker, der er blevet presset' (forening 3, Midtjylland).

'Det vi siger, det er, at man skal have været instruktør, altså man skal være instruktøruddannet på en eller anden facon. Altså man skal ikke være fuldstændig grøn, fordi hvis ikke du har stået i en undervisningssituation og slet ikke kender til noget om, hvordan man planlægger en time, så er der for langt' (forening 2, Østjylland).

'Altså det er jo ikke det nemmeste at undervise i, fordi det er jo forskelligt hver gang. Altså jeg forbereder mig jo til hver gang. Det er ikke ligesom fitness (...), nogle instruktører de har jo deres program, og så kører de det år efter år, det er ligesom meget fastlagt, hvad man laver. Men det her er sådan, at man skal forberede sig til hver gang (...). Så det bliver nyt hver gang og spændende, og så skal det sammensættes (...). Det starter på en bestemt måde, og så har man altid nogen øjenøvelser også, og så afslutter man gerne med sådan noget mere stille og roligt' (forening 1, Østjylland).

Da foreningerne bliver spurgt, om de har 'dumpet' en instruktør, bliver der svaret 'ja'.

'Ja, jamen det gør vi (...). Ikke fordi vi vil det, men fordi det bør vi (...). Det er jeg meget bevidst om, at når man skal ud og undervise sådan en gruppe, der har hjerneskade eller den ene eller den anden art på holdet. Man er altså nødt til at vide, hvad man har mellem hænderne' (forening 3, Midtjylland).

De fire 'SMART Trainings' instruktører, som er blevet interviewet (hvoraf én instruktør er tilknyttet to foreninger), er alle erfarne instruktører, som har undervist i mange år og har haft mange forskellige hold og har opbygget kompetencer inden for dette.

'Jeg er instruktør i mange ting, springgymnastik, pilates, dans, ja - mange ting' (forening 4, Sjælland).

'Jeg har været på et hav af kurser igennem et langt liv i bevægelse, alle mulige slags, fra brasiliansk kampdans til alt muligt' (forening 4, Sjælland).

'Jeg underviser i et hav af forskellige ting: bl.a. pilates, er landsinstruktør og underviser i landsdelsforeningerne i et hav af forskellige slags kurser, og har gjort det i mange år' (forening 3, Midtjylland).

De interviewede instruktører, som underviser i 'Naturtræning' er ligeledes erfarne instruktører, som har stor erfaring med undervisning på forskellige hold. Dermed har de stor erfaring med at planlægge og tilrettelægge et godt program. De oplever generelt, at det er deres egen kreativitet, der sætter grænsen for aktiviteterne.

Sammenfatning

Bibliotekerne mener, at gennemførelsen af forløbene på et bibliotek kræver nogle bestemte kompetencer fra medarbejderne, for at det kan blive en succes. Det er en fordel, hvis medarbejderen besidder erfaring med projektledelse (facilitering, planlægning, tilrettelæggelse osv.), har pædagogiske kompetencer, kan mestre 'værtsrollen' og har en specifik faglig baggrund på det område, som forløbet handler om.

At være 'SMART Trainings' instruktør forudsætter, at man har nogle idrætsfaglige forudsætninger. Dette nævner instruktørerne selv, og når man ser på instruktørernes baggrund, kan man se, at de har mange års erfaring og har et solidt fagligt ståsted. Endvidere forudsætter gennemførelsen af kurset i 'SMART Training', at instruktørerne har visse boglige erfaringer for at kunne gennemføre kursusforløbet.

Naturtræningsinstruktørerne er typisk også erfarne på deres område, og det synes også at være en vigtig forudsætning inden for denne aktivitet.

5. Samarbejde om projektet

Et af formålene med projektet er, at 'der skabes aktiviteter på tværs af to områder, bibliotekerne og DGI-foreningerne, som traditionelt er adskilt'. Dels på det overordnede ledelsesniveau (Slots- og Kulturstyrelsen, Center for Sund Aldring samt DGI), dels på det lokale niveau mellem biblioteker og foreninger. Hvordan er det lykkedes i den første fase af projektet?

5.1. Samarbejde på det centrale niveau

Ifølge projektlederen har samarbejdet på det overordnede ledelsesniveau været udfordret flere gange. Projektlederen har kunnet mærke forskel mellem praksisverdenen (DGI) og forskningsverdenen (Center for Sund Aldring). Og det har været hans største udfordring i SMART Trainings sporet at skulle sikre et samarbejde på tværs mellem forskerverdenen og praksisverdenen.

Et eksempel på disse organisatoriske og kulturelle forskelle - mellem forskningsverdenen og praksisverdenen - uddyber projektlederen i interviewet.

"SMART Trainings' konceptet er udviklet af DGI, men man har jo skelet meget kraftigt til et tysk koncept, der hedder 'Life Kinetics'. Og den evidens, som delvist ligger bagved Life Kinetics konceptet, har man forsøgt at trække over i 'SMART Trainings' konceptet, hvilket vil sige, at man har prøvet og lave nogle formuleringer i materialet omkring 'SMART Training' til foreninger osv., hvor man sådan lidt firkantet skriver, at det gør en forskel, uden at det er dokumenteret (...). Men vi har jo forskere involveret i projektet, som naturligvis stiller spørgsmålstejn ved de her ting (...). Hvem er det så, der er jeres referencer, og der har man desværre ikke kunne svare tydeligt for sig centralt i DGI, når vi snakker 'SMART Training', og har valgt at holde fast i det materiale, man nu engang har trykt. Det har så betydet, at vi har fået en tydelig og klar markering fra forskers side: 'Vi vil ikke spændes for en 'SMART Trainings' vogn', dvs. lægge navn til, at det her er evidensbaseret, når man ikke kan stå inde for, hvad det er for en evidens, man henviser til (...). Det har givet nogle udfordringer (...). Derfor har vi været nødt til at omformulere 'SMART Trainings' teksten. Og den proces er lykkedes (...). Så der har været nogle spændende udfordringer for at holde lidt sammen i projektet, fordi tilgangene har været vidt forskellige' (projektleder Hold Hjernen Frisk).

5.2. Samarbejde mellem biblioteker og foreninger lokalt

Et af samarbejdsmålene gik ud på, at skabe et samarbejde mellem foreningerne og bibliotekerne. Hvordan er samarbejdet forløbet?

'Ud over ambitionen om at skabe aktiviteter, som inddrager forskningsbaseret viden, stilles der i designet af aktiviteterne yderligere krav om tværfaglighed. En tværfaglighed, som lidt forenklet handler om at få bibliotekernes kerneydelser til at mødes og integreres med idrætsforeningernes kerneydelser' (projektbeskrivelsen Hold Hjerne Frisk, s. 9).

SMART Training

I projektbeskrivelsen gives et eksempel på, at 'SMART Training' kan foregå i bibliotekets lokaler.

'SMART Training' foregår indendørs og kan fint tænkes sammen ind i bibliotekets rammer – enten som event eller som tilbagevendende aktivitet organiseret af foreningen men i bibliotekets lokaler eller som en af de fysiske aktiviteter, der indgår i bibliotekernes tilbud med foreningen som samarbejdspartner' (Projektbeskrivelsen Hold Hjernen Frisk, s. 10).

Det har derfor været en intention fra projektets side, at de to spor skulle samarbejde. Men det er i praksis ikke sket. Projektlederen fortæller, at de i pilotfase 1 prøvede at henvende sig til både 'SMART Training' foreninger og biblioteker om et lokalt samarbejde, og to af bibliotekerne ville gerne have haft 'SMART Training' med som en af bibliotekets aktiviteter, men da man ikke kunne finde en instruktør dertil, blev det ikke realiseret.

Projektlederen fortæller, at man bestræber sig på at italesætte det mere i fase 2. I udbudsmaterialet til pilotfase 1 var det et krav til ansøgningen, at 'biblioteksansatte er ansvarlige for aktiviteterne, men det forudsættes, at de vil være baseret på inddragelse af frivillige' (udbudsmateriale til pilotfase 1). Men det vil man ikke stille krav om i pilotfase 2, da man ikke vil foretage et nyt 'benspænd' for bibliotekerne.

Fra projektets side er det primært lagt op til, at det skal være bibliotekerne, der skal samarbejde med 'SMART Trainings' foreningerne, da man ønsker, at bibliotekerne skal tænke det ind i deres forløb og ikke omvendt. Projektlederen udtaler, at der ikke er en naturlig kobling.

Hvis projektet skal komme i mål med deres ideal om, at der på tværs af sporerne skal skabes et samarbejde, er der brug for en justering og ændring af organiseringen, da det ikke er tilfældet nu.

Interviewene med bibliotekerne og foreningerne bekræfter, at de har stået for deres eget spor, og der har ikke været et samarbejde mellem dem som oprindelig tænkt.

'En tværfaglighed, som lidt forenklet handler om at få bibliotekernes kerneydelser til at mødes og integreres med idrætsforeningernes kerneydelser' (Projektbeskrivelsen HHF).

Der kan der være flere årsager til. For det første kan den geografiske afstand mellem biblioteker og foreninger være for stor, da der ikke er lokalområder, hvor både en forening og et bibliotek deltager i projektet. Den korte ansøgningsfrist har ikke muliggjort dette (bibliotekerne havde to uger til at udforme ansøgningen). For det andet har foreningerne og bibliotekerne hver deres forløb og har derfor ikke kunne se gevinster ved at indgå i et samarbejde. For det tredje har der i den overordnede projektledelse ikke været en strategi for, hvordan man kan facilitere en proces, som kan fremme et samarbejde.

I interviewene nævner to af bibliotekerne, at de gerne ville have haft 'SMART Training' i deres forløb, men da der ingen 'SMART Trainings' instruktør var i de to bibliotekers lokalområder, kunne dette ikke lade sig gøre.

Naturtræning

Det lokale samarbejde mellem biblioteker og foreninger er blevet realiseret i nogle af naturtræningsforløbene. Et bibliotek fortæller, at de blev kontaktet af projektledelsen i Hold Hjernen Frisk, som fortalte om muligheden for et samarbejde med nogle af de lokale foreninger om et forløb. Projektledelsen foreslog nogle specifikke foreninger, som biblioteket kunne samarbejde med. Biblioteket syntes, at det lød spændende og så en gevinst ved at indgå i et samarbejde. Derfor kontaktede biblioteket de to foreslåede foreninger. Biblioteket oplevede, at foreningerne var tilbageholdende og skeptiske i forhold til at etablere et samarbejde. Den interviewede fra biblioteket tror til dels, at det kan skyldes den måde, de tog kontakt til foreningerne og foreslog et samarbejde.

'Der var noget med kommunikationen til at starte med. Det havde været rart, hvis foreningerne var blevet orienteret om det mulige samarbejde med os — bibliotekerne. Alternativt, at vi havde vist, at foreningerne ikke var blevet orienteret om det mulige samarbejde. Så havde vi nok grebet den første kontakt anderledes an' (Bibliotek, Fyn).

Biblioteket efterlyser altså, at projektledelsen har en strategi for, hvordan de kan facilitere en proces, som kan fremme et samarbejde.

Da kontakten først var etableret, gik samarbejdet rigtig godt. De biblioteker og foreninger, som valgte at indgå i et samarbejde om forløbet, var generelt meget glade for det. Både foreningerne og bibliotekerne giver udtryk for, at de oplever samarbejdet som værdifuldt.

'Samarbejdet har været rigtig godt. Biblioteket har lavet guidet fælleslæsning og walk and talks Det har handlet meget om at være nysgerrig på det, man møder i livet. Det har været rigtig godt' (Forening, Fyn).

'Jeg ville gerne have noget fysisk aktivitet ind i det og var selv begyndt at snuse lidt til naturtræning. Samtidig syntes jeg, at det kunne være interessant at stable et samarbejde på benene mellem to meget forskellige organisationer og se, hvordan det fungerer i praksis. Samtidig får dem, der deltager, hele pakken: Natur, træning og kultur og litteratur. Det er stimulationen af det fysiske og det mentale samtidig med, at man kommer udenfor, der er det interessante ved projektet' (Bibliotek, Nordsjælland).

5.3. Samarbejdet med lokalsamfundet

Kulturen i bevægelse — Bevægelse i kulturen

Bibliotekerne har i deres forløb samarbejdet med andre aktører og brugt dem som samarbejdspartnere - nogle mere end andre. For eksempel har et bibliotek i Vestjylland samarbejdet med kommunens sundhedscenter og kultur- og idrætsafdeling om udarbejdelsen af ansøgningen til projektet og tilrettelæggelsen af forløbet. Endvidere har samme bibliotek samarbejdet med medborgerhuset, en lokal kulturinstitution, lokalhistorisk arkiv, musikskolen og lokale musikere.

Et andet bibliotek har samarbejdet med det lokale kulturliv.

'Vi har samarbejdet med rigtig mange – vi har jo lavet en kulturstafet, hvor deltagerne hver gang skal prøve noget nyt i vores kulturliv – vores forløb er, at de skal holde hjernen i sving med kulturaktiviteter her i kommunen' (Bibliotek, Storkøbenhavn).

Et tredje bibliotek har både samarbejdet med et lokalt museum og med Ældresagen.

'Altså vi har samarbejdet med Sporvognsmuseet, Oplevelsens Venner, som er en forening, og Ældresagen, som vi har sparret med om rekrutteringen. Og så har vi brugt lokale aktører, da vi skulle rekruttere til at sprede budskabet' (bibliotek, Sjælland).

På biblioteket i Vest-Midtjylland havde de et lokalhistorisk forløb, hvor forløbet gik ud på, at det var de frivillige foreninger, som stod for forskellige forløb. Det var projektkonsulenten, som sammensatte forløbet, men indholdet i hvert forløb stod de frivillige foreninger for - eksempelvis når de frivillige fortalte om den lokale sygehushistorie.

'Vi har primært forsøgt at lade de frivillige foreninger stå for oplæggene' (bibliotek, Vest-Midtjylland).

Det er meget typisk for bibliotekerne, at de har samarbejdet med mange aktører fra lokalsamfundet – både frivillige organisationer og offentlige institutioner.

Kun et af bibliotekerne har ikke haft et samarbejde med andre om forløbet, da det primært gik ud på at se en masse aktiviteter i kommunen. Dette forløb var i sin overordnede struktur lidt mere enkelt, da deltagerne til hver aktivitetsgang skulle læse en bog i serien 'Tænkepauser', og når de så mødtes på biblioteket, læste bibliotekaren en novelle, som omhandlede samme emne som 'Tænkepause-bogen', og til sidst sluttede de af med yoga, hvor en betalt instruktør fra kommunen stod for undervisningen (bibliotek, Storkøbenhavn).

SMART Training

Foreningerne der udbød 'SMART Training' har ikke på samme måde som bibliotekerne samarbejdet med andre i lokalsamfundet. De to foreninger, som havde påbegyndt 'SMART Training', inden Hold Hjernen Frisk projektet begyndte, har samarbejdet med kommunen, som støttede rekrutteringen af deltagere og økonomisk.

'Jeg snakkede en del med forskellige i kommunen (...), hvordan de kunne gøre opmærksom på det (...). Og så bakkede kommunen så meget op om det, så de anbefalede projektet og ville betale både kursus og materialer, så vi kunne starte det' (forening 1, Østjylland).

Tre af foreningerne har ikke samarbejdet med andre i lokalsamfundet. En af foreningerne nævner, at de ikke har haft behovet for at samarbejde med andre, da de har haft nemt ved at rekruttere deltagere, og den ansvarlige for træningen i foreningen har ikke haft behov for et netværk, da pågældende har en stor berøringsflade.

'Nej, jeg tror også, det er fordi, jeg har jo hele min berøringsflade som en del af udviklingsdelen på det, så jeg tænker, jeg har heller ikke som instruktør haft behov for at have nogen. Altså jeg har masser af netværk i det' (forening 3, Midtjylland).

En anden forening fortæller, at den ikke troede, at det var nødvendigt, da det ikke var et problem at rekruttere deltagere til holdet. Den fortæller også, at der ikke er blevet lagt vægt på det fra overordnet hold i projektet.

'Det troede jeg jo i starten ikke var nødvendigt, fordi jeg syntes jo, det var så godt, så folk måtte jo bare komme' (forening 4, Sjælland).

Naturtræning

I et af disse forløb, hvor Biblioteket stod for den overordnede tilrettelæggelse af forløbet, havde de også samarbejdet med kommunens Park og Vej-afdeling og en naturvejleder om en af undervisningsgangene. Her skulle deltagerne prøve at høste med le, og i den forbindelse læste de novellen 'Efter høsten'. Biblioteket oplevede dette samarbejde som et utrolig givende samarbejde, hvor de havde mødt stor velvilje fra samarbejdspartnerne.

Sammenfatning

Næsten alle bibliotekerne har haft et samarbejde med andre foreninger og kommunale institutioner, både i rekrutteringsfasen og i gennemførelsen af forløbene, som ofte er sket i et samarbejde med lokale foreninger og institutioner. Modsat har foreningerne ikke samarbejdet med andre foreninger og institutioner bortset fra to foreningers samarbejde med kommunen om rekrutteringen af deltagere til træning og økonomisk støtte til kursusdeltagelse. Informationerne tyder på, at et samarbejde med andre lokale aktører har haft en positiv betydning for rekrutteringen af deltagerne.

5.4. Samarbejdet mellem bibliotekerne og mellem foreningerne

Bibliotekerne har ikke samarbejdet på tværs med andre biblioteker. Generelt nævner bibliotekerne, at hvis de skulle have samarbejdet med et andet bibliotek, skulle det have været i planlægningsfasen, hvor man kunne erfaringsudveksle, men det mener de ikke, at der var tid til pga. den korte ansøgningsfrist.

'Så skulle det mere have været i planlægningsfasen, hvor man skal have ideerne, både til indhold men også til form' (bibliotek, Vestjylland).

Et andet bibliotek udtrykker det samme og ville gerne have haft sparring med andre biblioteker i forberedelsesfasen.

'Det er forberedelserne, som tog mere tid, end vi egentlig havde troet. Altså jeg synes, udfordringen har været, at det har taget længere tid, end vi troede (...). Men der kan man jo så have den fordel, hvis man skal hoppe på, at hvis man kunne genbruge noget af det, andre har lavet, og så genbruge det, så man ikke skal opfinde den dybe tallerken igen. Fordi der synes jeg, vi har brugt en del tid på, hvordan skulle vi skrive artikler til avisen, lave brochurer og planlægge hele forløbet osv. Det har nok taget lidt længere tid, end vi havde troet' (bibliotek, Storkøbenhavn).

Et andet bibliotek nævner, at det havde været rigtig rart, hvis de havde mødtes med de andre biblioteker i starten og i slutningen for at erfaringsudveksle.

'Det ville være så fedt, hvis man havde indblik i, hvad hinandens aktiviteter var. De måtte gerne lave en lille konference gerne til start og til slut, hvor man møder hinanden og hører hinandens projekter (...). Det ville være et kæmpe løft, og det ville også være sjovt, hvis man kunne bruge hinandens erfaringer og ideer' (Furesø Bibliotek).

Et bibliotek fortæller, at de havde spurgt projektlederen for Hold Hjernen Frisk, om man kunne mødes engang på tværs med de andre biblioteker. Dette skete aldrig, men samtidig nævner biblioteket, at de egentlig heller ikke føler, at det var nødvendigt, da de har et indtryk af, at hvert af de deltagende biblioteker har stået for meget forskellige forløb, og derfor er det ikke sikkert, at man kan bruge hinanden

'Hvis nu der var nogle biblioteker, der havde kørt samme forløb eller tæt på, så kunne det måske være meget fint at høre om deres erfaringer' (bibliotek, Vest-Midtjylland).

Et andet bibliotek siger ligeledes, at de ikke har haft behov for et samarbejde med andre biblioteker, men havde forventet, at hjemmesiden Holdhjernenfrisk.dk havde været mere aktiv.

'Jeg har haft en forventning om, at hjemmesiden havde været meget mere aktiv (...). Vi har sendt billeder og Facebook opslag hver eneste gang, vi har mødtes, og med billeder

og en omtale af det hele. Så jeg har sådan egentlig gået og tænkt, gad vide hvornår de andre begynder at fortælle deres historie herinde, fordi det var så den vej, jeg havde forestillet mig (...). Men det kan godt være, det først er til næste ombæring, at de vil være mere interaktiv, hvor vi kan dele med hinanden'(bibliotek, Vestjylland).

Projektlederen for Hold Hjernen Frisk fortæller, at det ikke har været meningen, at hjemmesiden skulle lægge op til et samarbejde mellem bibliotekerne, men at den primært tager sigte på den almindelige borger.

Foreningerne har ikke samarbejdet med andre foreninger. En af foreningerne nævner, at det kunne have været rart at erfaringsudveksle mellem instruktørerne.

'Det ville jo være skønt at have en kollega, der også underviser i det eller nogen, man kan mødes med måske' (forening 1, Østjylland).

Sammenfatning

Bibliotekerne har ikke samarbejdet med andre biblioteker, og hvis det skulle give mening for dem, skulle det have været i planlægningsfasen, hvor man kunne udveksle ideer og erfaringer med de andre biblioteker, eller hvis forløbene havde været mere ens, og bibliotekerne, der deltager i projektet, lå tættere på hinanden. Man mener, at der ikke var tid til at etablere et samarbejde pga. den korte forberedelsestid. Men oplever heller ikke, at der i den overordnede styring af projektet er lagt så meget vægt på at fremme et samarbejde.

Mellem de foreninger, der deltager i 'SMART Training', eller mellem de foreninger, der deltager i 'Naturtræning' er der ikke et samarbejde.

Helt overordnet viser undersøgelsen, at ønsket om et samarbejde på tværs af sporene, på tværs af biblioteker og foreninger samt foreningerne indbyrdes og bibliotekerne indbyrdes ikke er realiseret i den ønskede grad. De eneste samarbejder er bibliotekernes samarbejde med lokale foreninger og institutioner om gennemførelsen af de forløb, de har planlagt, samt biblioteker og foreningers samarbejde om naturtræningsforløb.

6. anbefalinger

Interviewene med bibliotekerne og foreningerne har også handlet om, hvilke forhold der op-levs som væsentlige for, at Hold Hjernen Frisk aktiviteterne bliver en succes.

6.1. Ressourcer

Som forventet tillægger både bibliotekerne og foreningerne det stor betydning, at der er de tilstrækkelige ressourcer til aktiviteterne.

Kulturen i bevægelse — Bevægelse i kulturen

Efter pilotfase 1 fortalte flere af bibliotekerne, at deltagerne havde spurgt, hvad der ville ske, når det igangværende forløb sluttede. De fleste af bibliotekerne mente, at de hverken havde tid eller ressourcer til at forsætte dette forløb uden ekstra midler, men at de gerne ville stille lokaler til rådighed, hvis andre vil facilitere og gennemføre aktiviteterne.

'Så kan de være her på biblioteket, men de skal så selv mødes og finde den litteratur, de skal læse. Så stiller vi et lokale til rådighed for dem, og vi kan skaffe de 15 eksemplarer af en bog, så det skaffer vi så hjem til dem. Så det er bare sådan det praktiske arbejde, så sørger de selv for resten' (bibliotek, Storkøbenhavn (1)).

'De må også gerne låne lokale mm. på biblioteket' (bibliotek, Storkøbenhavn (2)).

'Vi kan give dem rammerne, da deltagerne gerne vil forsætte (...). Vi kan sikkert også godt tilbyde dem noget guidet fælleslæsning eller brætspilscafe, men de må selv organisere det' (bibliotek, Østjylland).

Bibliotekerne fra både pilotfase 1 og 2 nævner, at forløbet har krævet mange ressourcer af dem – flere end de havde regnet med (bl.a. et bibliotek i Storkøbenhavn). Et bibliotek udtalte, at de ikke vil køre et nyt forløb, da de ikke havde ressourcerne til det.

'Nu er det ikke nogen hemmelighed, jeg har også skrevet det til projektlederen, han har jo allerede skrevet ud og spurgt, hvordan vi tænker, om vi vil søge penge igen. Og der har vi skrevet, det vil vi ikke i en ny runde, ikke som det ser ud nu, og som vilkårene er (...), nu har vi afprøvet det her koncept. Hvis det er sådan, man tænker, vi skal til at starte noget nyt op (...). Vi har ikke ressourcerne til at køre 15 mødegange igen. Så vil vi hellere køre et hold af seks mødegange, hvor vi ligesom kan overskue det indholds-mæssige' (bibliotek, Vest-Midtjylland).

Nogle biblioteker mener dog, at de måske kan fortsætte med aktiviteten, men under en anden form. Et bibliotek nævner, at de fx kunne gennemføre kortere temaforløb i stedet for 15 gange (bibliotek, Vestjylland). Et andet bibliotek nævner, at det har været hårdt og ressourcekræ-

vende at planlægge 15 mødegange og så gerne, at de var kortere. Det afhænger i høj grad af, hvor stort og ambitiøst det gennemførte forløb var.

'En ting var, hvis vi havde haft et forløb, hvor vi havde sagt, vi vil gerne lave noget (...) guidet fælleslæsning, hvor vi har en af vore egne medarbejdere, der kører et forløb (...). Det havde faktisk været rigtig meget nemmere. Men nu hvor vi skal ud og have kontakt til folk og sikre os, at de har noget indhold til hver mødegang, så bliver 15 mødegange lige pludselig meget at sikre, at vi har de rigtige kontakter og få alt det på plads' (bibliotek, Vest-Midtjylland).

Nogle af de biblioteker, der har deltaget i pilotfase 2, har valgt at lave brugerbetaling. Et bibliotek i Nordsjælland havde en brugerbetaling på 1500 kr., mens et bibliotek i Østjylland havde en brugerbetaling på 360 kr. Ingen af bibliotekerne fik deres omkostninger fuldt dækket på trods af brugerbetalingen. Begge biblioteker peger på, at ressourcer og tid stadig er en stor udfordring.

SMART Training og Naturtræning

For foreningerne var opstartsfasen, at få budskabet om SMART Training og naturtræning ud, ressourcekrævende, og det har i to af 'SMART Training' foreningerne haft den konsekvens, at der ikke var deltagere til træningen (fordi man ikke havde ressourcerne til at gøre mere ud af annoncering mv.).

Undersøgelsen viser, at foreninger med en mindre økonomi, og hvor man heller ikke har prioriteret indsatsen i bestyrelsen, har brugt færre ressourcer på at udbrede informationen om 'SMART Training' i foreningen, og bl.a. af den grund ikke har fået det tilstrækkelige antal deltagere til holdet for at kunne gennemføre det. Hvis foreningen skal lykkes med at få 'SMART Training' eller 'Naturtræning' i gang i foreningen, kræver det hårdt arbejde, og at man er indstillet på at bruge penge på at få den nødvendige omtale.

Foreningen skal endvidere være opsøgende, for eksempel hvis den ønsker et samarbejde med det lokale bibliotek, som fx kan lægge flyers ud.

6.2. Opbakning fra ledelsen/bestyrelsen – også økonomisk

Alle tovholderne på bibliotekerne har haft opbakning fra ledelsen. Det er en fra ledelsen, som har fortalt de ansatte, at de skulle ansøge, og initiativet er kommet oppe fra. Det er dog ikke på alle bibliotekerne, at medarbejderne er købt 'fri' til projektet, dvs. de har stadig haft deres faste arbejdsopgaver samtidig med den nye aktivitet, hvilket for nogle medarbejdere har været for voldsomt.

Også i foreningerne er det vigtigt, at bestyrelsen bakker op og støtter, at der bruges penge på annoncering mm. Det er ikke alle foreninger, der har haft en klar opbakning fra bestyrelsens side, og de foreninger, der ikke har haft det, har heller ikke formået at få holdet oprettet. Ved spørgsmålet om, hvilken betydning 'SMART Training' tillægges i foreningen, svarer en af foreningerne:

'Det er lidt vanskeligt at sige. Der er delte meninger om det (...). Derfor er det jo også vanskeligt at få penge til annoncer, når ikke det er en samlet bestyrelse, der siger, vi går 100 procent ind for det, fordi det gør man jo ikke' (forening, Sjælland).

Et andet citat afspejler ligeledes, at det er vigtigt, at bestyrelsen bakker op.

'Det skal komme fra toppen af, det skal komme fra bestyrelsen, som skal sige. 'Det er det, vi gør'. Og det gjorde hele bestyrelsen ikke. Og så skal man være bevidst om, at det koster altså nogle penge i annoncering (...). Der er mange gratis annonceringssteder, Facebook og skoler osv. og plejecentre og træningsenheder osv., men man skal være bevidst om, at det kommer til at koste nogle penge, for det skal i dagspressen. Denne aldersgruppe, vi gerne vil fange, kan man ikke fange på Facebook – i hvert fald ikke alle sammen. Så det skal i den lokale dagspresse. Det skal man være bevidst om. Og der skal være en del benarbejde' (forening, Storkøbenhavn).

6.3. Samspillet mellem DGI og bibliotekerne/foreningerne

Interviewene viser ligeledes, at det er vigtigt, at der er et godt samarbejde/god kommunikation mellem DGI (Hold Hjernen Frisk kontoret – projektlederkontoret) og hhv. foreninger og biblioteker. Der er nogle af de interviewede, som synes, at projektlederkontoret skulle have været dygtigere til at kommunikere til dem.

'Det ville have været en rigtig god start på projektet, hvis vi havde haft en meget bedre kontakt. Så der har været nogle udfordringer i 'er vi med eller er vi ikke med'(...). Normalt i et projekt er vi jo ikke bundet til at være i kontakt med nogen. Så får man bare en pose penge, og så arbejder man, og til sidst laver man afrapportering - jamen vi har jo været bundet til at skulle køre en PR profil, og der har ikke været nogen god kontakt (...), og vi har ikke altid kunnet få et svar på mail, og det giver så nogle usikkerheder, som ikke var nødvendige faktisk, for vi kunne sagtens bare have klaret det selv. Så den topstyring kunne vi godt have været foruden, synes jeg' (bibliotek).

'Vi har rigtig gerne ville samarbejde med projektlederen, men han har åbenbart meget travlt, så når vi har prøvet og skrive til ham med ideer og forslag, så har han ikke været så responderende. Han måtte meget gerne have haft en meget større kraft som projektleder i at orientere os, når der skete noget. Vi har også spurgt om midler til events, og om han kunne sørge for, at Kulturministeren kom på besøg – og jeg har virkelig prøvet mange gange at komme i kontakt med ham (...)' (bibliotek).

Nogle af bibliotekerne har således ikke været helt tilfredse med kommunikationen om projektet og den topstyring, der har defineret projektet. Den samme oplevelse har nogle af forenin-

gerne, og en instruktør peger på, at det virker som om, at der er for mange led i kommunikationen. Andre foreninger har været meget tilfredse med samarbejdet med DGI.

Sammenfatning

For både bibliotekerne og foreningerne er der nogle forhold, man skal være opmærksom på, når man går ind i et forløb og et projekt som Hold Hjernen Frisk. Det kræver først og fremmest en del ressourcer, som man som forening og bibliotek skal være klar til at lægge i projektet, hvis det skal realiseres og forankres. Ifølge bibliotekerne har de ikke de nødvendige ressourcer til at kunne fortsætte de aktiviteter og forløb, som de har gennemført. Foreningerne mener også, at en igangsætning af 'SMART Training' kræver en del ressourcer. Det er de store foreninger med gode ressourcer, og som brugte ressourcer på at få den nye aktivitet omtalt de rigtige steder, der har formået at få et hold i gang. En forudsætning for at få succes med den nye træningsform er, at der bruges ressourcer på omtalen og igangsætningen. Derudover skal der være en opbakning fra ledelsen. Endelig er det vigtigt, at der er et godt samspil imellem det overordnede ledelsesniveau for det samlede projekt og det konkrete medarbejderniveau (bibliotekerne og foreningerne).

7. Konkrete råd

På baggrund af interviewene og analysen deraf kan følgende ideer til etablering og forankring af aktiviteterne overvejes.

7.1. Generelt

>> 1. Udvid aldersgruppen

Både foreninger og biblioteker vil gerne have aldersgrænsen udvidet, således at ældre over 70 år også må deltage.

'Det er en problem, at der er en aldersgrænse. Folk er blevet meget sure over, at det kun var for folk mellem 55 og 70 år. Der er mange, som har været 71 og 72, som har været voldsom sure over, at de ikke kunne være med' (bibliotek, Hovedstadsområdet (2)).

'Og så måtte vi afvise rigtig mange, som ikke faldt inden for aldersgrænsen. Altså der er mange af dem, som fik at vide, at de ikke kunne være med, fordi de var over 70, som sagde, det er jo netop nu, vi har brug for at blive aktiveret. Og nogen var virkelig sådan vrede over det. Det var aldersdiskriminering og sådan noget. Det kunne vi ikke gøre så meget ved, det var jo blevet sat sådan op' (bibliotek, Hovedstadsområdet (1)).

7.2. Kultur i bevægelse — Bevægelse i kulturen

Bibliotekerne har mange konkrete forslag, som de mener, kan forbedre projektet.

>> 1. Sæt mere tid af til planlægningsfasen

Bibliotekerne har behov for længere tid til at skrive ansøgning og projektbeskrivelse og bedre tid til at planlægge forløbet.

'Det der har været udfordringen i projektet, (...) når man giver penge til, at nogen skal facilitere et 15-ugers forløb og så giver dem sommerferiemånederne til at planlægge det (...), jeg sad der og skulle have fat i fire samarbejdspartnere og planlægge 15 ugers forløb. Og projektlederen var gået på ferie, (...), og jeg vidste aldrig helt, hvem fra KU jeg skulle skrive til, hvem der lige var på ferie, og folk svarede ikke. Så jeg vil sige, det var ikke en ønskværdig opstartsproces. Projektet har kørt, som det skulle og har været megafedt, men opstartsprocessen har langtfra været optimal' (bibliotek, Sjælland).

'Ja, men der var i forvejen en meget kort ansøgningsfrist, som jo næsten var urimelig. For det andet så var det et forløb, der krævede, at man skulle mødes 15 gange og skulle

beskrive det. At kunne favne det i en ansøgning, der skal laves så hurtigt – altså det hang ikke sammen (...). Hvis vi skal kunne lave et fornuftigt forløb, som virkelig har noget at byde på, så skal vi have længere tid til at planlægge det' (bibliotek, Vestjylland).

>> 2. Afkort forløbene

'Vi har skrevet, at vi ikke vil søge i en ny runde, ikke som det ser ud nu, og som vilkårene er (...). Vi vil simpelthen ikke kunne rumme at finde indhold til 15 nye mødegange (...). Vi har ikke ressourcerne til at køre 15 mødegange igen. Så vil vi hellere køre et hold af seks mødegange, hvor vi ligesom kan overskue det indholdsmæssige' (bibliotek, Vest-Midtjylland).

>> 3. Genbrug aktiviteter og forløb

Når man skal sammensætte et forløb på biblioteket, kan det være nemmest at tage det bedste fra de tilbud, man har i forvejen, og samle det til et forløb.

'Det nemme af det har været at tage det bedste fra de hylder, vi har af tilbud, samle det sammen og præsentere det for en gruppe af mennesker' (bibliotek, Østjylland).

Aktiviteter og forløb kan også genbruges på andre biblioteker. Når de bruger hinandens koncepter og forløb skal de ikke bruge så mange ressourcer på udviklingen af forløb. En mulighed er at sætte bibliotekerne sammen i erfaringsudvekslingsgrupper. En anden er at der udarbejdes en slags drejebog for et sådant forløb.

'Udfordringen har været, at det har taget længere tid, end vi troede (...). Men der kan man jo så få den fordel, at hvis man kan genbruge nogen af det, andre har lavet og så genbruge det, så man ikke ligesom skal opfinde den dybe tallerken igen. Fordi der synes jeg, vi har brugt en del tid på: hvordan skulle vi, altså skrive artikler til avisen, lave brochurer, planlægge hele forløbet osv.' (bibliotek, Storkøbenhavn (1)).

>> 4. Kæd forløbets aktiviteter sammen med foredrag om sundhed, hjernen mv.

Forløbet opleves som meget meningsfuldt, når konkrete aktiviteter kædes sammen med foredrag om sundhed, hjernen mv.

'Det har været en øjenåbner af dimensioner for dem ift. den hjerneforskning, at hun (Ellen Garde) fortalte om, hvad hun er i gang med. Det var en fantastisk start, og det vil jeg ønske, at ethvert hold, som skal gå i gang med noget lignende, får den del med, for hun er en blændende formidler, og hun har også et fantastisk budskab' (bibliotek, Østjylland).

>> 5. Facilitér samarbejder med andre aktører

Facilitér at bibliotekernes og foreningernes samarbejde med andre – fx foreninger – om forløb og indhold. Det gør, at biblioteket ikke står alene for hele forløbet. Man kunne lægge op til en større inddragelse af frivillige i forløb, som specifikke frivillige har engagement i og forudsætninger for at gennemføre. I projektbeskrivelsen lægger man op til, at forankringen af forløbene på bibliotekerne kan ske ved inddragelse af frivillige.

'Afholdelse af aktiviteterne involverer i høj grad frivillige, og da der er udviklet manual/idekatalog, der beskriver aktiviteterne, og hvordan man kan implementere dem, vil de ikke være ressourcefor bibliotekerne at fortsætte med som en del de almindeligt udbudte aktiviteter'.

Denne del er der imidlertid ikke taget initiativ til af hverken projektet overordnet eller de enkelte biblioteker. Hvis dette realiseres kan bibliotekernes rolle i højere grad være at facilitere forløb og stille lokaler til rådighed, så deltagerne (eller andre) selv står for afviklingen.

7.3. SMART-Training og Naturtræning

Foreningerne har også en række konkrete forslag til forbedringer af projektet.

>> 1. Sørg for omtale af holdende

Omtale af holdene i de lokale medier havde stor betydning for rekrutteringen af deltagere. Tag kontakt til og samarbejd med organisationer og institutioner i lokalsamfundet, det lokale bibliotek og med kommunen. Alle disse aktører kan være med til at sprede budskabet om den nye træningsform og måske også bakke op om initiativet. Samtidig er det vigtigt, at foreningen bruger tid til at fortælle folk, hvad 'SMART Training' og 'Naturtræning' går ud på. Sådanne personlige omtaler spreder sig ofte som ringe i vand. Foreningerne kan eventuelt tilbyde prøvetræning eller introduktionsdage, hvor folk får mulighed for at prøve 'SMART Training'.

'Det er vigtigt at få formidlet, hvad det faktisk er, og det kan jo være lidt en kunst, måske ikke at formidle hensigten med det, men at forklare, hvad er det egentlig for nogen øvelser. Altså man kan sige, du kommer til at opleve det som leg, noget af det ligner noget, du måske har lavet, hvis du har gået til gymnastik engang (...). Det er ikke hårdt fysisk, og det er jo vældig, vældig svært at forklare helt præcist, hvad det er. Så jeg tænker de der introdage, de er gode. Lave introforløb hvor man kan sige 'kom og prøv det' (forening 3, Midtjylland).

'Altså jeg har beskrevet det og vist billeder osv. i folderne, men så har jeg måske lavet 5-6 'kom og prøv' timer, så folk får det prøvet. Så 'kom og prøv det', er det eneste rigtige at sælge 'SMART Træning' på, fordi når man først har prøvet, så er det sjovt. Altså man kan ikke forklare folk, at det er motorik og sensorik, og så laver du nye hjerneforbindelser og ting og sager, det er alt for abstrakt. Så kom og prøv – og så kan du melde dig til bagefter' (forening 2, Østjylland).

DGI kan også gøre mere for at fremme udbredelsen af og deltagelsen i tilbuddet. Dels ved at tale mere positivt om det, dels ved at gøre mere reklame for træningsformen og direkte eller indirekte støtte de foreninger, som vover at prøve træningsformen (fx ved at få penge tilbage for den kuffert med materialer, man får, hvis man tilmelder sig projektet, og det ikke lykkes at få deltagere til et hold).

'Der efterlyser jeg virkelig, at man bare inden for DGI's egne rækker; altså instruktører, formænd, at de ved, hvad det er, fordi jeg har været ude på kurser, hvor jeg har sagt det her 'SMART Training', så vender de øjnene op og siger 'Ah det er bare ny vin på gamle flasker' (...). Problemet er, de aner ved gud i himlen ikke, hvad 'SMART Training' er. (...) At man ikke engang kan få opbakning hos ens kolleger, instruktører. Fordi de skulle ligesom være ambassadører for selve træningen, (...), jamen 'SMART Training' er ikke i konkurrence til hverken dans eller til pilates eller et eller andet der' (forening 4, Sjælland).

'Jeg tror, DGI skal måske poste nogle flere penge i at reklamere for det, eventuelt at det kommer som et indslag gennem noget sport på TV, sådan så at man lærer, der er også de der muligheder, når du er blevet lidt ældre for at holde dig i gang, hjernemæssigt' (forening 4, Sjælland).

'Jeg synes jo, det der med den kuffert. Der står i materialet, at den er nødvendig for, at man kan starte hold op. Og den vil man ikke refundere, fordi vi har jo ikke noget hold p.t. Men vi har jo forsøgt at starte op, og vi er jo nødt til at have materialet for at kunne starte et hold op. Så det hænger ligesom ikke rigtigt sammen' (forening 4, Sjælland).

>> 2. Facilitér erfaringsudveksling mellem foreninger

Det kan være værdifuldt og givende at etablere et samarbejde mellem foreningerne, så de kan lære af hinanden, bruge hinandens kompetencer og erfaringer mv. DGI kunne hjælpe med at etablere et sådant samarbejde.

>> 3. Overvej om navnet SMART Training appellerer til målgruppen

'Navnet – 'SMART Training' - virker lidt frastødende på ældre mennesker. I mandags da xx skulle komme og vise eller afprøve 'SMART Training' på en gruppe ældre kvinder 60+. Da jeg fortalte, hvad det var, sagde de. 'Nej, ikke de her engelske ord igen, og hvad er det egentlig, fordi det virker sådan lidt nymodens, så det er jo slet ikke noget for os'. Det kunne måske være en hurdle, det navn (...). De kan jo dårligt udtale det' (forening 5, Storkøbenhavn).

8. Ændringer i projektet til fase 2

Projektlederen har gjort sig en del erfaringer fra fase 1, som i store træk svarer til bibliotekerne og foreningernes erfaringer og forslag. Derfor er projektet ændret i fase 2 (puljebeskrivelse pilot 2, bibliotekerne):

- Kortere forløb: 12 uger i stedet for 15 uger.
- Målgruppen: 55-75 år i stedet for 55-70 år.
- Længere tid til udarbejdelse af projektbeskrivelse og ansøgning fra 14 dage til lidt over en måned.
- Fælles informationsmøde for bibliotekerne i starten.
- Aktivitetsperioden er kortet ned fra 15 til 12 uger (understøttet af Center for Sund Aldring).

Projektet har også gjort den erfaring, at bibliotekerne skal være mere bevidste om, hvilken målgruppe de kan få til at deltage i et forløb.

'Sådan at man ikke nødvendigvis hopper ud i noget af det, som er sværest - som enlige mænd i aldersgruppen 55 til 75 år fra et boligsocialt område - det er en hård nød at knække, hvis man er et bibliotek' (projektleder).

Projektlederen har også gjort den erfaring, at der skal 'nurses' mere om deltagerne i 'SMART Training', så de kommer til slutmålingerne. Man har oplevet, at der er en del af deltagerne, som ikke kommer til slutmålingerne, og da projektet har brug for en effektmåling ved start og slut, er dette vigtigt for projektet. En forening fortæller, at nogle af deltagerne oplevede testene som meget udmattende. Der var alt for meget, de skulle igennem.

"Jeg havde faktisk nogen, der valgte at stoppe forløbet på den baggrund. Andre gennemførte ikke testen. Da deltagerne så skulle testes igen, var de meget spændte på at få af vide, om de havde udviklet sig. Men det kunne åbenbart ikke lade sig gøre at få det at vide. Det var de skuffede over, når de nu skulle trækkes igennem den her lange og udmattende test to gange" (forening)

Forskellen på bibliotekerne og foreningerne er, at de på bibliotekerne tager en form for 'værtsrolle' overfor deltagerne, og de får kaffe mm. I foreningen er det ofte en frivillig, som er instruktør, og det har ikke på samme måde en 'værtsrolle', hvor der bliver 'nurset' om deltagerne.

'I 'SMART Trainings' sporet skal der mere understøttelse til - der sidder ikke en professionel bibliotekar, som har projektleder erfaring osv., og som bliver lønnet for at løse den her opgave. Og det er meget mere 'loose' derude, (...) og derfor har vi lavet nogle justeringer undervejs, så vi får bedre slutmålingsprocent her i anden bølge end i første bølge. Og på bibliotekssiden har de som udgangspunkt en høj slutmåling, fordi man nurser lidt mere' (projektleder Hold Hjernen Frisk).

9. Sammenfatning

Undersøgelsen kan sammenfattes under syv overskrifter.

1. Det var vanskeligt at rekruttere de ønskede antal biblioteker og foreninger til undersøgelsen.

Projektet havde vanskeligt ved at rekruttere de ønskede biblioteker og foreninger til projektets første fase. Det kan bl.a. skyldes, at der var meget kort tid til at ansøge om at deltage i projektet. Men det hænger også sammen med, at der er særlige typer af biblioteker og foreninger, som ser en mening i at deltage i aktiviteter, som Hold Hjernen Frisk tilbyder.

Bibliotekerne er udviklingsorienterede med en udviklingsorienteret ledelse. Foreningerne er mere forskellige. Den ene type er udviklingsorienteret, mens den anden type er mere traditionel og ser 'SMART Training' og 'Naturtræning' som en af flere aktiviteter, som der ikke skal gøres noget ekstraordinært for at få etableret. Det er den første type, som har været dygtige til at få deltagere til træningen.

Såvel bibliotekerne som foreningerne ønskede at deltage i projektet, a) fordi de fandt, at projektet matcher bibliotekets / foreningens mål og interesser b), fordi de gerne vil deltage i nye aktiviteter, c) og fordi de har en særlig interesse i målgruppen og den tilgang til aktiviteter, som ligger i Hold Hjernen Frisk.

2. De fleste biblioteker og foreninger formåede at rekruttere deltagere til aktiviteterne, men det lykkedes ikke alle foreninger at oprette et hold.

Det er lykkedes de interviewede biblioteker at rekruttere deltagere til de aktiviteter, som de har udbudt som en del af projektet. Bibliotekerne har brugt alle deres kommunikationskanaler til at få budskabet ud om projektet. Det er dog især lokal avisannoncering, der har været effektiv. Nogle af foreningerne har formået at rekruttere deltagere til 'SMART Training', men der er også to foreninger, som ikke er lykkedes med det (da interviewene blev gennemført). Begge naturtræningsforeninger, som blev interviewet, lykkedes med at rekruttere deltagere. De foreninger, der har brugt en del ressourcer på det, og som har synliggjort det i lokale medier samt delt brochurer ol. ud, er lykkedes med at rekruttere deltagere til den nye træningsform. Det synes også at have betydning for rekrutteringen, hvis der er én person, der har ansvar for opgaven.

3. Bibliotekerne har ikke været bundet af et færdigt koncept og har i store træk kunnet gøre, hvad der passer dem. 'SMART Training' foreningerne har i højere grad været bundet af 'SMART Training' konceptet, men oplever det ikke som et problem. Naturtræningsforeningerne har haft høj grad af frihed, men har kunnet finde inspiration i et inspirationshæfte..

Bibliotekerne har ikke været bundet af et færdigt koncept og har i store træk kunnet gøre, hvad der passer dem. Bibliotekerne har holdt sig til deres projektbeskrivelse, men kunne foretage mindre justeringer undervejs. I 'SMART Training' foreningerne holder de sig overordnet til konceptet, men de pointerer også, at det kan de gøre, fordi de har nogle basisøvelser, hvor de kan udvikle og tilpasse øvelserne, så de passer til deltagernes niveau. Naturtræningsforeningerne har haft høj grad af frihed, men har kunnet finde inspiration i et inspirationshæfte. Det passede dem godt.

4. Der stilles særlige krav til kompetencer for at stå for aktiviteterne på bibliotekerne og i foreningerne

Bibliotekerne mener, at gennemførelsen af forløbene på et bibliotek kræver nogle bestemte kompetencer fra medarbejderne, for at det kan blive en succes. Tilsvarende forudsætter 'SMART Training', at instruktøren har nogle idrætsfaglige forudsætninger og også visse boglige forudsætninger for at kunne deltage i det obligatoriske kursus. 'Naturtræning' forudsætter at instruktøren har nogle idrætsfaglige forudsætninger og er kreativ.

5. Det ønskede samarbejde om projektet er ikke lykkedes

Undersøgelsen viser, at ønsket om et samarbejde på tværs af sporene, på tværs af biblioteker og foreninger samt foreningerne indbyrdes og bibliotekerne indbyrdes ikke er realiseret i ønsket grad. De eneste samarbejde der er lykkedes, er bibliotekernes samarbejde med lokale foreninger og institutioner om gennemførelsen af de forløb, de har planlagt, samt samarbejder mellem biblioteker og foreninger om 'Naturtræning'.

6. Projektets succes forudsætter ressourcer, opbakning fra ledelsen og et godt samarbejde internt i projektet

Deltagelsen i Hold Hjernen Frisk synes at kræve en del ressourcer, som man som forening og bibliotek skal være klar til at lægge i projektet, hvis det skal lykkes og forankres. Både økonomisk og fagligt. Derudover skal der være en opbakning fra ledelsen. Endelig er det vigtigt, at der er et godt samspil imellem det overordnede ledelsesniveau for det samlede projekt og det konkrete medarbejderniveau (bibliotekerne og foreningerne).

7. Den første fase i projektet har givet mange erfaringer, som kan bruges i den anden fase.

Biblioteker og foreninger har fået mange erfaringer fra projektets første fase, som er meget nyttige i udviklingen af projektet anden fase.

Serien MOVEMENTS

Se de tidligere udgivelser i rapportserien på CISC's hjemmeside: www.sdu.dk/cisc

- 2019:1 Christian Røj Voldby, Christina Meisner Jørgensen og Bjarne Ibsen: Undersøgelse af Idrætspuljen under Åben Skole i Odense Kommune.
- 2018:6 Jens Høyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Christina Meisner Jørgensen: Idræt, fritid og kultur i Roskilde Kommune - Aktiviteter og faciliteter.
- 2018:5 Christina Meisner Jørgensen og Bjarne Ibsen: Fællesskaberne i Rigtige Mænd.
- 2018:4 Jens Høyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Marlene Rosager Lund Pedersen: Børn og voksnes deltagelse i idræts-, fritids- og kulturaktiviteter i Faxe Kommune.
- 2018:3 Jens Høyer-Kruse, Christian Røj Voldby, Bjarne Ibsen og Marlene Rosager Lund Pedersen: Børn og voksnes deltagelse i idræts-, fritids- og kulturaktiviteter i Næstved Kommune.
- 2018:2 Lise Specht Petersen: En forskningsbaseret undersøgelse af MY PLAYGROUND: Et midlertidigt legende byrum etableret i fire byer i forbindelse med Europæisk Kulturhovedstad Aarhus 2017.
- 2018:1 Bjarne Ibsen, Marlene Rosager Lund Pedersen og Ann Sophia Bertelsen: Hjerteforeningens patientstøtteordning.
- 2017:8 Birgitte Westerskov Pedersen, Søren Andkjær og Jan Toftegaard Støckel: Evaluering af Naturprojektet. Sundheds- og beskæftigelsesprojekter i Furesø og Kerteminde.
- 2017:7 Jens Høyer-Kruse, Evald Bundgård Iversen og Peter Forsberg: Benyttelse og brugertilfredshed i idrætsanlæg.
- 2017:6 Søren Andkjær og Vagn Adler Sørensen: Grejbanker i Danmark – betydning for friluftsliv, udvikling og fremtidsperspektiver.
- 2017:5 Evald Bundgård Iversen, Peter Forsberg og Jens Høyer-Kruse: Organisering og ledelse af idrætsanlæg i Danmark.
- 2017:4 Bjarne Ibsen, Michael Fehsenfeld, Lise Specht Petersen, Klaus Levinsen og Evald Bundgård Iversen: 16 cases med samarbejde mellem kommunale institutioner og civile aktører.
- 2017:3 Søren Andkjær og Astrid Hadberg: Sociale mødesteder i naturen. Kvalitative casestudier af udendørs steder for børn og unge.
- 2017:2 Klaus Levinsen og Bjarne Ibsen: Foreningers samarbejde med kommunale institutioner.
- 2017:1 Bjarne Ibsen og Klaus Levinsen: Kommunale institutioners samarbejde med foreninger og frivillige - omfang, holdninger og udfordringer.
- 2016:4 Karsten Elmoose-Østerlund og Christian Røj Jørgensen: Undersøgelse af foreningsudvikling med 'DM i foreningsudvikling' som case.
- 2016:3 Bjarne Ibsen og Klaus Levinsen: Unge, foreninger og demokrati.
- 2016:2 Søren Andkjær, Jens Høyer-Kruse og Jan Arvidsen: Børn og unges hverdagsfriluftsliv.
- 2016:1 Jens Høyer-Kruse, Peter Forsberg, Christian Gjersing Nielsen og Casper Due Nielsen: Undersøgelse af idræt- og fritidsfaciliteter i Lejre Kommune.
- 2015:10 Signe Højbjerg Larsen, Lise Specht Petersen, Bjarne Ibsen og Ilir Hasani: Parkourfaciliteter i Danmark.
- 2015:9 Jens Høyer-Kruse, Trygve Laub Asserhøj og Casper Due Nielsen: Skoleelevers og voksne borgeres deltagelse i idræts- og fritidsaktiviteter i Greve Kommune.
- 2015:8 Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen: Klubhusets betydning for idrætsforeningerne og deres medlemmer.
- 2015:7 Karsten Østerlund: Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling' 2013-2014.

- 2015:6 Bjarne Ibsen, Karsten Østerlund og Hans-Peter Qvist: Foreningsdeltagelse og frivilligt arbej-des betydning for demokratisk deltagelse.
- 2015:5 Karsten Østerlund, Bjarne Ibsen, Anne Sofie Berg og Sandra Christiansen: Muligheder og barrierer for forankring af Projekt Fokus.
- 2015:4 Bjarne Ibsen, Heidi Trankjær Bøndergaard og Peter Mindegaard: Evaluering af Projekt Fritids-pas i Fredericia Kommune.
- 2015:3 Lise Specht Petersen: Aktivitetsoaser i Rudersdal Kommune.
- 2015:2 Kirsten Kaya Roessler (red.): Arkitektur og Psykologi: Casestudier i sygehuse, arbejdspladser og byrum.
- 2015:1 Bjarne Ibsen, Maja Pilgaard, Jens Høyer-Kruse og Jan Toftegaard Støckel: Pigers idrætsdeltagelse: Hvorfor er der så mange piger, der ikke går til idræt?
- 2014:15 Kamilla Ryding og Ejgil Jespersen: At mestre livet med et synstab - kursus for nyblinde som led i en rehabiliteringsindsats.
- 2014:14 Peter Mindegaard og Søren Thorgaard Skou: Bedre Liv med Artrose – en folkesygdom med slag-side: Patientuddannelse og træning til borgere i Hvidovre Kommune med artrose i knæ og hofter og kort eller ingen uddannelse.
- 2014:13 Peter Mindegaard: Sund i Hømarken.
- 2014:12 Karsten Østerlund: Social kapital i gymnastik og fitness: En undersøgelse for landsudvalget i DGI Gymnastik & Fitness.
- 2014:11 Ejgil Jespersen: Handicapforskning i idræt og bevægelse - Statusnotat om Center for Handicap og Bevægelsesfremme, August 2014.
- 2014:10 Jim Toft og Maja Ahler: Bevægelse, krop & sind: Idræt, sport og motion i socialpsykiatrien i Ringsted, Slagelse og Sorø Kommune.
- 2014:9 Karsten Østerlund, Kamilla Ryding og Ejgil Jespersen: Idræt, fritid og helbred for mennesker med funktionsnedsættelse.
- 2014:8 Jens Høyer-Kruse og Bjarne Ibsen: Undersøgelse af Farum Arena.
- 2014:7 Rikke Agnete Andersen: Stemmer i Idrætshuset.
- 2014:6 Karsten Østerlund: Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling' 2012-2013.
- 2014:5 Jens Høyer-Kruse og Lau Tofft-Jørgensen: Undersøgelse af idrætfaciliteter i Skanderborg Kom-mune.
- 2014:4 Kurt Lüders: Sprækker i ADHD-diskursen.
- 2014:3 Peter Mindegaard og Bjarne Ibsen: Brugerundersøgelse af AquaPunkt-vandtræning.
- 2014:2 Bjarne Ibsen: 10 års forskning i bevægelser - CISC 2004-2014: Statustrapport for Center for for-skning i Idræt, Sundhed og Civilsamfund - baggrund, undersøgelser og publikationer.
- 2014:1 Anna Staal: Unge, idræt og recovery: Evaluering af udviklingsprojekt om idræt for sindslidende.
- 2013:12 Maja Ahler: Lars Legemester og HandiLeg.
- 2013:11 Bjarne Ibsen, Malene Thøgersen og Klaus Levinsen: Kontinuitet og forandring i foreningslivet: Analyser af foreningslivets udbredelse, sammensætning og karakteristika i 00'erne.
- 2013:10 Thomas Gjelstrup Bredahl: Slutevaluering af projektet "Sund Rekrut"
- 2013:9 Peter Mindegaard, Bjarne Ibsen, Anne-Merete Kissow og Jan Sau Johansen: Brugerundersøgelse af undervisning i varmtvandsbassin.
- 2013:8 Sigrid Alison Rytz, Lars Elbæk og Bjarne Ibsen: Matematik- og læsetræning i en fodboldklub: Evaluering af Projekt Helhed i B 1909.
- 2013:7 Jens Høyer-Kruse og Bjarne Ibsen: Undersøgelse af 'DM i foreningsudvikling'
- 2013:6 Michael Fehsenfeld, Peter Mindegaard og Bjarne Ibsen: YOUR GAM3: Gadeidræt i udsatte boligo-mråder.

- 2013:5 Jan Toftegaard Støckel: Fysisk aktivitet i skolefritidsordninger: En analyse af institutionsstrukturer og kulturer under forandring.
- 2013:4 Kurt Lüders og Ejgil Jespersen: Idrætsdeltagelse blandt unge voksne med sindslidelser.
- 2013:3 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ – Bevægelse i lokalområdet: Samlet evaluering af otte kommunale anlægsprojekter til fremme af rekreativ fysisk aktivitet.
- 2013:2 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering af Anbragte Børn i Bevægelse.
- 2013:1 Bjarne Ibsen, Malene Thøgersen og Lau Tofft-Jørgensen: Fritidsfaciliteterne i Fredensborg Kommune.
- 2012:17 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Naturparken Mellem Bakkedrag og Dalstrøg - Evaluering af en omdannet græsmark ved boligbebyggelse i Sønderborg.
- 2012:16 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: En Voldsom Omvej - Evaluering af en omdannet støjvold i Solrød.
- 2012:15 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Pixlpark - En Digital Legeplads - Evaluering af en omdannet plads i en ny bydel i Roskilde.
- 2012:14 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Et bevægelseksperimentarium - Evaluering af en omdannet park ved Sundhedscentret i Nykøbing Sjælland.
- 2012:13 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Sidesporet - Evaluering af en omdannet asfaltplads ved Nørre Aaby station.
- 2012:12 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Opfordring til udfordring - Evaluering af omdannede restarealer i Kolding Bycentrum.
- 2012:11 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Byens Arena - Evaluering af en omdannet parkeringsplads ved boligbebyggelse i Høje Gladsaxe.
- 2012:10 Charlotte Skau Pawlowski, Lars Breum Christiansen, Jasper Schipperijn og Jens Troelsen: Dronningens Bastion - Evaluering af en omdannet bastion på et historisk voldanlæg i Fredericia.
- 2012:9 Thomas Skovgaard, Kurt Lüders, Jesper von Seelen, Mette Munk Jensen, Bjarne Ibsen, Casper Due Nielsen og Tobias Marling: Svømning i den danske folkeskole.
- 2012:8 Bjarne Ibsen, Venka Simovska og Henrik M. Larsen: Tilgængelighed til og deltagelse i idræt blandt børn og unge på Vesterbro: Evaluering af DGI-byens børne- og ungeprojekt Go-Active.
- 2012:7 Bjarne Ibsen ... et al.: Idrættens outsiders - Inklusion eller eksklusion af vanskeligt stillede børn og unge i idræt: Evaluering af puljen til idræt for vanskeligt stillede børn og unge.
- 2012:6 Jan Arvidsen, Karen Dalgaard Pedersen og Søren Andkjær: Rum og rammer for Aktivt Udeliv: Et litteraturstudie om naturlige omgivelser betydning for Aktivt Udeliv.
- 2012:5 Bjarne Ibsen: Human Resource Management for Volunteers in Sports Organisations in Europe.
- 2012:4 Charlotte Skau Pawlowski og Jens Troelsen: EN GOD OMVEJ - Bevægelse i lokalområdet: Kvalitativ analyse af den kommunale planlægnings- og implementeringsproces forbundet med projektet.
- 2012:3 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af projekt Grib Chancen.
- 2012:2 Louise Bæk Nielsen og Bjarne Ibsen: Idrætsdeltagelse og idrætsfaciliteter i Vordingborg Kommune.
- 2012:1 Thomas Gjelstrup Bredahl: Slutevaluering af Greve Kommunes metodeudviklingsprojekt "Multi-Minen" - For 6-8 årige børn med overvægt.
- 2011:6 Peter Lund Kristensen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben': Den kvantitative del - Vejle Kommune.
- 2011:5 Louise Kamuk Storm, Simon Madsen og Bjarne Ibsen: Evaluering af 'Bevæg dig sund og glad: Et projekt i Esbjerg Kommune for overvægtige børn og deres familier.
- 2011:4 Jan Toftegaard Støckel: Evaluering vedrørende projekt Idrætszen.

- 2011:3 Bjarne Ibsen og Louise Bæk Nielsen: Idræt og idrætsfaciliteter på Bornholm.
- 2011:2 Jakob Haahr og Søren Andkjær (red.): Muligheder og begrænsninger for friluftsliv: Konferencerapport - artikler og abstracts.
- 2011:1 Ejgil Jespersen: Evaluering af Krop og Kontor forsøgsprojekter.
- 2010:7 Pernille Andreassen: Evaluering af 'Sunde vaner fra barnsben' - Vejle Kommune.
- 2010:6 Forskningsenheden for 'Bevægelse, Idræt og Samfund' (BIS): Forskningsprofil og udviklingsplaner for 2010-2014.
- 2010:5 Bjarne Ibsen, Anne Mette Walmar Hansen og Eva Vennekilde: Ændringer i kommunal idrætspolitik efter kommunalreformen.
- 2010:4 Karsten Østerlund: Gå i Gang: Slutevaluering.
- 2010:3 Lise Specht Petersen: Rum for idræt og leg på Vesterbro.
- 2010:2 Bjarne Ibsen og Carsten Hvid Larsen: Aktivitet eller idrætspolitisk arbejde? Frivilligt arbejde i DGI Vestsjælland og DGI Nordsjælland.
- 2010:1 Bjarne Ibsen, Jan Toftegaard Støckel og Charlotte Klinker: Børn og fysisk aktivitet på Vesterbro.
- 2009:7 Lise Specht Petersen og Bjarne Ibsen: København – en by i bevægelse: evaluering af Københavns Kommunes motionsstrategi.
- 2009:6 Ole Lund: Evaluering af projekt 'Sund Cirkel'.
- 2009:5 Carsten Hvid Larsen og Bjarne Ibsen: Frivilligt arbejde i Gigtforeningen.
- 2009:4 Ole Lund: Sund indskoling – evaluering af sundhedsfremmende indsatser i SFO og indskoling i Frederikshavn Kommune.
- 2009:3 Kirsten Kaya Roessler: Gruppesamtaler som psykologisk behandling af kroniske smerter: erfaringer fra projektet "Tilbage til arbejdet".
- 2009:2 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Kolding By 2008.
- 2009:1 Ole Lund: Rend og Hop – Vi si'r stop: et sundhedsprojekts bestræbelser på at skabe bedre betingelser for det sunde liv i Varde Kommune.
- 2008:10 Lars Breum Christiansen og Jens Troelsen: Bevægelsesmuligheder i Roskilde By.
- 2008:9 Per Jørgensen: Idrætspolitik i Gentofte Kommune gennem 100 år.
- 2008:8 Jens Høyer-Kruse, Malene Thøgersen, Jan Toftegaard Støckel og Bjarne Ibsen: Offentlige-frivillige partnerskaber omkring børn og fysisk aktivitet.
- 2008:7 Pernille Vibe Rasmussen: Foreninger og integration: Undersøgelse af foreningers vilkår for integrationsarbejde i Københavns Kommune.
- 2008:6 Thomas Gjelstrup Bredahl: Ekstern evaluering af Motion på Recept i Frederiksberg Kommune: September 2007.
- 2008:5 Thomas Gjelstrup Bredahl: Evaluering af Motion på Recept i Nordjylland 2007.
- 2008:4 Jens Troelsen, Kirsten Kaya Roessler, Gert Nielsen og Mette Toftager: De bolignære områders betydning for sundhed: hvordan indvirker bolignære områder på sundheden? – og hvordan kan udformningen gøres bedre?
- 2008:3 Ole Lund og Pernille Andreassen: Gå i gang: evalueringsrapport.
- 2008:2 Jan Toftegaard Støckel (red.): Parallel leg eller integreret leg? – partnerskaber om børn, leg og bevægelse.
- 2008:1 Pernille Vibe Rasmussen og Kirsten Kaya Roessler: Stofmisbrug og fysisk aktivitet: Evaluering af "Krop og læring – Mere styr på eget liv".
- 2007:1 Bjarne Ibsen: Børns idrætsdeltagelse i Københavns Kommune 2007.