



## Indhold

<i>Voksne Ensomme – overordnet konklusion og kort version af projektet – efterår 2016</i> .....	2
<i>Uddybning af projekt Voksne Ensommes forløb - Projektets baggrund, tidslinje og metode</i> .....	6
<i>Idékatalog og inspirationsmøde 22.9.15</i> .....	7
<i>Nyhedsbrev, presse og styregruppe</i> .....	8
<i>Projektdeltagere</i> .....	8
<i>Statusmøde 7. april 2016</i> .....	9
<i>Mandeaktiviteter</i> .....	9
<i>Udløbere af projektet – Folkebevægelsen mod Ensomhed, uge 17, øget dialog og invitationer</i> .....	9
<i>Soggenes erfaringer på statusmøde 22. august 2016</i> .....	11
<i>Haslev sogn</i> .....	12
<i>Hundige-Kildebrønde sogn</i> .....	12
<i>Gundsømagle sogn</i> .....	12
<i>Kvislemark/Fyrendal/Førslev - sogn</i> .....	13
<i>Nørrevangs sogn, Slagelse</i> .....	13
<i>Mulighed for forlængelse</i> .....	14
<i>Fremtiden</i> .....	14



## Pilotprojekt Voksne Ensomme - afrapportering

Projektperiode maj 2015-oktober 2016

### *Voksne Ensomme – overordnet konklusion og kort version af projektet – efterår 2016*

#### *Overordnet konklusion på projektet*

Pilotprojektet Voksne Ensomme viser, at der er **stor interesse** for at arbejde med at bekæmpe ensomhed i sognene, og at **nye samarbejder** med succes er sat i gang på tværs af kirke, kommune og velgørende organisationer, at **det tager tid** at etablere kontakter med målgruppen, men at den **personlige kontakt er grundlaget** for at etablere en relation som sidenhen kan hjælpe til med at få brudt ensomhed hos voksne. Projektet har haft **5 deltagende sogne**, der direkte har været involveret med løbende dialog og konkrete idéer til aktiviteter, mens inspirationsmødet i september 2015 gav anledning til at andre lod sig inspirere til at sætte fokus på ensomme voksne, ligesom der har været flere sogne, der deltog i spisearrangementer i uge 17 under kampagnen igangsat af Folkebevægelsen mod Ensomhed, "Danmark spiser sammen". Diakoniudvalget skønner, at omkring **30 sogne har vist interesse** eller engageret sig på anden vis efter projektet er igangsat samt udover den officielle projektperiode.

#### *Konklusioner ud fra sognenes tilbagemeldinger:*

- Spisearrangementer er et godt sted at starte, når man skal have kontakt med målgruppen
- Hvor er mændene – få mænd dukker op
- For overvældende for ensomme med for mange ting, fx selv at tage musik med
- Lokale relationer er vigtige, når man skal nå gruppen af ensomme
- Folkekirken har et dobbelt dørtrin i forhold til ensomme – den ensomme går rundt om sig selv, før man går ud, og dét, at kirken inviterer kan for nogen ses som en barriere/et ekstra dørtrin, der skal overtrædes
- Målgruppen er glad for telefonisk kontakt fra kirken, også selv om de ikke ender med at dukke op
- Folkekirkens fællesskaber skal trimmes, så de ikke lukker sig om sig selv – fx ved at have "værtsfrivillige", som sikrer, at alle føler sig set og velkomne
- Om projektet tages op og aktiviteter udvikles afhænger af personer og ildsjæle i det enkelte sogn – det skaber sårbarhed
- Ressourcer eller mangel på samme er en afgørende faktor for, om man går med i projektet
- Det tager lang tid i sognene at få besluttet, hvad man skal og at komme i gang
- Det har været svært at fastholde sognene på, at de skal samarbejde med andre lokale partnere
- Når samarbejdet lykkes kan det føre til nye fælles initiativer og muligheder
- Svært at nå den tilstræbte målgruppe (30-50), da deltagerne dels har været væsentlig ældre 60+ samt en overvægt af kvinder (80-90%/10% kvinder/mænd)

Indmeldelse og deltagelse i Folkebevægelsen mod Ensomhed har løftet projektet op til et informationsniveau, der ellers ikke ville have været muligt med projektets relativt begrænsede ressourcer.

Derudover er det tydeligt, at det er vanskeligt at sætte tid af i sognene for de frivillige, der har andet arbejde, til at deltage i møder da disse ligger i dagtimerne. Da det første inspirationsmøde blev holdt i september 2015 var der flere, der gjorde opmærksom på dette problem i projektets forsøgsfase.



## Voksne Ensomme

De to statusmøder, der blev afholdt i projektets forsøgsperiode har ligget henholdsvis om formiddagen og om eftermiddagen for at give så mange som muligt lejlighed til at deltage. Men at deltage i møder vil være en tilbagevendende udfordring, når det ikke er ansat personale, der er ansvarlig for aktiviteterne.

### *Målgruppen*

Målgruppen var oprindeligt defineret som mellemgruppen mellem ung og ældre – 30-50 år men blev hurtigt udvidet i opadgående retning for at undgå en evt. eksklusion af deltagere. **5 sogne har direkte deltaget** i projektet, mens et par sogne har været i gang på anden vis og har delt deres erfaringer sideløbende.

### *Ensomhed på dagsordenen*

Mange kirker arbejder allerede med at bekæmpe ensomhed igennem sognenes øvrige aktiviteter. Men ved at have sat ensomhed på dagsordenen **generelt** i stiftet er der opnået **en større synlighed og interesse** fra mediernes side – både lokalt og landsdækkende, og fra kirkelig side. Fx invitationer fra Roskilde domsogns menighedspleje og Aalborg stift til at fortælle om projektets erfaringer, ligesom **omkring 30 sogne har vist interesse** i at vide mere om projektets forløb gennem nyhedsbreve.

Der er gode erfaringer med at fange en **bredere målgruppe i forbindelse med spisearrangementer i uge 17** under Folkebevægelsen mod Ensomheds kampagne om fællesspisning samt et fælles arrangement i Slagelse, som introduktion til byens tværkirkelige arrangementer og væresteder, ligesom **en henvendelse til kommunale foreninger har resulteret i nye samarbejder**.

### *Samarbejder på tværs*

Der er etableret yderligere **samarbejder på tværs af sognegrænser** og med eksterne aktører og lokale foreninger og borgerforeninger i **6 sogne**. I både Hundige-Kildebrønne sogn og Gundsømagle sogn har en henvendelse til kommunens foreninger resulteret i **kommende samarbejder, der ligger udover projektperiodens officielle løbetid**. I Gundsømagle sogn har fx den lokale gymnastikforening tilbudt at lægge lokaler til, samt at tilbyde **gratis instruktører** i forbindelse med dansearrangement. I Hundige-Kildebrønne sogn bliver der i efteråret 2016 afholdt **to lørdagsbrunch** i samarbejde med en linedanceforening og en pilgrimsforening.

Derudover er der med fælles inspiration fra pilotprojektet opstået et tættere **samarbejde** mellem bykirker i Slagelse og **Slagelse Menighedspleje om café "Stedet"**. Caféen er bl.a. blevet renoveret og har fået længere åbningstider og forskellige aktiviteter med det formål **at bryde ensomhed blandt voksne**.

### *Parallelerfaringer med Røde Kors' Værket – et netværk for voksne*

Sogdenes erfaringer med Voksne Ensomme lægger sig tæt op ad Røde Kors' erfaringer fra 2015 fra deres pilotprojekt *Værket - et netværk for voksne*. Her fremgår det, **at gennemsnitsalderen var 49 år**, at der var en **overvægt af kvinder (80/20)**, og at netværket hjalp deltagerne til at sætte **ord på ensomheden**, øgede deres udadvendthed og gav dem noget at se frem til. Desuden viste det, at det er de **nære og lokale aktiviteter og relationer**, der virker, at det kan være vanskeligt at fange målgruppen, samt at **det tager tid** at etablere nye samarbejder og initiativer, og at det er **vanskeligst at få kontakt med mænd i målgruppen**.

### *Hvor er mændene?*

Voksne Ensomme og Røde Kors' erfaringer med hensyn til at få kontakt med mænd ligger i direkte forlængelse af en undersøgelse fra Forum for Mænds Sundhed, der peger på, at for at fange mænds interesse skal tilbuddet **involvare en aktivitet**. Mænd taler og erkender oftest først deres ensomhed, når de **skulder ved skulder** er



## Voksne Ensomme

sammen om en aktivitet. Et **øget fokus på at bryde mænds ensomhed** kunne derfor være en **oplagt mulighed** for sognene at arbejde videre med i deres fortsatte arbejde med at bekæmpe ensomhed. Især da det er dokumenteret, at mænd med psykiske lidelser lever 20 år kortere end mænd generelt, og at mænd oftere begår selvmord end kvinder. (Kilde: [www.sundmand.dk](http://www.sundmand.dk))

### *Sognenes erfaringer med kontakt med målgruppen*

#### Slagelse

Udover det øgede fokus i forhold til voksne ensomme på Café Stedet, har Nørrevangskirken i flere år løbende afholdt nogle velbesøgte søndagseftermiddage med foredrag og efterfølgende fællesspisning for enlige. Deltagerne er overvejende **kvinder +60, max en håndfuld mænd**. Der er en kernegruppe på 15-20 stykker, der altid dukker op, men der har været op til 50 deltagere. Deltagelsen i projektet har øget menighedsrådets opmærksomhed på kirkens profil i forhold til at bekæmpe ensomhed, ligesom kirken årligt deltager i Diakonien dag. Allerede i 2015 var temaet her ensomhed hos voksne.

#### Haslev

**Haslev sogns** søndagscaféinitiativ fik første gang **3 kvinder +60** til at dukke op, som alle tre gav udtryk for, at det havde været svært at komme afsted, men at de var glade for at komme og ikke ville være kommet ud af hjemmet, hvis tilbuddet om caféen ikke havde været der. **Deltagerne er efterfølgende kommet til kirkens øvrige aktiviteter**. I alt afholdt Haslev sogn 6 søndagscaféer. Initiativet blev fulgt til dørs af en ansat og en frivillig/menighedsrådsmedlem.

#### Hundige-Kildebrønde sogn

**Hundige-Kildebrønde – Café Ask, spisefællesskab i Digehuset, Askerød, 28.4.16, 17.30-19:** "Vores spisefællesskab i Café Ask torsdag i uge 17 blev en stor succes. Normalt er vi omkring 35, men **denne gang var vi 57**. Vi havde lavet et **samarbejde med den lokale genbrugsbutik og Danmission**, som kom og fortalte om deres arbejde og som samtidig fortalte, at de manglede frivillige i butikken".

#### *Øvrige spisefællesskaber i uge 17*

3 sogne – udover de tilmeldte til pilotprojektet – holdt velbesøgte spisefællesskaber i uge 17.

#### **Skt. Jørgensbjerg Kirke, Roskilde, 27.4.16, 17.30-19:**

"Ca. 25 deltagere på 60+. Det var mest kvinder, men også enkelte enlige mænd. En havde taget sin violin med, så der blev sunget sange fra Højskolesangbogen, og det var **nogle stemningsfulde timer**".

#### **Svogerslev Kirkes Menighedspleje, Fælles frokost i sognegården 26.4.16, 12-14:**

"Ca. **20 til frokost**, det kostede 20 kr. Vil gerne **gentage idéen til efteråret** og så gøre det gratis stedet for. Vi har også **tilbud om traveture**, og der har der været omkring 12 deltagere. Det er mest kvinder, der dukker op. Vi syntes, det var et fint arrangement. "

#### **Lynges Vester Broby kirker, spisearrangement 27.4.16, 18.30-21:**

"Det var en god prøveballon og vi var **omkring 30 gæster** og mange ønskede at komme igen. Det var **blandet deltagere, både mænd og kvinder og helt nye ansigter og også helt unge på 16**. Vi havde dækket et stort bord, vi byttede rundt undervejs og havde lagt spørgsmål under kuverterne. Vi vil **gentage det til efteråret 1 x måneden**. Det kostede 50,- kr., men måske vil vi gøre det til 25 kr. næste gang. "



## Voksne Ensomme

De tre sognes involvering i arbejdet med at bekæmpe ensomhed er en **direkte udløber af Roskilde Stifts diakoniudvalgs medlemskab af Folkebevægelsen mod Ensomhed**. Medlemskabet forudsætter en forpligtelse til at ville gøre en ekstra indsats mod at bekæmpe ensomhed.



## Voksne Ensomme

### ***Uddybning af projekt Voksne Ensomes forløb - Projektets baggrund, tidslinje og metode***

Roskilde Stifts Diakoniudvalg igangsatte et 1½-årigt pilotprojekt i april 2015, som havde til formål at inspirere stiftets sogne til en diakonal indsats rettet mod voksne (30-50 årige), der har ensomhed som et blivende problem. Projektet forventedes at have deltagelse af 5-7 sogne i stiftet, som i løbet af projektperioden skulle udvikle metoder og aktiviteter til at inkludere målgruppen af voksne ensomme i kirkens fællesskab. Det var tanken, at sognene skulle indgå i et samarbejde med offentlige og private aktører med henblik på at identificere mennesker, som har særlige behov i forhold til isolation og ensomhed. Desuden skulle sognene arbejde med kirkens eksisterende fællesskaber og med henblik på, at alle tager ansvar og kan bidrage aktivt til fællesskabet.

Igennem hele projektperioden har en styregruppe haft til opgave at koordinere og udføre opgaver i forbindelse med projektet, hvor en projektkoordinator bl.a. har stået for kontakten til og videreformidlingen af sognenes erfaringer. Omfanget af projektkoordinatorens ansættelse har været 1 dag om ugen, mens Center for Diakoni og Ledelse i Dianalund har stået for ledelsen og udviklingen af projektet i samarbejde med diakoniudvalget.

### ***Problembaggrund***

*"Det er naturligt at føle sig ensom, når man bor alene. Men det er unaturligt at føle sig ensom, når man er ude blandt andre."*<sup>1</sup>

Et stigende antal voksne danskere oplever ensomhed som et blivende og permanent livsproblem. For den ensomme voksne betyder det først og fremmest, at man lider under en mangel på forbundenhed og nære relationer til andre jævnaldrende, der igen fører til en følelse af tomhed, savn og tab – og ikke mindst en oplevelse af at stå udenfor. Selv når man er sammen med andre er man ensom – simpelthen fordi den ensomme voksne ikke har evnen til at opnå nære og varme relationer til andre.

Ingen kender præcist antallet af voksne ensomme i Danmark. Men i den nationale sundhedsprofil 2010 er følgende tal stærke indikatorer på ensomhed blandt voksne i alderen 30-50 år:

113.000 træffer sjældent eller aldrig familie

117.000 træffer sjældent eller aldrig venner

81.000 er ofte alene, selvom de havde lyst til at være sammen med andre

62.000 mangler nogen at tale med ved problemer eller brug for støtte

Et flertal af de ensomme voksne bor alene – men i målgruppen er også voksne, som er i parforhold, har børn, går på arbejde med videre. Ensomheden er altså til stede selvom man i dagligdagen er blandt andre mennesker.

(Kilde: EGV – Palle alene i verden og MaryFonden, Ensom midt i livet – begge fra 2014).

På baggrund af denne viden igangsatte diakoniudvalget arbejdet med pilotprojektet ultimo 2014.

---

<sup>1</sup> Fra rapporten: Ensom midt i livet, MaryFonden 2014.



## Voksne Ensomme

### *Tidslinje for projektet – efter ansættelse af projektkoordinator*

#### **April – september 2015**

- Indsamling af generelle sogneerfaringer
- Udarbejdelse af aktivitetskatalog
- Mødeforberedelse 22.9.15

#### **Oktober-januar 2016**

- Udsendelse af gruppeidéer fra mødet 22.9.15
- Oprettelse af nyhedsbrev – udsendelse november og januar
- Endelig tilmelding for deltagende sogne
- Indsamling af planlagte sogneaktiviteter i projektperioden

#### **Januar-juli 2016**

- Statusmødeplanlægning april
- Statusmøde april
- Konkret projektperiode
- Indsamling af deltagende sognes erfaringer, herunder research om den bedste måde at nå mænd på
- Ønske om forlængelse af projektperiode
- Udsendelse af nyhedsbrev januar, marts, maj og juni

#### **August-oktober 2016**

- Erfaringsopsamling
- Evaluering og mangfoldiggørelse
- Statusmøde sogne
- Afsøge muligheder for evt. forlængelse

### *Indhentning af erfaringer før projektstart og undervejs*

I **Sorø** er den folkekirkelige diakonale **cafe InTro** et velbesøgt initiativ midt i byen, hvis erfaringer og årsberetninger er videreformidlet til resten af styregruppen og de deltagende sogne, ligesom erfaringerne med initiativet i **Herlufsholm**, "**Vil du være min ven?**" var interessant at have med i det samlede billede af allerede igangsatte initiativer. Fx at ovenstående idé i Herlufsholm ikke kom i stand, da det viste sig, at den oprindelige idé med at sætte mennesker sammen i et initiativ, hvor de kunne være noget for andre, var for vanskeligt. I stedet valgte sognepræst Thomas Horneman-Thielche at afholde kirkelige retræter.

Det var projektkoordinatorens ønske at lave telefoninterview med hver enkelt sogn for at kunne komme så tæt på erfaringerne og tovholderne som muligt og for at undgå, at værdifulde erfaringer druknede i et evt. spørgeskema. Styregruppen for projektet besluttede derfor, at projektkoordinatoren "holdt sognene i hånden undervejs". Dette skete via løbende telefoninterviews med hvert sogns tovholder.

### *Idékatalog og inspirationsmøde 22.9.15*

Første prioritet var at få gjort opmærksom på diakoniudvalgets pilotprojekt overfor alle sogne i stiftet. Derfor blev alle sogne inviteret til et inspirationsmøde i september 2015, hvor alle havde mulighed for at høre nærmere om baggrunden for projektet, blive inspireret af kolleger og melde sig til at deltage i projektet.



## Voksne Ensomme

Forud for inspirationsmødet indsamlede projektkoordinatoreren erfaringer fra allerede eksisterende idéer fra flere sogne, bl.a. via telefoninterviews, samt fra andre der arbejder inden for samme felt. Den samlede research resulterede i et idé-og aktivitetskatalog til inspiration til sognene i arbejdet mod at bekæmpe ensomhed og som en del af pilotprojektets sigte også med fokus på, hvordan et samarbejde mellem kirken og lokale samarbejdspartnere kan opstå.

Inspirationsmødet fandt sted 22. september 2015 i Dianalund. Her mødte 47 deltagere fra 26 sogne og provstier op, hvilket kun kan betegnes som en tilfredsstillende mødedeltagelse. Idékataloget og slides om ensomhed blev uddelt på mødet ligesom et samlet dokument over alle deltageres best practices fra gruppearbejde på mødet blev eftersendt deltagerne.

### *Nyhedsbrev, presse og styregruppe*

For at følge op på pilotprojektet blev der i projektperioden oprettet et nyhedsbrev som sendes til ca. 50 deltagere. Modtagere er både de på mødet deltagende sogne samt andre interesserede. Nyhedsbrevet udkommer ca. hver anden måned, således i november, januar, marts, maj, juni etc. og fortæller om de løbende erfaringer, og om de initiativer og rapporter som kommer fra FmE (Folkebevægelsen mod Ensomhed) og om anden relevant information for sognene.

Projektet har haft fin opmærksomhed fra egne mediekkanaler, lokale og landsdækkende medier. Således blev projektet omtalt i julinummeret af Stiftsbladet 2015, ligesom der var artikler i Sjællandske Medier, Kr. Dagblad, Folkekirken.dk henover sommeren 2015 og en henvendelse fra Kanal Roskilde om et tv-indslag om projektet. Stiftsbladet bragte også en artikel i februar 2016 om Folkebevægelsen mod Ensomhed og spisefællesskaber i uge 17. (se nedenfor). Desuden har Voksne Ensomme fået sin egen side på Roskilde Stifts hjemmeside.

Igennem hele projektperioden har en styregruppe koordineret og udført opgaver i forbindelse med projektet. Styregruppen bestod af 3 medlemmer indtil sognene tilmeldte sig, hvorefter gruppen blev udvidet med 1 deltager.

Styregruppens opgaver blev fordelt som følger:

- Planlægning af inspirationsmøde 22.9.15 – Connie Yilmaz Jantzen, Hanne Hummelshøj og Karen-Marie Reimann
- Løbende opfølgning, koordinering og skriftlig kommunikation – Karen-Marie Reimann
- Ekstern pressehåndtering – Connie Yilmaz Jantzen
- Planlægning af statusmøde 7. april 2016 – styregruppen i fællesskab

### *Projektdeltagere*

Kirkerne afholder mange aktiviteter for forskellige målgrupper allerede, og selvom der var fin søgning til inspirationsmødet var der færre sogne, der meldte sig som egentlige projektdeltagere. Dog deltog 5 sogne i projektperioden, hvilket betegnes som tilfredsstillende.

Nedenfor fremgår de deltagende sogne og de aktiviteter, der indgår som en del af projektet:

- Gundsømagle – Mennesket i din by
- Haslev – 6 x søndagscaféer





## Voksne Ensomme

- Hundige-Kildebrønne – spisefællesskab i uge 17, samt oplæg om mødet med mennesker i samarbejde med Ozlem Cekic og Greve Bibliotek i april 2016
- Kvislemark-Fyrendal-Førslev – spisefællesskab i samarbejde med Borgerforeningen i Sandved
- Nørrevangskirkens sogn, Slagelse – søndagsforedrag og fællesspisning udvalgte søndage, samt deltagelse i diakoniens dag

### *Statusmøde 7. april 2016*

Alle sogne deltog i statusmødet 7. april 2016, hvor 10 deltagere diskuterede og udvekslede erfaringer med hinanden.

De foreløbige konklusioner fra dagens deltagere var:

- Det tager tid
- Det er svært at nå målgruppen
- Det er vigtigt, at det er lokalt
- Det er vigtigt, at vi er konkrete i tilbud og markedsføring
- Vigtigt, at der er genkendelighed og velkommende kultur

På mødet blev Røde Kors' evaluering af pilotprojektet Værket - et netværk for voksne, præsenteret. Flere af de erfaringer dette netværk har oplevet kan direkte overføres til diakoniudvalgets projekt, hvilket styrker os i at tilgangen til projektet er rigtig, at det er de nære og lokale aktiviteter, der virker, at det kan være vanskeligt at fange målgruppen, samt at det tager tid at etablere nye samarbejder og initiativer, og at det er vanskeligst at få kontakt med mænd i målgruppen.

Deltagerne synes i øvrigt, at det giver værdi og mening at mødes og udveksle erfaringer og på den baggrund blev det besluttet at afholde endnu et statusmøde 22. august 2016.

### *Mandeaktiviteter*

Da det på statusmødet i april stod klart, at det udover at nå målgruppen er endnu vanskeligere at fange mænd til sognenes aktiviteter, blev det besluttet at bruge kræfter på at indsamle viden om, hvordan mænd bedst nås bl.a. ved deltagelse i seminar om mænds sundhed i samarbejde med Selskabet for Mænds sundhed. Sognenes erfaringer lægger sig op ad de erfaringer andre også har gjort om at nå mænd. Uanset om projektet fortsætter, planlægger diakoniudvalget en temaaften om mænds ensomhed i januar 2017. Alle modtagere af nyhedsbrevet bliver inviteret samt andre med interesse for emnet.

### *Udløbere af projektet – Folkebevægelsen mod Ensomhed, uge 17, øget dialog og invitationer*

#### *Folkebevægelsen mod Ensomhed*

Folkebevægelsen mod Ensomhed (FmE) blev dannet i december 2014, hvor en lang række organisationer, institutioner, skoler, private initiativer og kommuner gik sammen om det fælles mål at halvere ensomheden i 2020 i forhold til de 210.000 danskere, der i 4. kvartal 2014 havde ensomhed som ufrivillig følgesvend. (Jf. den nationale sundhedsprofil 2010).

Diakoniudvalget så deltagelsen i FmE som en naturlig forlængelse af det igangsatte pilotprojekt under Roskilde stift, og udvalget blev medlem pr. 2. halvår 2015. Minimumskontingentet er 2000,- kr., som diakoniudvalget afholder. Ved at deltage i FmE har diakoniudvalget – og dermed alle kirker i Roskilde stift, ret til at benytte sig af bevægelsens logoer, deltage i facebookgruppen ved at tilføje evt. arrangementer, samt givet diakoniudvalget ret



## Voksne Ensomme

til at deltage i de løbende møder, som bevægelsen afholder. Her udveksles erfaringer på kryds og tværs mellem de 60 deltagere, ligesom der er faglige oplæg om bekæmpelse af ensomhed. Så vidt det er muligt, har projektkoordinatoren deltaget i disse møder, ligesom det er hende, der har den løbende dialog med bevægelsen på vegne af diakoniudvalget.

### *Uge 17 2016*

Folkebevægelsen mod Ensomhed opfordrer i uge 17 til et landsdækkende spisefællesskab. Diakoniudvalget fandt det var en oplagt mulighed for kirkerne at være vært ved et sådant fællesskab og gjorde allerede i november 2015 alle modtagere af nyhedsbrevet opmærksom på dette initiativ. Da kirkeåret dog ligger fast med mange planlagte arrangementer, rammer uge 17 visse steder direkte ned i konfirmandtiden. Tidspunktet behøver dog ikke at være en begrænsende omstændighed for sognene, da spisefællesskaber i FmEs regi sagtens kan foregå hele året.

I løbet af uge 17 deltog 3 sogne i kampagnen *Danmark Spiser Sammen* uden direkte at være en del af projektet. Flere steder var Folkebevægelsen mod Ensomheds logoer og materialer sat på sognenes hjemmesider og fx Facebook for at signalere tilhørsforhold og deltagelse i folkebevægelsen.

I stiftet var der således følgende arrangementer i uge 17:

- Hundige-Kildebrønde – Café Ask, spisefællesskab i Digehuset, Askerød, 28.4. 17.30-19
- Kvislemark/Fyrendal/Førslev – City Night i Næstved, 29.4. Kørsel til og fra Næstved til spisning og aftengudstjeneste – (for omfattende – se nedenfor)
- Lynge og Vester Broby Kirker, Lynge Sognelade, 27.4. 18.30-21
- Skt. Jørgensbjerg Kirke, Roskilde, 27.4. 17.30-19
- Svogerslev Kirkes Menighedspleje, Fælles frokost i sognegården 26.4. 12-14
- St. Heddinge, Rødvig Sognehus, 29.4. 18-20, Fællesspisning – aflyst

### *Erfaringer fra uge 17*

**Skt. Jørgensbjerg Kirke, Roskilde, 27.4. 17.30-19, menighedsrådsformand Kim Josefsen fortæller:** Til spisearrangementet i uge 17, som blev afholdt 27. april, kom der ca. 20 mennesker på 60+. Kirken havde håbet på 30 deltagere, men der kom 24. Det var mest kvinder, men også enkelte enlige mænd. En havde taget sin violin med, så der blev sunget sange fra Højskolesangbogen, og det var nogle stemningsfulde timer.

**Svogerslev Kirkes Menighedspleje, Fælles frokost i sognegården 26.4. 12-14, Mie Danielsen fortæller:** Vi havde ca. 20 til frokost, det kostede 20 kr., men vi vil nok gerne gentage idéen til efteråret og så gøre det gratis stedet for. Vi har også tilbud om traveture, og der har der været omkring 12 deltagere. Det er mest kvinder, der dukker op. Men vi syntes det var et fint arrangement.

**Kvislemark/Fyrendal/Førslev – City Night i Næstved, 29.4. Kørsel til og fra Næstved til spisning og aftengudstjeneste, Lene Frimann Nielsen fortæller:** Uge 17-initiativet med Næstved night blev ikke til noget af forskellige årsager, men primært nok fordi det var for langt et arrangement. Kirken havde telefonisk fat i 4-5 stykker, der gerne ville med, men som så skulle noget andet, en ville gerne med, men havde misforstået tidspunktet. Men alle gav udtryk for, at de var glade for at blive kontaktet telefonisk, så sognet fokuserer nu på denne kontakt fremadrettet.



## Voksne Ensomme

**Hundige-Kildebrønde – Café Ask, spisefællesskab i Digehuset, Askerød, 28.4.16, 17.30-19, sognediakon Hanne Hummelshøj fortæller:** Vores spisefællesskab i Café Ask torsdag i uge 17 blev en stor succes. Normalt er vi omkring 35, men denne gang var vi 57. Vi havde lavet et samarbejde med den lokale genbrugsbutik og Danmission, som kom og fortalte om deres arbejde og som samtidig fortalte, at de manglede frivillige i butikken".

**Lyng Vester Broby kirker, spisearrangement 27.4.16, 18.30-21, oldfrue Gitte Rotbøl Hansen fortæller:** Det var en god prøveballon, og vi var omkring 30 gæster og mange ønskede at komme igen. Det var blandet deltagere, både mænd og kvinder og helt nye ansigter og også helt unge på 16. Vi havde dækket et stort bord, vi byttede rundt undervejs og havde lagt spørgsmål under kuverterne. Det var en dejlig oplevelse, og vi vil gentage det til efteråret 1 x om måneden. Vi troede, at det måske ville være svært at komme til for folk, fordi vi er et landsogn, men det var ingen problem. Det var både med og uden tilmelding, og det kostede 50,- kr. Det blev udgiftsneutralt for os denne gang, og vi var i tvivl om prisen, men måske vil vi gøre det til 25 kr. næste gang.

### *Øget dialog og samarbejde i Slagelse*

Inspirationsmødet 22.9.15 gav et yderligere skub til de fire bysognes samarbejde i Slagelse til at øge fokus på "Stedet", som er en café drevet af Slagelse Menighedspleje:

" Inspirationsmødet har medført en dialog på tværs af sognegrænserne og et ønske om samarbejde med "Stedet" og "Stedets" frivillige i den fælles opgave: At bryde ensomheden blandt voksne i vores by. " (Citat: Anne Gro Hansen, formand for Slagelse Menighedspleje).

De fire bysogne ønsker at tydeliggøre den diakonale indsats og ønsker, at Slagelse Menighedspleje bliver det samlende midtpunkt for sognene i deres arbejde med at bekæmpe ensomhed. Da denne indsats krævede et tilsagn fra bestyrelsen i Slagelse Menighedspleje dels om ombygning af lokalerne og dels om "Stedet"s fremtidige, rolle blev det besluttet, at Slagelse Menighedspleje, via Anne Gro Hansen, formand for Slagelse Menighedspleje deltog på sidelinjen i projektet. Dette betyder, at der har været en løbende dialog mellem projektkoordinator og Slagelse Menighedspleje for også at kunne drage nytte af deres erfaringer med at nå målgruppen.

### *Invitationer til oplæg*

I forlængelse af øget omtale af projektet blev projektkoordinatoren i foråret 2016 inviteret til at holde oplæg for Roskilde domsogns Menighedspleje i juni og for Aalborg stift i november 2016. Begge invitationer blev imødekommet, dog med det forbehold at formanden for diakoniudvalget, Hanne Hummelshøj, imødekommer invitationen i Aalborg, såfremt projektet ikke forlænges.

Begge invitationer understøtter konklusionen om, at det først er nu – mere end et år efter projektperiodens start – at frugterne af initiativet kan høstes, hvilket igen understreger relevansen i at fortsætte projektperioden. (Se nedenfor under punktet *Mulighed for forlængelse*)

### *Soggenes erfaringer på statusmøde 22. august 2016*

På dette møde blev de sidste erfaringer fra sognene delt, ligesom fremtiden for projektet blev diskuteret – bl.a. ønsket om mulighed for at fortsætte erfaringsudvekslingen med hinanden.



## Voksne Ensomme

### *Haslev sogn*

- Haslev – 6 x søndagscaféer

Den vigtigste erfaring fra Haslev var, at søndagscaféerne var en succes de to gange, hvor der var deltagere, men at det ikke lykkedes at få caféerne til at køre videre ved hjælp af frivillige efter projektperiodens udløb. Tiden til Søndagscafé-initiativet blev taget fra kirkens personale - en kirke- og kulturmedarbejder - samt en frivillig, der også er medlem af menighedsrådet.

### **Ellen Faber Jørgensen, kirke- og kulturmedarbejder, fortæller:**

”Vi havde to vellykkede søndagscaféer, selvom der kun var få, der dukkede op, men de var lige præcis dem, vi gerne ville nå. Vi havde håbet på, at når de 6 søndagscaféer var overstået, så ville der have været nok deltagere til, at de kunne køre initiativet videre og dermed være med til at hjælpe andre ud af ensomhed. Men sådan gik det ikke. Vi skal efterfølgende evaluere i sognet og tage stilling til, om vi vil gentage initiativet”.

### *Hundige-Kildebrønde sogn*

Hundige-Kildebrønde – spisefællesskab i uge 17, samt oplæg om mødet med mennesker i samarbejde med Ozlem Cekic og Greve Bibliotek i april 2016. Sognet har kontakt med to foreninger om brunch i efteråret 2016. Til spisefællesskaberne i Café Ask er der sket en større integration mellem sognene som en sidegevinst, hvilket gør dialogen lettere til fremtidige aktiviteter. Deltagelse i projektet har også gjort, at sognet har øget deres opmærksomhed på det løbende arbejde. Det har været givtigt at få sat ord på deres arbejde – de føler at deres arbejde er blevet kvalificeret ved øget viden om ensomhed.

### *Gundsømagle sogn*

I Gundsømagle sogn gik aktiviteterne først i gang i august 2016, da det har taget lang tid at få etableret grupper og aktiviteter, der involverer byen og lokale samarbejder. Sognet har brugt den officielle aktivitetsperiode til at organisere sig i grupper og holde møder. Men også her kommer der til at være et samarbejde mellem lokale foreninger og sognet. Det har dog været nødvendigt at oprette en forening for projektet for at kunne søge lokale midler i kommunen. Foreningen er kontingentfri og oprettet af formanden for aktivitetsudvalget i sognet, Vivi Lindegaard, som også er ansvarlig for økonomi, vedtægter mm.

Thesalonen havde sit første arrangement 19.8.2016 – en bankoaften - med et overvældende deltagerantal på **73**. Hele aldersspektret var repræsenteret, veninder kom sammen, mor og datter, søskende, helt ældre og børn. 80 % af deltagerne var direkte i målgruppen 30-50 år og 20 % ældre og børn. Det kostede 30 kr., og der var et overskud på **2500 kr.** Præmierne var sponsoreret af Vivi selv (alternativ behandler), samt andre erhvervsdrivende i lokalområdet, der havde sponsoreret ”Tøsegaver” – såsom skønhedsbehandlinger og lign., gavekort etc.

Annoncering på to facebookgrupper – kirkens egen gruppe og Gundsømaglegruppen samt i Kirkenyt, der er husstandsomdelt. Der blev givet udtryk for, at det var dejligt, at det kun var for kvinder, så deltagerne ikke skulle forholde sig til mænd.

Fremtidige arrangementer i Thesalonen er:

- Kortspilsaften d. 26.8.16
- En kommende lørdagsbrunch
- En tirsdag aften med Zumba med lokal instruktør



## Voksne Ensomme

- Foredrag med make-upartist/Frisør, Vibe Laut
- Teater i Jyllinge – Frk. Nitouche
- Kom og lav juledekorationer med en lokal instruktør,

Ønsker i 2017: Meditationsaften og gentagelse af banko.

Kirken lægger lokaler til i ønsket omfang. Arrangementerne spredes på så varieret tidspunkter som muligt for at alle kan deltage. Der slutes altid af med sandwich og kaffe, som et tidsrum til snak. Lokale foreninger er blevet kontaktet og flere har meldt positivt tilbage om at stille lokaler eller instruktører til rådighed.

Der var en god stemning og flere kom pga. Vivi Lindegaards lokalengagement; nye grupperinger opstod ved bordene. 80 % af deltagerne kommer ikke i kirken i forvejen, mens 20 % var kendt i forvejen.

Det var vigtigt for foreningen, at det var den, der inviterede og ikke kirken – selvom det foregik i kirkens lokaler. Det kan måske være en barriere at skulle krydse både sit eget og kirkens dørtrin, hvis det i forvejen er svært at tage sig sammen til at tage af sted til et arrangement. Det var også en bevidst strategi, at der ikke blev nævnt et ord om ensomhed, men derimod blev sat fokus på fællesskab og aktivitet.

Sognet ønsker at oprette en Familieaktivitetsgruppe for enlige med børn, hvor lokale jagt- eller spejdergrupper kunne guide på lokale ture eller lave arrangementer ved bålplads.

### *Kvislemark/Fyrendal/Førslev - sogn*

Sognet er svært udfordret af, at de ikke har noget sted at være grundet uafklarede byggeplaner – præsten er der lejet et hus til, da der er skimmelsvamp i præstegården, ligesom menighedsrådsmøderne holdes privat hos Lena Frimann. De har derfor brugt utrolig meget tid og energi på administration.

9 sogne samarbejder i forvejen om foredragsaftener, i 2016 holdes der dog kun 1 arrangement i september med Kurt Ravn, som de har valgt at bruge midlerne på. Det er gratis at deltage, og det blev derfor foreslået også her at bruge telefonkæden som en mulighed for at få nogen ud af hjemmet, som ellers ikke ville deltage.

En vigtig erfaring her er, at de fysiske rammer virkelig betyder noget for, om det er muligt at afholde aktiviteter eller ej – især fordi der ikke er noget fast sted at mødes til planlægning. Ligesom planlægning og udførelse af aktiviteterne er drevet af frivillige kræfter og ikke ansatte ressourcer.

Som deltagende sogn var de måske lidt usikre på hvilke forventninger, der var til deltagelse samt hvor meget tid, det ville kræve. Men efter at have deltaget synes de, at det er givende at deltage og blive inspireret fra andre sogne og få udvekslet erfaringer og høre om, hvordan man kan gribe aktiviteter an. De to, der har været involveret i projektet har et stort ønske om at mødes 2 x årligt til erfaringsudveksling og deltage i en temadag om et relevant emne – ligesom inspirationsmødet i september 2015 og diakonidagen i april 2016, som diakoniudvalget indbød til.

### *Nørrevangs sogn, Slagelse*

Deltagelse i projektet har fået Nørrevangskirken til at blive mere opmærksom på, hvilke værdier kirken har, og hvordan de i fremtiden kan være med til at bekæmpe ensomhed. Som en del af deres igangværende aktiviteter holder kirken løbende nogle velbesøgte søndageftermiddage med foredrag og efterfølgende fællesspisning for enlige. Deltagerne er overvejende **kvinder +60, max en håndfuld mænd**. Der er en kernegruppe på 15-20 stykker, der altid dukker op, men der har været op til 50 deltagere. Menighedsrådet har besluttet at kaste flere



## Voksne Ensomme

ressourcer efter disse foredrag i fremtiden – som en blåstempling af kirkens øgede fokus på at bekæmpe ensomhed. Til **Diakoniens dag i maj 2016 afholdt** bykirkerne en fælles rundtur i byen, hvor deltagerne kunne springe på og af efter behov. Der var besøg i Din Mission (Afrika), Kirkens Korshærs nye værested og i "Stedet". Der var ca. **70 deltagere med stor aldersspredning** og med en større andel af mænd end ellers og et lidt yngre aldersgennemsnit. Selvom der var flest kvinder 50+, var der **også unge mennesker** og mange, der ikke var kendt i forvejen som kirkegængere. Dagen viste, at der var **stor interesse i byen for kirkens fællesskaber** og tilbud.

### *Mulighed for forlængelse*

I løbet af foråret 2016 besluttede diakoniudvalget at arbejde videre med muligheden for at forlænge projektperioden efter udløb i oktober 2016. Dels fordi sognene havde givet udtryk for værdien af erfaringsudveksling, og dels fordi opmærksomheden om at bekæmpe ensomhed i sognene generelt har spredt sig lidt efter lidt – både i sognene og generelt i samfundet. Det vil sige, at nu hvor ensomhedsbekæmpelse er sat på dagsordenen, og hvor erfaringer af initiativer indsamles og ønskes forlænget, skal projektet slutte. Dette giver en risiko for, at mange gode idéer og kræfter falder til jorden med ressourcspild til følge ude i de enkelte sogne.

En ansøgning til stiftsrådet blev derfor lavet samtidig med at Connie Yilmaz Jantzen og Hanne Hummelshøj holdt møde med biskop Peter Fischer-Møller i juli måned for at høre om hans tanker om fortsættelse af projektet. Det blev herefter besluttet at søge stiftsrådet om en overgangsfinansiering i 6 måneder for at give mulighed for at søge penge enten i de provstier, der især arbejder med diakoni i stiftet og/eller at udarbejde en ansøgning om eksterne midler til en forlængelse af projektet, da stiftet sandsynligvis ikke har mulighed for at bevilge et ønsket økonomisk tilsagn til en projektforlængelse. Overgangsfinansieringen blev bevilget i september 2016.

### *Fremtiden*

Flere initiativer rækker ud over pilotprojektets egentlige periode, da der er etableret nye samarbejder mellem kirke og lokale foreninger. At det har været nødvendigt at oprette en forening i Gundsømagle sogn for at få tilskud har været en helt ny udfordring, som det ikke har været til at forudse ved projektstart. Men at det er lykkedes at fastholde projektets formål viser en helt ekstraordinær indsats fra foreningens formand, som ligger udover den indsats det rimeligvis kan forventes, at frivillige lægger.

Kirkerne, deres personale og frivillige vil i efteråret 2016 få nye arbejdsgivere efter menighedsrådsvalget. Ligesom ved øvrige valg og deraf evt. følgende nye mål afhænger fremtidige initiativer derfor af de nye menighedsrådsvalgs ønsker for aktiviteter.

Måske har projektet ikke nået et højt antal deltagere, men det har kvalificeret den indsats, de ansatte og frivillige yder rundt omkring i sognene, og projektet har fået sognene til at tænke over deres allerede igangværende indsatser, ligesom fornyede initiativer og samarbejder er sat i gang. Projektet har været en inspirationskilde for sognene og har givet et ekstra skub til at komme i gang, ligesom det har fået sat ensomhed og kirkens rolle i at være med til at bekæmpe ensomhed på dagsordenen – ikke blot i Roskilde stift men også uden for stiftets grænser.

En opmærksomhed som diakoniudvalget håber at kunne fastholde i fremtiden ved fortsat at arbejde for at bekæmpe ensomhed.