

INGEBORG PÅ HJUL: PIXIBOG OM GENERATIONSCAFÉ



CAFÉ INGBORG

**NORDEA
FONDEN**

Vi støtter gode liv

Indflyvning – vores arbejde med generationscaféen

Generationscaféen er en del af vores projekt 'Ingeborg på hjul', som er støttet af Nordea-Fonden. Generationscaféen er et tilbud kreeret med formålet at skabe generationsmøder på tværs af familier og ældre med sparsomt netværk.

Omdrejningspunktet for tilbuddet har været i fællesskab at lave mad og være fælles om måltidet samt varetage praktiske opgaver i forbindelse med maden og måltidet.

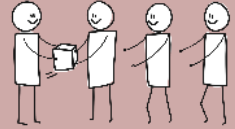
Generationscaféen er blevet afholdt to gange om ugen, tirsdag og torsdag fra kl. 16-19, i Café Ingeborg med vores køkken som kerne. Madlavningen er blevet faciliteret af en kok samt særlige medarbejdere fra Café Ingeborg. Pædagogisk personale fra Café Ingeborg var også en del af caféen ved projektets opstart.

Generationscaféen havde sin opstart i maj 2020. Forinden opstarten havde vi inviteret både kommunale enheder og frivillige organisationer til at skabe projektet i fællesskab med os. Særligt Café Ingeborgs samarbejde med Mødrehjælpens lokalforening i Ringsted har været værdifuldt for projektet, da Mødrehjælpen har finansieret alle familiers deltagelse i tilbuddet samt været med til at rekruttere mange familier.

Siden opstarten er generationscaféen vokset til at være et fællesskab med omkring 50 deltagere, som løbende deltager.

Pointerne i denne pixibog kommer ud af i alt 10 interviews med deltagere, samarbejdspartnere fra Ringsted Kommune og frivillige organisationer.

Etablering af projekt - og muligheden for samskabelse?



- Vi havde med projektet et ønske om en samskabelsesproces med potentielle samarbejdspartnere. Vi erfarede, at det i dette tilfælde var vigtigt med en tydelig projektbeskrivelse for udviklingsprocessen fra starten, som potentielle samarbejdspartnerne kunne læse ind i.
 - Hvis potentielle samarbejdspartnere inviteres til samskabelse, erfarede vi, at nogen kan have behov for vide, hvilke rolle de inviteres til at medvirke i.
- Der kan være risiko for, at det ikke er alle organisationer og deltagere, der er interesseret i samskabelsesaspektet. For at have det med i overvejelserne kan projektet tænkes i flere faser:
 - En indledende fase, hvor projektet udvikles i samskabelse med organisationer og deltagere, som har interesse i at være medudviklere.
 - I næste opfølgende fase kontaktes dem, som ikke kunne se sig selv i projektets indledende fase. Her kan de præsenteres for et mere færdigt koncept skabt ud fra de indhentede erfaringer.
- Vi inviterede i opstartsfasen flere foreninger fra kommunen, som arbejder med de samme målgrupper som os. De har meget nyttig viden i bagagen og samtidig skaber det bevidsthed om det, man ønsker at bygge op.



Samarbejde på tværs og forpligtelse

- Den kommunale myndighed kan være underlagt forskellige faktorer i forbindelse med et projekt som generationscaféen. Derfor kan det være givende at undersøge, hvad der skal til, for at kommunen kan stå rigtigt i projektet.
 - Vi har fx erfaret, at hvis man ønsker at rekruttere en målgruppe gennem kommunale instanser, så kan GDPR og diskretion stå i vejen for kontakt.
 - En anden erfaring er, at der også kan være praktiske arbejdsrutiner for de kommunale ansatte, man ønsker at samarbejde med, som ikke passer ind i projektets udgangspunkt. Derfor kan man også gøre sig klart, hvor langt projektet kan tilpasses den kommunale virkelighed.
 - For at imødekomme ovenstående kan man lave forskellige testforsøg, starte småt ud og justere løbende, hvilket vi også gjorde.
- For at sikre ejerskab tidligt i forløbet, kan det være en god idé at lægge op til et forpligtende samarbejde med samarbejdspartnere. Dette var en erfaring, som vi først gjorde os sent i processen, men som havde været værdifuld for projektets opstart og videreforløb.
 - Forpligtende samarbejde kan fx være aftaler om de enkeltes deltagelse og synliggørelse eller mål om x antal henviste deltagere.



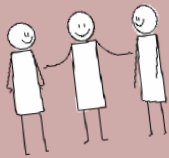
Det gode match i målgrupper



- For at opnå indblik i mulige deltageres perspektiver, kan man lave en målgruppeanalyse. Det er med til at give indsigt i ønsker og behov i forhold til tanker og antagelser, man har gjort sig om, hvem tilbuddet henvender sig til.
 - Vi erfarede fx, at den oprindelige antagelse om at plejehjemsbeboere ville være interesseret i at lave mad med familier med sparsomt netværk, ikke fungerede i praksis hos os. Plejehjemsbeboeres er generelt mere sårbare end antaget og interessen for den form for fællesskab var der generelt ikke.
- Vi oplevede, at deltagerne har behov for at få italesat tydelige rammer for tilbuddet, så de ved, hvad de møder op til. Det kan fx gøres gennem en brochure med eksempler og opsøgende arbejde i form af præsentationer for mulige samarbejdspartnere, som måske skal rekruttere til tilbuddet.
- Undervejs konstaterede vi, at det er vigtigt med tydelig kommunikation om målgruppen, så der ikke opstår tvivl om, hvem tilbuddet henvender sig til. Vi erfarede fx, at det skal tydeliggøres med eksempler på, hvad vores ene målgruppe "familier med sparsomt netværk" indebærer.
- For at kommunikere med de deltagende oprettede vi en fælles kommunikationsplatform, en Facebookgruppe, som har været et værdifuldt værktøj til at orientere og være i dialog.
 - Bekymring for at blive overvåget af udefrakommende instanser oplevede vi som en bekymring blandt flere. For at imødekomme dette kan man have en dialog om tavshedspligt og lave indgangsspørgsmål på Facebook.

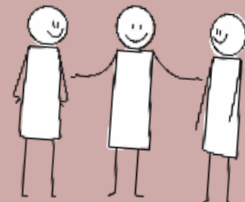
Rammesætning for de deltagende

- I opstartsfasen inviterede vi mulige deltagere til et åbent hus, hvilket gav dem mulighed for en smagsprøve på tilbuddet.
- Hvis man ønsker at henvende sig til en målgruppe med trang økonomi, kan det være en god idé at finde finansiering til gratis deltagelse, hvilket vi også gjorde. Deltagerne har selv udtrykt, at det fjernede spekulationer i, om man har tid/råd/lyst til at deltage ift. om det er pengene værd.
- I skabelsen af tilbuddet er det vores erfaring, at det er vigtigt at være opmærksom på, hvordan og hvilke krav man sætter til deltagerne. I vores projekt har det fx vist sig vigtigt, at deltagerne kan være med på egne vilkår.
- For at starte alle café dage på en god måde, begyndte vi at lave et kort tjek in og briefing, hvor opgaver blev uddelt. På den måde gav vi mulighed for, at deltagerne selv kunne melde sig på opgaver og opgavefordelingen blev tydelig. Vi udvalgte tovholdere blandt deltagerne, som var med til at holde overblikket. Denne rolle kan eventuelt gå på skift.
- Vi har oplevet, at konsistens og gennemskuelighed kan have stor betydning for deltagernes engagement - fast sted, tid og rammer.
- I opstarten kunne det være en udfordring at få løst praktiske opgaver i fællesskab, men i takt med at der blev skabt tryghed i fællesskabet, steg engagementet i fællesskabet. På den baggrund kan det være givende at være bevidst om, hvor vigtigt det er at skabe et trygt forum tidligt i processen.
- For at deltagerne kan få medindflydelse, kan det være værdifuldt at inddrage dem i statusmøder løbende.



Facilitering af relationsdannelse

- Vores oplevelse er, at tryghed og genkendelighed i personale kan være med til at styrke deltagelse og fællesskabets styrke, da deltagerne skaber relationer til tovholderen. Deltagerne fortæller også, at det samtidig kan være med til at skabe forudsigelighed for dem.
- Opgavens omfang og ressourceforbrug i personale kan med fordel afdækkes tidligt. Det stod fx tidligt klart for os, at vores køkkenfaglige personale ikke kunne varetage tilbuddet på egen hånd og at det var en større pædagogisk opgave end først antaget.
- Vores erfaring siger, at det kan kræve ekstra personaleressourcer at facilitere relationsdannelse på tværs - særligt i en opstart, hvor alt er nyt. For at understøtte relationsdannelsen kan det derfor være en god idé at søge ressourcer til pædagogisk personale.
- Hvis man samarbejder med frivillige organisationer om et tilbud, kan det være værdifuldt, at der kommer frivillige med fra organisationerne, som deltagerne på forhånd kender. I generationscaféen deltog fx formanden for Mødrehjælpen, som var vores primære samarbejdspartnere, ofte i tilbuddet.
- I introduktionen af nye deltagere arbejdede vi som projektholder med, hvordan man skaber rummet for at imødekomme nye deltagere. Det kan fx være gennem opsætning af bordene eller at nogen har ansvaret for at byde velkommen.





Skabelsen af et trygt og anerkendende rum

- Deltagerne har italesat, at et rum som generationscaféen er værdiskabende for dem, da det åbner muligheden for, at de kan møde andre i lignende situationer som dem selv.
- Gennem tilbud som generationscaféen har vi, ifølge deltagerne, skabt et rum, hvor de kan bygge den tryghed op, som er en forudsætning for at kunne dele svære emner og gøre sig sårbar over for andre. Et rum med en anderledes samhørighed, som flere af deltagerne ikke oplever andre steder.
- Vi har erfaret, at relationsdannelsen og opbygning af tryghed til hinanden er en gradvis proces, der opstår, når deltagerne får mulighed for at blive inddraget og få erfaringer med at "drifte fællesskabet" med alle de forskellige ting, der skal gøres.
- Inddragelse af deltagerne i forskellige ansvarsområder har ført til en oplevelse af at være en vigtig ressource i driften. Det opleves positivt og er med til at styrke den enkeltes selvtillid og evner til at samarbejde, fortæller deltagerne.
- Mødet med Café Ingeborgs medarbejdere med særlige behov har været med til at udvide deltagerne - i vores tilfælde særligt børnenes - syn på, hvordan man også kan være menneske. Hvis man selv har bekymringer om sin fremtid på grund af fysiske eller psykiske udfordringer, kan mødet med de særlige medarbejdere åbne øjnene for, at man sagtens kan have et arbejde og få en vigtig plads i samfundet, selvom man har særlige behov.

Maden som fællesskabsunderstøttelse



- Madlavningen har, ifølge deltagerne, været en uformel og relationsdannende måde at være sammen på, da aktiviteten allerede har været formuleret og rammesat.
- Valget af menu har i vores tilbud haft stor betydning for folks opbakning og tilmelding. Folk har behov for at vide hvilken mad, de møder op til. Vi lavede derfor en månedskalender for menuer i fællesskab med deltagerne.
- For at imødekomme alle arbejdede vi med fleksibilitet ift. rammerne for maden - både i forhold til valg af menu, men også i forhold til at tænke retter, hvor tingene kan serveres adskilt, så de deltagende i højere grad kan til- og fravælge.
- Vi lavede undervejs sjove og anderledes madlavningsaktiviteter, fx at rulle sin egen pasta eller bage brød på grillen, hvilket vi havde stor succes med.
- Den fælles madlavning og dialog om maden har, ifølge deltagerne, været en måde at udvide deres horisont i forhold til mad, råvarer og sundhed samt give børnene større madmod. Vi oplevede fx en stigende interesse for at spise sundt og anderledes og for at indarbejde nye og sunde vaner omkring madlavning derhjemme.
- Når menuerne strækker sig fra det velkendte til det eksotiske og ukendte, så kommer madlavningen også til at handle om at lære nyt. I vores tilfælde har særligt de ældre mænd, som kommer, fordi de har mistet deres koner, udtrykt stor interesse for netop dette.



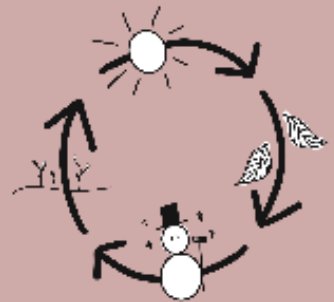
Generationsmødet i højsædet

- De ældre har fortalt, at generationscaféen er en måde for dem at komme ud og møde andre mennesker i en hverdag, hvor de sociale relationer ikke fylder så meget: “Så er der noget at stå op til”.
- Vi har erfaret, at mange af de børn, som kommer i generationscaféen, ikke længere har bedsteforældre i deres hverdag og derfor savner den omsorg. Ligeledes ser vi, at de ældre ikke har børn i deres hverdag og savner den energi, som børn kan give. Generationsmødet på tværs af ældre og børn kan derfor være en værdiskabende synergi for de deltagende.
 - De ældre, som ikke har børn i deres hverdag, og omvendt de børn, som ikke har ældre i deres hverdag, får mulighed for at lave ting sammen og opleve aldersforskellen i det. De ældre kan dele ud af deres historie og livserfaringer, fx hvordan man spillede kort, da de var barn, mens børnene oplever at få opmærksomhed af en “bedsteforældrefigur”.
- For at dokumentere udviklingen og generationsmødet kan en idé være at lave et produkt, som de deltagende kan være fælles om. Det kan fx være en generationskøgebog med opskrifter fra da de ældre var børn samt opskrifter fra nutiden. Dette produkt havde vi en ambition om at kreere, men nåede det desværre ikke.



Årshjul med fokus på traditioner og højtider

- Vi har løbende arbejdet på årshjul med aktiviteter, som de deltagerne er kommet med input til – fx julefrokost, påskefrokost, ture, halloween mm. Dette var, ifølge deltagerne, med til at skabe overblik og styrke forholdet til fællesskabet.
 - Flere familier fortalte, at mange af dem ikke har anden familie som samlingspunkt for traditioner som julefrokost, juleklippedag, påskehygge mm. Fællesskabet blev derfor for familierne en måde at lave aktiviteter i fællesskab med andre.
- Aktiviteterne har for de deltagende været en økonomisk støtte. Flere delte fx, at de ikke havde ressourcerne til at holde julefrokost. Som projektejer er det derfor væsentligt at have for øje, at der kan være behov for at indtænke økonomi ind i aktiviteter.
- For mennesker med sparsomt netværk kan aktiviteterne blive en måde, hvorpå deltagerne får nogen at dele forskellige aktiviteter og ture med - noget som flere af dem italesætter, at de ikke oplever at have andre steder.
- Aktiviteterne har i generationscaféen været en måde at bygge relationer på tværs og opfordre deltagerne til at tale sammen. Vi har fx erfaret og deltagerne har italesat, at når der "er noget at lave" sænkes skuldrene og et mere uformelt og kravfrit rum kan få lov til at opstå.



Ejerskab og strategisk udfasning

Ved udgangen af dette projekt er fællesskabet ikke overgået til en selvkørende form, så vi har ikke erfaringer med en egentlig forankringsproces. Dog kan vi dele, hvad vi oplever som vigtige elementer for at kunne starte denne proces.

Vi har oplevet at vores tilbud er blevet en betydningsfuld del af deltagerens liv, så de ønsker, at det skal fortsætte. De giver udtryk for, at de selv kan køre det videre, hvis der er lokaler, økonomi og en tovholder på plads.

- **1. forudsætning: Stærkt fællesskab og ønske om fortsættelse**
Opnår fællesskab en selv bærende styrke igennem et stort engagement i den daglige drift af fællesskabet, er det et stærkt udgangspunkt at starte en forankringsproces fra.
- **2. forudsætning: Økonomi**
Tilbuddet har været gratis hele vejen, hvilket har været et væsentligt element i, at projektet blev en succes. Vores deltagere har givet udtryk for, at det kan give mening for dem at fortsætte med en delvis deltagerbetaling. Det kan dog være vigtigt at få en eller flere samarbejdspartnere med, som kunne have lyst til at betale helt eller delvist for måltiderne - i så fald at maden er et vigtigt omdrejningspunkt.

3. forudsætning: Tovholderrolle

Deltagerne i vores projekt giver udtryk for, at de til dels selv kan drive projektet. Der vil dog være brug for en tovholder til at holde ansvaret for selve madlavningen og for at opretholde en aktivitetskalender. Vores deltagere har givet udtryk for, at indkøb og planlægning af måltider vil blive for svært at stå med selv. Desuden kan der være forsikringsmæssige udfordringer med at lade civile bruge et professionelt køkken uden ansatte.

4. forudsætning: Gode rutiner og indarbejdede roller

Alle de forskellige gøremål kan beskrives og indarbejdes som rutiner, der går på skift. Dette sikrer en god overgang til en selv bærende forankring. Det er netop disse "roller" og ansvaret for dem, som vi har oplevet, har været væsentligt for fællesskabets styrke.