

## Evalueringsskema for projekter støttet af lokaludvalgets puljemidler

<b>Projektitel – fra ansøgningen</b>	
Mærk Verden – Gå dig Glad	
<b>Dato for projektets afholdelse?</b>	
November 2018	
<b>Ansøgt beløb:</b>	<b>Bevilget beløb:</b>
55000	15000
<b>Kort beskrivelse af udførte aktiviteter:</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Gennemført 3 ture på Amager Strand</li><li>2. Naturanalyse</li><li>3. Udarbejdelse af Flyer</li><li>4. Reklamering , rekruttering: i lokalaviser, deltagelse i frivillig fredag, ophængt 25 opslag rundt i bydelen. reklamering de sociale medier.</li><li>5. Udarbejdelse af kortfattet spørgeskema</li></ol>	
<b>Beskriv om og hvordan projektet har opnået sit formål:</b>	
<p>At et lokalt naturområde kan bruges som ramme for sundhedsfremmende og stress-dæmpende aktiviteter, blev bekræftet. Det blev ligeledes bekræftet, at det er af afgørende betydning for effekten, at konkrete naturområder og spots for aktiviteter bliver analyseret og kortlagt i forhold til deltagernes behov.</p> <p>De fleste deltagere havde været eller var ramt af stress, så man kan også sige at det umiddelbart lykkedes at få fat i en specifik målgruppe. Som ventet viste det sig, at stressramte deltagere vurderede, at de havde god gavn af turene, og kunne bruge de metoder de blev præsenteret for. Øvrige deltagere oplevede især turene som en god lejlighed til at skabe sig en rolig stund og nyde naturen. Turene gav mulighed for udveksling af erfaringer og spørgsmål, og at netværke, hvilket deltagere benyttede sig af i de perioder der var sat af til samtale.</p> <p>I forhold til Afprøvning af de 2 områder – Amager Fælled for Lokaludvalg Amager Vest og Amager Strand for Lokaludvalg Øst, er der ikke noget, der tyder på at det ene er absolut bedre end det andet. I begge områder oplevede deltagere ro og nærvær, og havde oplevelser af at befinde sig i tryk og afslappende natur.</p> <p>Vi afprøvede også forskellige tidspunkter for turene. Umiddelbart blev der peget på, at ture på hverdage med fordel kunne begynde tidligere. Tidspunkter var lagt så solen var stået op, og det kan naturligvis justeres i forhold til årstiderne.</p>	
<b>Besøgstal/antal deltagere:</b>	
35	

## Evalueringskema for projekter støttet af lokaludvalgets puljemidler

<p><b>Samarbejdspartnere:</b> Arrangørerne brugte egne store netværk i forhold til at reklamere for turene – bl.a. Miljøpunkt Amager</p>
<p><b>Miljøpunkt,</b></p>
<p><b>Erfaring fra projektet (hvad gik godt, hvad kan/bør ændres):</b></p> <p>Godt:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Deltagerne oplevede turene afstressende og lærte nye måder at være i naturen på.</li><li>2. Vi fik fat i målgruppen</li><li>3. Det fungerede fint at have stressramte og ikke stressramte med på samme ture.</li><li>4. Vi fik bekræftet at man kan bruge bynær natur til restitution og at nem adgang til det pågældende naturområde med offentlig transport er vigtigt for deltagerne.</li></ol> <p>Ændres:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Når stressramte er den primære målgruppe, skal der et større opsøgende rekrutterings arbejde til – evt. med mulighed for samtaler på forhånd. Det skal prioriteres højere en anden gang. Vi vil også gerne afprøve om det øger deltagertallet hvis der ikke er forhåndstilmelding</li><li>2. Turene skal planlægges med større tidsmæssige afstand, så folk kan nå at deltage flere gange eks. 6 ture med 2 – 3 uger imellem hver tur og dermed få fuld effekt af metoden.</li><li>3. Mere klarhed – tydelig info omkring hvad man kan opnå med deltagelse flere gange.</li></ol>
<p><b>Evt. nye tiltag på baggrund af den støttede aktivitet:</b></p> <p>Stressforeningen arbejder på at kunne udbyde flere ture fremover gerne i samarbejde med andre foreninger og rettet mod en bredere målgruppe; og mod grupper med specifikke behov eks. Hørehæmmede, hjertepatienter m fl. Med henblik på at arbejde mere med forebyggelse af stress for disse målgrupper.</p> <p>På en af turene deltog 2 børn med deres stress-ramte far, og på baggrund af deres tilbagemeldinger, vil det give mening at målrette ture til familier, hvor en eller flere fra familien har været eller er stressramt; eller har mærkbare stress-symptomer.</p>
<p><b>Hvordan har I gjort opmærksom på at lokaludvalget har støttet projektet?</b></p> <p>Lokaludvalgets logo har været trykt på alt materiale, flyers og skiltning på turene. Vi har oplyst journalister, deltagere og andre interesserede om samarbejdet.</p>
<p><b>Hvis I har en hjemmeside, har I så lavet et link til Amager Øst Lokaludvalgs hjemmeside?</b></p> <p>Nej, kun på flyers og i nyhedsbrev om turene, fordi Stressforeningens hjemmeside ikke rigtig er oppe at køre endnu.</p> <p>Der er p.t. oprettet en FB-side med generel info, fotos af fra ture og kontakt omkring gå-ture</p>

Evalueringsskema for projekter støttet af lokaludvalgets puljemidler

**Andre kommentarer, evt. link til egen hjemmeside:**

<https://www.facebook.com/events/1834513886602426/>

FB: Walk & Mind

**Evalueringsskema SKAL udfyldes og vedlægges projektregnskabet.**

Regnskab samt evaluering sendes pr. e-mail til [amageroestlokaludvalg@okf.kk.dk](mailto:amageroestlokaludvalg@okf.kk.dk)

Hvis du ikke har mulighed for at sende elektronisk, kan du sende til:

Amager Øst Lokaludvalg  
Jemtelandsgade 3, lok. 417  
2300 København S

---

## Evalueringsskema for projekter støttet af lokaludvalgets puljemidler

### **Udbetaling af støttebeløb**

Pengene udbetales til Nemkonto. Du skal derfor oplyse sekretariatet om CVR-nr./CPR-nr., eller for kommunale institutioners vedkommende et 5-cifret organisationsnr.

Der stilles krav om, at foreninger skal have en Nemkonto og et CVR-nummer (alternativt et cpr-nummer) for at få udbetalt penge fra det offentlige.

Er du tvivl, kan du henvende dig til Amager Øst Lokaludvalgs sekretariat.

---