

Pulje til udrulning af 'Hold Hjernen Frisk' – 3. runde

Kulturen i bevægelse – bevægelse i kulturen

Forskning viser, at fysisk aktivitet, mental stimulering og socialt samvær er vigtige elementer for at holde hjernen frisk hele livet.

Målgruppe

Målgruppen for 'Hold Hjernen Frisk' er seniorer omkring pensionsalderen primært i gruppen 60 til 75 år.

Hvad er formål og mål med puljen?

Puljens formål er at udbrede forskningsbaseret viden om at holde hjernen frisk hele livet og omsætte denne viden i engagerende, sansende og fællesskabsgenererende aktiviteter. Målet er, at flere seniorer ved at leve et aktivt liv kan holde hjernen frisk i længere tid.

Hvem kan søge?

Alle folkebiblioteker kan ansøge om midler fra puljen.

Hvornår er der ansøgningsfrist?

I runde 4 er ansøgningsfristen den 6. maj 2021 kl. 12.

Der vil være i alt 5 ansøgningsrunder. Denne runde er nr. 4. Den sidste runde planlægges til at åbne og lukke henholdsvis 5. oktober – 8. november 2021.

Hvordan ansøger vi?

Alle ansøgere skal anvende det ansøgningsskema, der findes på Hold Hjernen Frisk's hjemmeside: <https://www.dgi.dk/samarbejd/om-vores-indsatser/programomraader/dgi-idraet-for-seniorer/hold-hjernen-frisk/kulturen-i-bevaegelse>

Skemaet inkl. budget indsendes via mail til projektleder i DGI henrik.jacobsen@dgi.dk.

Når ansøgningen er modtaget, sender DGI en kvittering.

Hvornår får I svar?

DGI sender svar på ansøgninger i uge 21 i 2021.

Hvor meget kan der søges i tilskud?

Der kan søges om tilskud på max. kr. 35.000 til hvert aktivitetsforløb.

OBS! I skal medfinansiere projektet med 50 %, svarende til det ansøgte beløb. Biblioteket og jeres samarbejdspartner kan medregne egen arbejdskraft for maks. 300 kr. i timen som medfinansiering eller som del af tilskudsfinansieringen. Frivilligt arbejde kan kun tælles med som medfinansiering til maksimalt 120 kr. i timen.

Hvad kan der søges om tilskud til?

Der kan søges om tilskud til ét aktivitetsforløb.

Forløbet skal være multifacetteret, dvs. indeholde en kombination af fysisk aktivitet, mental stimulering og socialt samvær – gerne med inddragelse af f.eks. et måltid god, hjernerigtig mad.

Aktiviteterne i projektet tager afsæt i bibliotekernes egne ideer og erfaringer, så det bliver bibliotekerne selv, som i samarbejde med en eller flere lokale partnere skal stå for udviklingen af aktiviteterne.

Det vil være oplagt, at biblioteket søger en partner, der kan stå for de fysiske udfordringer for deltagerne.

Aktiviteterne kan finde sted både i og uden for bibliotekernes egne lokaler, fx i et lokalt aktivitetshus for ældre, udendørs, i et beboerhus, i en boligforening eller i et idræts- eller kulturcenter.

I kan hente inspiration til aktiviteterne i publikationen *Hold Hjernes Frisk – Idékatalog til Kulturen i bevægelse – bevægelse i kulturen*, som findes på styrelsens og DGI hjemmeside for projektet. Kataloget indeholder også gode råd og erfaringer fra de første gennemførte pilotforløb i biblioteker.

Krav til deltagelse i udrulningen:

- Hvert aktivitetsforløb skal vare minimum 8 uger.
- De enkelte aktiviteter skal udbydes 1 gang ugentlig og være af 2 - 3 timers varighed.
- Hvert aktivitetsforløb skal inddrage min. én ekstern samarbejdspartner.
- I forbindelse med kommunikation af Hold Hjernen Frisk, benyttes projektets logo sammen med Nordea-fondens logo.
- I skal oprette en hjemmeside med information om aktiviteten og tilmeldingsmulighed, som er aktiv i hele aktivitetens løbetid (gerne blot en underside til jeres egen side, som gør det muligt at linke fra Hold Hjernen Frisk's webside).
- Hvis I vil have *SMART-træning* eller *Hold Hjernen Frisk Naturtræning for seniorer* med i jeres aktivitet skal I bruge en uddannet træner fra DGI. Kontakt evt. lokale DGI foreninger herom eller projektleder Henrik Jacobsen.
- Biblioteket skal deltage i Kick-off møde den 9. juni 2021 – enten fysisk såfremt Corona-situationen giver mulighed for det, men eller online.
- Der skal aflægges regnskab senest 2 måneder efter projektafslutning, men gerne før.

Hvad skal ansøgningen indeholde?

Ansøgningen skal beskrive et aktivitetsforløb på et overordnet niveau. En ansøgning behøver således ikke at være detailplanlagt i sit forløb. Detailplanlægningen sammen med partneren kan ske efter afklaring om bevilling. Det skal dog være muligt at danne sig et billede af de mentale, sociale og fysiske aktiviteter af hensyn til vurderingen af, om de forventes at kunne bidrage til at holde hjernen frisk.

Ansøgningen skal imødekomme nedenstående:

- Aktiviteterne skal bygge på fysiske fællesskaber og være baseret på lystbetonet deltagelse, se evt. idékataloget for inspiration.
- Det skal fremgå, hvem der samarbejdes med.

- Der skal indgå elementer af mental, social og fysisk karakter i hvert aktivitetsforløb.
- Biblioteksansatte er ansvarlige for aktiviteterne, men gerne med inddragelse af frivillige og partnere.
- I må gerne tænke i inddragelse af seniorer som ikke er ressourcestærke, men det er ikke et krav.
- Budgetskabelonen skal udfyldes – herunder opgivelse af medfinansiering. Den tilskudsfinansierede lønudgift kan højest beregnes med 300 kr. i timen inkl. overhead. Arbejdsløn og frivilligtimer kan indgå i medfinansieringen med maksimalt henholdsvis 300 kr. og 120 kr. Vær opmærksom på, at det er obligatorisk at dokumenter den anvendte arbejdstid, herunder medregnede frivilligtimer. Det kan ske via tidsregistrering eller f.eks. tro-og-love erklæringer.

PULJEN STØTTER IKKE

- Administrationsomkostninger
- Uspecificerede projektomkostninger
- Diæter
- Udgifter til it og inventar

Sådan vurderes ansøgningen

Vurderingen sker ud fra følgende kriterier:

- Aktivitetsforløbene skal opfylde de angivne formål og mål for 'Hold Hjernen Frisk' samt imødekomme kravene til ansøgningen

Der lægges endvidere vægt på:

- Aktiviteter som formår at skabe sammenhænge til domæner uden for biblioteksverdenen, f.eks. idrætsforeninger, andre foreninger eller netværk
- Aktiviteter hvor der indgår fællesskabende aktiviteter som f.eks. madlavning og spisning, dans sang og musik, udendørsaktiviteter og naturoplevelser
- Interaktion med et af de øvrige spor i 'Hold Hjernen Frisk' (SMART-Training, DGI Naturtræning for seniorer og SANS (dans, sang og musik)), hvis og hvor det er muligt

Overordnet ønskes om muligt en geografisk og aktivitetsmæssig spredning på pilotprojekterne.

Hvem træffer afgørelse om støtte?

Arbejdsgruppen for 'Hold Hjernen Frisk' træffer beslutning.

Økonomi og tidsramme

- Den samlede pulje i de 3 år er på i alt 2.100.000 kr.
- Der afholdes kick-off møde for alle projekter, der modtager tilsagn, den 8. juni 2021.
- Projekter, som modtager tilsagn, skal have afsluttet de minimum 8 ugers aktivitetsforløb senest i uge 50 i 2021, men vi håber at I kan færdiggøre forløbet i første halvår 2021.

- Der skal afleveres regnskab efter de krav, der angives i bevillingsbrevet.
- Udbetaling af tilskud finder sted efter aflagt regnskab, der skal indsendes senest 2 måneder efter endt forløb.

Bevillingsgrundlag

Hold Hjernen Frisk er et tre årigt projekt, der bygger oven på et to årigt pilotprojekt. Projektet gennemføres i samarbejde mellem Slots- og Kulturstyrelsen, Sangens Hus, Dansekapellet samt DGI med sidstnævnte som projektansvarlig. Projektet er økonomisk støttet af Nordea-fonden.

Foredrag

I har mulighed for at tilbyde foredrag relateret Hold Hjernen Frisk med aldringsforsker, forfatter og foredragsholder Henning Kirk. Kontakt projektleder i DGI henrik.jacobsen@dgi.dk herom.