TRONDHEIM KOMMUNE

Tiltaksrapport

# Internasjonal folkedans

Områdeløft
SAUPSTAD ♥ KOLSTAD

Skrevet av Edhija Mahic og Astri Heide Vaskinn
22.09.2017

AKTIVE SAUPSTAD

# INNHOLD

**1 Innledning ... 3**

1.1 Bakgrunn ... 3

1.2 Utgangspunkt for tiltaket ... 3

1.3 Mål og målgruppe ... 4

**2 Planlegging av arbeidet ... 5**

2.1 Organisering og forankring ... 5

2.2 Finansiering ... 5

2.3 Metodisk tilnærming ... 5

2.4 Evalueringsplan ... 6

2.5 Tidsplan ... 6

**3 Gjennomføring av arbeidet ... 6**

3.1 Prosessen ... 6

3.2 Sikring av involvering ... 7

3.3 Deltagelse ... 7

3.4 Evaluering ... 9

**4 Konklusjon/resultat ... 10**

4.1 Produktet ... 10

4.2 Måloppnåelse ... 10

4.3 Suksessfaktorer ... 11

4.4 Regnskap ... 11

**5 Anbefalinger / plan for videre drift ... 12**

**6 Vedlegg ... 13**

# 1 Innledning

## 1.1 Bakgrunn

*Områdeløft Saupstad-Kolstad* er et bydelsutviklingsprosjekt for fremming av livskvalitet og helse, samt kvalitetsheving på infrastruktur og offentlige rom i bydelen. Samarbeidsaktørene i Områdeløftet er Trondheim kommune, innbyggerne og næringslivet i området, Husbanken, IMDI og Sintef. Andre samarbeidsaktører trekkes inn i prosjektet ved behov.

*Områdeløft Saupstad-Kolstad* skal i perioden 2014-2017, gjennom delprosjektet Aktive Saupstad, bidra til at befolkningen i bydelen blir mer fysisk aktiv. Dette både ved å fremme allerede aktive tiltak, opprette nye tiltak og legge til rette for aktivitet.

Gjennom Områdeløftets forprosjekt har befolkningen uttrykt ønske om å lære seg og beherske ulike aktiviteter, blant annet internasjonal dans.

*Kvinner sammen* er en gruppe kvinner fra ulike nasjonaliteter som jobber med og for kvinner på Saupstad-Kolstad, spesielt med tanke på integrering, språk og sosial utvikling. Gruppen arrangerer ulike aktiviteter i nærmiljøet slik som svømming, dansekurs, temakvelder, sosiale sammenkomster med kurvfest, m.fl.

Edhija Mahic er representant for Dialogsenteret og leder for prosjektet" Gjestebud på Saupstad". På grunn av hennes engasjement ble hun spurt om å bistå prosjektet Aktive Saupstad med mangfoldsperspektivet og sikre at prosjektet tilrettelegges for flerkulturelle interesser.

## 1.2 Utgangspunkt for tiltaket

Følgende tekst om internasjonal folkedans er sakset fra **Bergen Internasjonale folkedansklubb**.

Dans har til alle tider vært et speilbilde av den kulturen den kommer fra. Rytme, tempo og dansemønster er preget av hver enkelt kulturs temperament og levemåte – og av dens tradisjoner. Interessen for og kunnskapen om andre lands danser begynte å spre seg her i landet i begynnelsen av 1960-årene. Vanligst var danser fra Hellas, Romania, Bulgaria, Albania og de landene som tidligere utgjorde Jugoslavia – og fra Israel, England, Skottland, Frankrike og USA.

Internasjonal folkedans kjennetegnes blant annet ved at alle er med, uansett alder og forutsetninger. Musikken til og rytmen i disse dansene er mer sammensatt enn i vår tradisjonelle norske musikk. Dansene er dansene gjerne ring-, rekke- eller kjededanser, som er mer inkluderende og sosialiserende enn pardansen. Ringdansen har fra gammelt av vært

et symbol på fellesskap, en tradisjon som lever videre. I de senere årene har også den cubanske dansen salsa blitt svært populær blant mange ungdommer.

Den internasjonale folkedansen vokste fram som et naturlig fenomen i USA og Canada, der mennesker fra hele Europa møttes med utgangspunkt i ulike kulturer. Gjennom musikk, sang og dans hadde de mulighet til å formidle noe av sin egen kultur til folk fra andre kulturer, uavhengig av språkkunnskap.

I oldtiden var dansen en viktig del av den religiøse kulturen fordi grekerne trodde at gudene gledet seg ved dans. Dansen hadde også med oppdragelsen å gjøre. Grekerne mente at den gledesskapende musikken og dansen gjorde læring lystbetont og fikk barna til å skjelne mellom vakkert og stygt, godt og vondt.

Kvinner sammen hadde arrangert magedans og afrikansk dans tidligere og fikk da stor respons. På grunn av at det ikke finnes slikt tilbud i bydelen, ønsket de å arrangere internasjonal dansekurs for kvinner på Saupstad som en start for å få etablert et varig tilbud.

Det er viktig at kvinner som bor i nærmiljøet er fysisk aktiv. Dans er en fin form for fysisk aktivitet og er dokumentert for ulike målgrupper: Helserelatert livskvalitet for ungdom, idrettsdeltagelse blant unge jenter med innvandrerungdom, fysisk aktivitet for eldre og er dans vist signifikant effekt som en av meningsfulle aktiviteter på sykehjemmet. Derfor ønsket Kvinner sammen å arrangere kurs i Internasjonal folkedans i samarbeid med Områdeløft Saupstad/Kolstad Aktive Saupstad og Dialogsenteret i Trondheim kommune.

## 1.3 Mål og målgruppe

Hovedmålet til Aktive Saupstad:

*Bydelens ulike aldergrupper har reell mulighet til å være mer fysisk aktive i attraktive omgivelser, og tilrettelegging for økt aktivitet har skjedd gjennom bred deltagelse i utvikling av konkrete tiltak.*

Mål tilknyttet dette tiltaket

1. Spre glede blant deltakere, lære nye ting og holde deltakere fysisk aktiv
2. Bygge nye sosiale arenaer i nærmiljø
3. Gjennom samarbeid mellom Kvinner sammen og TIFK å etablere et varig tilbud om internasjonal dans hvor kvinner fra Saupstad/Kolstad deltar sammen med andre., eller deltar på TIFK' dansekvelder og etter hvert melder seg inn i klubben.

Målgruppe

Alle kvinner, men først og fremst de som bor på Saupstad/Kolstad og er ny i landet.

# 2 Planlegging av arbeidet

## 2.1 Organisering og forankring

Arbeidsgruppe:

Tiltakskoordinator: Edhija Mahic, Dialogsenteret
Medarbeider: Kristina C. Karlsen, representant for Kvinner sammen,
Medarbeider: Kvinne gruppe Flatåsen
Instruktør: Anne Dragvik, Trondheim Internasjonale Folkedans Klubb

Styringsgruppe:

Astri Heide Vaskinn, prosjektleder Aktive Saupstad
Lene Markussen, prosjekt koordinator Områdeløft Saupstad/Kolstad

I tiltaksutviklingen er det samarbeidet med Saupstad skole og Kolstad skole.

Fra venstre Dijana Coric og Edhija Mahic

## 2.2 Finansiering

Kostnader knyttet til instruktør av dansekurs dekkes av Aktive Saupstad.

## 2.3 Metodisk tilnærming

Områdeløftets strategiske hovedgrep skal følges i alle prosjekter og tiltak:

- Helhetlig og tverrsektoriell innsats
- Styrket sektoransvar/- forankring
- Langsiktig og varig innsats
- Lokalt forankret innsats
- Fokus på ressurser og muligheter

- Fokus på kompetanseutvikling og læring

Det vil bli benyttet framgangmåte som bygger teorier om Helsefremmende arbeid (Se vedlegg 2 i Aktive Saupstads prosjektplan pr 17.09.2014). Her vektlegges positiv helse, medvirkning og tverrsektorielt samarbeid. For å imøtekomme strategien om læring, vil det parallelt med tiltaksutvikling være fokus på prosessen undervegs.

## 2.4 Evalueringsplan

Prosessevaluering:
Det ble planlagt at tiltakskoordinator undervegs ville oppservere, lytte og registrere det som deltagerne og samarbeidspartners utrykker underveis
Samle referat fra oppsummeringsmøter

Sluttevaluering:
Eventuelt vil spørreskjema bli utarbeidet og delt ut ved avslutning av dansekursene.

## 2.5 Tidsplan

| | Vår 2016 | Høst 2016 | Vår 2017 |
|---|---|---|---|
| Planlegge å forberede kurs | | | |
| Gjennomføre kurs 1 | | | |
| Oppsummering | | | |
| Gjennomføre kurs 2 | | | |
| Evaluering | | | |
| Varig tilbud på plass | | | |

# 3 Gjennomføring av arbeidet

## 3.1 Prosessen

Edhija Mahic tok ansvar for å avtale med instruktør. Instruktøren som ble leid til kurset var Anne Dragvik. Hun har lang erfaring som danser og instruktør i Trondheim Internasjonale folkedans klubb.

Treningslokale til kurset ble booket og ble gymsaler ved Saupstad skole og Kolstad skole. Mahic laget innbydelse til kurs (vedlegg 1) og sprede den via flere kanaler

Videre bestod arbeidet av organisering av 2 arrangementer. Tiltakskoordinator har vært til stede på alle kurs, hentet nøkkel og låst opp, deltok i dansen og oppserverte deltakernes og deres utrykk av opplevelsen. Gymsalen måtte ryddes og låses. Denne koordinering krevde mer tid en det er planlagt.

Mahic ble kontaktet av NTNU studenter om 2 studenter kunne kommer på dansekurs og informere deltakere om sitt prosjekt i bydel Saupstad/Kolstad. Tidspunkt ble avtalt og Mahic fulgte opp.

Hun ble også kontaktet av Jobbsjanse. De ønsket å komme og informere deltakere om sitt prosjekt i Trondheim kommune. Tidspunkt ble avtalt og Mahic fulgte opp.

## 3.2 Sikring av involvering

Tiltakskoordinator sørget for at folk ble inkludert på følgende møte: alle nye ble ønsket velkommen, den nye ble presenterte og hele gruppen til hverandre med navn og hvor de kom fra. Det ble lagt ekt på å være hyggelig og møte folk med et smil når de kommer på døra.

God dialog har og vært vektlagt i samarbeid med andre underveis.

## 3.3 Deltagelse

Rekruttering av deltakere ble gjort gjennom: Kvinner sammen, Kvinne gruppe Flatåsen, personlig nettverk. Videre snakket Mahic med folk som kom på Dialogsenteret. Det ble laget plakater som ble hengt opp på Dialogsenteret og på Saupstad og lagt på Facebook sidene til Dialogsenteret og Saupstad.no. Det ble brukt forskjellige kanaler til å informere kvinner om tilbudet. Brukte forskjellige arbeidsredskaper som epost, telefon og SMS.

Kurs 1 ble gjennomført i 12 uker fra 5.09.2016 til 21.11.2016 på mandager fra kl.19.00 – 21.00

22 kvinner deltok og oppmøte varierte fra 22 til 8, de fleste gangene var 14 kvinner tilstede. Kvinnene var fra 14 forskjellige land (Chile, Syria, Bosnia, Kroatia, Kosovo, Tyrkia, Irak, Norge, Serbia, Somalia, Afghanistan, Brasil, Iran og Sør Afrika).

Kvinnene har i løpet av 12 uker lært mer enn 30 forskjellige danser fra mange forskjellige land. Dette var ringdans og kvinnene trengte ikke partner. Dansene var ikke vanskelige slik at alle kunne være med alltid og nyte musikken.

Gruppen har hatt følgende opptredene:

Avlutning av første kurs m/ kurvfest for mange gjester fra Internasjonale Folkedans Klubb. Prosjektkoordinator i Områdeløft og prosjektleder for Aktive Saupstad var til stede. Se bildet under.

Opptreden med drakter ved Saupstad Frivilligsentralen sitt Julebord for frivillige i Storstua på Bydelskafeen. Se bildet under.

Kurs 2

Kurs 2 ble gjennomført i 18 uker 16. 01. 2017 til 29. 05. 2017 på mandager fra kl 19.00- 21.00.

35 kvinner deltok og oppmøte varierte. Kvinnene var fra 19 forskjellige land (Chile, Syria, Bosnia, Kroatia, Kosovo, Tyrkia, Irak, Norge, Serbia, Somalia, Hviterussland, Makedonia, Romania, Peru, Filipinen, Afghanistan, Brasil, Iran og Sør Afrika).

Kvinnene har i løpet av 18 uker lært mer enn 30 forskjellige danser fra mange forskjellige land. Dette var ringdans og kvinnene trengte ikke partner. Dansene var ikke vanskelige slik at alle kunne være med alltid og nyte musikken. Her er utsagn fra en deltaker:

> *Hver mandag fra kl.19.00 – 21.00 møtt vi opp ved Kolstad skole. Et medlem fra Kvinner sammen var ansvarlig for å låse opp øvingslokalet. Vi danset, sang, hadde det artig. Vi hadde en liten pause i løpet av økta. Vi snakket sammen med hverandre og ble bedre kjent.*

Gruppen har hatt følgende opptredene:
Kolstad dager den 10. juni 2017. Vi danset 5-6 danser på scenen ved Saupstad senteret.

## 3.4 Evaluering

Kurs 1:
Tiltakskoordinator oppserverte og hørt hva deltakerne sa, hvordan de opplevde og hva det betydde for dem å delta på dansekurs. Her er sammendrag av hva deltakerne uttrykte:

Det var hyggelig og sosialt til å være der, de følte seg inkludert, bygget nettverk, ble kjent med andre kulturer. Videre at de ble kjent med andre danser og med TIFK. Flere vil fortsette med dansen i TIFK. Interessen for å fortsette med kurs er stor.

De synes at det er fint for å høre om de prosjektene på Saupstad. Deltakerne sa at dette var et flott prosjekt som handler om involvering og integrering, om å lære om nye kulturer

gjennom dans og sang og om å bli kjent med mange fantastiske kvinner fra forskjellige land. De fleste har ikke opplevd en slik glede på veldig mange år og har ikke følt inkludering på en slik måte tidligere.

Mange av målene er oppfylt gjennom kurs 1, men det gjenstår å komme fram om et varig tilbud. Derfor ble det bestemt å gjennomføre et kurs til hvor en samtidig har fokus på å etablere et varig tilbud. Kurset fortsetter fra den 16. januar 2017 på Kolstad skole

Kurs 2

Kurs 2 hadde mange likhetstrekk med kurs 1 og gikk etter planen. Kvinnene har lært mange forskjellige danser og de så hvor mye øving må legges inn når det skal opptres offentlig. De opplevdes hyggelig og sosialt, veldig inkluderende. De snakket norsk med hverandre slik at dette var også god språkpraksis til de nybosatte kvinnene.

# 4 Konklusjon/resultat

## 4.1 Produktet

Nettverket "Kvinner sammen" ønsket tilbud i Internasjonal dans. Edhija fra Dialogsenteret var engasjert gjennom Områdeløft og planla og igangsatt 2 kurs i samarbeid med Trondheim internasjonale folkedansklubb høst 2016 og vår 2017.

Kursene foregikk 2 timer hver mandag kveld på Kolstad skole henholdsvis 12 ganger på kurs 1 og 18 ganger på kurs 2 hvor de lærte 30 ulike danser. Det var 22 deltakere på kurs 1 og 35 på kurs to (noen nye). Kvinnene representerte 19 ulike land.

## 4.2 Måloppnåelse

Kursene har bidratt til å nå de mål som ble satt i oppstart av tiltaket. Omtalen fra deltakerne tilsier at de har spredd glede, lært nye ting gjennom et fysisk aktivitetstilbud. Videre har dette bidratt til å skape ny sosial arena i nærmiljøet. Målet om varig tilbud på Saupstad står i startgropa nå, ved at en av deltakerne er lært opp til å instruere og er interessert i å etablere egen lokal dansegruppe. Mange deltar på dansekvelder i TIFK og flere har meldt seg inn i klubben. Det oppleves inkluderende, hyggelig og sosialt. Vi var fysisk aktiv, ble kjent med hverandre og med andre kulturer både gjennom dans og sang. Vi delte med hverandre det vi kunne, kompetansedeling og kompetanseheving. Ryktene hadde spred seg og det kom kvinner fra hele Trondheim. Det var veldig positivt. Interessen for å fortsette med kurs er stor.

## 4.3 Suksessfaktorer

- Tiltaket var ønsket av kvinnene – et kvinnenettverk
- Gratis å delta (lokalet var gratis og Aktive Saupstad dekte instruktør)
- Kurssted var i nærmiljøet
- Bevisst og kontinuerlig jobbing med rekruttering gjennom ulike nettverk
- Gode og ansvarsfulle instruktører,
- Nettverksbygging, kompetanseheving, integrering.
- En person som gikk på dansekurset tar opplæring for å bli instruktør og det ble økt rekruttering av nye medlemmer hos TIFK pga. interessen for og forsette med dansen som en treningsform. Deltakerne fikk god kontakt med TIFK og andre dansere i klubben.

## 4.4 Regnskap

| | | |
|---|---|---|
| Høst 2016 | | |
| Aktive Saupstad dekket instruktør: 12g a kr 1000 = | kr 12 000 | |
| | | |
| Vår 2017 | | |
| Aktive Saupstad dekket instruktør 18g a kr 1000 | Kr 18 000 | Kr 30 000 |
| | | |
| Tilskudd fra Kvinner sammen - Diverse (kaffe, te, frukt osv) | | Kr 750 |
| | | |
| Tilskudd ressurser: | | |
| Edhija bidro med ressurser i tilknytning til engasjement i Områdeløft | | Kr 24 600 |
| | | |
| **Tiltaket kostet** | | **Kr.55 350** |

Egenandel Trondheim kommune: Del av stilling til i tillegg til prosjektleder Aktive Saupstad.

# 5 Anbefalinger / plan for videre drift

Vi anbefaler at det opprettes fast tilbud av dansekurset på Saupstad / Kolstad området. Kvinner sammen i samarbeid med Frivillig sentralen kan være behjelpelig med rekruttering av medlemmer og anskaffelsen av instruktør. Interessen for slike kurs er stor da det ikke finnes noe lignende i nærheten.

Planen for videre drift er å invitere kursdeltakere til dansetreff par ganger i året. Låne lokalet ved Bydelskafeen eller Kolstad skole. Opplyse alle deltagere om muligheten for å melde seg på TIFK dansekurser eller bli medlem i TIFK.

# 6 Vedlegg

## VEDLEGG 1 Innbydelse til kurs

# DANSEKURS FOR NYBEGYNNERE

Trening, trivsel, felleskap

### Hva

Er du kvinne, norsk eller med utenlandsk bakgrunn, ønsker vi deg velkommen til dansekurs.

Dialogsenteret og "Kvinner sammen" i samarbeid med Områdeløft Saupstad Kolstad og Aktive Saupstad arrangerer kurs i internasjonal folkedans med hovedvekt på danser fra Bulgaria, Romania, Hellas, Makedonia og Tyrkia.
Det blir ring- og rekkedanser av ulik vanskelighetsgrad, så du trenger ingen partner for å gå på kurset.

### Info

**Kursstart**
16. januar 2017 kl 19 - 21

**Hvor**
Kolstad skole, Storstua

**Lengde** - 18 uker

**Pris -** Gratis

**Danseinstruktør**
Anne Dragvik og
Ellen Margrethe Eide,
Trondheim Internasjonale Folkedansklubb

Påmelding innen
15. januar

### Kontakt

For ytterligere informasjon eller spørsmål, kontakt

**Edhija Mahic**

952 63 365
edhija.mahic@trondheim.kommune.no

**Kristina Karlsen**

472 72 977
kriki29@hotmail.com

TRONDHEIM KOMMUNE

Områdeløft SAUPSTAD ♥ KOLSTAD

Kvinner sammen

**Vedlegg 2: invitasjon til kurvfest**

# Kurvfest

## Vi ønsker å invitere til kurvfest på Kolstad skole, Storstua, 21.november 2016

## Kl 19:00 -21.00.

## Langbordet blir dekket med god mat og felles bespisning, og det blir servert kaffe!!

## Deltakere på dansekurs for nybegynnere skal opptre med dans. Vi får besøk fra TIFK.

## Alle er hjertelig velkommen!!

Trondheim kommune
Enhet for fysioterapitjenester
Postboks 2300 Torgarden
7004 Trondheim

www.trondheim.kommune.no

M1125 • Desember 2017
Kommunikasjonsenheten