

# Positive fællesskaber

BROFI-katalog





# Indhold

- 5 Kreativt værksted
- 7 Nordvest GYM
- 9 Musikfællesskabet i U-turn
- 11 NGO Turning Tables Danmark på Nørrebro
- 13 Queergruppen i De Unges Hus
- 15 Mentoruddannelse på Campus Carlsberg
- 17 Torsdagscafé i De Unges Hus
- 19 NGO UNG København i De Unges Hus

# Introduktion

De socialfaglige tilbud i Center for Brobyggende, Rådgivende og Fleksible Indsatser (BROFI) arbejder med brobygning af vores unge til almensamfundet på mange forskellige måder. Med støtte fra VELUX FONDEN i perioden 2022-2025 har BROFI etableret en række positive fællesskaber. Disse fællesskaber udgør øvebaner for, at de unge lærer at indgå og navigere i almene fællesskaber, så de almene fællesskaber bliver positive for vores unge. Denne udfordring er helt central i forhold til at løfte målsætningen om at sikre udsatte unges aktive deltagelse i almensamfundet.

Dette katalog giver et overblik over åbne positive fællesskaber for unge på tværs af institutioner i BROFI. Kataloget henvender sig til alle medarbejdere, som gerne vil matche unge, der vil have gavn af at blive del af et positivt fællesskab sammen med andre unge.

Rigtig god fornøjelse!

*Med venlig hilsen projektgruppen i  
projekt Fælles Ungeliv,*

*Janek, Gitte og Sandra*

## **Positive fællesskaber i BROFI**

Alle positive fællesskaber i BROFI forsøger at sikre, at de unge får nødvendige redskaber, kompetencer og tro på, at de kan indgå i almene fællesskaber. De virksomme greb er blandt andet:

- Inddragelse af de unge som medskabere, som kan give dem oplevelsen af et positionsskifte fra udsat ung til ung med værdifulde ressourcer.
- Et stærkt fælles tredje for at sikre interesse og et mere ligebyrdigt forhold mellem de unge.
- Inddragelse af positive rollemodeller, som kan medføre positiv spejling.
- Samarbejde med almene aktører, der kan åbne nye døre og sikre direkte brobygningsmuligheder til almene fællesskaber.

# Kreativt Værksted

## Formål med tilbuddet

- Et frirum for unge, der ønsker at dyrke forskellige kreative interesser sammen med andre unge.
- Et tilbud hvor unge kan tilegne sig tekniske færdigheder inden for fx maleri og tegning.

## Målgruppe

Unge med tilknytning til BROFI i aldersgruppen 15-24 år, der ønsker et frirum til at udforske deres kreativitet og lære tekniske færdigheder inden for fx maleri og tegning sammen med andre unge.

## Hvornår

Onsdage kl. 16.30-19.00. Inklusiv aftensmad.

## Beskrivelse af tilbuddet

Kreativitet i form af håndværk og håndarbejde betegnes "craft", og er et nyere forskningsfelt, som belyser, hvordan udøvelse af craft både alene og sammen med andre kan mindske stress, angst og ensomhed og dermed fremme trivsel, flow og afslapning hos mennesker. Derudover kan opdyrkning af kreative interesser bane vej for brobygning til almene fællesskaber fx KKV, gratis tilbud på biblioteker og beboerhuse, samt give inspiration i forhold til uddannelsesretninger.

En tidligere lejlighed er omdannet til et kreativt værksted. To faste kreative sjæle står klar til at guide og assistere og jonglerer mellem åbent værksted, workshops med specifikke temaer og ekskursioner. Der er mange forskellige materialer tilgængelige fx akrylmaling, tegneblyanter, kul, papmaché, garn, pap og smykkefremstilling. Hvis unge har ønsker om andre materialer eller workshops, så er der garanteret en løsning på det.



## Kontakt

Pernille Goddard  
Mobil 30 56 29 51

## Adresse

Drogdensgade 2  
2300 København S



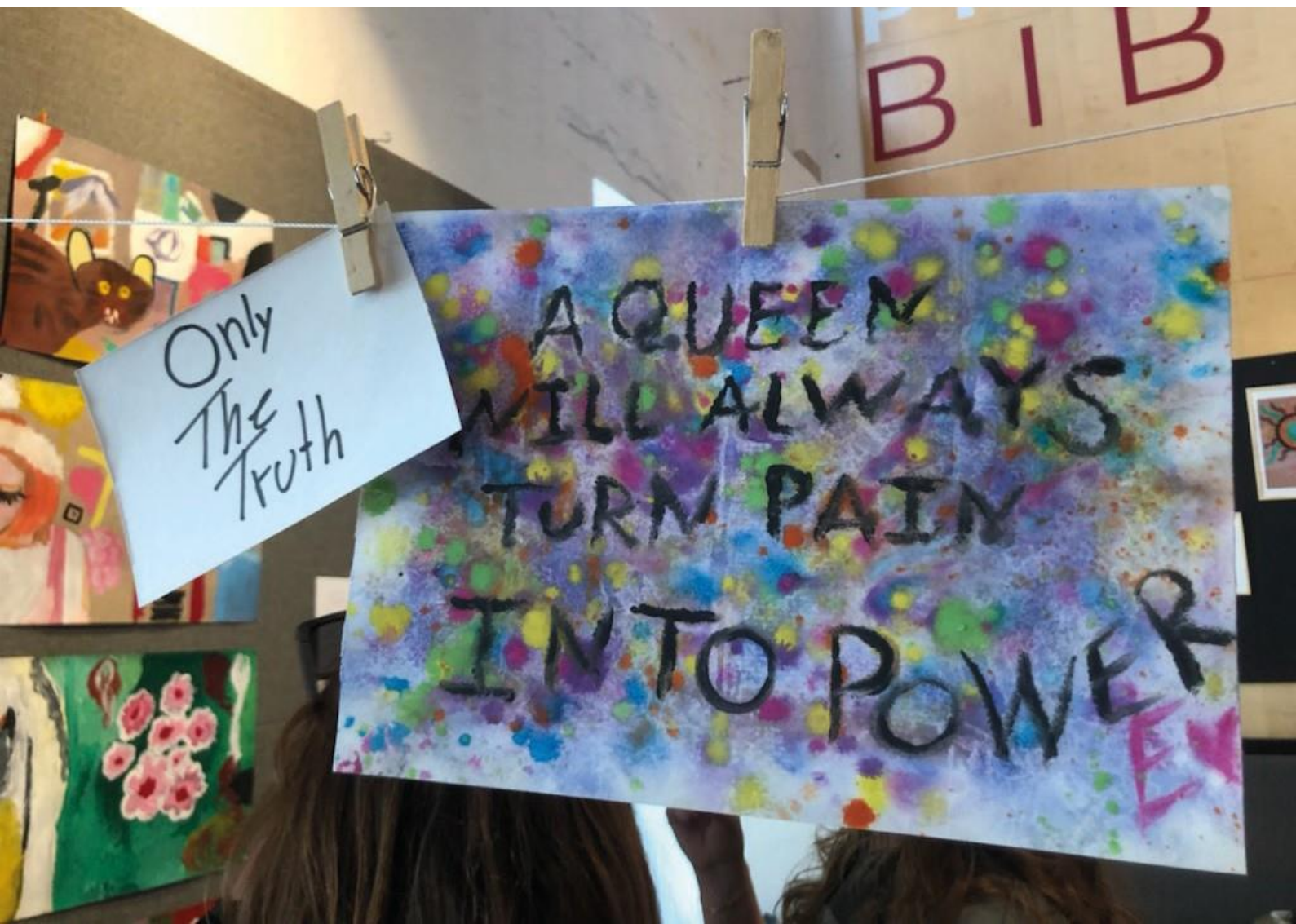
### Brobygning

- Samarbejde med Fountain House og Billedkunstlinjen på Københavns Professionshøjskole
- Oplevelsesture med fokus på kultur fx museer (fx Statens Museum for Kunst), byvandring og deltagelse i workshops i andre kulturtilbud fx Absalon på Vesterbro.



*Jeg har virkelig brug  
for sådan et rum!*

Ung fra kunstforløb



# Nordvest GYM

## Formål med tilbuddet

- At udvikle et fællesskab omkring motion, hvor alle kan være med.
- At give de unge et bedre forhold til deres krop samt øget mental og fysisk trivsel.
- At give de unge mod på at træne i et 'almindeligt' træningscenter.

## Målgruppe

Unge med tilknytning til Hybelinstitutionen i aldersgruppen 15-23 år.

## Hvornår

Tirsdage og torsdage kl. 15-20 med trænere. Når unge har lært at bruge maskinerne med de faste trænere, kan de få lov til at træne på egen hånd efter aftale på andre tidspunkter.

## Beskrivelse af tilbuddet

Fysisk aktivitet og motion kan virke beroligende på nervesystemet, samt give mere energi og selvtillid. Mange unge på Hybel-

institutionen viser interesse for motion og sundhed, men har ikke mod på at træne i et træningscenter. Samtidig viser erfaring at positive fællesskaber bliver stærkere, når de er bygget op om et fælles tredje. Ideen er derfor at kombinere motion og fællesskab for at øge de unges fysiske form, mentale overskud og sociale netværk. Man kan træne i mindre grupper, hvor man lærer hinanden at kende og dyrker en fælles interesse. På sigt er målet at få de unge til at starte i almindeligt fitnesscenter.

Der er udviklet en app til motionsfællesskabet, hvor unge kan følge træningsprogrammer eller lave deres eget, måle fremskridt og booke tid i træningsrummet, hvis de ønsker at træne uden for almindelig åbningstid.

## Brobygning

Fællesture til lokale træningscentre mhp. medlemskab.



## Kontakt

Malik Aziz

Mobil 27 20 60 71

Sabrina Kulager Jensen

Mobil 51 41 29 47

## Adresse

Blytækkervej 3

2400 København N





# Musikfællesskabet i U-turn

## Formål med tilbuddet

Musikfællesskabet i U-turn er et tilbud til unge, der interesserer sig for musik og gerne vil udvikle færdigheder inden for musikproduktion samtidig med, at de ønsker at forandre deres rusmiddelforbrug. Her kan Musikfællesskabet være en meningsfuld aktivitet i processen med at arbejde med sig selv og sin livssituation.

## Målgruppe

Unge fra 15-24 år der interesserer sig for musik og kan have gavn af et socialt fællesskab med ligesindede.

## Hvornår

Torsdage i lige uger fra kl. 17-20.  
Inklusiv aftensmad.

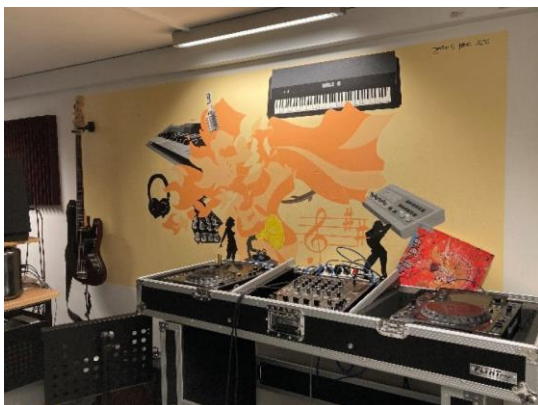
## Beskrivelse af tilbuddet

Musikfællesskabet holder til i U-turns studie i kælderen. Det er et rusmiddelfrit ungefæl-

lesskab omkring musik med en social lav tærskel, hvor alle kan være med. Man kan nørde musik, spille hinandens musik, lytte til musik og lære at producere musik. Der er to faste medarbejdere tilknyttet sammen med en ung, der støtter op om fællesskabet. Programmet består af forskellige aktiviteter som studietid, tekstskrivning, inspirationsfora, workshops, mv. Der er altid fællesspisning og tid til hygge og socialisering.

## Brobygning

- Oplevelsesture i form af koncerter eller kulturtilbud.
- Der er to IPS-medarbejdere fra BIF i U-turn, der hjælper unge med psykiske lidelser eller psykisk sårbarhed med at komme i job/uddannelse (Individuel Placement Support).
- Formaliseret samarbejde om brobygning til NGO Turning Tables Danmark.



## Kontakt

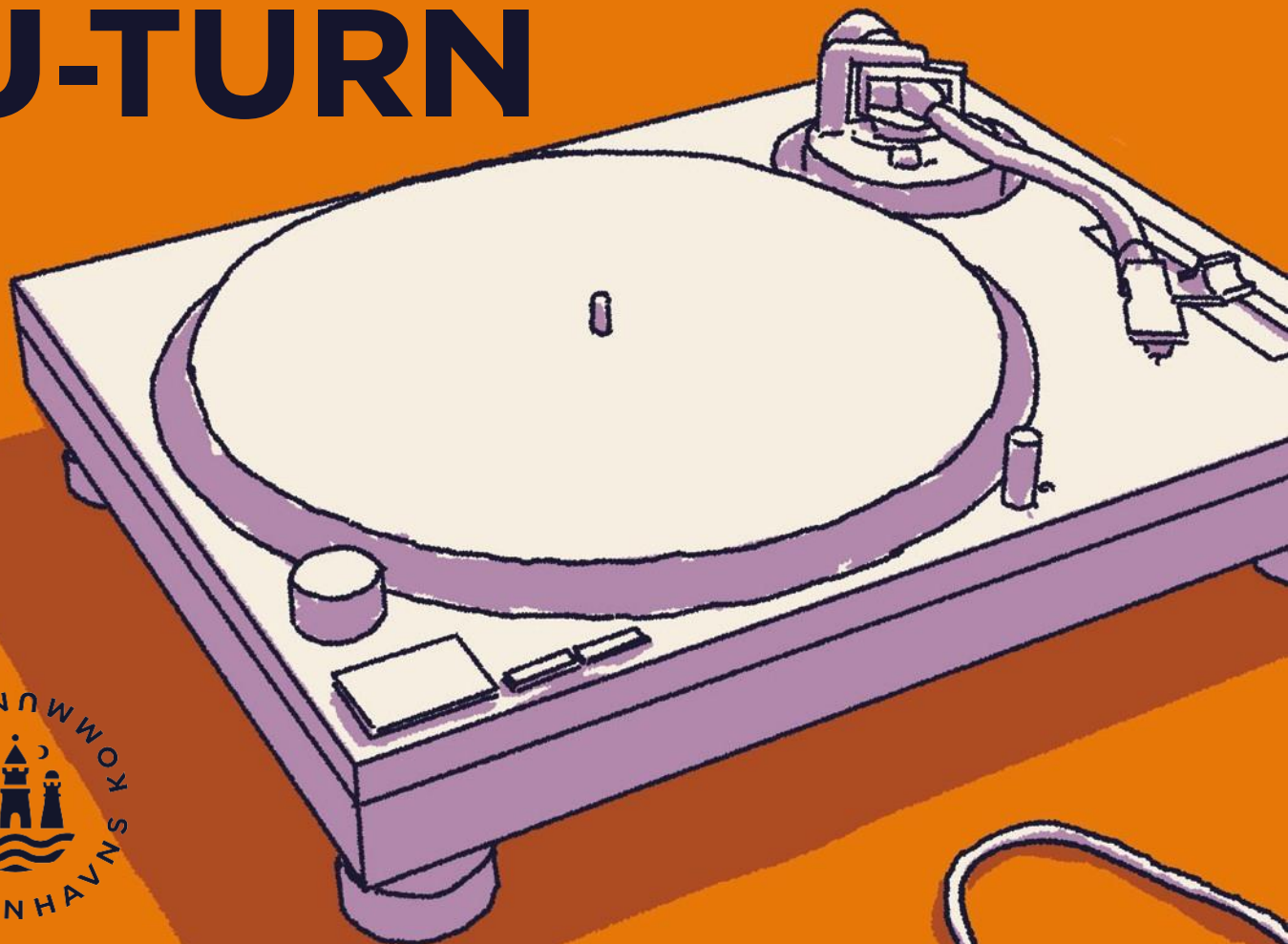
Frederik Bøhling  
Mobil 21 78 37 52  
Andreas Marstrand  
Mobil 24 85 07 71

## Adresse

Studiestræde 47  
1455 København K

[www.uturn.kk.dk](http://www.uturn.kk.dk)

# MUSIKFÆLLES- SKABET I U-TURN



# NGO Turning Tables Danmark på Nørrebro

## Formål med tilbuddet

Center BROFI har indgået en samarbejdsaftale med NGO Turning Tables Danmark (TTDK) i 2022-25. TTDK driver et Kulturlaboratorium i Kapellet på Assistens Kirkegård. Dette kulturlaboratorium bliver en platform for, at de unge kan indgå nye relationer, skabe netværk og sammen dyrke og bidrage med alternative og kreative fortællinger om deres oplevelser af at være ung.

## Målgruppe

Unge 15-24 år der gerne vil udvikle og/eller træne færdigheder med tekstarbejde og musikproduktion. De behøver ikke at kunne noget i forvejen, men de skal have interesse for musik. Der er optag to gange årligt af en samlet gruppe unge og løbende ad hoc optag.

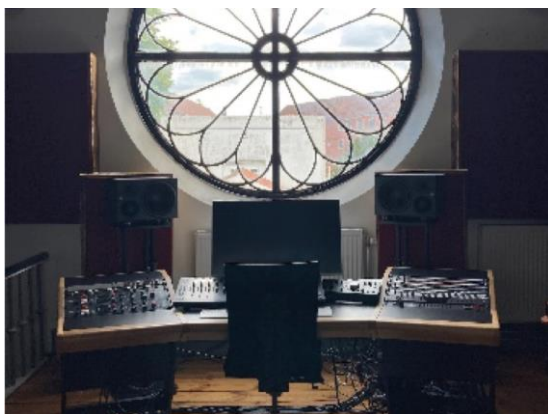
## Hvornår

Onsdage og torsdage fra kl. 15-20.

## Beskrivelse af tilbuddet

TTDK tilbyder et kreativt og socialt musikfællesskab for unge i 6 mdr. De unge veksler mellem personlige 1:1-sessioner og at arbejde frit med egne og fælles projekter. Musikgenrer spænder bredt fx rap, trance og pop, og der arbejdes også med film og foto fx musikvideoer, cover-shoots, art-film, VJ-produktioner mm. De unge kan præsentere deres arbejde for større og mindre offentligheder, fx i form af fotoudstillinger, koncerter og filmfremvisninger, hvor de unge også indgår i planlægning og afvikling af begivenhederne.

TTDK arbejder med film, foto og musik som en måde at styrke unges stemmer og oplevelser af at kunne og ville noget på vejen mod en bedre livssituation. Ved brug af disse kreative værktøjer skaber de et fællesskab, hvor de unge lærer nye færdigheder, deler oplevelser og sætter ord og billeder på



## Kontakt

Projektleder Sandra Mortensen

Mobil 51 73 28 60

Email [bv9j@kk.dk](mailto:bv9j@kk.dk)

## Adresse

Kapellet 2

2200 København N

(Assistens Kirkegård)

[www.turningtables.dk](http://www.turningtables.dk)

deres frustrationer, drømme og håb. Medarbejderne i TTDK har baggrunde inden for musik, kunst og kultur.



*Nogle gange forstår jeg slet ikke, at det her er muligt, du ved - at være her i studiet, skabe musik, lære nyt om beats, få råd til sangskrivning og alt det tekniske - bare dét at være sammen med de fedeste mennesker er så vildt! Hver onsdag vågner jeg og tænker "YES - det er tid til at komme i studiet". Det er altid et højdepunkt for mig.*

Ung, 18 år.

### **Brobygning**

- Mulighed for en halvårlig ansættelse som fx medinstruktører, husguider og receptionister.
- Brobygning til mere åbne fællesskaber i Kapellet efter 6 måneder.

# Queergruppen i De Unges Hus

## Formål med tilbuddet

Anonymt ungestyret gruppeforløb for udsatte queers. Ikke terapi men et pauserum og støtterum for ligestemte, hvor der også vil være mulighed for anonym rådgivning.

## Målgruppe

Unge 15-20 år (faste gruppedeltagere).

Tilbuddet er målrettet unge, der har problemer med fx rusmidler, hjemløshed, familie der truer med eller har smidt den unge ud hjemmefra grundet LGBTQAI+ status. Det kan også være unge, der lever et vildt liv, har problemer med dobbelt- og multipel minoritetsstatus, gråzone- og andet sexarbejde, frakoblet sociale fællesskaber, uddannelse og arbejde samt psykiske udfordringer.

## *Udvidet forståelse af social udsathed*

Social udsathed i denne gruppe kan være lidt anderledes end for andre unge, og dermed være lidt sværere at identificere ud fra en klassisk forståelse af, hvad social udsathed er. Det kan være unge fra ressour-

cestærke hjem, der alligevel ender i udsathed og hjemløshed grundet, at forældre ikke er accepterende, at de ikke lykkes i andre fællesskaber fx i skole og arbejde og bedst kan finde fællesskab omkring fest, stoffer, alkohol og miljøer med alternative normer, der ikke altid fordrer en positiv udviklingsbane for en ung.

At man er transkønnet kan i sig selv gøre, at man er mere udsat end andre, og derfor kan flere transpersoner nyde godt af et fællesskab med ressourcer og brobyggende, fællesskabs-skabende indsatser, der styrker de unge og klæder dem på til voksenlivet. Der er særligt skærpet fokus på, at hvis man er BIPOC queer, det vil sige LGBTQAI+ person med anden etnisk baggrund, så er der nogle andre sværere vilkår for at deltage i LGBT+ miljøets tilbud. BIPOC LGBT+ status kan udgøre en særlig dobbelt udsathed.

## Hvornår

Onsdage kl. 17-22.



## Kontakt

Henrik Liltorp  
Mobil 30 51 43 81

## Adresse

Haderslevgade 19  
1671 København V

[www.deungeshus.kk.dk/qlubb1](http://www.deungeshus.kk.dk/qlubb1)

**Beskrivelse af tilbuddet**

Forventningen er, at alle køn deltager i gruppen, også dem der er i proces med at finde ud af deres køn - en 'søgende' fase. Der er særligt fokus på at etablere et trygt rum for unge transkønnede - med særlig bevidsthed om, at transkvinder ofte ikke ses i tilbud til LGBTQAI+ personer, og der er derfor særlig opmærksomhed på, at de skal inviteres ind i gruppen. Unge mellem 20-23 år forventes at være 'ambassadører' og 'rollemodeller' for gruppens yngre deltagere. Der er mulighed for anonym rådgivning, fx hjælp til at få styr på økonomi, søge bolig og en bisidderordning ved ønske om støtte til møder med diverse myndigheder.

**Brobygning**

- En gruppe unge rollemodeller mellem 20 og 23 år er medskabere af brobyggende og projektbaserede indsatser, der skaber positiv udvikling og deltagelse i civilsamfundets tilbud og fællesskaber.

# Mentoruddannelse på Campus Carlsberg

## Formål med tilbuddet

- At styrke de unge til at klare en selvstændig voksentilværelse.
- At ruste de unge til at klare uddannelse og arbejde.
- At styrke de unges evne til at tage ansvar for sig selv og eget liv.
- At de unge skal have en højere livskvalitet og et bedre selvværd.

## Målgruppe

18-23 år. Det er ikke et krav, at ung kommer fra BROFI, men det er et krav, at ung har erfaringer fra det sociale system fx haft en kontaktperson, boet i plejefamilie eller på institution, gået i et gruppeforløb eller lignende.

Tilbuddet er målrettet unge, der kæmper med komplekse problemstillinger som kriminalitet, rusmidler, psykiske diagnoser, manglende skolegang eller lille/ingen tilknytning til uddannelse. De unge skal have et ønske om forandring, en pædagogisk fremtid og/eller en positiv personlig udvikling.

## Hvornår

Tirsdage kl. 17-20 på Københavns Professionshøjskole Campus Carlsberg. Mentoruddannelsen består af to moduler á 5 måneder, der kan tages i valgfri rækkefølge. Det er derfor opstart i både februar og august.



## Kontakt

Marie Johnsen  
Mobil 24 66 82 62

## Adresse

Campus Carlsberg  
Humletorvet 3  
1799 København V



**Beskrivelse af tilbuddet**

Uddannelsen indeholder en blanding af oplæg, fælles refleksion, gruppearbejde og praktiske opgaver. Øvelserne tager udgangspunkt i psykologi, pædagogik, systemforståelse, uddannelsesvejledning og fysiske aktiviteter, hvor de unge undervises i konfliktløsning, samtaleteknik, gruppedynamik, mestring, samarbejde, sorg/krise og kropslig opmærksomhed.

Mentoruddannelsen har til formål at træne de unge i at indtage en mentorrolle, hvor de kan trække på egne erfaringer og viden til at hjælpe andre unge. Sammen med de unge skabes et støttende, udviklende og identitetsskabende fællesskab, hvor de unge introduceres til et formelt uddannelsesmiljø omgivet af trygge pædagogiske rammer.

Herved har uddannelsen fokus på, at den unge lærer at hjælpe sig selv i målet om at kunne hjælpe andre.

**Brobygning**

- Mulighed for praktikforløb i De 4 Årstider i forårsmodulet.
- Samarbejde med Ungdommens Røde Kors om praktikforløb i efterårsmodulet.



*Jeg tror bare, at hvis man har noget med selv i bagagen...  
Altså jeg tror, at unge måske lytter måske lidt mere på sådan nogen som os, som ligesom kan sige: Jeg har været der, jeg ved, hvordan du har det.*

Ung fra Mentoruddannelsen

# Torsdagscafé i De Unges Hus

## Formål med tilbuddet

- Et trygt rum hvor de unge kan få anonym rådgivning og støtte til de mange forskellige krav, der hører med til at træde ind i voksenlivet fx økonomi, bolig, job, uddannelse, e-Boks, MitID mv.
- Mulighed for et fællesskab hvor de unge kan lære af hinanden, spejle sig i hinanden, udforske og afprøve sociale spilleregler og herigennem opnå nye sociale kompetencer.
- Et rum, hvor de unge kan arbejde med processer omkring at udtænke, forme og implementere ungestyrede initiativer, så de oplever ejerskab og får mulighed for positionsskifte og positiv spejling.

## Målgruppe

Unge mellem 18 og 23 år.

## Hvornår

Torsdage kl. 15-22.

## Beskrivelse af tilbuddet

Torsdagscaféen er et anonymt tilbud, hvor udsatte unge over 18 år kan få rådgivning og indgå i et fællesskab med andre unge. Det er et rum, hvor de unge kan øve sig i sociale spilleregler, spejle sig i hinanden og arbejde med at forstå sociale koder gennem en række fælles aktiviteter fx madlavning, kreative projekter, oplæg og samarbejde med almene aktører.

En gang om måneden afholdes et "slik, frugt og kultur"-møde; et ungestyret forum. Her kan de unge komme med ideer og ønsker til sociale eller kulturelle aktiviteter. Det kan være alt lige fra oplæg om, hvordan man lægger et budget til et besøg hos fx retshjælpen eller en kunstudstilling. Der er løbende fokus på at sikre en balance mellem på den ene side at lave brobyggende initiativer, og på den anden side at fastholde Torsdagscaféen som et fristed uden en masse



## Kontakt

Henrik Liltorp  
Mobil 30 51 43 81  
Michèle Winkfield  
Mobil 20 58 18 14

## Adresse

De Unges Hus  
Haderslevgade 19  
1671 København V

[www.deungeshus.kk.dk](http://www.deungeshus.kk.dk)

krav. Det tilstræbes, at aktiviteter uden for huset lægges om eftermiddagen, så unge der har behov for at slappe af og være sociale kan blive i Torsdagscaféen.



*Det føles som at være i en dyb pool uden bund. Når vandet slutter, så er der kun mørke, som du kan falde ned i. Du har tunge vægte sat på benene, og du prøver at træde vande, men det er meget udmattende. Når du er under 18 år, så er der et sikkerhedsnet under poolen, så du ikke falder helt ned i mørket. Men når du er over 18, så bliver det fjernet, og så ved du, at der ikke er nogen til at gribe dig længere.*

Ung fra De Unges Hus

### **Brobygning**

- Anonym rådgivning der kan understøtte de unges overgang til almene fællesskaber.
- Oplæg og sociokulturelle aktiviteter der tager sigte på at bidrage til en større forståelse af samfundets kompleksitet, begrænsninger og muligheder.
- Samarbejde med almene aktører, hvor relevant brobygning kan etableres.

# NGO UNG København i De Unges Hus

## Formål med tilbuddet

Styrke udsatte unge ved aktiv deltagelse i, og forståelse af, vores samfund samt tilbyde dem et netværk, som kan bidrage til deres udvikling både personligt-, uddannelses- og erhvervsmæssigt.

## Målgruppe

Unge +18 år, der har været anbragt eller er i efterværn, der søger støtte med ligesindede, som er på vej videre i deres liv.

## Hvornår

Mandage kl. 17-20.

## Beskrivelse af tilbuddet

UNG København er en NGO, som låner lokaler i De Unges Hus. UNG København udspringer fra tanken om, at udsatte unge over 18 år, som er på vej videre i deres liv, har erfaringer og kompetencer til at hjælpe andre unge, som har oplevet at livet kan være svært.

UNG København tilbyder et trygt fællesskab for tidligere anbragte unge eller unge i efterværn. Der er fokus på at styrke de unges udvikling både personligt, uddannelsesmæssigt og erhvervsmæssigt gennem samvær, aktiviteter og netværksdannelse. Organisationen skal i så vid udstrækning som muligt styres og drives af de unge. Dette gøres muligt ved at skabe et miljø, som foster en høj grad af sparring og vidensdeling mellem de ansvarlige unge og understøttet af frivillige voksne.



## Adresse

De Unges Hus  
Haderslevgade 19  
1671 København V

[www.facebook.com/UngKoebenhavn](https://www.facebook.com/UngKoebenhavn)





VELUX FONDEN



Center for Brobyggende, Rådgivende og Fleksible Indsatser