



Udviklings- og Aktivitetspuljen for aftenskoler Ansøgningskema

| | |
|--|--|
| Projekttitle | Welcome to Copenhagen fase 2 / 2025 |
| Foreningens navn | Gigtskolen |
| Foreningsnummer | 61215 (Gigtskolen) |
| Projektansvarlig | Rikke Morsø Jørgensen |
| Adresse | Peter Bangsvej 5B, 2000 Frederiksberg |
| Telefonnummer | 49763101 |
| E-mail | kontor@Gigtskolen.dk |
| CVR-nummer | 27563139 |
| NEMkonto | Reg.nr.3163 Kontonr. 16488771 |
| Beløb der søges om | Kr. 1.176.737,- (egen finansiering kr. 180.000,-) |
| Projektets startdato | 01-03-2025 |
| Projektets slutdato | 29-12-2025 |
| 1. Initiativets formål (hvorfor laves projektet): | |
| 1-Baggrund og formål: | |
| <p>Antallet af fuldtidsbeskæftigede udenlandske statsborgere i hovedstadsområdet er mere end fordoblet de sidste ti år til nu over 157.000 ansatte. Der er 400.000 på landsplan svarende til knapt 12 procent af beskæftigelsen.</p> <p>De 157. 000 fuldtidsbeskæftigede udlændinge i hovedstadsområdet gavner både regionen og erhvervslivet. De er afgørende for, at virksomheder overhovedet kan placere sig i området. Alene i København, bor der næsten 70.000 med udenlandsk pas, der arbejder på fuld tid i en virksomhed i kommunen. Det er særligt hovedstadsområdet, der trækker flere folk til. Her udgør andelen af udlændinge blandt lønmodtagere 21,7 procent.</p> <p>Ifølge den sidste analyse fra DI og Finansministeriet, har udlændinge skabt værdi 157 milliarder kroner til vores BNP, alene for de første 6 måneder i 2024 og beskæftigelsestilvæksten har vokseværk. I hel 2023 var tallet 322 milliarder. Internationale lønmodtagere bidrager årligt med 150.000 kroner til de offentlige finanser.</p> <p>De bidrager i stor stil også til befolkningsvækst i København, samt en yngre arbejdsstyrke. Cirka 80 procent af dem er 15-64 år, sammenlignede med 62 procent af danske statsborgere. De mange udlændinge, som arbejder i København, om det så er inden for erhvervslivet, serviceområdet eller sundhedsvæsenet, vælger København til pga. livskvalitet, jobmuligheder, Work-Life balance. Dette i følge Jobindex analyse i 185 lande og på baggrund af analyse af 150 000 tilsendte spørgeskema.</p> | |

De internationale medarbejdere sætter deres præg på hovedstadsområdet og ikke mindst København, så byen nu bliver kaldt »Nordeuropas hovedstad«. Selv kaffen og maden på cafeerne skal mange steder i dag i København bestilles på engelsk af hensyn til de mange udenlandske arbejdere.

De internationale medarbejdere skal også integreres i vores lokale foreningsliv. Vi skal gøre en særlig indsats for at holde på de udlændinge, der kommer og bidrager til København og som vil Danmark og København. Så de forhåbentlig, kan blive her i mange år og integreres, ikke kun i erhvervslivet, men også i danske fællesskaber og frivilligt arbejde. Vi kan faktisk på ingen måde undvære dem – siger vores lokale politikker.

Mange udlændinge giver udtryk for at de mangler fællesskaber med danske eller andre nationaliteter udenfor deres egen arbejdsplads. De kender ikke alle tilbud fra foreningslivet og har brug for en facilitator for at kunne synliggøre og skræddersy disse tilbud til målgruppen.

Aftenskoler har en lang tradition for at skabe fællesskab på tværs af kulturer, alder og grupper i samfundet, samt etablere kontinuerede aktiviteter.

Aftenskoler og vores undervisere kan spille en nøglerolle for at kunne inkludere de arbejdende udlændinge i vores fællesskaber og aktiviteter, samt kan de måske tage rollen som frivillige i foreningslivet.

Gigtskolen, vil gerne ansøge FOU om støtte for at fortsætte vores projekt med fase 2.

Fase 1 blev afholdt i efteråret 2024 (godkendt af FOU oktober 2024) beliggende centralt i København. Formålet var at forberede, samt at kompetenceudvikle vores undervisere til at kunne tage aktiv del i integrationsarbejde og fællesskabsdannelse med udlændinge, som bor og arbejder i Københavns kommune.

I fase 2, samarbejder Gigtskolen tæt med Studieskolen, i forhold til rekruttering og sprogundervisning og gennemførelse af fase 2 af projektet i fællesskab.

Studieskolen kan facilitere: Undervisere/Instruktører i dansk, engelsk og en række andre sprog

Gigtskolen har en stor ekspertise i bevægelse og motion samt organisering af mange events i København og andre kommuner i Hovedstadsområdet.

Samarbejdspartnere i projektet og i processen af rekruttering af deltagere til projektet :

Internationals Expats Copenhagen , CBS, Horestia, Grand- og Gloria Biografer, Yoga/ Pilates Centre Indre By, Genmab Valby , NOVO NORDISK (Novo nations).

2. Initiativets indhold (hvilke konkrete aktiviteter skal gennemføres og overordnet tidsplan):

2-Succeskriterier:

- At vores danske undervisere anvender deres nye viden og sproglige færdigheder i undervisning og frivilligt arbejde med udlændinge og bruger det i deres daglige undervisning.
- At deltageren mærker inspiration, samt netværksbygning gennem fællesskaber og aktiviteter sammen med danske undervisere og danske kursister. Vi ønsker at gennem en række forskellige aktiviteter at åbne disse nye borgeres øjne for de mange muligheder, som aftenskolerne tilbyder i København.
- At både deltagere og undervisere mærker at de bliver en del af folkeoplysningen i København og danner forpligtende fællesskaber med tiden.
- At der bliver satset på at styrke frivillighedsarbejdet ift. udlændinge, som med tiden vil blive selvdrevne.

- At aftenskoler får en bedre synlighed og kan øge antallet af deltagere, samt multiversitet blandt kursistgruppen.
- At eksisterende aftenskoler i København får en international profil med fokus på internationale aktiviteter, målrettet de nye grupper af borgere i København. Dette vil styrke mødet mellem danskere og internationale udlændinge som bor og arbejder i København. Netværkerne vil bidrage til at deres ægtefæller og børn får et velfungerende socialt liv i København. Det skal ske igennem medlemsaktiviteter, kurser og arrangementer, hvor danske og internationale medlemmer/ medarbejdere mødes.

Succeskriterier opfyldelse/ effekt måling:

Vi vil lægge ud med en stor begivenhed, som vil nå ud til mange borgere, herefter bryder vi fællesskabet ned i mindre bidder, så det bliver personligt og nært.

Vi vil løbende spørge deltagerne om deres oplevelser med at dele og være i fællesskabet, og til slut vil vi lave en større spørgeskemaundersøgelse med fokusdeltagelsen i forskellige af Gigtskolen aktiviteter samt udbyttet af sprogmakkerprojektet og sprogmakkerkor fra Studeskolens aktiviteter.

Grundig evaluering på baggrund af:

- Spørgeskema til deltagerne
- Seminar med underviserne

Folkeoplysningsudvalget nævnes i program, plakat og i andet informationsmateriale.

3. Projektets succeskriterier (beskriv 1-5 succeskriterier for projektet):

3- Forankring

Projektbeskrivelsen, metode og vores resultater med projektet, vil stå til rådighed for alle interesserede. Den erfaring vi får i projektet kan integreres i underviserens daglige arbejde med undervisning af denne nye målgruppe til folkeoplysningen i København.

Gigtskolen og Studieskolen står til rådighed at formidle denne erfaring, kompetenceudvikling samt være behjælpelig med facilitering af deres egen koncept til andre københavnske aftenskoler eller foreninger.

Vores begge aftenskoler har ansvar for at opsamle viden og erfaringer i arbejdet med internationale udlændinge på kultur- og fritidsområdet. Hensigten er at sprede viden ud på flere aftenskoler og dermed sikre optimal rådgivning/ undervisning af udenlandske borgere, der tænker at deltage i aftenskole aktiviteter efter projektet slut i december 2025.

Ved etableringen af ambassadørkorpset gennem sprogmakkerne bliver der dels undervisere som videndeler på kommende hold og dels internationale borgere og danskere som vil have oplevet glæderne ved fællesskaber gennem sprog, motion, sang, kultur og natur.

Vores ambassadørkorps vil kunne undervise andre undervisere og borgere i konceptet og i fremtiden vil der kunne laves endnu flere aktiviteter på tværs af aftenskolerne.

4. Forankring (beskriv hvordan initiativet skal videreføres når det ikke længere modtager støtte fra Udviklings- og Aktivitetspuljen):

4-Indhold:

Oversigt om aktiviteter i 2025 (fase 2)

Events med danske kulturelle tilbud :

Klassiske danske filmvisninger hos Grand Biograf / Gloria Biograf. Filmvisning med engelske undertekster om aften/ weekender med efterfølgende foredrag om danske værdier og kultur gennem tiderne, baseret på 6 klassiske danske filmvisninger i Gloria / Grand biograf.

Familiens dage i Botanisk Have / Kongens Have (weekend). Aktiviteter for hele familien, hvor vores undervisere og projektets internationale koordinator er tovholder.

3—Rekruttering Events på engelsk i samarbejde med vores samarbejdspartnere fra projektets begyndelse i marts 2025 . Vi vil nå det nye målgrupper i projektet gemmen deres arbejdsplads HR afd /vores samarbejdspartnere i projekt gruppen og opslag lokalt i Kbh, hvor de bor og studerer samt SoMe og Expats Copenhagen

Kun på Studieskolen alene , er vi i berøring med 14.000 borgere om året. Nye internationale borgere med dansk som andetsprog såvel som borgere med dansk som modersmål, hvilket giver Studieskolen en unik mulighed for at lykkes med projektet.

Gigtskolen har også en multikulturel underviser stab samt erfaring med projekter med at inkludere udlændinge grupper i folkeoplysningen og Frederiksberg-og Rødovre kommune.

4- Åbent hus arrangementer centralt i København:

Ved den første store kickoff-event vil vi invitere bredt i aftenskolenetværket – alle er velkomne, men vi har også en række sproghold på Studieskolen, som vil være oplagte at søge deltagere i.

Studieskolen vil herefter danne ramme for en række sprogmakkerevents en gang om måneden, som tager udgangspunkt i en aktivitet f.eks.:

Oplæg om Danmark/traditioner/kultur

Spillecafé

Strikkecafé

Krea på museet

Petanque i Kgs. Have

Dyrehaven – natur og historie

Byvandring i mindre grupper i sproggrupper og fælles møde

5-Liste over motions events sammen med danske deltagere og vejledt af danske undervisere som tovholdere (yoga, pilates, afspænding, udendørs aktiviteter og fælles motion i Botanisk Have, Kongens have i sommerperioden og indendørs hos Yoga/ Pilates Center Indre by i løbet af efteråret / vinter 2025 :

1-Fredags fællesskaber på Cafe globen, Turesensgade 2B.

Formål: Styrkelse af det tværkulturelle fællesskab. Aktivitetsansvarlig: Katrine Thiesen Café globen er en café i Kbh. hvor man kan mødes med folk fra andre lande og kulturer samt danske rejseentusiaster. Her kan udveksles erfaringer, og der er rig mulighed for Expats, at møde danskere med et bredt verdenssyn, ligesom her er mulighed for, at mødes med andre Expats.

På globen, er der jævnligt arrangementer på engelsk, som kan have interesse for gruppen herunder foredrag, danse arrangementer og fejring af diverse højtider. Katrine søger for at tage godt imod gruppen og byde dem velkommen, og vil en introduktion til caféens aktivitet. Frekvens : 1 gang om hver anden måned fra og med 07 / 03 / 2025 (minus juni , juli måned pga. sommerferie) Der kan laves en eller flere fredagsbars arrangementer, efter behov. Herefter er der mulighed for af aftale datoer med caféen, hvor gruppen fortsætter med at mødes på egen hånd.

2-Familiens dage i Botanisk Have / Kongens Have (weekend). Aktiviteter for hele familien, motion for hele familien i Kongens Have, hvor vores undervisere og projektets internationale koordinator er tovholdere f.eks. Yoga . Pilates , Petanque , Brandbold, Kongespil
Frekvens : 1 gang i måneden i perioden maj -september 2025

3-Event Inspire Lounge for Expats Copenhagen . Dette event inspirerer til mødet mellem ligesindede udstationerede, der vil bevæges både fysisk og mentalt med det sociale element som udgangspunkt. Her får de mulighed for at mærke kroppen samt efterfølgende at spejle sig i hinandens oplevelser som Expats i København , da rammen, udover at være sat til kropsligt engagement, også byder på samtale emner, der faciliteres af underviseren, hvor der præsenteres relevante temaer fra gang til gang, som forbinder gruppens deltagerne med hinanden. Lokation: Yoga/ Pilates Center Indre By.

Program: Bevægelse & afspænding, hvor forskellige elementer fra yoga, pilates, styrketræning og dybdeafspænding er en del af programmet

4- Sydhavnstippen – Fælles Cykeltur

På denne tur cykler vi til Sydhavnstippen langs Københavns havnefronter, hvor vi passerer husbådeområder, spændende arkitektur, caféer og grønne områder med kolonihaver. Sydhavnstippen er et naturskønt område i Sydhavnen, skabt af deponeret byggeaffald og overskudsjord. Foruden det naturligt opståede plante og dyreliv, er det muligt at se mohairgeder, alpakaer og får samt Valbyparkens badestrand, som ligger i naturlig forlængelse af tippen.

5-Vandretur og cykeltur i København.

Formål: Styrkelse af det tværkulturelle fællesskab. At se nye sider af København og fremme den kulturelle og arkitektoniske forståelse af byen, samt introduktion til skønne rekreative områder via vandre og cykelruter.

Maj / juni 2025

6- Tea Lounge Circle - her præsenteres gruppen for et emne, der er relateret til udfordringer, oplevelser og erfaringer, som kan være til stede når man er på udebane i et fremmed land. Dette psykologiske aspekt er et konkret værktøj til at åbne op for samhørigheden. Et the-hygge koncept med en dybere mening, hvor der tages hånd om at opbygge og styrke fællesskabsfølelsen. Tilgangen er anerkendende og empatisk. Deltagerne går derfra med oplevelsen af sund spejling, nye bekendtskaber og en stærkere krop samt afslappet nervesystem. (Ekstra element: egenbetaling Fællesspisning efterfølgende som en ekstra tilføjelse til at have et mere frit rum til at socialisere yderligere)

Tid: Fredage kl. 17-20 (1 gange / mdr.) Lokation: Yoga/ Pilates Center Indre By:

7- Haveringen - Vandretur i Kbh. Ca 13 km. Aktivitetsansvarlige: Katrine Thiesen (bevægelseskonsulent og fysioterapeut) samt Anita Nørby Kristensen (Vandre specialist).

Ruten blander by og bynær natur på bedste vis, og undervejs kommer man både forbi histori-

ske attraktioner og områder i rivende udvikling. Vi passerer grønne vidder, husbåde, badezoner, arkitektoniske perler og meget mere.

8- Langsom fredag mod stress . Lokation: Yoga Center Indre By:

Event Workshopen er en hyldest til langsomheden og en måde at håndtere hverdags . Du guides gennem et program med yin og restorativ yoga. Eventen appellerer til eftertanke og refleksion af vores arbejdsliv og hverdagslivets dilemmaer.

Fredage :kl. 15:30-18 Underviser/ tovholder : Hanneloa Rose Jørgensen

Periode: 3 fredag i løbet af Efteråret 2025 .

9- "Sammen om fælles motion" Lokation: Rohstudio / Pilates Center Indre By:

Willemoesgade 14 , 2100 København Ø , Træningssalen , mandage kl. 16-19

Underviser / tovholder : Corinna Simoni

Nogle af ovennævnte aktiviteter kan godt foregå udendørs i perioden maj -september 2025

.

Dette kan reducerer lokale omkostninger og vi kan inkludere flere deltagere .

6-Madkultur/ GASTYRONOMI EVENTS :

- Fælles spisning med internationalt fusionskøkken, hvor man tager sin egen mad med og lytter til foredrag om dansk madkultur og det nye nordiske køkken koncept.

Sammen om mad fra forskellige kulturer – fælles spisning (mad medtages eller laves fra deltagere selv)

Mad i naturen/madlavning udendørs

Langbordsmiddag på Banegården

Frekvens :3 gange i løbet af 2025 i samarbejde med International Expat gruppe i KBH samt Novo Nations som hjælper med information til målgruppen . Samarbejde med restaurant Høst i København K, som er specialiseret nordisk køkken.

7-Det foreslås, at der skal afsættes midler til en international projektkoordinator også i 2025 samt Sprogmakkerkoordinator , fra projektet start 1 marts 2025 .

For at sikre styring af og kvalitet i projektet, er der i 2025 behov for 2 koordinatore i projektperioden. Sprogmakkerkoordinatoren er eventansvarlig og ambassadøransvarlig. Projektkoordinatoren bidrager aktivt i både planlægning, koordinering, afvikling af forskellige aktiviteter, samt ikke mindst det opsamlende arbejde efterfølgende, hvor der kan være behov for at formidle kontakt mellem udlændingene og foreningerne/ aftenskoler.

Projektet starter i marts 2025 med at vi får en sprogmakkerkoordinator til at lave en ramme for uddannelse af ambassadører for fællesskabet/aftenskolerne.

Ved den første store kickoff-event vil vi invitere bredt i aftenskolenetværket – alle er velkomne, men vi har også en række sproghold på Studieskolen, som vil være oplagte at søge deltagere i.

Studieskolen vil herefter danne ramme for en række sprogmakker-events en gang om måneden, som tager udgangspunkt i en aktivitet.

8-Liste over sproggrupper og Sprogaktiviteter:

Sprogakkere

Sprogmakkerkonceptet har til formål at etablere et fællesskabende netværk: sprogmakkere – lær fællesskabet at kende gennem en aftenskoleambassadør – en kursist på Studieskolen, som interesserer sig for sprog og kultur. Sprogmakkere kan bytte sprog og udveksle kulturforståelse. Fx kan en kineser som ønsker at tale bedre dansk og forstå, hvorfor danskerne er så optaget af foreningsliv og aftenskoler mødes med en dansker, som fx går til kinesisk og som drømmer om at vide mere om Kina. De mødes om sproglige udvekslinger og kan sammen tale om kulturelle forskelle og ligheder.

Den danske aftenskolebruger vil kunne forklare, hvordan Grundtvig lagde grunden til livslang læring i fællesskab med andre – og forklare hvorfor det er sjovt at gå til græsk en gang om ugen og til pilates eller yoga en anden aften på blandede hold med unge og ældre.

Vi sætter gang i sprogmakkerfællesskabet ved en stor event delt i to sprog dansk og engelsk. Vi forestiller os at leje en stor sal, hvor vi kan samle 250-300 borgere + ca. 25-30 undervisere. Vi har 5. april som mål for denne event.

Vi har oplægsholdere, som introducerer de udenlandske borgere og de interesserede danskere i aftenskolerne historie og formål. Hvordan opstod idéen i Danmark? Hvordan kan det være, at det er blevet en naturlig del af manges voksenliv at gå til undervisning på en aftenskole og deltage aktivt i foreningsliv i det hele taget? Efter oplæggene vil der være mulighed for at stille spørgsmål.

Herefter danner vi ca. 25 grupper à 10 deltagere fordelt over de mest repræsenterede sproggrupper blandt nye internationale medborgere i Københavnsområdet. Der vil være undervisere til at lede grupperne og til at facilitere sprogmakkerskaber. Borgerne kan vælge en sprogmakker indenfor et sprog, som enten optager dem eller er deres modersmål.

Ambassadørkorps – Velkommen til fællesskabet

Vi mener, at de bedste ambassadører for aftenskolerne faktisk er de brugere, som vi allerede har på skolerne. Vi vil gerne bede vores kursister om at hjælpe os ved at blive ambassadører for aftenskolerne. På Studieskolen har vi sprog som omdrejningspunkt, og vi forestiller os at det vil give glæde for både udenlandske og danske borgere at mødes om at bytte sprog og tale om kulturelle forskelle og ligheder. Vi vil gerne sætte rammerne for de første møder og opfordre til at sprogmakkerne mødes så meget som muligt. Vi vil tilbyde forskellige aktiviteter, som vil tiltale forskellige typer mennesker hen over året. Og som et særligt tiltag vil vi skabe et sprogmakkerkor, hvor der skal synges på mange forskellige sprog.

Liste over sproggrupper til Velkommen til fællesskabet – event 1 – 5. april 2025 kl. 13.30-16.30

Tysk/dansk

3 grupper à 10 deltagere. 3 undervisere, der hhv. taler tysk og dansk

Polsk/dansk

2 grupper à 10 deltagere. 2 undervisere, der hhv. taler polsk og dansk

Spansk (Spanien, Argentina, Mexico, Columbia) /dansk

3 grupper à 10 deltagere. 3 undervisere, der hhv. taler spansk og dansk

Italiensk/dansk

2 grupper à 10 deltagere. 2 undervisere, der hhv. taler italiensk og dansk

Ukrainsk/dansk

2 grupper à 10 deltagere. 2 undervisere, der hhv. taler russisk og dansk
Engelsk (USA, UK, Indien) /dansk
4 grupper à 10 deltagere. 4 undervisere, der hhv. taler engelsk og dansk
Fransk/dansk
2 grupper à 10 deltagere. 2 undervisere, der hhv. taler fransk og dansk
Kinesisk/dansk
2 grupper à 10 deltagere. 2 undervisere, der hhv. taler kinesisk og dansk
Persisk/dansk
1 gruppe à 10 deltagere. 1 underviser der både taler persisk og dansk
Græsk/dansk
1 gruppe à 10 deltagere. 1 underviser, der både taler græsk og dansk
Tyrkisk/dansk
1 gruppe à 10 deltagere. 1 underviser, der både taler tyrkisk og dansk
Portugisisk (Portugal, Brasilien) /dansk
1 gruppe à 10 deltagere. 1 underviser, der både kan tale portugisisk og dansk
Japansk/dansk
1 gruppe à 10 deltagere. 1 underviser, der både kan japansk og dansk

Studieskolen events 2025:

5. april, Kickoff-event Velkommen til fællesskabet. Temaet er aftenskolernes historie og begrebet livslang læring, og formålet er at mødes på tværs aftenskole og sprogskole og måske finde en sprogmakker/sprogmakkergruppe

3. maj, event nummer 2

7. juni, event nummer 3

16. August, event nummer 4

September – opstart på Studieskolens Sprogmakkerkor og event nummer 5

4. oktober, event nummer 6

1. november, event nummer 7

5. december – koncert med sprogmakkerkoret

Vi regner med ca. 50 deltagere og 5 undervisere per arrangement fra maj til december.

Hver event er ca. 3 timer

9-Særligt tiltag: Studieskolens Sprogmakkerkor

Højskolesangbogen og fællessang er en del af Studieskolens DNA, og glæden ved at synge på dansk såvel som på andre sprog skal selvfølgelig udbredes til vores kursister. Studieskolens Sprogmakkerkor er ledet af undervisere fra Studieskolens medarbejderkor. Vi ved, at sang fremmer sprog og fællesskab, så her er en fantastisk mulighed for at mødes om sange på mange forskellige sprog.

Start: september – 5 gange à 1,5 time

Ledes af tre undervisere.

Hver anden fredag kl. 16.00-17.30 på Studieskolen, Borgergade 12.

10-Arbejde i arbejdsgruppen med et digitalt kulturkort, som skal skabe overblik over lokale aftenskole tilbud i byen

| | | | |
|---|--|-------------------------|--|
| <p>11 - Afsluttende workshop og evaluering info om fremtidige perspektiver for inkludering i folkeoplysning til de nye målgrupper.</p> <p>12 Evaluering, sammenskrivning og rapport.</p> <p>13 - Revision af projektet</p> | | | |
| <p>Budget: Overordnet for hele projektet (Gigtskolen i samarbejde med Studieskolen søger 1.142.437 kr. i 2025 (for fase 2.). Projektgruppen består af Gigtskolen og Studieskolen som er godkendte aftenskoler i Kbh. Kommune. Egenfinansiering fra begge skoler (10 procent jf. retningslinjer) = 142 000 kr.) NB – se specifikation nedenfor - NB</p> | | | |
| Indtægter (mindst 10 % medfinansiering) | | Udgifter | |
| Kr. 180.000,-(Samlet) | | Kr. 1.176.737- (Samlet) | |
| Ansøgt beløb | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| Indtægter i alt | | Udgifter i alt | |

Forbedrende arbejde med konkrete opgaver i projektet i projektgruppen i 2025:

-Mødeaktivitet med de relevante samarbejdspartnere og forberedelse af slut seminar / workshops med vores undervisere samt internt i arbejdsgruppen = kr. 20.000,-.

-Metode bearbejdelse, udarbejdelse af spørgeskema = kr. 18 000,-.

-Markedsføring og PR= kr. 30 000,-.

-Projektledelse = kr. 50.000,-.

-International projektkoordinator Gigtskolen = kr. 180.000,- (20.000 kr./ måneden x 9 måneder 28 timer om ugen)

-Sproglig koordinator = kr. 219.520,- Studieskolen (15 timer om ugen, 2 gange om ugen)

-Undervisningsmateriale= kr. 55.000,-.

Kr. 572.520,-

Kulturaktiviteter:

Klassiske danske filmvisninger hos Grand Biograf / Gloria Biograf og efterfølgende debat

Følgende 6 danske film, vil indgå i de kommende arrangementer:

Den eneste ene

En kongelig affære

Festen

Druk

Under sandet

Italiensk for begyndere

Kr. 127.500,-

Rekrutterings workshops og motions events i samarbejde med vores samarbejdspartnere:

Yoga/ Pilates Centre Indre By

"Sammen om fælles motion" = **5.000 kr**

"Forpligtende fredags fællesskaber på Cafe Globen" = **6.000 kr.**

"Inspire Lounge for Expats Copenhagen" = **10.800 kr.**

"Haveringen" - Vandretur i Kbh. Ca 13 km = **4.000 kr.**

"Sydhavnstippen" – Fælles Cykeltur = **3.500 kr.**

"Langsom fredag mod stress" = **5.000 kr.**

Vandretur og cykeltur i København **-egen finansiering**

Familiens dage motion i Botanisk Have / Kongens Have (weekend) **15.000 kr.** **Kr. 49.300,-**

Aktiviteter kan godt foregå udendørs i perioden maj -september 2025. Dette kan reducere lokale omkostninger og vi kan inkludere flere deltagere.

Madkultur/ GASTYRONOMI EVENTS :

Foredrag om det Nordiske køkken i samarbejde med restaurant Høst- København K samt Banegården.

Sammen om mad fra forskellige kulturer – fælles spisning (mad medtages eller laves fra deltagere selv)

- Mad i naturen/madlavning udendørs
- Langbordsmiddag på Banegården

Kr. 15.000,-

Specifikation og pris for motions aktiviteter:**Fredagsfællesskaber på Cafe globen, Turesensgade 2B.**

Formål: Styrkelse af det tværkulturelle fællesskab. Aktivitetsansvarlig/tovholder: underviser og fysioterapeut Katrine Thiesen

Pris: 1.200 kr. pr. arrangement. Der kan laves en eller flere fredagsarrangementer, efter behov. Herefter er der mulighed for af aftale datoer med caféen, hvor gruppen fortsætter at mødes efter projektets slut.

1200x 5 gange

Kr. 6.000,-

Sydhavnstippen – Fælles Cykeltur

Aktivitetsansvarlig tovholder - underviser og fysioterapeut Katrine Thiesen

.Pris: 3.500 kr. inklusive forberedelse / Egenbetaling Forplejning: 200 kr. (snack til gruppen).

Kr. 3.500,-

Vandretur og cykeltur i København.

Formål: Styrkelse af det tværkulturelle fællesskab. At se nye sider af København og fremme den kulturelle og arkitektoniske forståelse af byen, samt introduktion til skønne rekreative områder via vandre og cykelruter.

Maj / juni 2025 = **Egen finansiering**

kr. 0,-

Haveringen - Vandretur i Kbh. Ca 13 km.

Aktivitetsansvarlige: Katrine Thiesen (bevægelsesekspert og fysioterapeut). Anita Nørby Kristensen (Vandrespecialist). Ruten blander by og bynær natur på bedste vis, og undervejs kommer man både forbi historiske attraktioner og områder i rivende udvikling. Vi passerer grønne vidder, husbåde, badezoner, arkitektoniske perler og meget mere.

Pris: 4000 kr / inkl. forberedelse / Forplejning: 200 kr (snack til gruppen -egenbetaling)

kr. 4.000,-

Community Building Events; Inspire Lounge ved samt Tea Lounge Circle ved træningskonsulent og livsstils coach Maybritt Sehested

Tid: Fredage kl. 17-20 (1 gange / mdr.)

Lokation: Yoga/ Pilates Center Indre By:

Honorar: 1800 Kr./x 6 måneder = **10.800 kr.**

(The eller andet forplejning -egenbetaling)

Kr. 10.800,-

Liste over sproggrupper og Sprogaktiviteter:**Sprogbyggere events i alt :**

Kick off event - Deltagelse af 30 undervisere med lørdags tillæg = 79.732,80

Honorar oplægsholder i forbindelse med Kick off event = 15.000 kr.

Events frekvens : 7 . Deltagelse af 5 undervisere med lørdags tillæg = 69.766,20

Kor :frekvens 5 gange x 1,5 time = 6.644,40

Øvrige lokale omkostninger i forbindelse med sproglige events

Lokale leje KVUC i 4 timer = 10.000 kr.

Kr. 181.143,-

Øvrige omkostninger:

-Administration/ Regnskab / udbetaling af løn og honorarer samt bogføring af udgifter = 25.000

-Evaluering= 25.000 Kr.

-Sammenskrivning og rapport= 20.000 kr.

Slutseminar for underviser og tovholdere/ ambassadørkorps og vidensdeling samt forankring af initiativet efter projektets slut i december 2025 =

80 undervisere x 5 timer x 234,31 Kr. = 93.724 kr. i lønomkostninger

Lokaleomkostninger i forbindelse med fællesseminar i Borgergade, København K = 12.000 kr.

-Revisor, fase 2 revision= kr. 31.250,-

Kr. 206.974,-

Seminar forplejning (egen budget/ egenfinansiering)= 9000 kr. * (ikke medregnet i ansøgning og budget)**

I alt kr. 1.176.737,-