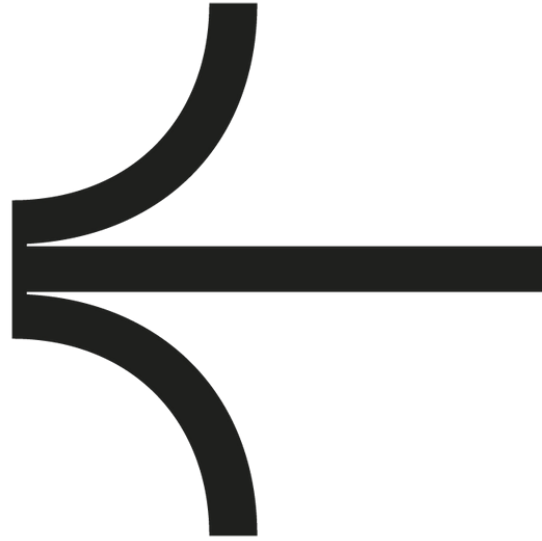


Nye veje til trivsel

Pilotprojekt 2024

Education Esbjerg
Region Syddanmark



Education
Esbjerg

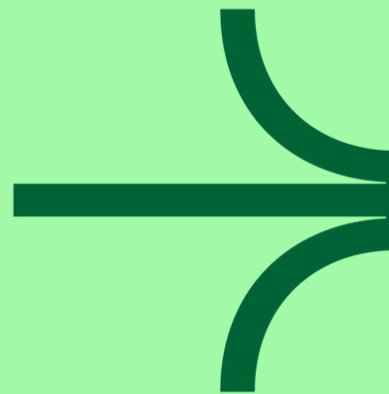


Hvorfor events med kulturinstitutioner?

SOCIOLOG HARMUTH ROSA

"Vores samfund kendetegnes ved at være et højhastighedssamfund med mange skift og høj acceleration af livstempoet. Vi prøver at multitasking og tidseffektivisere.

Vi tjekker måske nyheder og beskeder på vores telefon samtidig med, at vi laver mad eller laver lektier. Måske kører der endda et fjernsyn i baggrunden. Vi bruger samtidig mindre tid på søvn, på at snakke med andre medlemmer i familien eller på at spise. Samtidig bliver sociale medier også en stor rolle og der er tendens til at man kommer til at sammenligne sit eget liv og lykkefølelse med andre."



Drøftelser om værdikæden i vores udbud af event – Balance i kvalitet vs. kvantitet

Deltagende Kulturinstitutioner



→ Vadehavscentret



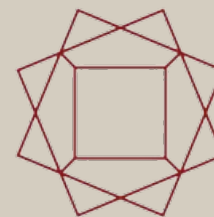
→ Museum Vest

**MUSEUM
VEST**

→ MARK Museum



→ Ribe Kunstmuseum



→ Varde Museerne



Målgruppe - studerende fra de videregående uddannelser i Esbjerg



Studerende fra de videregående uddannelser i Esbjerg.

- Syddansk Universitet Esbjerg
- Aalborg Universitet Esbjerg
- Fredericia Maskinmesterskole Esbjerg
- Syddansk Musikkonservatorium Esbjerg
- Erhvervsakademi Sydvest Esbjerg
- UC SYD Esbjerg.

NYE VEJE TIL TRIVSEL

Nye veje til trivsel Initiativet er et pilotprojekt. Vi udvikler og afprøver et koncept, der giver kulturinstitutionerne forudsætninger for at påvirke studerendes liv (på kort og lang sigt) i en rigere, sundere og sjovere retning, gennem mødet med kulturen, naturen og kreativiteten. Samtidigt viser initiativet aktører i uddannelsesverden nye veje til at fremme studerendes trivsel og læring. Veje, som involverer de lokale kultur- og naturressourcer, lige uden for institutionernes døre. Initiativet løber fra 1.6.2023-31.12.2024



Et frontalangreb på præstationskulturen

Institutionerne skal hjælpe de studerende til at opleve, 1. at der i mødet med kultur, natur og kreativitet opstår værdifulde og meningsfulde læringsoplevelser og erkendelser. 2. at der i kulturen og naturen – og i institutionernes kreative og innovative arbejdsformer – findes en oplagt kilde til personlig og faglig udvikling.

NYE VEJE TIL TRIVSEL

Nye veje til ro, fordybelse og flow

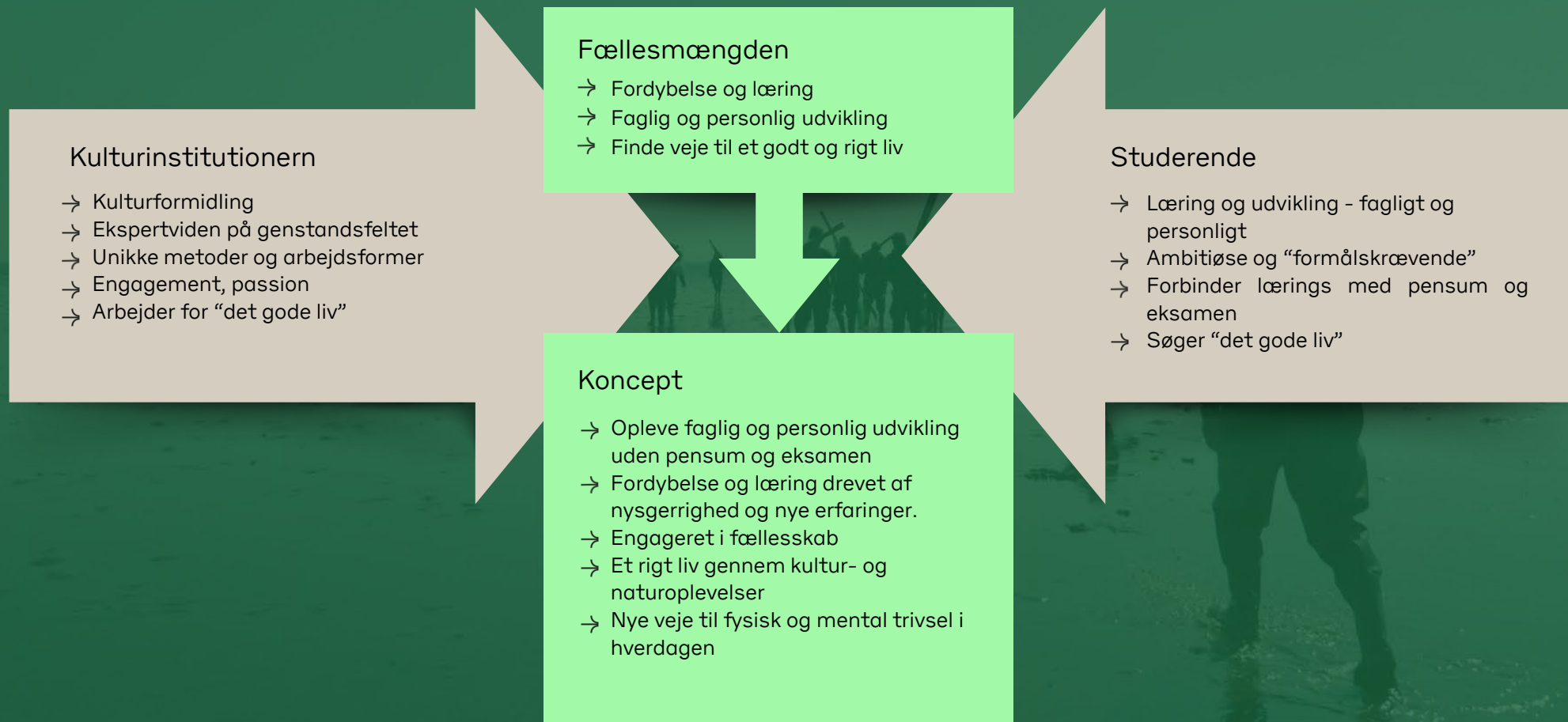
Institutionerne har desuden unikke muligheder for, giver studerende kendskab til og erfaring med at tage vare om egen trivsel, og fysiske og mentale sundhed. Fx gennem indsigter i hvad ro, fordybelse, flow og vores sanser betyder for vores trivsel. Aktiviteterne søger således at ruste deltagerne, til at skabe det rige liv de drømmer om.

Mødes om det fælles

Det afgørende nye i initiativet er, at både kulturinstitutionerne og de studerende bevæger sig væk fra deres vante rum (hhv. den kurraterede udstilling/forestilling og skolebænken), for at mødes om et fælles anliggende. Mødet sker således i krydsfeltet mellem kulturinstitutionernes viden, metoder og faglighed og studerendes ønske om at lære, bliver inspireret og udvikle sig personligt og fagligt. Interaktionerne designs så de fremmer stærke fællesskaber (i tråd med Regionens "Fællesskaber i Fokus")



NYE VEJE TIL TRIVSEL



VARDE MUSEERNE

FLUGT

Identifikation i kobling mellem flygtninge, som starter nyt sted
identifikation med studerende, som også skal i gang med at
bygge ny tilværelse op et nyt sted. Nedslag i
flygtningehistorier: Nedslag i folk som starter nyt
hjem/tilværelse: Og lede samtalen hen til identifikation med
egen situation.

I Nymindegabmalernes fodspor

Vi går på opdagelse ved Nymindegab Museum og ude i den
storslåede natur mellem Vesterhav, fjord og klitlandskab, hvor
Nymindegabmalerne fandt inspiration til deres malerier.

Nymindegab husede både de lokale fiskere, badegæsterne fra
storbyen og kunstnerne, der fandt deres motiver lige her.

Nak & æd med en naturNørd

Denne dag skal vi lave Vild Mad og have en Vild formiddag og
arbejde i teams -så tag med på denne tur, hvor vi skal slagte,
partere og kokkerere to retter ud af skovens fasaner/fuglevildt.



VADEHAVSCENTERET

Mindfulness i naturen

Vi vil sætte fokus på hvad naturen kan give os, dig, hvis du respekterer den og bruger landskabet og oplevelserne derude med den om tanke, at vi er gæster i dets landskab. Vi vil forsøge at præsentere dig for naturens evne til at gøre os nærværende, give fuld opmærksomhed på det, man lige nu og her beskæftiger sig med, tilstedeværelse med alle sanser vågne.

Outdoor i naturen

Vi folder faghusnettene ud og fisker i tidevandet mens det falder. En gruppegår over på østersbanken og samler lidt østers og blåmuslinger. En anden gruppe samler strandsnegle. Fanger vi fisk tages de med tilbage til bålet. Efter to timer i renden vender vi ansigtet mod Vadehavscentret, hvor bålet er gjort klar. De store pander sættes på til rejer og snegle, østers og blåmuslingesuppe laves i hold. Brød bages med tang. Outdoor-aktiviteten denne dag handler om at opleve sammen, at samarbejde. Og at få lidt færdigheder, som man selv kan bruge outdoor.



MARK MUSEUM

Company Town

Oplev en vaskeægte "Company Town" midt i jylland. Hør historien om Billund - En historie, der gør byen til så meget mere end blot en by med LEGO; byen er et symbol på innovation, samarbejde og enestående kulturel rigdom. Kom og se med egne øjne, hvordan et firma, kan præge et helt samfund.'

Byen er et levende eksempel på, hvordan en virksomhed kan forme hele lokalsamfundet og kulturen omkring sig. LEGO, som har haft en utrolig indflydelse i Billund i de sidste 60 år, har ikke blot været en stor arbejdsgiver, men også en afgørende faktor i byens udvikling og planlægning.



RIBE KUNSTMUSEUM

Form i ler

Kom med til kreative timer på Ribe Kunstmuseum. Først vil kunstner Louise Hindsgavl vise jer sin særudstilling. Derefter får I sammen med hende mulighed for at være kreative med ler i museets atelier. Stop med at kigge! Begynd at se! Kan man lære at se ved hjælp af en klump ler? Jeps, det kan man. I forløbet bruger I hinanden parvis som udgangspunkt for modelleringsøvelser. I lærer at se ansigtets formforløb, og I er selv i gang med leret det meste af tiden. Der arbejdes med form på to måder. En hvor man bygger op for at opnå den endelige form, og en hvor man fjerner materiale for at finde formen.

Kvindelige kunstnere i Ribe

Kom med på en vandring gennem Ribe og hør om de skulpturer, der er skabt af kvinder. Den røde tråd i arrangementet vil være kvinders muligheder og rettigheder (eller mangel på samme?) I forhold til uddannelse og karriere i forskellige tidsperioder i Danmark. Vi begynder ved Anne Marie Carl-Nielsens 'Dronning Dagmar' på Slotsbanken og fortsætter til bronzeportene ved Ribe Domkirke. Turen går videre til Katedralskolens gård og Laila Westergaards værk. Vandringen afsluttes i Ribe Kunstmuseums have, hvor vi finder yderligere to kvindelige kunstnere, Astrid Noack og Hanne Varming. Efter en spispause fortsætter kvindetemaet inde på Ribe Kunstmuseum. Der vises og fortælles om udvalgte malerier – malet af kvinder naturligvis – og om kunstnerne bag.



MUSEUM VEST

Byvandring Nordy, Fanø Museum og dragefestival

Museumsinspektør Mette Slyngborg viser rundt i Nordbys gader og slipper og fortæller om Fanøs særlige historie og bygningskultur.

Vi besøger Fanø museum, som er indrettet som et autentisk skipperhjem og oplever et Fanøhus indefra.

Herefter går turen ud til Fanø bad – på cykel, hvor den årlige dragefestival kan opleves på flere km's bred strand ud mod vadehavet. Her afsluttes turen – og man kan selv beslutte hvor længe opholdet på øen skal være.

Byvandring Esbjerg

Vil du vide noget om hvorfor Esbjerg ser ud som den gør og om byens historie?

Denne byvandring sætter fokus på byens helt særlige pionerhistorie med oplevelser af byens rum, grønne områder og bygninger.

Hvorfor er Esbjerg planlagt som den er? – og hvorfor er der så mange huse fra en bestemt periode?

Vi besøger Esbjerg Vandtårn og oplever byen oppefra – fra landgangen har vi udsigt til byens første havn, Esbjerg Dokhavn. Undervejs kommer vi forbi nogle af de steder, hvor studerende mødes i fritiden. Turen afsluttes ved "Huset" i Esbjerg (De studerendes hus).

Retsopgøret i efterkrigstidens Esbjerg – Folkedomstolen

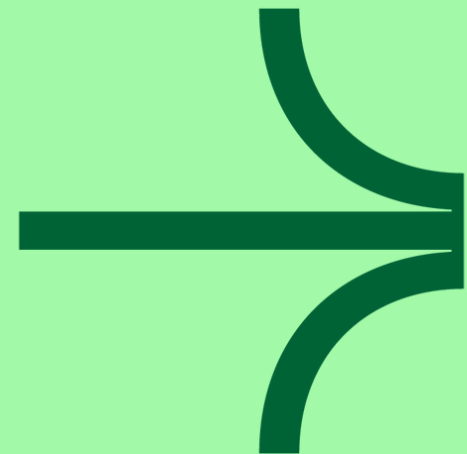
Ved Fovrfeld Gravlund findes Skandinaviens største gravplads for allierede flyvere fra 2. Verdenkrig.

Men kirkegården rummer også grave for over 1.000 tyske soldater, flygtninge, lokale søfolk og modstandsfolk samt polske agenter.

Derefter kører bussen til centrum til varmende suppe og øl på Sands' Restauration, hvor modstandsfolk planlagde en af de første store strejker i det besatte Danmark. Turen går derfra til fods til seks stop med fortællinger om den sidste rå tid under tysk besættelse og om opgøret i gaderne i maj 1945 med afstraffelse af "tyskerpiger" og interneringer af 600 landsforrædermistænkte.

Turen afsluttes på Torvet ved det gamle Ting- og Arresthus med indblik i det lokale retsopgør ved domstolene med SS-folk, stikkere og værnemagere – her afsagde byretten de eneste dødsdomme i Esbjergs historie.

EVALUERING



Kommentarer fra studerende

- Nye Veje til trivsel



- En fuldstændig ny oplevelse. Det var fantastisk at udfordre hinandens kreativitet og det er altid fedt og lærerigt med undervisere der selv viser stor passion.
- Eventet oversteg mine forventninger. Værten var sød og imødekommende og forklarede alt super fint til os. Jeg nød at fiske og selve samværet med de andre studerende. Jeg har også fået nye venner på turen.
- Af de to events jeg har deltaget i kan jeg sammenfatte, at de har været uvurderlige både socialt og kulturelt.
- Det var et smukt event! Der var mange cool aktiviteter og Klaus' passion smittede af. Jeg elskede, da vi skulle lave mad over bål.
- Et virkelig godt event og jeg er taknemmelig for, at I arrangerer denne type events. Det var godt både socialt og kulturelt.
- Meget informativt og søde mennesker, der fik mig til at føle mig velkommen.
- Det var generelt rigtig fint. Jeg er nysgerrig på flere events som denne. Der er behov for det! Det er fedt at se kulturinstitutioner udenfor Esbjerg, men det er svært for os studerende uden bil at komme dertil.
- Jeg elskede dette event: Jeg vil helt sikkert gerne til lignende events.

Folkedomstolen – Kommentarer fra studerende

- Jurastuderende

- *Det har været givende både fagligt og socialt*
- *Det var både super hyggeligt og enormt lærerigt*
- *Dejligt at komme ud og lære lidt på en anden måde*



FLUGT – Kommentarer fra studerende – Sociologistudernede

“

*Det måtte gerne have været lidt længere
for det var virkelig spændende!*

– Sociologistuderende



Ribe Kunstmuseum – Kommentarer fra studerende

- Sociologistudernede

“

Helt grundlæggende gør det undervisningen mere interessant og sådan set også håndgribelig at komme ud i den "virkelige verden" fremfor bare at læse om en masse teorier. Ved netop at komme ud i en rigtig kulturinstitution som et kunstmuseum bliver det tydeliggjort, hvordan teorier kan spores i kunsten. For kunst siger jo noget om samfundet.

-Sociologituderende



Kommentarer fra Varde Museerne ved "Nak og Æd med en Naturnørd"

“

Det var en meget god oplevelse at have de unge med til eventet. De var meget engagerede, lydhøre og meget interesserede i at erhverve sig siden. Der var god snak og teamånd blandt de unge, når de skulle løse de forskellige opgaver ift. Madlavning og sankning. De var gode til at blande sig med hinanden og hjælpe hinanden på kryds og tværs.

-Vejleder



KVANTITATIV EVALUERING FRA STUDERENDE OG KULTURINSTITUTION

Studerende:

Eventet har givet mig lyst til at besøge kulturinstitutionen igen 4,35/5

Kulturinstitution:

Jeg oplevede, at de studerende udtrykte interesse i at genbesøge os og eventet 4,5/5

Kommentar:

Scoren viser, at de forskellige events har været rigtig gode – både set med gæsten og værtens øjne.

Studerende:

Eventet har givet mig lyst til at lære mere om de emner der blev gennemgået på kulturinstitutionen 4,14

Kulturinstitution:

Jeg oplevede, at eventet øgede de studerendes interesse for at besøge andre kulturinstitutioner og deltage i andre kulturelle events 4,53.

Kommentar:

Scoren viser, at besøget har været relevant og at formidlingen har været god.

KVANTITATIV EVALUERING FRA STUDERENDE OG KULTURINSTITUTION

Studerende:

Jeg føler at kulturinstitutioner kan bidrage til min personlige udvikling 4,53.

Kulturinstitution:

Jeg mener, at kulturinstitutioner kan bidrage til de studerendes personlige udvikling 4,93

Kommentar:

Evalueringen viser også, at der er en stærk tro på, kulturinstitutioner kan bidrage til den personlige udvikling hos målgruppen. Dette stemmer godt overens med EEs observationer.

Studerende:

Kulturinstitutioner kan bidrage til at finde ro og afslappethed 4,15/5

Kulturinstitution:

Jeg mener, at kulturinstitutioner og kulturelle events kan bidrage til de studerendes velbefindende og trivsel 4,58/5

Kommentar:

Der er tale om en høj score som baseres på, at formidlerne og de studerende selv har observeret glade deltagere med stort engagement og optagethed af temaerne. Dette indtryk bekræftes af EEs observationer.

KVANTITATIV EVALUERING FRA STUDERENDE OG KULTURINSTITUTION

Studerende:

Kulturinstitutioner kan bidrage til at skabe fordybelse 4,37/5

Kulturinstitution:

Jeg oplevede, at de studerende virkede afslappede og rolige under eventet 4,9/5

Kommentar:

Meget glade, fordybede og engagerede deltagere har været kendetegnende for de forskellige events

Studerende:

Besøget og faciliteringen af dette event levede op til mine forventninger 4,57/5

Kulturinstitution:

Jeg oplevede, at de studerende var dybt engagerede og fordybede under eventet 4,7/5

Kommentar:

Scoren viser, at kulturinstitutionernes planlægning og formidling af events overfor denne målgruppe i høj grad har ramt plet. Scoren fortæller at besøget generelt har været godt og at formidlingen har været god

KVANTITATIV EVALUERING FRA STUDERENDE OG KULTURINSTITUTION

Studerende:

Eventet har givet mig viden og færdigheder, der er relevant for mit studie 3,36/5

Kulturinstitution:

Organiseringen og faciliteringen af eventet levede op til vores forventninger 4,92

Kommentar:

Størstedelen af vores events er lavet med personlig individuel tilmelding. Modenhedsniveauet og refleksionen hos deltagerne skabte en fin dialog med formidleren og det var i flere tilfælde meget tydeligt at formidleren var i højt flow.

Studerende:

Dette event har bidraget til at fremme fællesskabet blandt deltagerne.4,27

Kulturinstitution:

Jeg oplevede, at eventet fremmede en følelse af fællesskab blandt de studerende 4,92

Kommentar:

Det har været en prioritet at alle skulle føle sig velkommen og at der eksempelvis var sat fælles tid af til at spise sammen ved de forskellige events. Formidlerne på kulturinstitutionerne har med deres egen facon skabt en inkluderende og positiv stemning samt lagt op til samarbejde på kryds og tværs og fysisk aktivitet i forskellige former alt efter eventets indhold.

KVANTITATIV EVALUERING FRA STUDERENDE OG KULTURINSTITUTION

Studerende:

Dette event har givet mig lyst til at besøge flere kulturinstitutioner 4,49/5

Kulturinstitution:

Vi opnåede det vi ønskede fra eventet 5/5

Kommentar:

Både deltagerne og kulturinstitutionerne har oplevet at disse events har været relevante til og for målgruppen.

Vi har oplevet glade, fordybede og engagerede deltagere, der har udtrykt MEGET stor taknemmelighed ved afslutningen af disse events.

Deltagerne har fået en anden oplevelse end de typisk selv opsøger. Samt en anden oplevelse end dem, der tidligere var på paletten i EEs udbud.

Perspektivering med PERMA-modellen

PERMA-modellen:

Udviklet af grundlæggeren af positiv psykologi Martin Seligman, og baserer sig på, at der er fem vigtige byggeklodser for trivsel og lykke – og at de kan dyrkes og styrkes.



Positive følelser

Engagement

Relationer

Mening

At lykkes

Perspektivering med PERMA-modellen



PERMA-modellen

Når vi har observeret de studerende ved gennemførslen af vores events og sammenholder dette med evalueringen som både de studerende og kulturinstitutionerne har givet kan vi se, at kulturinstitutionerne kan bidrage væsentligt til de studerendes trivsel jf. Seligmans fem kerneelementer i PERMA-modellen.

Positive følelser

Vi har set glade, smilende og taknemmelige studerende ved vores events, og scoren er generelt høj i de studerendes evaluering af vores events, hvilket underbygger at eventet fra kulturinstitutioner har bidraget til positive følelser.

Engagement

Der er i udpræget grad observeret højt engagement fra første minut ved alle events, hvilket hænger sammen med godt værtskab og gode formidlingskompetencer fra kulturinstitutionens side. Når de studerende scorer sandsynligheden for genbesøg så højt som de gør, hænger det sammen med, at kulturinstitutionen har lavet relevante events, som har engageret deltagerne.

Relationer

Vi har observeret hvordan relationer er blev skabt og kan også aflæse af både de studerendes og kulturinstitutionernes evalueringer at de deler den samme opfattelse. Opgaver undervejs, at føle og røre ved ting, involvering og indslag der har skabt smil og dialog undervejs har været fremmende for fællesskaber og relationer ved disse events.

Mening

De historiske, samfundsvidenskabelige, kunstneriske og naturvidenskabelige fortællinger som kulturinstitutionerne er bærere af sætter ting i perspektiv og skaber mening for de studerende. Den meget positive generelle evaluering viser, at de forskellige events har været relevante og meningsgivende for de studerende.

At lykkes

Den positive evaluering fortæller indirekte også, at deltagerne har oplevet at kunne lykkes og deltage ved eventet. Der scores ligeledes højt i spørgsmålet omkring kulturinstitutionernes mulighed for at bidrage til den personlige udvikling.

FORDYBELSE OG RO

Evalueringen viser, at de studerende scorer højt på ro og fordybelse under besøgene på kulturinstitutioner. De udviser mental tilstedeværelse, sænker skuldrene og viser glæde og positiv stemning. Sammenlignet med andre events er der mere fordybelse og engagement.

Kulturinstitutionernes fortællinger fanger de studerende, som matcher deres modenhedsniveau. Der er en positiv synergieffekt mellem de studerende og værterne, hvilket ses ved manglende brug af mobiltelefoner og taknemmelighed ved afslutningen. De studerende udtrykker lyst til genbesøg og besøg på andre kulturinstitutioner.

INTERESSANTE ERFARINGER



FORSKEL I "UDE-ERFARING" OG FYSISK FORMÅEN

Der er stor variation i de unges fysiske evner og kompetencer til at være ude i naturen, hvilket kræver forskellig tilrettelæggelse af events. Nogle studerende er tilbageholdende med at røre ved ting, og deres evner til at færdes i naturen varierer meget. For eksempel er det forskelligt, hvor komfortable de er med at gå i skoven, ved vandkanten og gennem mudder.

Nogle er vant til udendørs aktiviteter, mens andre har brug for mere tid. Det er også erfaret, at ikke alle kan cykle, hvilket påvirker planlægningen af cykelrelaterede events. Generelt viser det sig, at der er forskelle i nutidens unges kompetencer til at færdes i naturen, hvilket bør tages i betragtning i fremtidig eventplanlægning.

FORTÆLLINGEN OM KULTURINSTITUTIONER

Interessen fra danske studerende for kulturinstitutioner er generelt lavere end hos internationale studerende, hvilket kan skyldes en stereotyp opfattelse. Mange danske studerende er overraskede over, hvor positiv og givende oplevelsen faktisk er, når de besøger kulturinstitutioner.

Dette tyder på, at der er en afstand mellem de forudindtagede opfattelser og de reelle oplevelser, hvilket indikerer et udviklingspotentiale i fortællingen om kulturinstitutioner blandt danske unge.

INTERESSANTE ERFARINGER



BEHOV FOR PARTNERSKABER

Education Esbjerg har gennem ”playmakerrollen” haft dialog med kultur- og uddannelsesinstitutioner om events for studerende med fokus på trivsel. Kulturinstitutionerne er interesserede i aktiviteter rettet mod studerende og udveksler erfaringer, hvilket kan styrke tilbuddenes kvalitet. Der anbefales regelmæssige møder for at drøfte nye aktiviteter og se hinanden som sparringspartnere.

Uddannelsesinstitutioners lektorer og studievejledere deltager gerne i samarbejdet, men er usikre på kulturinstitutionernes tilbud. Nye Veje til trivsel anbefaler workshops mellem institutionerne for at drøfte fælles aktiviteter, både faglige og trivselsmæssige, og foreslår at inddrage studie- eller trivselsvejledere.

VÆRKTØJER UDARBEJDET GENNEM NVT

1. Tilpassede kultur, natur- og kunstaktiviteter

Mål: At fremme oplevelser med flow, fordybelse. Kreativitet og selvudtryk som en metode til at fremme trivslen hos målgruppen.

Afholde aktiviteter eller workshops i forskellige temaer som eksempelvis maleri, skulptur, naturformidling, byvandring, historisk formidling, musik og teater.

Opfordre studerende til at deltage og udtrykke deres følelser gennem kreativitet, forskellige materialer, kunst eller anden form for involvering i relation til temaet.

Samarbejde mellem uddannelsesinstitutioner og flere kulturinstitutioner for at tilbyde en bred palette af aktiviteter og imødekomme forskellige interesser for studerende – enkeltvis og som hold.

At kulturinstitutioner genovervejer de eksisterende aktiviteter og videreudvikler disse, så de svarer til målgruppen både individuelt og tilpasset bestemte studieretninger.

Organiseret samarbejde mellem kulturinstitutionen og uddannelsesinstitutionen omkring orienteringer om afholdelse af events. Eventuelt inddragelse af kommunikationsafdelinger.

VÆRKTØJER UDARBEJDET GENNEM NVT

2. Netværksgrupper for kulturinstitutioner

Mål: At udveksle erfaringer mellem kulturinstitutioner til at fremme og udvikle nye aktiviteter til målgruppen.

Kulturinstitutionerne i netværket finder en fast frekvens til drøftelse af nye aktiviteter til denne målgruppe.

Man ser hinanden som sparringspartnere og kolleger med interesse i samme felt.

Erfaringer fra afholdte events og nye ideer udveksles.

Eventuel samskabelse og fælles kampagner rettet mod studerende herunder en ny fortælling om oplevelsen, der gives på kulturinstitutioner.

3. Mentorskabsprogrammer – et samarbejde mellem trivselsvejledere og kulturinstitutioner

Mål: At give udsatte studerende støtte og guidning i deltagelse i særligt tilrettelagte forløb og events.

Rekruttere studerende og medarbejdere fra både uddannelsesinstitutioner og kulturinstitutioner, der kan fungere som mentor og mentee.

Tilbyde træning til mentorer for at sikre, at de kan yde effektiv støtte til sårbare unge.

Gennemføre events med særlig opmærksomhed på sårbare unge, der har svært ved deltagelse i ordinære aktiviteter med mange deltagere.

Organisere aktiviteter mellem mentorer og mentees til at fremme en vedvarende relation

VÆRKTØJER UDARBEJDET GENNEM NVT

4. Workshops mellem kulturinstitutionen og uddannelsesinstitutionen

Mål: At give en bred tilgang til fagligt og trivselsmæssigt samarbejde.

Skabe et forum til drøftelse af fælles aktiviteter herunder både aktiviteter med et fagligt match og trivselsmæssige tiltag med fokus på ro, flow og fordybelse.

Drøfte, tilpasse og tilbyde både individuelle og gruppemæssige aktiviteter.

Udvikle og integrere mentale sundhedstjenester med uddannelsesinstitutionens sundhedstjenester. Inddrag studie- eller trivselsvejlederen fra uddannelsesinstitutionen.

5. Fysiske aktivitetsprogrammer og try-outs

Mål: At fremme fysisk sundhed som en del af den samlede trivsel.

Samarbejde mellem lokale kulturinstitutioner, sportsklubber, fitnesscentre og uddannelsesinstitutioner.

Organisere regelmæssige motionsevents som yogaklasser, løbeklubber og dansetimer, kulturoplevelser med fysisk aktivitet.

Tilbyde et bredt udvalg af sportsaktiviteter, fitnessprogrammer og kulturelle oplevelser.

Udarbejde en samlet bred pakke af try-outs for målgruppen.

ANBEFALINGER UDARBEJDET GENNEM NVT

1. Skab en støttende kultur

For at fremme trivsel er det afgørende at skabe en kultur, hvor studerende føler sig støttet og værdsat både på uddannelsesinstitutionens og kulturinstitutionen. Dette kan opnås ved at:

Tilbyde træning i mental sundhed for undervisere og formidlere og skab en åben dialog om mentale sundhed

Implementere politikker, der understøtter trivsel og forebygger udbændthed.

Sørge for at den studerende til enhver tid føler sig velkommen

Udbrede kendskabet til samarbejdet mellem uddannelsesinstitutionen og kulturinstitutionens til alle medarbejdere.

2. Fremme samarbejde mellem institutioner

Samarbejde mellem kultur- og uddannelsesinstitutioner kan skabe synergi og tilbyde autentiske og relevante oplevelser for studerende. Dette kan opnås ved at:

Organisere fælles events og tiltag.

Dele ressourcer og ekspertise herunder samskabelse mellem kulturinstitutionens formidler og underviseren på uddannelsen.

Skabe tværfaglige teams til at arbejde på trivsel-initiativer eksempelvis med deltagelse af studie- eller trivselsvejledere.

Skabe og give autentiske oplevelser og fortællinger for de studerende i sammenhæng med uddannelsen.

ANBEFALINGER UDARBEJDET GENNEM NVT

3. Involver studerende i beslutningsprocessen

For at sikre, at de tilbudte aktiviteter og tiltag er relevante, er det vigtigt at involvere studerende i beslutningsprocessen. Dette kan opnås ved at:

Oprette advisoryboards bestående af studerende til deltagelse i co-creation.

Indsamle regelmæssig feedback fra studerende om deres behov og præferencer.

Inkludere studerende i planlægning, gennemførelse og evaluering af trivselstiltag

4. Evaluér og justér aktiviteterne

Kontinuerlig evaluering og justering af de forskellige programmer og initiativer er nøglen til at sikre deres succes. Dette kan opnås ved at:

Måle effekten af aktiviteterne gennem spørgeskemaer og feedback.

Foretage regelmæssige evalueringer og opdateringer baseret på evalueringer fra aktiviteterne.

Føre en fleksibel, pragmatisk og udviklingsorienteret tilgang til aktiviteterne, hvor justeringer foretages efter behov.