

Evaluering af BAT60+-projektet i Københavns kommune

**(Evalueringsrapporten er udarbejdet af BAT60+-
gruppen under ledelse af Gert Jørgensen og Lars Bo
Kaspersen)**

Maj 2024

1. Sammenfatning

Denne rapport sammenfatter resultaterne fra et projekt, der har bordtennis som det centrale omdrejningspunkt for at skabe trivsel og sundhed for især 60+-segmentet. Projektet blev gennemført i Københavns Kommune i samarbejde med BAT60+ (selvstændig organisation tilknyttet DIF -bordtennis/DGI-bordtennis) i perioden 2022-2023. Målsætningen er at få flere ældre til at deltage i en aktivitet, som både er sundhedsforebyggende og effektiv i genoptræningsøjemed og skadebehandling og som samtidigt er vejen til et socialt fællesskab. Københavns Kommune bidrog med finansiering over to år på 1,1 mio. i alt. Halvdelen af midlerne fik projektlederne lov til frit at anvende til indkøb af borde, bat, bordtennisrobotter mv., således at nye og fremvoksende miljøer kunne skubbes rigtigt i gang, fordi projektet havde muligheder for at give dem materialer og spilleareal.

BAT60+ har gennemført projektet med Gert Jørgensen og Lars Bo Kaspersen som projektledere og 22 andre frivillige – alle sammen over 60 år.

Overordnet er formålet:

Flere ældre skal spille bordtennis! Projektets simple og klare målsætning: flere – især gruppen af borgere over 60 – skal i gang med at spille bordtennis og vi skal have flere spillesteder!

Hvorfor? Fordi bordtennis er et spil, alle kan lære og det er et spil med god puls, god aktivitet, få skader og det er særdeles udfordrende for især hjernen. Balance og spændstighed holdes vedlige og det er en god profylaktisk aktivitet. Vi forbliver i bedre form og spillet fremmer socialt sammenhold og selvværd. Bordtennis styrker krop og balance og medvirker til et bedre helbred. Vi forbliver selvhjulpne i flere år ved regelmæssig bordtennistræning.

I tillæg til bordtennispillets forebyggende betydning har det et stort potentiale til at indgå i forskellige former for behandling fx balanceevne og i genoptræningsøjemed fx efter hjerneblødning, blodprop og lign. Bordtennis er den absolut mest hjernestimulerende aktivitet, så der er meget fornuft i en meget bredere anvendelse af bordtennis til genoptræning, balancetræning m.m.

Gennem de senere år har der været en stigende interesse for bordtennis' sundhedsgavnlig virkning for ældre, og nyere forskning indikerer, at bordtennis kan have gavnlig effekt i tilknytning til behandling af kroniske neurologiske lidelser såsom Parkinson og demens, som mere end 5.000 københavnere er diagnosticeret med.

På den baggrund valgte Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i Københavns Kommune (herefter SUF) at indgå et samarbejde med Bordtennis Danmark for perioden 2022 og 2023. SUF vurderede, at de afsatte midler ville få de bedste muligheder for at komme ældre

københavnere til gavn ved at inddrage Bordtennis Danmark som samarbejdspartner. Det skulle hurtigt vise sig, at man ved at gøre brug af organisationens faglighed og viden om rekruttering, planlægning og implementering af kerneprincipper, kunne opnå store resultater. Det er således sket i regi af BAT60+, som har været et tilbud for folk over 60 år om at gribe bordtennisbattet og mødes rundt om bordet i den lokale klub – både med fokus på fællesskaber og sundhed. For at sikre handlekraft i samarbejdet nedsatte Bordtennis Danmark en BAT60+-gruppe, der har fungeret som en udførende handlingseenhed på vegne af Bordtennis Danmark i projektperioden.

Projektet har kørt i 2022 og 2023 med betydelig succes. Alle måltal er nået og formålet med at fortsætte samarbejdet er at konsolidere projektet samt fuldstændiggøre ambitionen om en solid brobygning mellem relevante enheder i SUF og de frivillige foreninger i 60+-regi.

2. Samarbejdsaftalen mellem Københavns Kommune (SUF) og Bordtennis Danmark (BAT60+)

Samarbejde, økonomi, aftaler, målsætninger m.m. er alt sammen nedfældet i Samarbejdsaftalen mellem Bordtennis Danmark og Københavns Kommune (SUF) (se bilag).

3. Hovedprojektet 2022-2023

- Øge antallet af spillere over 60 år.
- Øge antallet af spillesteder.
- Desuden skal vi øge oplysningen om bordtennissportens kvaliteter for mennesker med kroniske neurologiske lidelser (især demens og Parkinson).
- Informere om bordtennispillets kvaliteter i sundhedssektoren bl.a. til forskellige genoptræningsprogrammer.
- For alle deltagere er trivsel en vigtig motivation for at deltage.
- Frivillighed er projektets bærende kraft.

Projektets mål var som sagt at rekruttere flere og gerne nye ældre til 60+ bordtennis. Det var således vigtigt at herved medborgere, der traditionelt ikke dyrkede idræt, da man gerne ville aktivere mange nye ældre. I første omgang tog man udgangspunkt i de eksisterende frivillige bordtennisklubber. Der blev annonceret i lokalaviser og mange deltog i en række "åbent hus"-arrangementer. Denne metode har givet relativt mange nye medlemmer især i de eksisterende 60+-klubber. Som supplement til de frivillige foreninger besøgte man også kommunale aktivitetscentre og sundhedsinstitutioner, hvor man fik aftalt, at BAT60+ skulle opstille

bordtennisbord og robot, hvilket førte til, at de dagligt besøgende begyndte at spille bordtennis – med stor entusiasme. Da aktivitetscentrene først lukkede op, så fulgte §79-foreninger og sundhedsinstitutionerne med, og helt nye typer af ældre blev en mere integreret del af 60+-gruppen. Det var især mennesker med kroniske lidelser, en række sygdomme og handicaps, som tidligere forhindrede dem i regelmæssigt og mere systematisk at dyrke idræt og bevægelse.

3.1 Metode: hvordan greb vi opgaverne an?

Strategien har hele tiden været "at grave, hvor vi står". Det er ensbetydende med, at man tager udgangspunkt i eksisterende netværk, som man vikler sig ind i for derefter at forsøge at skubbe processerne i gang. Gert Jørgensen (GJ) og Lars Bo Kaspersen (LBK) har tidligere arbejdet i «marken» for at igangsætte nye initiativer inden for bordtennis. Makkerparret har opdyrket bl.a. klubber, ungdomsafdelinger og pigeafdelinger. Selvom dette arbejde ligger snart en del år tilbage, så er en del af netværkene stadig intakte, og disse har været afsæt for 60+-arbejdet. Når man konstaterede, at der engang var en klub på fx Nørrebro, så fandt man nogle personer, der havde været med på et eller andet tidspunkt, og inddrog dem i at starte et nyt bordtennisinitiativ i dette område.

3.2 Netværk og "Handling-Nu"

Netværkene er særdeles vigtige. Da projektet også ønsker at rekruttere ældre medborgere, der i dag står uden for foreningslivet og bordtennisporten, mangler man både lokalkendskab og lokalnetværk for at kunne få fat i ældre og helbreds-mæssigt dårligere borgere end de hidtil rekrutterede til 60+. Det lykkedes imidlertid relativt hurtigt at opbygge nye lokale netværk, da især GERT systematisk begyndte at besøge plejehjem, aktivitetscentre m.m. Ved sådanne til tider spontane besøg fortælles om projektet, og når det meddeles, at de forskellige centre og plejehjem kan få en robot og bordtennisbord stillet op, så stiger interessen mærkbart. Besøg på aktivitetscentre, samtaler med leder, personale og de borgere, der hører til på de forskellige centre, medvirker til etableringen af nye, solide netværk, som hurtigt bliver en støtte for projektet.

Dette netværksarbejde er en afgørende forudsætning for at sådanne projekter, der sigter på ændret adfærd, nye rutiner og i sidste instans udviklingen af nye institutioner, kan gennemføres. Vores målsætning er jo at ændre medborgeres rutiner og praksis, og dette kan kun ændres permanent, hvis man tager fat i samfundets dybereliggende strukturer.

For at kunne ændre noget må nogle være i besiddelse af magt og beslutningsmuligheder, der kan ændre de tunge strukturer. Det kræver ikke bare evnen og muligheden til at handle, men også muligheden for at handle hurtigt og på vegne af en større gruppe. Denne handlingsevne og hastighed, hvormed styregruppen har kunnet lede disse processer, blev skabt i projektets startperiode, og med mange års erfaring kunne ledelsesgruppen hurtigt beslutte, hvem der skulle

have hvilke materialer. Endvidere tog man hurtige beslutninger, hvis ikke udstyret blev anvendt optimalt. Ledergruppen afhentede straks borde m.v., der ikke blev anvendt som tilsigtet og andre spillesteder fik glæde af dem.

Gert og Lars Bo kaldte også deres handlingsorienteret "Handling-Nu"-princippet. Frihed til at operere var vores grundlæggende betingelse for at drive dette projekt og det gjorde det dynamisk og offensivt.

3.3 "Handling-Nu"-princippet vandt over bureaukratiske tendenser

I den oprindelige plan blev det fastlagt, at vi (BAT60+) fik ansvaret for at godkende bevillinger til de nye spillesteder og til aktivitetscentrene. Der blev også udstukket en procedure, hvor spillestedet først skulle finde priser, derefter ansøge Københavns Kommune og i tilfælde af godkendelse skulle fremsende ansøgningen, bestille materialerne og få tilsendt pengene og så betale. Det virkede noget tungt...

Da det trak noget ud med den endelige samarbejdsaftale, og vi var gået i gang, så behovet for borde m.m. blev meget konkret, startede vi med selv at købe bordene og få dem leveret til stedet. Det viste sig yderst effektivt: Når Gert fik en henvendelse, blev stedet besøgt inden for få dage, og her blev behovet vurderet. Så bestilte vi og betalte direkte.

Senere – specielt i forbindelse med et stort stævne i Rådhusalen – købte vi stort ind og havde materialerne klar, når nogen fik bevilget penge hertil. Særlig ikke-bureaukratisk! Det var også besparende dels at købe stort ind og dels at kunne få en stor levering, som vores "BAT.FLYT-gruppe" så kunne arbejde ud fra.

3.4 De frivillige i projektet

Frivillighed spiller en central rolle i dette projekt. Vi, der fik uddelegeret opgaven, Lars Bo Kaspersen og Gert Jørgensen arbejder som resten af arbejdsgruppen BAT60+ som frivillige.

Vi indså hurtigt at skulle det lykkes på den store klinge, skulle vi engagere flere. Heldigvis har vi et langt livs erfaring i at motivere frivillige. Vi havde allerede påbegyndt dannelsen af en gruppe af stærkt engagerede mennesker, der i vores hjemlige 60+ forening i Brønshøj var godt i gang med at bidrage til en kraftig vækst af 60+ spillere i Brønshøj. Gruppen havde til opgave at undersøge, hvor og hvor mange der spiller 60+-bordtennis i vores område. Det lå lige til højrebenet, at denne gruppe fik en meget konkret opgave med at etablere nye spillesteder. Meget hurtigt kom det i gang, og der blev behov for endnu flere til at hjælpe, dels med at etablere steder, men også til at inspirere nye medlemmer til at synes, spillet var sjovt.

Efter første fase startede vi med aktivitetscentrene, hvilket også gik meget stærkt og behovet for endnu flere frivillige opstod.

Hvordan fandt vi denne store gruppe af frivillige? For det første noterede vi, hvem der i forvejen var meget engageret i spillet og i klublivet. Vi spurgte forsigtigt ind til interesse, tidligere beskæftigelse og andet engagement. Via det fik vi en ide om, hvem der havde resurser til at undervise i bordtennis, hvem der var gode til at være opsøgende, hvem der syntes, det var sjovt at lave PR og hvem der godt kunne lide at administrere.

Vi fik sammensat en fantastisk flok – 22 meget forskellige mennesker med fælles interesse i at få udbredt bordtennis.

Vi etablerede en styregruppe, fik en arbejdsgruppe, der tog sig af annoncering og messer, en lille men meget aktiv gruppe (2 mand) der havde en trailer og en bil, som hurtigt blev benævnt BAT-FLYT-gruppen.

Vi sørgede for at holde gruppen opdateret og samlede alle til både information og undervisning. Vi benyttede os af vores erfaring med, at disse mennesker ikke fik penge for det, men blev behandlet ordentligt. F.eks. arrangerede vi en julefrokost, undervisning i Idrættens Hus og ved møder manglede der ikke kaffe og brød.

Det lykkedes os at få en gruppe, der fungerede så godt, at det nu ikke er svært at supplere, da det er lidt "in" at være med. (Det er altid sjovt at være med i en succes!) Vi skal også lige nævne, at vi udstyrede dem med ens tøj, når de skulle repræsentere gruppen.

Alt i alt en stor fornøjelse at arbejde sammen med denne gruppe. Det er værd at understrege, at denne gruppe af mennesker, der kaster sig ind i et stort frivilligt arbejde vedr. bordtennis for ældre, gør det grundet 'trivsel'. Disse mennesker, der bidrager med store mængder af frivilligt arbejde, lader sig engagere i arbejdet, fordi de har sociale motiver og sociale behov. De opnår at få en (ny) identitet, som måske er mindre tydelig efter tilbagetrækning fra arbejdsmarkedet. Mange af de ordinære medlemmer, som er påbegyndt bordtennis, henter tilstrækkelig 'trivsel' i samværet med andre omkring bordtennisaktiviteten. Det er vigtigt at huske denne erfaring, da vi hermed kan fastslå, at 60+-spillere har fundet forskellige måder at organisere sig på, som medvirker til at medlemmerne får opfyldt væsentlige behov. Især dækkes trivselsbehovet – bredt forstået – både via bordtennispillet og via deltagelse i organisering af bordtennispillet. Med andre ord så understøtter man to typer af behov, som binder medlemmerne sammen.

3.5 Deltagernes synspunkter og meninger om projektet

Som en del af evalueringen udfærdigede vi et simpelt spørgeskema og supplerede med nogle interviews (se bilag 2.5). I marts måned 2024 gennemførtes en spørgeskemaundersøgelse af 37 personer, der spiller bordtennis, i 5 klubber, 3 §79-institutioner og 4 aktivitetscentre. 21 mænd og 16 kvinder i alderen fra primo 60 til medio 80 år.

Da vi har kontaktpersoner til alle spillesteder, så har vi oftest en temmelig god viden om deltagerne i projektet, og derfor var disse undersøgelser primært udarbejdet for at få bekræftet, hvad vi i nogen udstrækning vidste i forvejen. Men vi fandt det vigtigt at medtage nogle af disse resultater, da de understøttede en stor del af projektets antagelser.

Vi spurgte ind til, hvordan de nystartede fik deres viden om projektet, og de havde primært fået viden fra avisannoncer, venner og generelt mund til mund.

De primære motiver for at starte var vægtet lige mellem ønske om motion og ønsket om gode sociale miljøer. Trivsel både socialt og fysisk blev fremhævet.

En vigtig oplysning var også, at næsten alle var helt nystartede uden større erfaring med bordtennis. Mange dyrkede dog svømning, pilates eller yoga.

Langt de fleste var tilfredse med den måde de forskellige centre og foreninger kørte tingene på. Meget få overvejede at holde op, men langt de fleste ville forsætte. En del ville også gerne lære mere og endda spille turnering. Hovedparten satte stor pris på det stærke sociale aspekt ved 60+ træningen – mange skiftedes til at bidrage til frokost eller bringe kaffe til træningen.

Alt i alt må vi sige, at der er stor tilfredshed med aktiviteterne. En del ønsker dog mere spilletid.

3.6 Hvad har vi lært?

Det har været to særdeles intense og spændende år. Vi har puklet men heldigvis opnået store resultater af både kvantitativ og kvalitativ karakter. Vi er overbeviste om, at vi arbejder med en 'model', som fungerer, og hvor vi hele tiden lærer, erfarer og bliver klogere. Der er ingen tvivl om, at den gode kombination af rummelighed, gensidig anerkendelse blandt ledelse og de mange frivillige og en struktur, der giver plads til hurtige beslutninger, der med det samme følges op af konkret handling, er vigtige ingredienser i den store succes, der har kendetegnet BAT60+-København-projektet.

Endvidere er det vigtigt at understrege, at det helt centrale i projektet handler om trivsel, social integration og gode, positive sociale relationer. Samværet og samhørigheden i et spil som bordtennis driver en masse mennesker. De er glade og de bidrager gerne til, at andre kan være med. Frivilligheden motiveres af de gode og hyggelige sociale relationer, og at bedrive frivilligt arbejde øger ofte trivslen. Og hvis trivslen er i top, så giver vi gerne en hånd med. 60+-projektet i Københavns Kommune har demonstreret, hvordan gode sociale relationer, en stærk trivsel, frivilligt arbejde – alt sammen understøttet af ikke-bureaukratiske strukturer og god solid dømmekraft – har muliggjort en stærk forandring, hvor gamle såvel som nye spillesteder er blevet bestormet af nye medborgere over 60 år – mænd såvel som kvinder, der har kastet sig over bordtennisporten med ømme muskler, hårde smash og en masse grin til følge.

En stor del af arbejdet i dette projekt handler om udvikling af spilletekniske og motoriske færdigheder hos de mange 60+-spillere. En stor del af de mange, som er startet med bordtennis i 60+-regi, er ofte helt nystartede, og det kræver instruktion og støtte til spillerne. Efter mange års erfaring er vi blevet klar over, at et vigtigt redskab til opstart er en bordtennisrobot, som giver hurtig spillemæssig fremgang og som muliggør, at spillere med handicaps også kan få glæde af spillet. Endvidere stod vi over for den udfordring, at mange spillesteder og klubber ikke kunne tilbyde fast træning med uddannede trænere. Som kompensation udarbejdede vi et nyt instruktionsmateriale, som bygger på helt nye principper herunder at der findes to slags bordtennis: bordtennis uden skru og bordtennis med skru. Vores instruktionshæfte har ligget til grund for de fleste kurser og træningstimer – og fordelene ved materialet er, at man kan følge det systematisk, så vil man gradvis opnå større færdigheder.

Link til instruktionshæftet:

<https://bat60.dk/wp-content/uploads/2023/08/Manual-Bordtennis-for-60.pdf>

3.7 En paradoksal observation

I løbet af de to år projektet har forløbet, er vi stødt ind i adskillige pudefulde oplevelser. Fremfor alt vil vi berette om problemet omkring spillesteder.

København er ”berømt” for færrest sportsfaciliteter pr. indbygger i DK. Det pudefule er, at vi har fundet megen kapacitet, hvor der kunne spilles bordtennis om formiddagen, men af forskellige grunde, har det ikke kunnet lade sig gøre. Et par eksempler:

I Hillerødgade står 4 borde, der kan lejes, men de bliver stort set ikke lejet ud om formiddagen. Dem kunne vi sikkert fylde med aktive ældre. På samme måde i Grøndalscentret, hvor der er fuldt booket i Brønshøj Bordtennis, men samtidig er der masser af ledige lokaler. Begge med forklaring om ”indtjeningskrav” fra kommunen. Her er det Kultur- og Fritidsforvaltningen, der ”blokerer”.

Et andet eksempel er TKs Ungdomsgård i Emdrup. Her er der masser af plads om formiddagen, men det er forbeholdt unge. Her er det Børne- og Ungdomsforvaltningen, der ”blokerer”.

Et tredje: Med en smule fleksibilitet fra diverse skoler, kunne der også blive plads til mange borde rundt omkring. Et godt eksempel er Østerbrohuset i Århusgade, hvor vi har fået fredage 9-13 på balkonen. Her er nu lukket for tilgang, da 45 aktive er, hvad der er plads til. Her kunne mange flere spille, hvis de skoler, der lejer sig ind, ville være samarbejdsvillige – er vi overbeviste om.

3.8 Konklusion

Projektet under ledelse af BAT60+-København-gruppen har i løbet af de to sidste år opnået fornemme resultater. Mange flere spillesteder er det lykkedes at etablere, og mere end 700 borgere er begyndt at spille bordtennis i de sidste 12 måneder. Dette er understøttet af en stor gruppe af dygtige frivillige hjælpere. Udfordringen for projektet er nu at konsolidere de mange aktiviteter, man har igangsat, og selvfølgelig fortsætte med at ekspandere med såvel flere spillere som spillesteder. Helt ekstraordinært har Københavns Kommune bevilliget 200.000 i 2024 og 2025 til en videreførelse af projektet. Noget kunne tyde på, at KK/SUF er tilfredse med resultaterne og ønsker en yderligere indsats på disse områder. Med denne startkapital er der store forhåbninger om, at yderligere kapital kan skaffes, så flere og større spillesteder kan vokse frem.

Afslutningsvis skal også nævnes, at BAT60+ ønsker at udvikle en strategi, der indbefatter udvikling af bordtennisaktiviteter for forskellige demens-ramte borgere.

Bilag

Indholdsfortegnelse

	Side
1. Fact Sheets	
1.1 Oversigt over antal spillere	1
1.2 Oversigt over spillesteder	2
1.3 Oversigt over de frivillige	3
1.4 Udleverede borde/robotter	5
2. Liste over aktiviteter	
2.1 Kurser	5
2.2 Udstillinger	6
2.3 Åbent-hus-arrangementer	6
2.4 Turnering Københavns Rådhus	7
2.5 Interviewskema	8
Samarbejdsaftale	
Tillægsaftale om puljeudmøntning	
Udvalg af mediedækning (dagblade/blade/sociale medier/radio/TV)	
Pressedækning Rådhusstævne 2022	
Eksempler på annonce i Politiken og i lokalavisen i Brønshøj Husum og på Østerbro	

1.1 Antal Spillere

Enhed	Sted	Antal før 2022	Antal August 2023	Antal Januar 2024	Antal Parkinson Jan. 2024
§79	Daghøjskolen, Peder Lykke Centret		16	19	0
§79	Husum Vænge Aktivitetscenter		0	2	0
§79	Roklubben Skjold	0	8	2	0
§79	Rymarksvænge Pensionistklub	0	4	0	
§79	Seniorcentret Sct Joseph	0	14	14	
§79	Tingbjerg Pensionistklub	0	4	6	
§79	VOC Valby	0	11	25	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bispebjerg	0	4	2	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bomi-parken			4	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bonderupgård		4	4	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Brønshøj		10	10	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Huset		6	12	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Hørgården	0	6	8	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Indre By			4	0
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Langgadehus	0	10	8	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Midtpunktet	0	4	0	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Peder Lykke Cent.	0	6	3	0
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Randersgade	0	8	5	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Vesterbro		6	8	0
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Vigerslevhus	0	6	12	2
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Østerbro	0	10	5	
Aktivitetscenter	Aktivitetshuset Baldersgade	0	6	6	2
Aktivitetstilbud	Mamma Mia			10	
Idrætsklub	Brønshøj Bordtennis	140	170	177	5
Idrætsklub	CIK	17	60	63	18
Idrætsklub	Energicenter Voldparken, Salen	0	34	33	0
Idrætsklub	Fremad Valby, Bevægelsehuset	18	30	38	10
Idrætsklub	Idrætshuset	0	0	0	0
Idrætsklub	København Bordtennis, Remisen	14	43	53	4
Idrætsklub	Nørrebrohallen		0	3	
Idrætsklub	Posten	10	42	45	3
Idrætsklub	Prismen	0	23-25	28	0
Idrætsklub	Rymarksvej, Kultursalen	0	20	21	2
Idrætsklub	Spor 10			4	
Idrætsklub	SSB Vesterbro Idrætsforening	0	6	9	0
Idrætsklub	Støberiet			6	
Idrætsklub	Støberiet			6	
Idrætsklub	Svanemøllehallen	0	16	15	0
Idrætsklub	Vanløse Kulturhus			2	0
Idrætsklub	Østerbrohuset	0	35	41	2
Plejehjem	Plejehjem Bispebjerg		1	5	
Sundhedshus	Nørrebro Sundhedshus	0	1		
Total		199	601	718	49

17-04-2024

1.2 Spillesteder

Enhed	Sted	Adresse
§79	Daghøjskolen, Peder Lykke Centret	Peder Lykkes Vej 63-65, 2300 København S
§79	Husum Vænge Aktivitetscenter	Husum Vænge 2, 2700 Brønshøj
§79	Roklubben Skjold	Strandvænget 51, 2100 København Ø
§79	Rymarksvænge Pensionistklub	Rymarksvej 121, 2900 Hellerup
§79	Seniorcentret Sct Joseph	Griffenfeldsgade 44, 1. sal, 2200 København N
§79	Tingbjerg Pensionistklub	Gavlhusvej 53, 2700 Brønshøj
§79	VOC Valby	Gl. Jernbanevej 25, 2500 Valby
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bispebjerg	Frederiksborgvej 77, st. tv., 2400 København NV
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bomi-parken	Gyldenrisvej 4, 2300 København S
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bonderupgård	Randbølvej 59 - 61, 2720 Vanløse
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Brønshøj	Bystævneparken 1, 2700 Brønshøj
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Huset	Agnes Henningsens Vej 4, 2200 København N
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Hørgården	Brydes Alle 30, 2300 København S
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Indre By	Rosengade 1, 1309 København K
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Langgadehus	Valby Langgade 97, 2500 Valby
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Midtpunktet	Ryesgade 20, 2200 København N
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Peder Lykke Centret	Peder Lykkes Vej 65, 2300 København S
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Randersgade	Randersgade 60, 2. sal, 2100 København Ø
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Vesterbro	Lyrskovgade 10, st. 1758 København V
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Vigerslevhus	Vigerslevvej 182, 2500 Valby
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Østerbro	Helsingborggade 16, st. , 2100 København Ø
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Baldersgade	Baldersgade 3C, 2200 København N
Aktivitetscenter	Mamma Mia	Utterslev Torv 30, 2400 København NV
Idrætsklub	Brønshøj Bordtennis	Hvidkildevej 64, 2400 København NV
Idrætsklub	CIK	Bådsmadsstræde 20, 1407 København K
Idrætsklub	Energicenter Voldparken, Salen	Kobbelvænget 65, 2700 Brønshøj
Idrætsklub	Fremad Valby, Bevægelsehuset	Julius Andersens Vej 8, 2450 København SV
Idrætsklub	København Bordtennis, Remisen	Blegdamsvej 132, 2100 København Ø
Idrætsklub	Nørrebrohallen	Nørrebrogade 208, 2200 København N
Idrætsklub	Posten	Valbygårdsvej 10a, 2500 Valby
Idrætsklub	Prismen	Holmbladsgade 71, 2300 København S
Idrætsklub	Spør 10	Vasbygade 10, 2450 København SV
Idrætsklub	SSB Vesterbro Idrætsforening	Valdemarsgade 12, 1665 København V
Idrætsklub	Støberiet	Blågård Plads 5, igennem biblioteket, 3. sal, 2200 København N
Idrætsklub	Vanløse Kulturhus	Frode Jakobsens plads 2, 2720 Vanløse
Idrætsklub - (Boldklubben Skjold)	Idrætshuset	Gunnar Nu Hansens Plads 7, 2100 København Ø

Idrætsklub - (Boldklubben Skjold)	Rymarksvej, Kultursalen	Rymarksvej 3C, 2900 Hellerup
Idrætsklub - (Boldklubben Skjold)	Svanemøllehallen	Østerbrogade 240, 2100 København Ø
Idrætsklub - (Boldklubben Skjold)	Østerbrohuset	Århusgade 103, 2100 København Ø
Plejehjem	Dronning Ingrid's Hjem, Plejen 2. sal	Carl Jacobsens Vej 8, 2500 Valby
Plejehjem	Plejehjem Bispebjerg	Tagensvej 186, 2400 København NV
Plejehjem	Plejehjem Ryholtgård	Rymarksvej 23, 2900 Hellerup
Sundhedshus	Center for Demens	Henrik Pontoppidans Vej 2B, 2200 København N
Sundhedshus	Nørrebro Sundhedshus	Mimersgade 41, 1., 2200 København N

1.3 Frivillige

Navn		
Bent Larsen	Kjeld Pedersen	Nina Andersen
Bjarke Røtkjær	Kurt Thomsen	Robert Andersen
Erling Kjædegaard	Kurt Vestergaard	Rolf H. Olsen
Gert Jørgensen	Kristian Bak	Sigrid Müller
Gitte Rex	Lars Bo Kaspersen	Solveig Henriksen
Helga Waage Jørgensen	Lis Holme	Tine Nielsen
Jørgen Hjorth Pedersen	Morten Gunvad	Torben Konggaard
Kim Darving	Morten Hjordt Hansen	Ulla Weber

1.4 Udleverede borde/robotter

Enhed	Sted	Bord	Robot
§79	Daghøjskolen	1	1
§79	Husum Vænge	1	
§79	Roklubben Skjold	1	
§79	Rymarksvænge Pensionistklub	2	
§79	Seniorcenter Sct Joseph	2	1
§79	Tingbjerg Pensionistklub	2	
§79	VOC Valby	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bispebjerg	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bomi-parken	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Bonderupgård		1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Brønshøj	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Huset	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Hørgården	1	
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Indre By	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Langgadehus		1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Midtpunktet	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Peder Lykke Center		1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Randersgade	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Vesterbro		1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Vigerslevhus	1	1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Østerbro		1
Aktivitetscenter	Aktivitetscenter Baldersgade	1	1
Aktivitetscenter	Mamma Mia	1	
Idrætsklub	Energicenter Voldparken	5	1
Idrætsklub	Idrætshuset	2	0
Idrætsklub	Posten	1	1
Idrætsklub	Prismen	4	1
Idrætsklub	Rymarksvej	4	1
Idrætsklub	Spor10	2	
Idrætsklub	SSB	3	
Idrætsklub	Støberiet	1	
Idrætsklub	Svanemøllehallen	2	1
Idrætsklub	Vanløse Kulturhus	2	
Idrætsklub	Østerbrohuset	4	1
Plejhjem	Dronning Ingrid's Hjem, Plejen 2. sal	1	1
Plejhjem	Plejhjem Bispebjerg		1
Plejhjem	Plejhjem Ryholtgård	1	1
Sundhedshus	Nørrebro Sundhedshus	1	1
	Total	54	27

2.1 Kurser

2022

Kursus	Dato	Sted
Trænerkursus begyndere	28.09.2022 – 5 timer	Idrættens Hus Brøndby
Trænerkursus let øvede spillere (samt mennesker med diverse neurologiske lidelser)	05.10.2022 – 5 timer	Idrættens Hus Brøndby

2023₂

Kursus	Dato	Sted	Antal deltagere
Kursus begyndere og trænere for begyndere samt for Parkinson-spillere	21.03.2023 – 3 timer	Idrættens Hus Brøndby	11
Kursus øvede og trænere for øvede	12.04.2023 – 3 timer	Idrættens Hus Brøndby	11
Kursus øvede og trænere for øvede	12.04.2023 – 3 timer	Idrættens Hus Brøndby	11

2024

Kursus	Dato	Sted	Antal deltagere
Kursus let øvede	12.01.2024 – 2 timer	Daghøjskolen	7
Kursus let øvede	16.01.2024 – 2 timer	Spillested Rymarksvej	11
Kursus øvede	26.01.2024 – 2 timer	Grøndalscentret	20
Kursus begyndere	02.02.2024 – 2 timer	Grøndalscentret	17
Kursus let øvede	22.02.2024 – 2 timer	København Bordtennis, Remisen	15
Kursus øvede	23.02.2024 – 2 timer	Grøndalscentret	20
Kursus letøvede	27.02.2024 – 2 timer	Energicentret, Brønshøj	12
Kursus letøvede	01.03.2024 – 2 timer	Østerbrohuset	12

2.2 Udstillinger

Navn	Dato	Sted
Røde Kors Messe Mere Fri Tid	19.03.2022	Øksnehallen
Spring for Livet	17.09.2022	Nørrebrohallen
Røde Kors Messe Mere Fri Tid	14.01.2023	Øksnehallen
Spring for Livet	14.09.2023	Nørrebrohallen
Røde Kors Messe Mere Fri Tid	16.03.2024	Øksnehallen

2.3 Åbent hus arrangementer

2022

I **uge 18** blev der afholdt åbent-hus-arrangement i de allerede etablerede 60+klubber i København – det blev en stor succes med 121 besøgende

I **uge 37** blev der afholdt 20 åbent-hus-arrangementer på 12 forskellige spillesteder.

I uge 38/39/40/41 blev der afholdt 24 åbent-hus-arrangementer på 3 forskellige spillesteder

I ugerne 37 – 41 var der mere end 100 besøgende til arrangementerne.

2023

I **uge 18** blev der afholdt 20 åbent-hus-arrangementer på 12 forskellige spillesteder – der var 58 besøgende.

I **uge 37** blev der afholdt 24 åbent-hus-arrangementer på 14 forskellige spillesteder – der var 37 besøgende.

2.4 Stævne Københavns Rådhus

15. og 16. november 2022 blev der afholdt bordtennisstævne på Københavns Rådhus med over 200 60+ bordtennisspillere primært fra Sjælland.

Derudover blev der afholdt foredrag af bl.a. professor Albert Gjedde KU, professor Bjarne Ibsen SDU og professor Lars Bo Kaspersen CBS om demens, Parkinson og bordtennis betydning herfor ligesom Alzheimer-foreningen, Parkinson-foreningen og Center for Demens var repræsenteret med stande i forhallen.



2.5 Interviewskema evalueringen af BAT 60+ projektet årene 2022+2023

Hvorfor valgte du at blive aktiv bordtennisspiller?

- motion/sundhed
- det sociale
- del af et fællesskab?

Hvordan fandt du netop dette sted?

- Avisannonce
- Facebook
- Flyer
- Åbent husarrangement
- Mund til mund

Hvordan blev du modtaget i klubben?

Hvor meget spiller du?

Har du tidligere spillet organiseret bordtennis?

Dyrker du andre former for motion?

Er der ønsker til spillestedet?

- Undervisning
- Tilbud om deltagelse i turneringer?
- Andet?

Hvordan oplever du det sociale liv i klubben?

Ønsker

17-04-2024

Hvordan er de bordtennismæssige udfordringer?

Spiller du med fysiske udfordringer?

Hvilke forhold kan betyde, at du vælger at stoppe i klubben?

Alder:

- 60 - 65
- 66 - 70
- 71 - 75
- 76 - 80
- 80 -

Køn

- M
- K

Hvor spiller du?

- Klub
- §79 center
- Aktivitetscenter

Udfyldt af: _____

Samarbejdsaftale 2022 og 2023

Vedrørende

Fremme af bordtennis for ældre borgere og borgere
diagnosticeret med Parkinson eller
demens

Indgået mellem



**Københavns Kommune
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen
Center for Ældrelev og Innovation**

og

Bordtennis Danmark

Indholdsfortegnelse

1	PARTERNE	3
2	BAGGRUND	3
3	SAMARBEJDETS FORMÅL.....	3
4	MÅL OG MÅLGRUPPE	4
5	INDHOLD	4
6	VARIGHED.....	6
7	EVALUERING	6
8	ORGANISERING	7
9	ØKONOMI, REGNSKAB OG REVISION	8
10	ARBEJDSKLAUSUL	8
11	UENIGHEDER	8
12	UNDERSKRIFT OG IKRAFTTRÆDEN.....	9

1 PARTERNE

Der er indgået følgende partnerskabsaftale mellem parterne

**Københavns Kommune
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen
Center for Ældre og Innovation
Borups Alle 42
2200 København N**

og

**Bordtennis Danmark
Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
2605 Brøndby**

2 BAGGRUND

Samarbejdsaftalen bygger på en budgetudmøntning fra Københavns Kommunes Budget 2022 til en indsats for at fremme bordtennis blandt ældre københavnere, særligt ældre med parkinsons eller demens.

Gennem de senere år har der været en stigende interesse i bordtennis' sundhedsgavnige virkning for ældre, og nyere forskning indikerer, at bordtennis kan have gavnlig effekt i tilknytning til behandling af neurologiske lidelser så som parkinson og demens, som det vurderes mere end 5.000 københavnere er diagnosticeret med.

På den baggrund vælger Sundheds- og Omsorgsforvaltningen (herefter SUF), at indgå nærværende samarbejdsaftale med Bordtennis Danmark for perioden 2022 og 2023. Det er SUFs vurdering, at de afsatte midler vil få de bedste forudsætninger for at komme ældre københavnere til gavn ved at inddrage Bordtennis Danmark som samarbejdspartner. Her vil organisationens faglighed og viden om planlægning, implementering og udbredelse af bordtennisindsatser blive vigtig for at få skabt indsatser, der både har fokus på at etablere fællesskaber og sikre sundhedsfremme blandt de deltagende. Det vil ske i regi af BAT60+, som er tilbud for folk over 60 år om at gribe bordtennisbattet, og mødes rundt om bordet i den lokale klub. Både med et fokus på fællesskaber og sundhed. For at sikre handlekraft i samarbejdet har Bordtennis Danmark nedsat en BAT60+-gruppe, der skal agere udførende på vegne af Bordtennis Danmark i projektperioden.

3 SAMARBEJDETS FORMÅL

Samarbejdet mellem Bordtennis Danmark og SUF har til formål at udbrede bordtennis som forebyggende og fællesskabende aktivitet/ idrætsgren blandt

de ældre københavnere. Det er hensigten med samarbejdet, at udbredelsen af indsatsen skal ske både i foreningsregi i lokale bordtennis klubber og på relevante enheder i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen.

Samarbejdsaftalen består derfor af to fokuspunkter:

1. *Udvidelse af Bordtennis Danmarks eksisterende BAT 60+ tilbud og aktiviteter for målgruppen i København.*
2. *Faglig sparring og rådgivning fra Bordtennis Danmark til Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i forbindelse med indkøb af bordtennisudstyr til en pulje, der kan søges af SUF-enheder, ældreklubber (§79) og eksterne bordtennis klubber i Københavns Kommune. Midlerne kan ikke anvendes til anlæg, såsom lokale vedligehold mv.*

4 MÅL OG MÅLGRUPPE

Målgruppen for aftalen er både yngre og ældre seniorer, som vurderes at have glæde af at spille bordtennis. Samtidig er et overordnet mål for samarbejdsaftalen, at der rekrutteres flere spillere i projektperioden, hvoraf grupperne typisk ønsker at organisere sig selv, så projektet også opnår en større sandsynlighed for at blive selv bærende efter projektperiodens udløb. Konkret forventes det, at selve spillet og træningen i foreningsregi justeres i forhold til den enkelte deltagers fysiske formåen. Derfor er følgende målsætninger også sat i tæt dialog med Bordtennis Danmark:

- Antallet af 60+-foreninger skal øges
- Antallet af ældre over 60, der spiller bordtennis, skal øges
- Antallet af borgere med Parkinson, der spiller bordtennis, skal øges
- Antallet af borgere med demens, der spiller bordtennis skal øges.
- Antallet og kvaliteten af tilbud for disse målgrupper skal øges (både i den frivillige idræt og de kommunale tilbud - herunder som behandlingsredskab i de kommunale sundhedsorganisationer)

5 INDHOLD

Samarbejdsaftalens formål og målsætninger skal forsøges indfriet gennem fire spor, der hver især skal medvirke til at sikre, at aftalen har en fornuftig og fælles afstemt ramme. Sporene er som følger:

1. Fokuspunkt 1: *Udvidelse af Bordtennis Danmarks eksisterende BAT 60+ tilbud og aktiviteter for målgruppen i København.*

a) Etablering af nye foreninger med BAT60+ bordtennis som hovedaktivitet
BAT60+-gruppen er ansvarlig for, at der sker et opsøgende arbejde. Nye grupper af interesserede, der vil starte en BAT60+-forening, kan søge om bistand til at starte. Der kan søges om materialer til opstart inden for den afsatte puljes søgeramme. Derudover kan Bordtennis Danmark bistå etablering

af nye foreninger med kompetencer fra en træner/instruktør i en afgrænset periode.

b) Støtte og konsolidering til eksisterende klubber/foreninger med BAT60+-aktiviteter.

De eksisterende BAT60+ tilbud skal styrkes, så de kan udvide deres tilbud til flere 60+ spillere herunder selvhjulpne borgere med parkinson/demens m.v.. Særlig vigtigt er, at klubberne skal kunne rumme personer, der har været i genoptræningsforløb og som gerne skulle fortsætte bordtennis spillet på eget initiativ.

Midlerne vil primært gå til:

- Afholdelsen af kompetencekurser lokalt i et afgrænset tidsrum og gerne flere gange over en længere periode, hvor medlemmerne modtager træning og instruktion. Bordtennis Danmarks erfaringer viser med tydelighed, at sådanne kurser har en meget fastholdende effekt. I forbindelse med disse kompetence-kurser kan klubberne også ansøge om en bordtennisrobot. Robotten har været afprøvet, og med den som træningsredskab kan der opnås særligt gode resultater for især borgere med parkinson og borgere med demens, der spiller bordtennis.
- Endvidere tilbydes klubleder-kurser, som bl.a. oplyser om, hvad det kræver for klubben at optage medlemmer med parkinsons- og demensrelaterede sygdomme. Endvidere giver kurserne ideer til, hvordan man træner disse grupper af borgere med kroniske neurologiske lidelser.

BAT60+-klubber og foreninger kan søge om dækning af udgifter til nævnte udgifter (kompetence-kurser, klubleder-kurser og en bordtennisrobot). Dog er BAT60+-gruppen selv ansvarlig for at oplyse om disse søgemuligheder blandt klubberne og foreningerne.

c) Oplysning til kommunale enheder skal oplyses om bordtennisspillets fordele og muligheder.

BAT60+-gruppen tilbyder to 'pakker' til kommunale enheder.

Den første 'pakke' er et introduktionskursus af 6 timers varighed:

1. Hvor der fortælles om erfaringer med bordtennis som en central aktivitet for yngre og ældre seniorer og personer med parkinson eller demens.
2. Hvor en fysioterapeut redegør for centrale aspekter ved aldring, parkinson og demens, og dermed giver viden om, hvad der skal trænes og hvordan man gør det.
3. Hvor deltagerne afprøver forskellige muligheder for at komme i gang med bordtennis. Deltagerne modtager et undervisningsmateriale, der netop er færdiggjort med udgangspunkt i nyligt indsamlede erfaringer. Dette introduktionskursus udbydes flere gange i løbet af 2022 og 2023 og alle kan tilmelde sig.

Den anden 'pakke' består i, at de enkelte institutioner fx plejecentre, genoptræningscentre, eller aktivitetscentre, som har ansøgt om bordtennisborde mv. får besøg af en instruktør to til fire gange. Her vil underviseren give ideer til øvelser, bordtennisaktiviteter og generel teknik, der kan inspirere personalet til at fortsætte med bordtennis i den pågældende institution fremadrettet. BAT60+-Gruppen er ansvarlig for, at disse kurser/pakker udbydes.

Fokuspunkt 2: Faglig sparring og rådgivning fra Bordtennis Danmark til Sundheds- og Omsorgsforvaltningen i forbindelse med indkøb af bordtennisudstyr til en pulje, der kan søges af SUF-enheder, ældreklubber (§79) og eksterne bordtennisklubber i Københavns Kommune.

d) Sparring i forhold til indkøb af bordtennisudstyr

I forbindelse med etablering af søgepuljen til projektet og de dertilhørende materialer der skal udgøre puljen, har SUF ansvar for at inddrage BAT60+-gruppens og Bordtennis Danmarks erfaringer i forhold til viden om de klubber og foreninger, der måtte søge puljen, såfremt det vurderes aktuelt.

Selve indkøbet af materialer sker dette primært gennem Københavns Kommunes indkøbsaftale med virksomheden Tress. BAT60+-gruppen og Bordtennis Danmark har ansvar for indkøb af materialer inden for puljens økonomiske ramme. Tress udbyder derudover ikke førnævnte robotter til træning, hvorfor disse skal erhverves andetsteds. BAT60+-gruppen har ansvar for at finde en leverandør og indkøbe disse robotter. Dette sker med orientering af SUF.

6 VARIGHED

Samarbejdet løber fra den 1. marts 2022 til den 31. december 2023.

7 EVALUERING

SUF ønsker at følge deltagelsen på de BAT60+ hold, der støttes og iværksættes gennem samarbejdsaftalen. Der foretages en midtvejsstatus ml. Bordtennis Danmark og SUF i december 2022 mhp. at følge projektets udvikling og foretage en fælles evaluering blandt parterne med henblik på at justere eventuelle spor. Her kan det også beslutes, hvordan afvikling af en konference i slutningen af 2023 skal foregå, hvor eventuelle resultater fra projektet kan fremlægges.

For at evalueringen kan anvendes fremadrettet aftales følgende:

1. Efter 9 måneder foretages en midtvejsevaluering, som dels anvendes til at skabe overblik over de igangværende aktiviteter, dels skal bidrage til at foretage eventuelle justeringer af strategi og retning i resten af projektperioden.

2. Der udarbejdes en samlet evaluering ved projektperiodens udløb d. 31/3 2024. Evalueringen består af en kvantitativ opsamling på projektets mål samt en mindre kvalitativ evaluering af de fire spors bidrag til målopfyldelsen.

Evalueringsrammen udarbejdes i samarbejde ml. SUF og BAT60+-gruppen med understøttelse af SUFs evalueringsafdeling. Evalueringen skal inddrage erfaringer fra deltagere, klubledere, institutionsledere, medarbejdere og instruktører. Den skal udarbejdes og ligge færdig inden december 2023.

Til brug for vurderingen af målopfyldelsen foretages følgende registreringer:

- Antallet af udøvende 60+ spillere opgøres (herunder deltagere med Parkinsons eller Alzheimers) pr. 1/1 2023 og 31/12 2023
- Antallet af tilbud (frivillige idræt, kommunale tilbud, tilbud fra kommunale sundhedsinstitutioner) opgøres pr. 1/1 2023 og 31/12 2023.

8 ORGANISERING

Med aftalen etableres et samarbejde, hvor BAT60+-gruppen og Bordtennis Danmark vil påtage sig den primært udførende rolle, mens SUF vil have en mere understøtte rolle. Det uddybes nedenunder:

BAT60+-gruppen og Bordtennis Danmark har i aftalen ansvar for:

- Overordnet ansvar for fremdrift i projektet.
- Udarbejdelse af midlertidigt regnskab for 2022 ved projektets midtvejsstatus i november 2022, og dertilhørende budgetjusteringer frem mod 2023.
- Overordnet effektivering af udspecificeret ansvarsdeling i §5 Indhold og delpunkterne a), b), c) og d) og dertilhørende opgaver inden for de enkelte spor.
- Sparring med SUF vedr. indkøb af materiel.
- Generel udvikling og implementering af diverse kurser mm. i samarbejde med lokale klubber og foreninger.
- Sikre den løbende dialog og samarbejdet med lokale klubber og foreninger undervejs i projektet.
- Sikre den løbende dialog og samarbejdet med kommunale enheder på lige fod med klubber og foreninger undervejs i projektet.
- Inddragelse af kontaktpersoner i SUF undervejs i projektet, såfremt der er behov for at tage større beslutninger i projektet, som afviger fra aftales formål og mål.

SUF har i aftalen ansvar for:

- Udvikling af evalueringsramme for projektet samt understøttelse af BAT60+-gruppen til eksekvering af selve evalueringen i form af sparring og rådgivning.

- Etablering af materiale-puljen i projektet. Herunder administration af puljen undervejs, hvor BAT60+-gruppens erfaringer indtænkes i særlige tilfælde, hvor forhold om klubber og foreninger bør overvejes.
- Herunder indkøb af materiel til puljen inkl. robotter med sparring fra BAT60+-gruppen.
- Planlægning og indkaldelse til løbende statusmøder efter aftale med BAT60+-gruppen.
- Planlægning og indkaldelse til midtvejsstatus i november 2022, og dertilhørende dagsorden for mødet, hvor BAT60+-gruppen vil få mulighed for at komme med tilføjelser.
- At bidrage med kommunikation og information om tilbuddet til relevante enheder og borgere.

9 ØKONOMI, REGNSKAB OG REVISION

SUF bevilliger i projektperioden i alt 750.000 kr. i 2022 og i 2023 til Bordtennis Danmark. Udbetalingen sker over to rater:

- Der udbetales ved 1.6.2022 375.000 kr. til Bordtennis Danmark
- Der udbetales den 1.3.2023 375.000 kr. til Bordtennis Danmark

Som bilag til aftalen vedlægges et budget for projektet udarbejdet af Bordtennis Danmark.

Midlerne bevilliges på betingelse af, at Bordtennis Danmark opfylder nærværende samarbejdsaftale og afleverer regnskab jævnfør Sundheds- og Omsorgsforvaltningens revisionsinstruks (Bilag 05 Revisionsinstruks vedr. projekttilskud kr. 500.000,00 eller derover) og regnskabsinstruks (Bilag 04A Regnskabsinstruks projektrengnskaber - SUF tilskudsgiver (kr. 500.000,00 og derover, se også Bilag 02C Modelregnskab projektrengnskab - SUF tilskudsgiver, kr. 500.000,00 eller derover).

Bevillingen bortfalder, såfremt Bordtennis Danmark ikke rettidigt leverer regnskab jævnfør regnskabsinstruksen. Regnskabet skal underskrives af tegningsberettigede for Bordtennis Danmark. Ikke forbrugte midler eller midler, der ikke er benyttet i overensstemmelse med beskrivelsen af opgaverne skal tilbagebetales til Københavns Kommune.

10 ARBEJDSKLAUSUL

Bordtennis Danmark forpligter sig til at overholde Københavns Kommunes arbejdsklausul vedrørende driftstilskud til projektet vedlagt som Bilag_Arbejdsklausul.

11 UENIGHEDER

Uenigheder skal søges løst i mindelighed af parterne. Såfremt parterne ikke kan nå til enighed, løses uenigheder i mindelighed af parternes respektive ledelser. Kun retlige tvister kan indbringes for domstolene.

12 UNDERSKRIFT OG IKRAFTTRÆDEN

Denne aftale underskrives af parterne og opbevares elektronisk. Aftalen træder i kraft ved parternes underskrift.

Dato
31.05.2022



Nanna Skriver
Centerchef
Center for Ældrelev og Innovation
Sundheds- og Omsorgsforvaltning
Københavns Kommune

Dato

Martin Lundkvist
Direktør
Bordtennis Danmark



Tillægsaftale om puljeudvalget til indkøb af bordtennisudstyr 2022

til

Samarbejdsaftale 2022 og 2023 vedrørende fremme af
bordtennis for ældre borgere og borgere diagnosticeret
med Parkinson eller demens af [26-09-2022]

Indgået mellem

**Sundheds- og Omsorgsforvaltningen
Center for Omsorg og Rehabilitering
Københavns Kommune**

og

Bordtennis Danmark

Tillægsaftale om udmentning af pulje til bordtennisudstyr 2022

Naervaerende tillægsaftale er indgaet under Samarbejdsaftalen og ud over tillægsaftalens indhold pa de vilkar, der gaelder for Samarbejdsaftalen. Puljen, der reguleres af tillægsaftalen, bygger pa en budgetudme1mtning fra K0benhavn's Kommunes Budget 2022 til en indsats, der har som formal at fremme bordtennis blandt aeldre krabenhavnere, scSrligt cSldre med Parkinsons eller demens.

Puljen er pa 350.000 kr. og gcelder i 2022.

Bordtennis Danmark har nedsat en BAT60+-gruppe, derskal agere udf0rende pa vegne af Bordtennis Danmark i projektperioden.

Samarbejdsaftalen består af to fokuspunkter:

1. *Udvidelse af Bordtennis Danmarks eksisterende BAT 60+ tilbud og aktiviteter for mafgruppen i KtZ1benhavn*
2. *Oprettelse af en pulje (naervaerende tilfægsaftale) til/ indkflJb af bordtennisuds1yr, der kan **st1ges** af SUF-enheder, aeldreklubber (§ 79) og eksterne bordtennisclubber i Ktabenhavn's Kommune. Midferne kan ikke anvendes til/ anlæg, sasom lokafevedligehold mv.*

Midlerne udm0ntes med denne tillægsaftale til Bordtennis Danmark med henblik pa, at BAT 60+ modtager og behandler alle ans0ninger til puljen i overensstemmelse med de af Sundheds- og Omsorgsforvaltningen fastsatte regler for puljeadministration 09 udmr,mtning.

Ans0gere kan radfare sig med BAT 60+ om indk0b af udstyr, ligesom BAT 60+ kan oplyse om eventuelle aktiviteter eller muligheder for lokal undervisning i bordtennis.

Reglerne for puljen er som følger:

1. Midlerne kan alene anvendes til indk0b af bordtennismateriel hos ans0gerne.
2. Ans0gere kan vaere plejehjem, aktivitetscentre, bydcekkende enheder, sundhedshuse, § 79 klubber (celdreklubber) eller idrcetsforeninger, som tilbyder bordtennisaktiviteter til seniorer.

Au9u+t 2022

Sa9-nummer
2022-0259462
Dokumentnummer
2022-0259462-1

Center for Jcldreliv og
Innovation
Afdeling for Frellesskaber
Borups Allé 41
2200 København N

EAN-nummer
5798009290403

3. Der kan maksimalt søges om 30.000 kroner til hver enkelt enhed/forening.

4. Ansøgning sker ved fremsendelse af et konkret tilbud på udstyr (inklusive eventuel fragt) til BAT 60+, der tydeligt lister det udstyr, der ønskes indkøbt.

5. Enheder, som er organisatorisk forankret i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, skal indhente tilbud hos TRESS jf. kommunens indkøbsaftale.

6. Enheder, som er organisatorisk forankret i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen skal endvidere vedlægge ledelseserklæring som bilag til tilbuddet ved ansøgningen.

7. Ansøger modtager efter ansøgning tilsagn fra BAT60+ om bevilling af midler til indkøb, hvorefter indkøbet foretages.


8. Ansøger fremsender endelig faktura for indkøb til BAT60+, som udbetaler det bevilligede beløb til den i fakturaen angivne konto

9. Midlerne kan søges frem til 31. december 2022 med henblik på indkøb senest 31. januar 2023.


BordtennisDanmark aflægger senest tre måneder efter puljens afslutning den 31. december 2022 regnskab for puljen, og såfremt der er uforbrugte midler, tilbageføres de til Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, jf. betingelserne i Samarbejdsaftalen, afsnit 9.

**Center for JEldreliv og Innovation
Sundheds- og Omsorgsforvaltningen**

Underskrevet af:

Dato 1 .
.....


Nanna Skriver
Centerchef
Center for A;ldreliv og Innovation

Dato 26.9.22


Martin Lundkvist
Direkt0r
BordtennisDanmark

Københavns Kommune Bordtennis Initiativ - Artikelgennemgang

'Vi bliver flere og flere ældre. En del af løsningen kan være noget så simpelt som et bat og en bold'

Forfatter: Lars Bo Kaspersen

Udgivelsesdato: 14/12-2022

Medie: Kristeligt Dagblad

Link: <https://www.kristeligt-dagblad.dk/debat/vi-bliver-flere-og-flere-aeldre-en-del-af-loesningen-kan-vaere-noget-saa-simpelt-som-et-bat>

'Ældre samles om bordtennisrobotter i København'

Forfatter: Perry MacLeod Ringblom

Udgivelsesdato: 23/9-2022

Medie: Kristeligt Dagblad

Link: <https://www.kristeligt-dagblad.dk/danmark/aeldre-samles-om-bordtennisrobotter-i-koebenhavn>

'Seniorer skal spille bordtennis'

Forfatter:

Udgivelsesdato: 7/9-2022

Medie: Brønshøj Husum Avis (Fysisk avis)

'Kan forebygge demens: Ældre skal spille bordtennis på Københavns Rådhus'

Forfatter: Søren Kjær

Udgivelsesdato: 15/11-2022

Medie: MedTechNews.dk

Link: <https://www.medtechnews.dk/article/view/880755/kan-forebygge-demens-aeldre-skal-spille-bordtennis-pa-koebenhavns-radhus>

'Set & Sket: Bordtennis for hjernen'

Forfatter:

Udgivelsesdato: 16/11-2022

Medie: Danskekommuner.dk

'En bat og et bold kan være et godt supplement til medicin'

Forfatter: Lars Bo Kaspersen

Udgivelsesdato: 16/12/2022

Medie: Kristeligt Dagblad (Fysisk avis)

'Bordtennisturnering på Københavns Rådhus'

Forfatter:

Udgivelsesdato: 8/11-2022

Medie: NB-Kommune.dk

'Lars holder Parkinson fra livet med bordtennis: "Det er sjovere end fysioterapi"'

Forfatter: Anders Bagge

Udgivelsesdato: 15/11-2022

Medie: Kosmopol

Link: <https://www.tv2kosmopol.dk/koebenhavn/lars-holder-parkinson-fra-livet-med-bordtennis-det-er-sjovere-end-fysioterapi>

PRESSEDÆKNING RÅDHUSET 2022

- **TV2 Nyhederne** kl. 18 og 19 – kontakt TV2 Pix og spørg om muligheden for at købe indslag fra TV2 Nyhederne (kl. 18-udsendelsen og kl. 19-udsendelse):
<https://omtv2.tv2.dk/kontakt/eksterne-partnere/tv-2-pix/>
(det kan godt lade sig gøre at få klippene derfra, men om man må dele dem på en hjemmeside, ved jeg ikke).
- **TV2 Lorry** Regionale nyheder kl. 18.30 –
link til hele udsendelsen (man kan ikke sende enkelt indslag):
<https://www.tv2lorry.dk/nyheder/15-11-2022/1830/1830-15-nov-2022>
(indslaget starter 2 min og 15 sek inde)
- **TV2 Lorry** Regionale nyheder kl. 19.30:
<https://www.tv2lorry.dk/nyhedsudsendelser?clip=4746fed0-3ebd-42aa-8490-0d5f295ada66>
- **TV2 Lorry web-reportage:**
<https://www.tv2lorry.dk/koebenhavn/lars-holder-parkinson-fra-livet-med-bordtennis-det-er-sjovere-end-fysioterapi>
- **TV2 Lorry web-foramtaler:**
<https://www.tv2lorry.dk/koebenhavn/raadhus-indtages-af-bordtennisspillere>
- [Rådhus omdannes til sportshal | TV 2 Lorry](#)
- **Magasinet Pleje:**
<https://www.magasinetpleje.dk/article/view/880755/kan-forebygge-de-mens-aeldre-skal-spille-bordtennis-pa-koebenhavns-raadhus>
- **Danske Kommuner:**
<https://danskekommuner.dk/nyheder/2022/november/16/set-sket-bordtennis-for-hjernen/>
- **Dit Vesterbro:**
<https://dit-vesterbro.dk/bordtennisturnering-paa-koebenhavns-raadhus/>
- **Localeyes:**
<https://localeyes.dk/ritzau/r46229-9999-prm-200-bordtennisspillere-paa-60-indtager-koebenhavns-raadhus/>
- **Faglige Seniorer:**
<https://fagligsenior.dk/2022/11/15/kun-for-seniorer-kom-til-bordtennis-paa-koebenhavns-raadhus/>
- **Bordtennis Danmark:**
<https://bordtennisdanmark.dk/nyheder/bordtennisturnering-paa-koebenhavns-raadhus/>

Kære medborger over 60 år!



Det er vigtigt at gøre noget godt for sig selv - men det endnu bedre at gøre det sammen med andre

Ønsker du fysisk velvære?
Ønsker du at holde hjernen skarp?
Ønsker du sjove stunder med grin, latter og smil?
Ønsker du en selvhjulpne alderdom med så få skavanker som muligt?
Gør som mange andre ældre - spil bordtennis!

Mere end 4000 ældre i Danmark er de sidste par år begyndt at spille regelmæssigt bordtennis, fordi denne sport har unikke kvaliteter, som giver dig sjove, sociale, stimulerende, styrkende og sundhedsfremmende stunder.

Bordtennispillets top-5 kvaliteter

1. Få skader, skånsom for leddene
2. Styrker smidighed, reflekser og bevægelse
3. Forbedrer hånd-øje-koordination
4. Stimulerer opmærksomhed og koncentration
5. Forbedrer balance

Bordtennis og hjernen

En bordtennisspiller beskrev en gang sin sport som "at løbe et hundredmeterløb i højeste hastighed samtidigt med at man spiller et intenst skakspil".

Spillets struktur og intensitet udfordrer og stimulerer hjernen ganske kraftigt.

Spillet er ualmindeligt godt for hjernen og er specielt nyttigt mod aldring og aldersbetingede sygdomme, kognitive og neurologiske sygdomme.

En række forsøg viser, at bordtennis er særlig gavnligt i forhold til behandling af Parkinson, Alzheimer og andre former for demens.

BordtennisDanmark og DGI arbejder på i samarbejde med bl.a. kommunerne at øge mulighederne for at bordtennis kan blive en behandlingsform og aktivitet på lige fod med andre tilbud.

TrykFonden har allerede doneret et beløb til udvikling af bordtennisaktiviteter for selvhjulpne Parkinsonramte i Danmark

60+ klubber i Københavns Kommune holder åbent hus i uge 18 (mandag d. 2. maj til fredag d. 6. maj 2022).

Følgende steder holder åbent:

BTK Posten, Valbygårdsvej 10 A, (baghuset), 2500 Valby:

Åbent 2/5, 3/5, 4/5 og 5/5 kl. 10.00 - 13.00

Kontaktperson: Martin Bodholdt (bodholdt@hotmail.dk) (42940248)

Brønshøj Bordtennis, Grøndalscentret, Hvidkildevej 64, 2400 NV: Åbent 3/5

kl. 9-12 Kontaktperson: Ole Dons (oledons@gmail.com) (30265273)

Energicentret (Boldsalen), Kobbelvænget 65, 2700 Brønshøj:

Åbent d. 4/5 kl. 11-13

Kontaktperson: Helga Jørgensen (helga.torben@mail.dk) (23479455)

Boldklubben Fremad Valby, (Bevægelseshuset), Julius Andersens Vej 8, 2500 Valby:

Åben 5/5 kl. 10-12. Jan Scou 20698712

CIK, Bådsmadsstræde 20, 2. sal, 1407 København: Åbent: 5/5 kl. 10-12

Kontaktperson: Henrik Wendler (henrik.wendler@live.dk) (20807061)

Bordtennis Østerbro, Østerbrohuset, Århusgade 103, 2100 Kbh. Ø.:

Åbent: 6/5 kl. 9-12 Kontaktperson: Robert Andersen (rja@comxnet.dk)

Københavns BTK, Remisen, Blegdamsvej 132, 2100 København Ø.

Åbent: 2., 3. og 4. maj kl. 15-16.

Kontaktperson: Annelise Weimann, (anneliseweimann@gmail.com)

40810164

BAT60+

BORDTENNIS TIL FOLK OVER 60 ÅR

På vores hjemmeside www.BAT60.dk finder du mange flere oplysninger.

På hjemmesiden finder du et kort med de registrerede 60+ klubber. Der står også om vores forskellige tilbud: Stævner, kurser og kulturelle arrangementer.

ÅBENT HUS UGE 37



Vil du træne fysikken og udfordre hjernen? Så prøv bordtennis!

Der er åbent hus følgende steder i dit nærområde, og du skal bare huske at have passende indendørs sko med. Bat og bolde kan lånes på stedet.

SVANEMØLLEHALLEN

**Mandag 12/9 og onsdag 14/9
kl. 10-12**

Østerbrogade 240,
2100 Kbh. Ø

Kontaktperson: Emil
Info: Gert, 2735 5455

ØSTERBRO KULTURHUS

**Fredag 16/9
kl. 09-13**

Århusgade 103,
2100 Kbh. Ø

Kontaktperson:
Robert, 2715 6810

RYMARKSVEJ, KULTURSALEN

**Tirsdag 13/9 og torsdag 15/9
kl. 10-12**

Rymarksvej 3 B,
2900 Hellerup

Kontaktperson: Thor
Info: Gert, 2735 5455

KØBENHAVN BORDTENNIS, REMISEN

**Mandag 12/9 og onsdag 14/9
kl. 15-16**

Blegdamsvej 132,
2100 Kbh. Ø

Kontaktperson:
Kurt, 2278 6169

IDRÆTSHUSET

**Tirsdag 13/9 og torsdag 15/9
kl. 10-12**

Gunnar Nu Hansens Plads 7,
2100 Kbh. Ø

Kontaktperson: Christina
Info: Gert, 2735 5455

BAT60+

BORDTENNIS TIL FOLK OVER 60 ÅR

Åbent Hus

Ny aktivitet på
Energicenter
Voldparken
Bordtennis
for 60+



Vil du træne fysikken og udfordre hjernen?
Så prøv bordtennis.

Vi starter op: onsdag d. 2. marts kl. 11.00 – 13.00

Bold -gymnastiksalen , Kobbelvænget 65, 2700 Brønshøj

Vi har bat og bolde med.

Mere information: Helga W. Jørgensen. Tlf.: 23479455

el mail helga.torben@mail.dk

BAT60+

BORDTENNIS TIL FOLK OVER 60 ÅR



**EnergiCenter
Voldparken**