

## §18 innovationspulje 2013

#6

Hovedansøger – foreningens navn *	IOGT Herning
Hovedansøgers cvr.nr. *	56783628
Foreningens kontaktperson *	Linda Lund
Adresse	Rolighedsvej 15, 7500 Herning
Telefonnr. evt. mobilnummer *	97127767
E-mail *	herning@iogt.dk
Med-ansøger – navn på forening/virksomhed/institution *	Mandeklubben
MED-ansøgers cvr.nr. *	33336101
Kort beskrivelse af ideerne bag samarbejdet *	IOGT Herning og Mandeklubben har i fællesskab kommet på ideen med at arrangere en cykeltur fra Herning til Ærø og tilbage. Formålet med turen er: – at sammensætte et længerevarende arrangement med fokus på sundhed og velvære – at styrke den enkeltes kompetencer, overskride egne grænser og finde nye ressourcer hos sig selv – medvirke til at skabe sammenhold i et sundt miljø
<b>Beskrivelse af aktiviteterne i samarbejdet *</b>	
<p>En stor del af rehabiliteringsprocessen består i at blive tryk ved sig selv og sine omgivelser. En positiv oplevelse sætter gang i en udvikling hos mange.</p> <p>At cykle en tur på 489 km. er en præstation i sig selv, men at gøre det sammen med ligestillede og i ædru rammer kan være en livsbekræftende oplevelse. Succeskriterierne er at størstedelen af deltagerne tager hjem med øget selvværd og øget livskvalitet.</p> <p>Planen er at cykelturen skal afholdes fra den 24. juni til 14. juli 2013. Der er plads til 30 deltagere – 25 på cykel og 5 til omsorg/mad mm. (1 fra IOGT og 1 fra Mandeklubben har ansvaret for turen). Der er indlagt pauser ved turistattraktioner.</p> <p>Søger midler til:          112.500 kr. til forplejning (30 frokost og aftensmad)          8000 kr. til frugt og vand.          90.000 kr. til cykler (30 a 3000 kr. uden rabat)          18.000 kr. leje af minibus + bezin          36.000 til dragt og cykeltøj med logo          Udgifter i alt 414500 kr.</p> <p>Søger samlet 150.000 kr.</p>	
Forventninger til antal deltagere (skriv antal) *	30
Forventninger til antal frivillige (skriv antal) *	5
Søger om (kr.) *	150000

---

Vedhæft budget for samarbejdet \*



[ansgning\\_til\\_innovationspuljen\\_iogt\\_og\\_mandeklub...](#)  
890.11 KB · PDF

---

Vedhæft evt. andre filer  
(samarbejdsaftale, program mm)

Created <b>12 Nov 2012</b> 2:34:29 AM	<b>91.207.2.10</b> IP Address
MIE KAASTRUP TOFT	

## § 18 Herning – Innovationspuljen

Hovedansøger – foreningen navn: IOGT Herning

Hovedansøgers cvr. Nr. : 56783628

Foreningens kontaktperson: Linda Lund

Adresse: Rolighedsvej 15, 7400 Herning

Telefonnr.: 97 12 77 67

E-mail: [herning@iogt.dk](mailto:herning@iogt.dk)

Med-ansøger – navn på forening: Mandeklubben

Medansøgers cvr. nr.: 33336101

**Kort beskrivelse af ideerne bag samarbejdet:** IOGT Herning er en misbrugsbekæmpende organisation, der hjælper personer med alkoholrelaterede og andre misbrugsproblemer. Denne har de sidste par år haft stor succes med at kombinere det sociale og rehabiliterende arbejde med motion og derfor dannet en Idrætsklub. Klubben er derfor med til at hjælpe misbrugsramte personer og familier til at reducere eller stoppe misbruget netop ved at støtte medlemmerne i at leve et aktivt og sundere liv og prioritere motionen i stedet for misbruget. Idrætten fungerer ofte som et supplement til et eksisterende rådgivningsforløb. Resultaterne er længerevarende ædruelighed, færre tilbagefald, større selvværd og mere livsglæde.

Mandeklubben er et resultat af et ønske fra IOGT Hernings mandlige brugere om mere socialt samvær. At komme ud af et misbrug og komme på fode igen kan være en ensom affære. Man har brug for støtte og forståelse fra andre mennesker. I mandeklubben mødes man for at være social, udvise solidaritet og støtte ens medmennesker. Klubben er for sårbare, ensomme mænd og mænd med alkoholrelaterede eller andre misbrugsproblemer. Mandeklubben har før samarbejdet med IOGT Herning om mindre sociale arrangementer med stor succes og derfor synes det naturligt at samarbejde for at stable en cykeltur på benene.

**Beskrivelse af aktiviteterne i samarbejdet:** Mandeklubben og IOGT Herning har i fællesskab kommet på idéen at arrangere en cykeltur fra Herning til Ærø og tilbage igen for organisationens og klubbens brugere. Formålet med turen er:

- at sammensætte et længerevarende arrangement med fokus på sundhed og velvære
- at styrke den enkeltes kompetencer, overskride egne grænser og finde nye ressourcer hos sig selv
- at være medansvarlig og lære at lytte til signaler fra kroppen
- At være medvirkende til at skabe sammenhold i et sundt miljø



En stor del af rehabiliteringsprocessen består i at blive tryk ved sig selv og sine omgivelser, arbejde sig hen imod en positiv indstilling til livet og tage ansvar for ens liv. For at opnå dette er det utrolig vigtigt at have den rette motivation, lyst og glæde. I vores arbejde har vi erfaret at positive oplevelser som fælles aktiviteter og generelt socialt samvær i alkoholfrie rammer gør en stor forskel. En positiv oplevelse sætter gang i en udvikling hos mange og gør at de får lysten til at arbejde med sig selv for at opnå en bedre livskvalitet.

At cykle fra en tur på 489 kilometer er en præstation i sig selv men at gøre dette sammen med ligestillede og i ædru rammer kan være en livsbekræftende oplevelse. Succeskriterierne for denne tur er at størstedelen af deltagerne tager hjem med øget selvværd, et trygt og ligeværdigt socialt netværk og sans for egen omsorg i et sundt og ædru miljø – alt i alt øget livskvalitet.

Efter planen skal cykelturen afholdes fra d. 24. juni til d. 14. juli 2013. En detaljeret køreplan er vedhæftet denne ansøgning. På turen er der plads til 30 deltagere - 25 på cykel og et hold på 5 til varetagelse af pause/mad posterne og omsorg af rytterne. Undervejs på ruten er der planlagt pauser og besøg af forskellige turistattraktioner. Ud af de 5 fra varetagelsesholdet vil være en medarbejder fra IOGT Herning og et medlem fra mandeklubben, der tilsammen er ansvarlige for afholdelse af turen. Disse vil sørge for at turen foregår under forsvarlige og sikre forhold og at turen evalueres. Samtidig er det kriteriet at minimum 2 af de 5 frivillige er personer, der arbejder med socialt udsatte og personer med alkoholrelaterede problemer. Dermed er der mulighed for på selve turen at kunne tilbyde en motiverende og støttende samtale, hvis dette bliver nødvendigt.

**Forventet antal deltagere: 30**

**Forventet antal frivillige: 5**

**Søger om beløb: 150.000 kr. (Budget er vedlagt ansøgningen)**

## Budget for cykeltur

Logi med morgenmad (14 overnatninger x 30 personer)	150.000 kr.
Forplejning (30 frokost/aftensmad x 30 personer)	112.500 kr.
Frugt og vand	8.000 kr.
Cykel køb. (30 stk. á ca. 3000 kr.) Uden rabat	90.000 kr.
Leje af minibus + benzin	18.000 kr.
Indkøb af jogging dragt, cykelbuks. Med logo	36.000 kr.
Udgifter i alt	414.500 kr.

Der søges Innovationspuljen for i alt 150.000 kr.

De resterende udgifter vil delvist blive dækket af IOGT Danmark og andre fonde.

## Cykel ruten

	RUTEN:	ETAPE I KM	DAGENS PAUSER OG EVENTS
1. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Herning – Givskud DanHostel	41 KM	Der er x antal pauser og frokost på ruten.
2. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Givskud DanHostel		Dagens aktivitet er en dejlig dag i Givskud zoo. Socialt samvær på Hostel om aftenen med lidt kage og eks. Vis et slag kort eller scrabble.
3. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Givskud – Fredericia DanHostel	43 KM	Der er x antal pauser og frokost på ruten.
4. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Fredericia – Ringe DanHostel	82 KM	Der er x antal pauser og frokost på ruten.
5. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Ringe – Egeskov (retur)	16 KM	Dagens aktivitet er cykling til Egeskov slot/retur. Hvor hele dagen nydes med frokost i det fri.
6. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Ringe – Svendborg DanHostel	52 KM	I Svendborg mødes vi med logt Svendborg, som tager os med på en cykeltur Thurø rundt. Dagens aktivitet er Isvaffel og mini golf.
7. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Svendborg – Ærøskøbing camping	30 KM	Med færgen til Marstal og en rundtur på Marstal søfartsmuseet. Pause og frokost ved verdens største solfangeranlæg.
8. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Ærøskøbings camping		Dagen er fri for alle hvor man kan nyde campingpladsens faciliteter og deltage i bold og leg på pladsen el. tage en tur i byen og shoppe.
9. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Ærøskøbing camping	25 KM	Dagen byder på en afslappet cykeltur til 4 historiske punkter/kirker i Ærø's historie.
10. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Ærøskøbing – Middelfart vandrehjem	72 KM	Med færgen over Søby/Fåborg og pauser/frokost undervejs.
11. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Middelfart – Vejle DanHostel	55 KM	Dagens Event er en god pause under gl. Lillebælts bro og sen frokost ved Jelling stenen.
12. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Vejle – Uhrekilde hotel, Brande	45 KM	Vi afslutter med fest måltid på Uhre kro Inden sidste etape hjem næste dag.
13. Dag	KL. 8.00 - 10.00 Morgenmad Uhrekilde Hotel, Brande – logt Herning	28 KM	Pu-Ha endestation og 25 kilo lettere... ☺

N.B. For Elite rytterne, De som er i god form og ønsker at cykle længere end beregnet, vil der være en ekstra tillægs rute fra hvert destinationssted, på ca. 15 km's længde.

