Trin 2: Projekt, samarbejde og rammer – april 2026

Vejledning for samarbejdspartnere

(ungdomsuddannelser/tilbud/psykiatrien mm)

1. Fod på gulv *2*
Kort om Fod på gulv 2
Forskning fra Aalborg Universitet 2
Trin 2 2
Samarbejdspartnere 2

2. Hvem kan ansøge? **2**

3. Målgrupper **2**
Hovedgruppe: Unge udsatte / med psykisk sårbarhed (15–30 år) 3
Øvrige grupper: 3

4. **Rammer for forløbet** *3*
Basisforløb og udvidede forløb 3
Deltagere 3
Lokale til dans 4
Jeres rolle 4
Inden forløbets start 4
Tidspunkt for forløbet 4

5. Forskning, etik og efter forløb **4**

6. PR, dokumentation og GDPR **5**

7. Økonomi **5**

Kontakt **5**

1. Fod på gulv

Kort om Fod på gulv
Fod på gulv er et nyskabende projekt, der styrker trivsel og fællesskab for udsatte unge og voksne med psykisk sygdom gennem *tilpasset folkedans*. Forløbene ledes af erfarne instruktører og musikere, hvor samspillet mellem levende musik, bevægelse, deltagere og medarbejdere står i centrum.

Forskning fra Aalborg Universitet
Sideløbende med Fod på gulvs pilotprojekt 2022-2024 (trin 1), har et forskningsprojekt hos Aalborg Universitet dokumenteret projektet og dets resultater. Forskningen viser markante resultater indenfor øget mental trivsel, mindre ensomhed og tegn på øget fysisk sundhed.

Trin 2
Fra 2025–2028 udrulles Fod på gulv trin 2 nationalt i samarbejde med regioner og fonde med fokus på udvidede målgrupper, yderligere forskning og forankring af de bedst fungerende formater som faste tilbud.

Samarbejdspartnere
Projektet er støttet af Den A. P. Møllerske Fond, Den Obelske Familiefond, Region Midtjylland, Augustinus Fonden, Region Syddanmark og Region Hovedstaden.
Fod på gulv drives i samarbejde med TEMPI – Roots Music Denmark.

---

2. Hvem kan ansøge?

Vi søger samarbejde med i alt:

- **26 ungdomsuddannelsessteder/tilbud** for primært udsatte unge
- **7 tilbud/bosteder/psykiatri** for voksne med psykisk sygdom eller lignende udfordringer

Næste ansøgningsfrist: 15. juni 2026
Ansøgninger modtages fra alle regioner – og fordeles ift. match med vejledningens beskrivelse, den nødvendige spredning og støttegivernes kriterier.

---

3. Målgrupper

Fod på gulv arbejder med flere målgrupper på tværs af forskellige tilbud, skoler og institutioner, landet over.

Hovedgruppe: Unge udsatte / med psykisk sårbarhed (15–30 år)
Udsatte eller psykisk sårbare unge, fx i mistrivsel, ensomhed, lavt selvværd eller med symptomer som angst, depression, stress eller søvnproblemer.
Mulige samarbejdspartnere inkluderer: FGU, gymnasier, erhvervsskoler, efterskoler, højskoler, universiteter m.fl.

Øvrige grupper:

Unge med kognitive udfordringer (15–30 år)
Unge med varige kognitive udfordringer, såsom autisme eller lettere psykisk sygdom.
Mulige samarbejdspartnere: STU mv.

Voksne med lettere psykisk sygdom (18–80 år)
Personer over 18 år med psykisk sygdom, sårbarhed eller mistrivsel.
Mulige samarbejdspartnere: hospitaler, socialpsykiatri, botilbud og lign.

---

4. Rammer for forløbet

Basisforløbet inkluderer:
- 6 gratis dansegange med levende musik og instruktion
- Ca. 90 minutter pr. gang (30 min dans – 30 min pause/minikoncert – 30 min dans)
- Ledes af et fast team: 1 instruktør + 3 musikere

OBS! Mulige variationer: Nogle steder tester vi alternative formater, fx flere/færre mødegange, udeaktiviteter. Skriv gerne i ansøgningen, om I er åbne for 'andre typer forløb'. Så vender vi tilbage og tager en dialog om mulighederne.

Deltagere på forløbet kan være:
- 10–35 deltagere, inkl. 3–7 medarbejdere
- Samme hold deltager alle gange
- Medarbejderne deltager aktivt på dansegulvet*
- Alle kan være med – dansen tilpasses, og det er ok at starte som tilskuer

*Medarbejderne er vigtige som aktive deltagere, og eventuelt som mægler eller ifm. konflikthåndtering af forskellig art (og hvis der er deltagere, der har specielle behov). Medarbejderne inspirerer brugerne til selv at deltage og det viser, at det er helt acceptabelt at fejle og være sårbar, når man prøver noget nyt.

Lokale for aktiviteterne skal indeholde:
- Sal med glat gulv (ikke tæppe), min. 30–100 m² afhængig af deltagerantal
  (Ca. 100 m2: 40 personer, ca. 70 m2: 20-30 personer, ca. 30-35 m2: 10-14 personer)
- Akustisk egnede forhold
- Borde, stole, og adgang for deltagerne (med mulighed for at sidde og holde pause)
- Adgang til strøm

Som ungdomsuddannelse, tilbud, psykiatri mm. står I for:
- Klargøring af lokalet og praktisk hjælp til danseteamet
- Tilstedeværelse og velkomst (som kendte ansigter, der tager imod)
    - Velkomst med leder v. første dansesession
    - Afrunding og farvel v. sidste dansesession
- Deltag aktivt i dansen
- Let forfriskning i pausen
- Oprydning efterfølgende

Jeres rolle inden forløbets start
1. Vi laver en overordnet plan- og praksisaftale for forløbet mellem jer (jeres dansekoordinator) og Fod på gulv
2. Vi faciliterer, sammen med jer, et digitalt introduktionsmøde med medarbejderne, for at lære mere om jer og jeres brugere
3. Vi leverer layout til Invitation til brugere, I distribuerer invitationerne og står som afsender
4. I hjælper med at understøtte brugernes motivation og deltagelse sammen med os

4.6 Tidspunkt for forløbet
Forløb kan afvikles mellem august 2026 og december 2027.
Angiv ønskede og alternative perioder i ansøgningen.

---

5. Forskning, etik og efter forløb

- Projektet undersøger effekten af tilpasset folkedans på trivsel og sundhed
- Vi melder ud om de endelige forsknings- og evalueringsmetoder for jeres forløb inden start. Det kan variere.
- Jeres hjælp til fx spørgeskemaer, feedback og pulsdata kan blive nødvendig
- Deltagere kan altid sige fra
- Forskningen følger gældende etik og GDPR

Etik, faglighed og respekt
Projektet lægger stor vægt på respekt for deltagerne og deres individuelle valg under forløbet. Projektet bygger hele vejen igennem på inddragelse af og respekt for medarbejdernes, danseinstruktørernes, musikernes og forskernes høje faglighed. Input og undersøgende dialog imellem faggrupperne er derfor vigtige elementer. Herunder at opdage, beskrive og forholde os til nye vigtige forhold, der kan hhv. understøtte eller bremse en motiverende oplevelse for deltagerne.

Efter forløbet
Vi undersøger muligheder for at fastholde deltagernes motivation og videreføre dansen som fast aktivitet. Vi planlægger at kontakte jer igen angående at forankre mulighederne for 'tilpasset folkedans' fremover, hvis det passer til jeres tilbud/skole/institution.

---

6. PR, dokumentation og GDPR

- Vi indsamler fotos, video og citater til rapporter og presse – altid med samtykke.
- Ikke alle forløb får besøg af forskere eller presse, men det aftales altid på forhånd.

---

7. Økonomi

Fod på gulv dækker:
- Instruktør- og musikerløn, transport, forskning, PR-materiale og projektledelse

I dækker:
- Lokale, forfriskning og medarbejdertimer i forbindelse med afvikling

---

Kontakt

Har I spørgsmål eller ønsker at drøfte mulighederne, er I meget velkomne til at kontakte os.

Vi glæder os til at høre fra jer/se jeres ansøgning!

Projektleder Gerda Hempel:
t: +45 30 23 88 78
m. gerda@tempi.dk

Besøg vores hjemmeside: www.fodpaagulv.dk