

Hugs & Food

VÆRESTED FOR HJEMLØSE



ÅRSSKRIFT 2017

INDHOLD

04 FORORD

09 FRA DEN SORTE GRYPDE TIL HUGS & FOOD

12 MADPROFIL

16 ET ARBEJDE GIVER NYE MULIGHEDER

20 ÆRLIGE PORTRÆTTER

27 OPLEVELSER UDEN FOR HUGS & FOOD

30 PROJEKTER

35 DE HIMMELBLÅ PLANTEKASSER



De fleste af brugerne hos Hugs & Food overnatter uden-dørs hele året rundt. Her har en bruger parkeret sin cykel med alle sine ejendele ude foran værestedet på hjørnet af Nansensgade og Turesensgade 21.

FORORD

Gode oplevelser kan ingen tage fra dig

Vi har ved Hugs & Food et dybtfølt ønske om, at de hjemløse, der kommer på værestedet, får oplevelsen af, at det er mere end blot et spisested, hvor man kan få et gratis måltid. Vi ved udmærket godt, at vi højst sandsynligt ikke kan ændre deres barske livssituation, men vores erfaring siger os, at det at føle, at man hører til et sted, har en meget stor betydning for alle mennesker. De hjemløse, vi møder i vores arbejde, lever ofte en isoleret tilværelse, marginaliseret fra det øvrige samfund, hvor det er hverdag, at man ikke har de samme muligheder eller rettigheder, som andre borgere har. I 2017 er det tilmed blevet kriminelt at være hjemløs, overnatte udenfor eller at tigge som en overlevelsesstrategi.

De politiske beslutninger kan være meget svære at påvirke, men igen i år har vi, i samarbejde med øvrige organisationer, forsøgt at give diverse politikere, både

lokale og landsdækkende, vores erfaringer og viden vedrørende konsekvenserne af sådan en straffepolitik.

Det var rystende at være vidne til retorikken i sommerens ophedede debat om udenlandske hjemløse. Den var medvirkende til, at det pludselig var legitimt at 'sparke nedad' og omtale visse befolkningsgrupper på en nedladende måde. Det havde konsekvenser for alle gadens folk, som oplevede et øget pres, og det gav sig til udtryk i frustrationer og konflikter.

Som kirkelig organisation vil vi, på trods af alt andet, sætte mennesket i fokus. Vi vil møde dem med værdighed, respekt og omsorg. De hjemløse har ønsker og drømme ligesom alle andre, og hvis vi kan opfylde bare nogle af dem ved f.eks. at tage en gruppe med i Tivoli, så de for en dag glemmer, at de bor på gaden, så er det det, vi gør. De positive oplevelser

vi deler bliver til minder, som vi ofte taler om og som binder os sammen som et fællesskab. Vi kerer os for de mennesker, vi møder i vores arbejde, og det kommer til udtryk i alle aspekter af værestedet; alt fra måltidet der bliver serveret, til måden vi har indrettet stedet, måden vi møder mennesker på og hvordan Hugs & Food drives.

Tak for jeres støtte i 2017. Uden den kunne vi ikke gøre den forskel, som vi dagligt mærker.

- Justine Mitchell, daglig leder af Hugs & Food



Det er udmattende at leve på gaden, så når man føler sig tryk har man mulighed for at få indhentet et par timers tiltrængt søvn.

Hugs & Food

VÆRESTED FOR HJEMLØSE



Tidligere ansat under projekt "Bruger i Arbejde" og frivillig til Hugs & Foods navnefest i september 2017

FRA DEN SORTE GRYPDE TIL HUGS & FOOD

*Vi ønsker at favne det hele menneske
og yde hjælp til både den fysiske
og den mentale sundhed*

Det sociale tilbud er det samme som altid, men nu har værestedet skiftet navn til Hugs & Food. "Navnet Den Sorte Gryde har altid været lidt ved siden af," forklarede tidligere formand for værestedet, Anders Gadegaard, til receptionen for navneskiftet i september 2017. For selv om man ofte skal bruge en gryde, når man tilbereder mad til værestedets brugere, så leder navnet også tanker hen på børnesangen Bro, bro brille, hvori det hedder, at den der kommer allersidst skal i den sorte gryde. Og netop det med at komme til sidst er stik imod tanken bag værestedet, der er sat i verden for

at udvise omsorg og tilbyde hjælp til de københavnske hjemløse, der er nogle af de allerdårligst stillede i samfundet. "Hos os kommer de ikke sidst til, men først" sagde Anders Gadegaard: "Det nye navn Hugs & Food indfanger netop essensen i det, som er målsætningen med det her sted. At man som hjemløs kan komme ind fra gaden og få hjælp, omsorg og et gratis måltid mad. Vi ønsker at favne det hele menneske og yde hjælp til både den fysiske og den mentale sundhed."

I forbindelse med navneskiftet har værestedets lokaler fået en kærlig hånd med hjælp fra seks af værestedets

brugere. Der er blevet malet, indkøbt nye møbler og fotografen Robin Skjoldborg har taget en række portrætter af nogle af værestedets brugere, som er blevet printet i stort format og nu hænger og udsmykker væggene. Joachim Rosenstand fra Storyland har hjulpet med navneskiftet og det nye logo.

Til Hugs & Food's navnefest i september 2017 var der lejet en pølsevogn, der serverede frankfurtere og pølser i svøb til alle (doneret af Menighedsplejen i Københavns Domkirke)



Anders Gadegaard (tidligere formand for Hugs & Food) holdt tale og udråbte et lange leve til Hugs & Foods navnefest, september 2017



MADPROFIL

Et liv som socialt udsat, herunder som hjemløs, indebærer en risiko for fejlnæring og udvikling af hjerte-kar-sygdomme

Social ulighed i sundhed har gennem de seneste 20 år været et stigende problem i Danmark. Det betyder, at der er en skæv fordeling af sundhedsrisici og sygdomme blandt borgerne i Danmark. Jo dårligere stillet man er, jo højere sygelighed og dødelighed har man statistik set.

Ifølge videnskabelige undersøgelser indebærer et liv som socialt udsat, herunder som hjemløs, en risiko for fejlnæring og udvikling af hjerte-kar-sygdomme bl.a. pga. højt alkoholforbrug, rygning, dårlige tænder, manglende appetit og fysisk inaktivitet. Hugs and Food har derfor fokus på at lave sunde og nærende måltider og arbejder således med sygdomsforebyggelse og sundhedsfremme gennem maden.

I september 2017 blev Kuluk Schultz Poulsen ansat som madansvarlig. Hun er uddannet Professionsbachelor i Ernæring og Sundhed, med speciale i Sundhedsfremme, Forebyggelse og Formidling. Hendes strategi er, at maden skal være energitæt, proteinrig, varieret og have et lavt niveau af kostfibre samt et højt indhold af bl.a. vitaminerne A og B1. Derudover er det vigtigt at brugerne får de rette fedtsyrer og antioxidanter, og der serveres derfor fisk minimum én gang om ugen og mulighed for at få frugt jævligt. Maden skal desuden kunne spises af dem med dårlige tænder, hvorfor principperne om blød kost efter den nationale kosthåndbog anvendes i forbindelse med madlavningen. Da flere af vores brugere

har forskellige nationaliteter og dermed kan have forskellige forestillinger og forventninger om hvad de anser som "et rigtigt måltid" prøver vi også at tage hensyn til dette under madlavningen, idet det også kan have en betydning for deres lyst til at spise maden. Der laves derfor ikke kun dansk mad, men også mad med inspiration fra andre lande, som nogle af vores brugere kommer fra. Sidst, men ikke mindst tages der hensyn til madens sensoriske kvalitet. Dette indebærer madens farver, duft, udseende, tekstur og de fem grundsmage, da disse faktorer også kan være med til fremme brugernes appetit og lyst til at spise maden.



I september 2017 blev
Kuluk Schultz Poulsen
ansat som madansvarlig
i Hugs & Food.



I Hugs & Food's
køkken er der
hver dag fokus på
at lave sunde og
nærende måltider.



Hver dag uddeles
over 50 gratis
måltider mad til
Hugs & Food's
brugere

ET ARBEJDE GIVER NYE MULIGHEDER

Når de hjemløse i arbejde oplever, at de er en del af en arbejdsplads, og at deres funktion er betydningsfuld, øges deres selvværd og troen på en bedre fremtid

Hos Hugs & Food er der ansat to hjemløse under projektet "Bruger I Arbejde" til opvask i køkkenet og rengøring efter værestedets lukketid. Ambitionen med projektet er, at den ansatte bruger er ude af hjemløshed inden for det første år. Ved at tilbyde brugere arbejde er der et stærkt element af hjælp til selvhjælp, da arbejdet kan hjælpe den hjemløse til at blive selvforsørgende.

Det er vores erfaring med projektet, at det at have et arbejde at stå til ansvar

for er med til at give tilværelsen mening og værdighed. Når de hjemløse i arbejde oplever, at de er en del af en arbejdsplads, og at deres funktion er betydningsfuld, øges deres selvværd og troen på en bedre fremtid. Derudover udvides deres sociale netværk, og der skabes relationer til kollegaer i dagligdagen. Udover at det gør en forskel for den enkelte hjemløse at få et arbejde, har ansættelserne også en positiv indflydelse på de øvrige brugere

af værestedet, som ser, at det er muligt at få et arbejde selvom man er hjemløs og til at starte med stadig sover på gaden.

Projektet har kørt siden 2012, hvor vi modtog den prestigefyldte hjemløsepris fra Foreningen Hjemløsedagen, som en anerkendelse af indsatsen for en særlig gruppe udsatte mennesker.





Ambitionen med projekt "Bruger i Arbejde" er, at den ansatte bruger er ude af hjemløshed inden for det første år. Ved at tilbyde brugere arbejde er der et stærkt element af hjælp til selvhjælp, da arbejdet kan hjælpe den hjemløse til at blive selvforsørgende.

ÆRLIGE PORTRÆTTER

Den anerkendte fotograf, Robin Skjoldborg, inviterede i juli måned Hugs & Food på besøg i hans studie, hvor 7 hjemløse brugere fik taget deres portræt. For Wilhelm, der er bruger af Hugs & Food, betød projektet, at han fik mere selvtillid

At overnatte på et offentligt toilet eller være afhængig af andre mennesker for at få stillet sin sult er for de fleste mennesker en utænkelig tilværelse. Ikke desto mindre er det virkeligheden for mange af de hjemløse brugere, som kommer i Hugs & Food. En tilværelse som står i skærende kontrast til en oplevelse, vi delte med en mindre gruppe af brugere tilbage i juli måned.

Den anerkendte stjernefotograf Robin Skjoldborg inviterede os gernerøst på besøg i hans studie til en eftermiddag, hvor 7 hjemløse fik taget deres portræt - ærligt og uden filter. Lige som de er.

Her fortæller Wilhelm om oplevelsen til Justine:

”Fra jeg var 8 år til nu, har jeg kun omkring 50 billeder af mig selv. Min mormor var altid ærgerlig over det. Når jeg var ude at rejse og kom hjem og viste de billeder, jeg havde taget, var der aldrig billeder af mig selv. Måske er jeg kamerasky, men der var bare aldrig et godt billede af mig.”

Hvad tænkte du, da jeg spurgte dig, om du ville være med?

”Hvis du havde spurgt mig lige da jeg begyndte at komme i Hugs & Food, så



havde jeg sagt nej. Men da du spurgte mig, var jeg blevet mere vant til jer og det at være på gaden, og så havde jeg lidt mere ro i tilværelsen. Du sagde, at jeg var virkelig cool og afslappet på dagen, men det var jeg slet ikke. Da jeg stod foran kameraet så... jeg ved det ikke... Robin er dygtig, han ved, hvad han laver. Lige pludselig var jeg ikke nervøs længere. Faktisk hyggede jeg mig.”

Wilhelm peger på portrættet, som hænger ved hans faste plads i Hugs & Food. ”Jeg kan rigtig godt lide det billede. Jeg kan huske præcis, hvad jeg tænkte på, da det blev taget. Robins assistent sagde, at jeg var fotogen. Det er der aldrig nogen, som har sagt før. Da vi var færdige, og I havde bestilt pizza til os, så tog jeg et stykke og gik hele vejen tilbage til Kastellet, mens jeg tænkte over dagen. Jeg var overasket over, at jeg faktisk gjorde det. Det var en virkelig god dag.”

Hvad tænkte du, da du så de færdige billeder?

”Jeg havde virkelig set frem til det. Robin og assistenten havde sagt, at der var nogle virkelig gode billeder i blandt dem, som de havde taget, men jeg tænkte, at det siger de måske bare. Men da jeg så dem tænkte jeg bare wow.”

Vil du gemme fotografierne?

”Ja, helt sikkert. Jeg har dem jo på USB-stikket, som I har givet mig. På min smartphone har jeg en slags fotodagbog over alle de små ting, som er sket siden min første dag i København. Min første soveplads, mens jeg samler flasker osv., men Robins fotografier er de bedste, jeg nogen sinde har haft.”

Hvordan har du det med at dit portræt bliver brugt i en annonce i Domkirkens kirkemagasin?

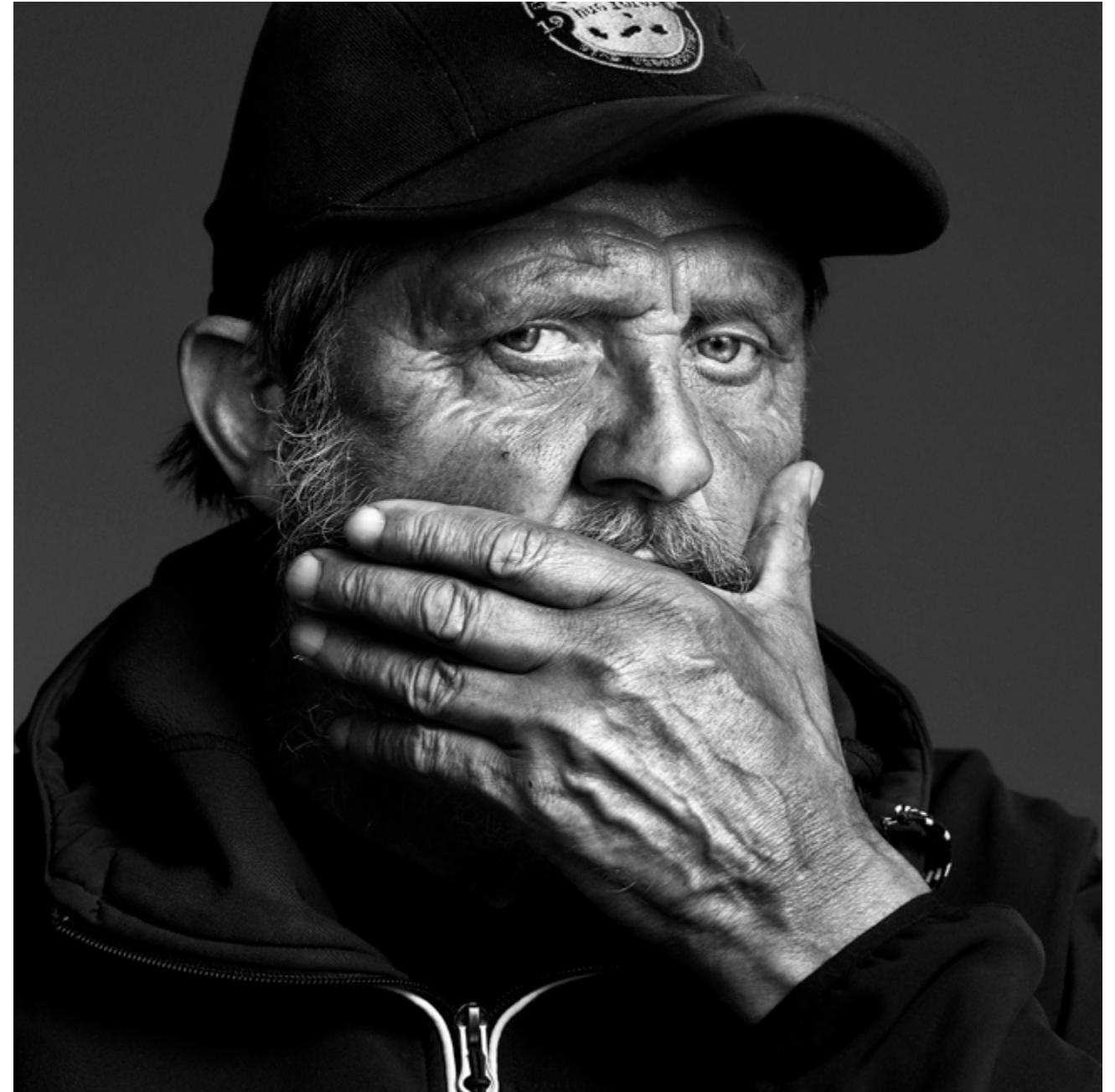
”Da du spurgte, om I måtte bruge mit portræt i kirkebladet, tænkte jeg umiddelbart, at det kunne være en god ting, hvis det kan være med til at skaffe nogle penge til Hugs & Food, og så er det et projekt, som jeg er stolt af at være en del af, så det er jeg bare glad for. Fotoet har også betydet, at jeg har fået mere selvtillid og er begyndt at indrømme over for mig selv og andre, at jeg er hjemløs og bor på gaden. Det er ellers en ting, jeg har gemt på i mange år, og hvis ikke jeg havde fået taget mit portræt hos Robin, så havde jeg f.eks. ikke solgt Hus Forbi i dag.”

De 7 portrætter af Robin Skjoldborg hænger i stort format i Hugs & Food og repræsenterer den mangfoldighed, som præger værestedet.

”Man siger, at et fotografi siger mere end tusind ord, og Robins portrætter kan i den grad stå alene som smukke og ærlige øjebliksbilleder. Wilhelms interview er ikke bare rørende, men bekræfter mig samtidigt i den tro vi har på, at hvad der umiddelbart kan virke som små ting, kan i virkeligheden have en væsentlig eller afgørende indvirkning på et menneske,” fortæller Justine.



Wilhelm er bruger af Hugs & Food.
Foto: Robin Skjoldborg





Tre kammerater hyggede sig på cykelturen til Hven

OPLEVELSER UDEN FOR HUGS & FOOD

Man kan ikke altid opholde sig på bibliotekerne, og i parkerne oplever man muligvis ikke at føle sig velkommen

Det er blevet sværere for de hjemløse at befinde sig i det offentlige rum. Man kan ikke altid opholde sig på bibliotekerne, og i parkerne oplever man muligvis ikke at føle sig velkommen. Derfor er det godt at komme væk fra storbyens stressede tempo og ud og mærke naturen. Her er der tid og ro til fordybelse, og man kan som hjemløs få en pause fra en ellers kaotisk hverdag.

I juni måned tog Justine i samarbejde med projekt UDENFOR og fem hjemløse afsted til Møns klint. Dagen startede med hjemmelavet engelsk morgenmad og efterfølgende køretur til Møn, hvor der blev gået tur i klitterne og langs strandkanten. Solen stod højt på himlen og Møns klint oplevedes næsten eksotisk. På vejen hjem blev der tid til en is ved den lokale havn, inden turen gik mod Købehavn.

I juli måned tog Marie færgen til Hven, ligeledes i samarbejde med projekt UDENFOR og en gruppe på fem hjemløse. På færgeturen blev morgenkaffen og et rundstykke nydt, så en cykeltur øen rundt med medbragt frokost og sodavand, hvorefter turen igen gik tilbage til København.

Når vi faciliterer små fællesskaber, rækker det også ud over værestedet. Her i efteråret har vi blandt andet været i biografen ad to omgange og i vinteren var vi til julemarked i Tivoli. Når vi tager en gruppe i biografen eller Tivoli, handler det om fællesskaber og gode oplevelser men også om at give de hjemløse en oplevelse, som de ikke normalt har mulighed for.

I oktober 2017 deltog Hugs & Food i Kultur natten ved Domkirken. Sammen med to hjemløse var

der blevet bagt tranebær/lakrids-småkager og lavet varm kakao, som blev solgt om aftenen til de mange besøgende gæster. I november deltog vi desuden i årets julemarked ved Domkirken. Denne gang havde vi lavet hjemmelavet engelsk fudge og bagt de samme småkager, som to af de hjemløse var med til at sælge i Domkirken.

Deltagelse i sådanne arrangementer er med til at bidrage til, at vi er en del af et større fællesskab, et kirkeligt fællesskab. De hjemløse fungerer som repræsentanter for Hugs & Food og kan formidle direkte til de nysgerrige gæster, som gerne vil høre mere om værestedet. Ved at de hjemløse fungerer som formidlere skaber det troværdighed og åbenhed om hvad vi tilbyder.

Storslået natur
ved Møns Klint.



En velfortjent pause
efter dagens vandring

PROJEKTER

En fast del af den sociale indsats i Hugs & Food er brugerinddragende projekter

Vores sociale indsats er i konstant udvikling, og vi forsøger så vidt muligt at inddrage brugernes behov og ønsker vedrørende værestedet. En fast del af Hugs & Food og den sociale indsats er derfor større og mindre brugerinddragende projekter.

Ved værestedet laves løbende forskellige små projekter og særarrangementer for at skabe positive fællesskaber og relationer samt at bryde den negative spiral, som nogle hjemløse befinder sig i. Når vi laver projekter ved værestedet, er det afgørende, at vi har fokus på andet end til hverdag, hvor den sociale indsats ofte handler om skadesreducering. At vi mødes om et fælles tredje hvor det ikke er vigtigt hvem der er socialarbejder og hvem

der er hjemløs, men at vi i processen udforsker og lærer sammen.

Det er vores erfaring, at det udligner den magtbalance der uundgåeligt opstår, når forholdet bygger på, at én yder hjælp og en anden modtager. Ved projekterne oplever ansatte og deltagere, at alle kan byde ind med deres unikke viden eller evne og vi bliver påmindet om de mange skjulte ressourcer hos de hjemløse, som vi ikke oplever til dagligt. De hjemløse oplever samtidigt at socialarbejderne ikke altid er eksperterne og også har brug for gode råd eller hjælp til at opnå et bedre resultat, og det er givende for relationen.



En aften i mørket med film og popcorn er altid noget som brugerne ser frem til.

Ansatte, frivillige og brugere solgte hjemmelavede produkter til årets julemarked i Københavns Domkirke.





DE HIMMELBLÅ PLANTEKASSER

Brugerindragende projekter har en positiv effekt på brugernes selvudvikling og styrker den sociale indsats

Igennem vores arbejde har vi erfaret, at aktiviteter, hvor de hjemløse inddrages aktivt, gives ansvar og selv får lov til at skabe, har en positiv effekt på deres selvudvikling og understøtter den igangværende sociale indsats. Derfor lavede vi i foråret 2017 et socialt, brugerdrevet bygge- og planteprojekt for en gruppe hjemløse i samarbejde med projekt UDENFOR/Locker Room. Idéen var inspireret af erfaringer fra andre storbyer med Urban Gardening og brugen af byrummet som interaktionsredskab.

Visionen var, at selve aktiviteten og det færdige produkt dels skabte et arbejdsfællesskab, som kunne være med til at bryde social isolation, dels virkede motiverende i de hjemløses hverdag og udvikling i takt med at de så et resultat, blev stolte og tog ejerskab i processen.

Med projektet kunne brugernes glemte kompetencer og ressourcer genfindes, og deltagerne

fik oplevelsen af at være en del af et positivt fællesskab. Vi ønskede desuden at skabe fokus på værestedets og Locker Rooms tilstedeværelse i Nansensgade, og håbede på, at vores plantekasser ville skabe glæde for naboer og lokalmiljø.

Projektet forløb over halvanden måned, hvor i alt ti hjemløse var med til at designe og bygge både indendørs og udendørs plantekasser til Hugs & Food og Locker Room. De hjemløse spændte vidt i nationalitet, herunder polsk, russisk og sydafrikansk. Alle deltagerne havde sociale udfordringer ud over hjemløshed, såsom misbrug og psykiske lidelser.

Brugerne var delt i tre hold: Første hold, bestående af seks hjemløse, var med til at bygge kasserne fra bunden. Andet hold, på to brugere, hjalp med at male kasserne, og det sidste hold, også et to-mandshold, plantede grøntsager og blomster i kasserne. Sidste hold

havde ansvaret for at vande og pleje planterne. Efter projektet officielt var afsluttet, varetog en bruger at passe planterne dagligt. I den proces fik han idéen om at sælge nogle af de overskydende tomat- og chiliplanter. Det blev annonceret via de sociale medier, hvor det blev taget positivt imod. Planterne blev solgt af brugeren og en socialarbejder fra Hugs & Food i Natkirken, Vor Frue kirke. Dette gav blandt andet muligheden for at møde de mennesker, som ønskede at købe planterne og dermed støtte op om det sociale arbejde ved Hugs & Food. Overskuddet fra salget gik til en grill-aften og en biograftur for projektets deltagere og andre brugere fra værestedet.

Selvom tomatsæsonen er overstået, bliver kasserne stadig brugt. På nuværende tidspunkt er der netop plantet lyng i de himmelblå kasser, så de stadig kan pynte i kvarteret.

Fem polske brugere arbejdede hårdt og koncentreret på at få et flot resultat, som de kunne være stolte af.





Hugs & Food vil også i 2018 arbejde med og for de allermost udsatte og sårbare hjemløse i København og være et sted, hvor de kan høre til.

Donationer, store som små, gør en mærkbar forskel. Økonomisk støtte kan indbetales på Mobilepay: + 45 21 19 66 15 eller på konto i Danske Bank reg: 3409 konto: 101 29 729



Hugs & Food
Turesensgade 21, kælderen
1366 København K

hugsandfood.com
facebook.com/hugsandfood
instagram.com/hugsandfood