ØNSKER DU AT GØRE EN AKTIV FORSKEL FOR DINE KOLLEGER?

Bliv uddannet sundhedsambassadør og få værktøjer, viden og klare konkrete idéer til mere motion, mere sundhed og bedre sammenhold på din arbejdsplads. Samtidig får du et aktivt og værdifuldt netværk med andre arbejdspladser i Svendborg og omegn, der har eller gerne vil have motion og sundhed ind i arbejdsdagen.

HVORNÅR?

Svendborg – modul 1
Tirsdag 22. okt. 2019 kl. 9-16
Tåsingehallen
Eskærvej 65, 5700 Svendborg

Svendborg – modul 2
Torsdag 30. jan. 2020 kl. 9-16
Tåsingehallen
Eskærvej 65, 5700 Svendborg

I må GRATIS tilmelde op til to fra samme arbejdsplads. Så tag afsted sammen med en kollega.

For mere information
Käthe Gregersen: telefon: 6222 5809 – mail: kontoret@firmasport.dk
Carsten Hansen: telefon: 6331 6588 – mail: ch@firmaidraet.dk

Læs mere og tilmeld
www.firmaidraet.dk/sundudd

Svendborg Kommune

SVENDBORG FIRMA SPORT

DANSK FIRMAIDRÆTS FORBUND

HVAD LÆRER JEG PÅ UDDANNELSEN?

På modul 1 kommer vi omkring en række centrale spørgsmål og problemstillinger, der skal sikre, at du får succes med at skabe en aktiv arbejdsplads.

- Hvad er sundhed - og hvorfor sundhed på arbejdspladsen?
- Sundhedsambassadørens rolle og samarbejdet med ledelsen
- Forandringspsykologi og motivation af kolleger
- De gode eksempler og idéer til en sund og aktiv arbejdsplads
- Dit første skridt som sundhedsambassadør

På modul 2 bygger vi ovenpå modul 1. Her får du mere viden og inspiration til sundhedstiltag på arbejdspladsen samtidig med, at du får input til at løfte kvaliteten af dine igangværende tiltag.

- Udveksling af erfaring og idéer blandt deltagerne siden modul 1
- Individuel feedback på sundhedsambassadørernes tiltag
- Kommunikation og formidling af sunde tiltag
- Mere inspiration til en sund arbejdsplads (sunde møder, kost, søvn, rygning, trivsel mm.)
- Dit arbejde som sundhedsambassadør, herunder dit samarbejde med ledelsen

HVEM KAN DELTAGE?

Uddannelsen er for medarbejdere fra alle typer arbejdspladser og organisationsniveauer. Du skal blot have interesse i motions- og sundhedsfremme på din arbejdsplads. Uanset om du har arbejdet med sundhed gennem flere år, eller det er ganske nyt, er der masser af inspiration at hente på uddannelsen.

HVAD KOSTER DET?

Det er gratis at deltage på både modul 1 og 2.
I må gratis tilmelde op til to medarbejdere fra jeres arbejdsplads.
Da der er begrænsede antal pladser tildeles pladserne efter først-til-mølle-princippet.
Bemærk, at ved udeblivelse eller afbud mindre end 14 dage før uddannelsens start faktureres kr. 795,- ekskl. moms.

HVORDAN TILMELDER JEG MIG?

Du tilmelder dig på
www.firmaidraet.dk/sundudd
Vælg den by og det modul, som du vil tilmelde dig.
Klik herefter på knappen med teksten TILMELDING.

HVEM ER DANSK FIRMAIDRÆTSFORBUND?

Dansk Firmaidrætsforbund består af 80 lokale firmaidrætsforeninger, en række brancheforbund og en faglig medarbejderstab knyttet til forbundskontoret. I foreningerne er der over 382.000 medlemmer, som dyrker en meget bred vifte af idræts- og motionsaktiviteter fra fodbold og gokart til petanque og kampsport.
Derudover skaber Dansk Firmaidrætsforbund årligt aktiviteter og bevægelse for yderligere 120.000, som gennem deres arbejdsplads eller uddannelse er med i kampagner og events.
Vi kæmper for et sjovere Danmark i bevægelse og dyrker sammenholdet.
Vi er en demokratisk, non-profit medlemsorganisation, som primært er finansieret via overskuddet fra Danske Spil.

Tilmelding og mere information
www.firmaidraet.dk/sundudd

DANSK
FIRMAIDRÆTS
FORBUND