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 dit lokalområde.

Uddannelsen er for alle typer arbejdspladser, og vi har uddannelser i hele landet.

MODUL 1

Roskilde – onsdag den 22. maj 2019 kl. 9-16
Fredericia – torsdag den 29. august 2019 kl. 9-16
Odense – tirsdag den 10. september 2019 kl. 9-16
Hillerød – onsdag den 11. september 2019 kl. 9-16
Køge – tirsdag den 1. oktober 2019 kl. 9-16
Slagelse – onsdag den 27. november 2019 kl. 9-16

MODUL 2

Hirtshals – onsdag den 29. maj 2019 – kl. 9-16
Brønderslev – onsdag den 19. juni 2019 kl. 9-16
Næstved – torsdag den 20. juni 2019 kl. 9-16
Aalborg – tirsdag den 3. september 2019 kl. 9-16
Roskilde – torsdag den 5. september 2019 kl. 9-16
Odense – tirsdag den 5. november 2019 kl. 9-16
Køge – tirsdag den 26. november 2019 kl. 9-16
Slagelse – onsdag den 22. januar 2020 kl. 9-16

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

Tilmelding og mere information
www.firmaidraet.dk/sundudd

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 der succes med at komme i gang eller videre med arbejdet for 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
- Idékatalog med inspiration til kollegamotion
- 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 348.000 medlemmer, som er engagerede i 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 123.000, som gennem deres arbejdsplads eller uddannelse er med i kampagner og events – eller nyder godt af andre idræts- og motionsinitiativer.
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