



# Invitation til Online Workshop

for medarbejdere i kommuner, regioner, foreninger og organisationer, der arbejder med hold eller grupper på tværs af sundhed og natur eller kultur.

## Sundhed, Kultur og Natur - med **fællesskaber** i fokus!

Er du nysgerrig på, hvordan fællesskaber kan bidrage til at forbedre den fysiske og mentale sundhed og trivsel? Har du lyst til at vide mere om, hvordan du i praksis får mere fokus på at opbygge bæredygtige fællesskaber, der bidrager til den enkeltes trivsel?

**Så sæt kryds i kalenderen 9. juni 2021, kl. 13-15**

Erfaringerne fra projektet 'Sundhed, Kultur og Natur' har vist, at det har stor betydning for den enkeltes sundhed og trivsel at indgå i fællesskaber, da samhørighed og det at betyde noget for andre, er motiverende for at leve et aktivt liv. Derfor har vi – Region Syddanmark, Designskolen Kolding og Syddansk Universitet Institut for Idræt og Biomekanik – i det sidste års tid udviklet 'Værktøjet **fif** – **fællesskab** i fokus' sammen med en række kommuner, foreninger, institutioner og organisationer.

Formålet med værktøjet 'fif' er at understøtte opbygning af fællesskaber i sundheds- og trivselsfremmende aktiviteter. På den måde rækker fællesskabet ud over selve aktiviteterne og styrker deltageres forudsætninger for at tage hånd om egen sundhed og trivsel – også efter aktiviteternes ophør.

'fif' er et værktøj, der kan bruges på alle former for hold og aktivitetstilbud. Prototypen består af en æske med sammenfoldelige trekantede kort med kategorier, som har betydning for at opbygge fællesskaber. Værktøjet kan anvendes i planlægningen af aktiviteter og forløb eller under aktiviteter, både inden- og udendørs, og er på nuværende tidspunkt afprøvet i uddannelsesinstitutioner og kommunale indsatser.

Formålet med workshoppen er at præsentere projektet og prototypen på værktøjet 'fif'. Du vil få mulighed for at indgå i en dialog om, hvordan værktøjet kan bruges i din kontekst

Deltagelsen er gratis, men tilmelding er nødvendig og kan gøres **her**

Ved tilmelding før 28. maj 2021 vil du pr. post modtage en prototype af værktøjet 'fif', samt en overraskelse til pausen. Det er dog muligt at tilmelde sig helt frem til 7. juni 2021.

**Har du spørgsmål, er du meget velkommen til at kontakte:**

Videnskabelig assistent Astrid Ishøi fra Syddansk Universitet på telefon 30956903 eller via mail [aishoi@health.sdu.dk](mailto:aishoi@health.sdu.dk) eller Chefkonsulent Helle Knudsen fra Region Syddanmark på telefon 29201905 eller via mail [helle.knudsen@rsyd.dk](mailto:helle.knudsen@rsyd.dk).