



Er du frivillig i en forening og arbejder du med børn og unge?

Så læs mere nedenfor!

Med støtte fra Sundhedsstyrelsen har vi udviklet tre små videoer til foreningslivet. Videoerne er målrettet frivillige trænere og ledere, der arbejder med børn og unge. Videoerne har til formål at støtte trivslen blandt børn og unge i klubber og foreninger, og at tiltrække og fastholde dem i foreningslivet. Især de børn og unge, der finder det udfordrende at blive en del af et nyt fællesskab.

Gennem videoerne får I som frivillige trænere eller ledere vigtig viden og praktiske værktøjer til at skabe inkluderende og positive fællesskaber. I får samtidig indsigt i, hvordan adfærd og trivsel påvirker vores krop, tanker, følelser, samt sociale relationer og fællesskaber.

Videoerne belyser også den positive effekt af frivilligt arbejde på trivsel og sundhed for den frivillige selv.

De tre videoer:

- kan bruges som introduktion for nye frivillige eller som del af en frivilligaften.
- er sammenhængende, men kan også ses hver for sig. Hver video varer 10-15 minutter.
- er frit tilgængelige og kan let tilgås på <https://www.tips-tricks.dk>

Vi håber, at I vil få glæde af disse videoer i jeres frivillige arbejde.

Skriv gerne til os, hvis I har kommentarer eller spørgsmål.

Med venlig hilsen

Komiteen for Sundhedsoplysning

kfs@sundkom.dk

Mærk: Et godt foreningsliv