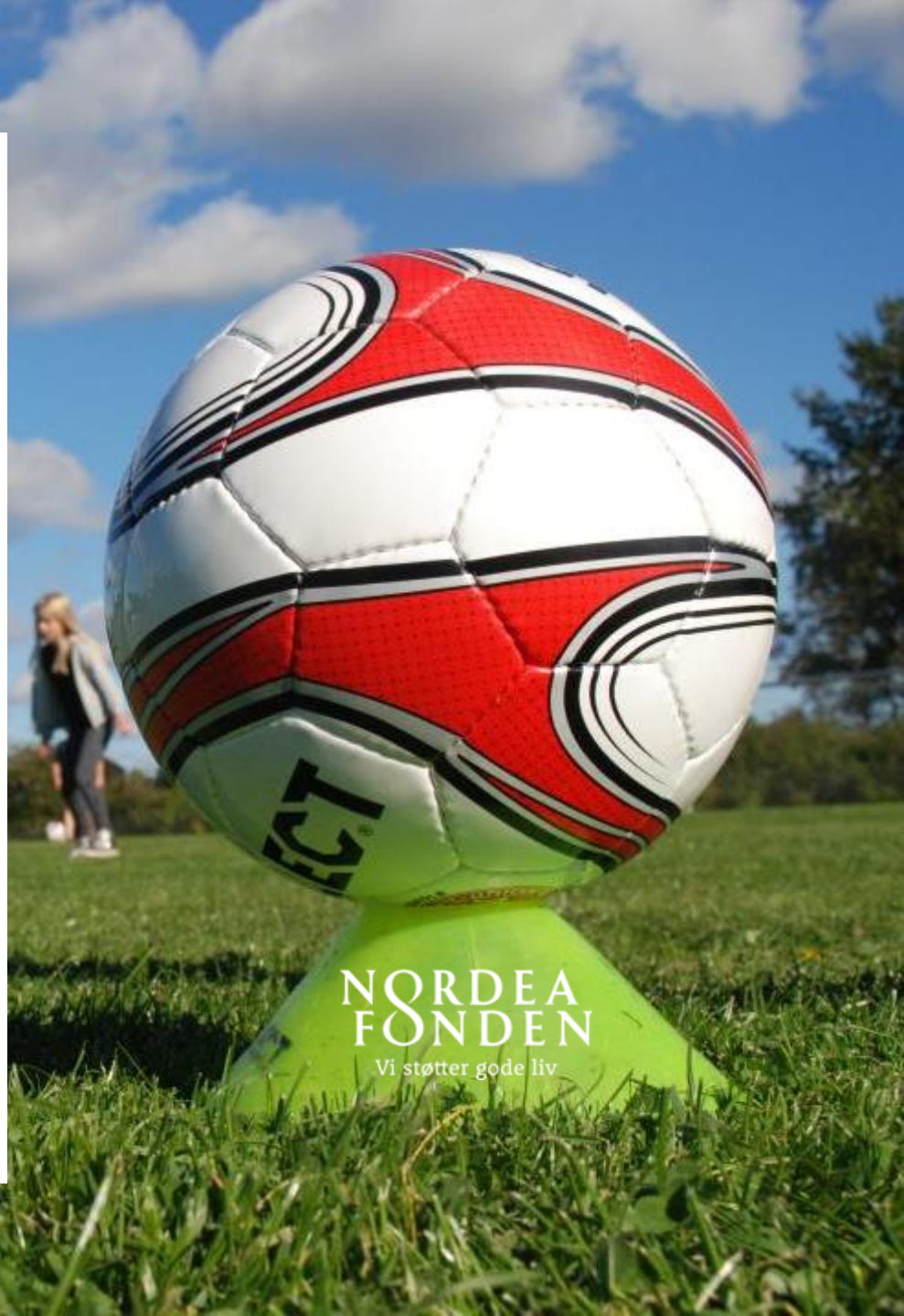


# Center for Holdspil og Sundhed

Idrættens største udfordringer  
10. april 2018

KØBENHAVNS UNIVERSITET



NORDEA  
FONDEN  
Vi støtter gode liv

## Centrets mål er, at:

- Skabe strategier for rekruttering og fastholdelse i fysisk aktiv livsstil
- Bruge forskning aktivt til at hjælpe samarbejdspartnere med at skabe øget sundhed og trivsel
- Rådgive om tilpasning og implementering af holdspil



# Rådgivning og implementering

- Et tættere samarbejde med kommuner, idrætsorganisationer og patientforeninger

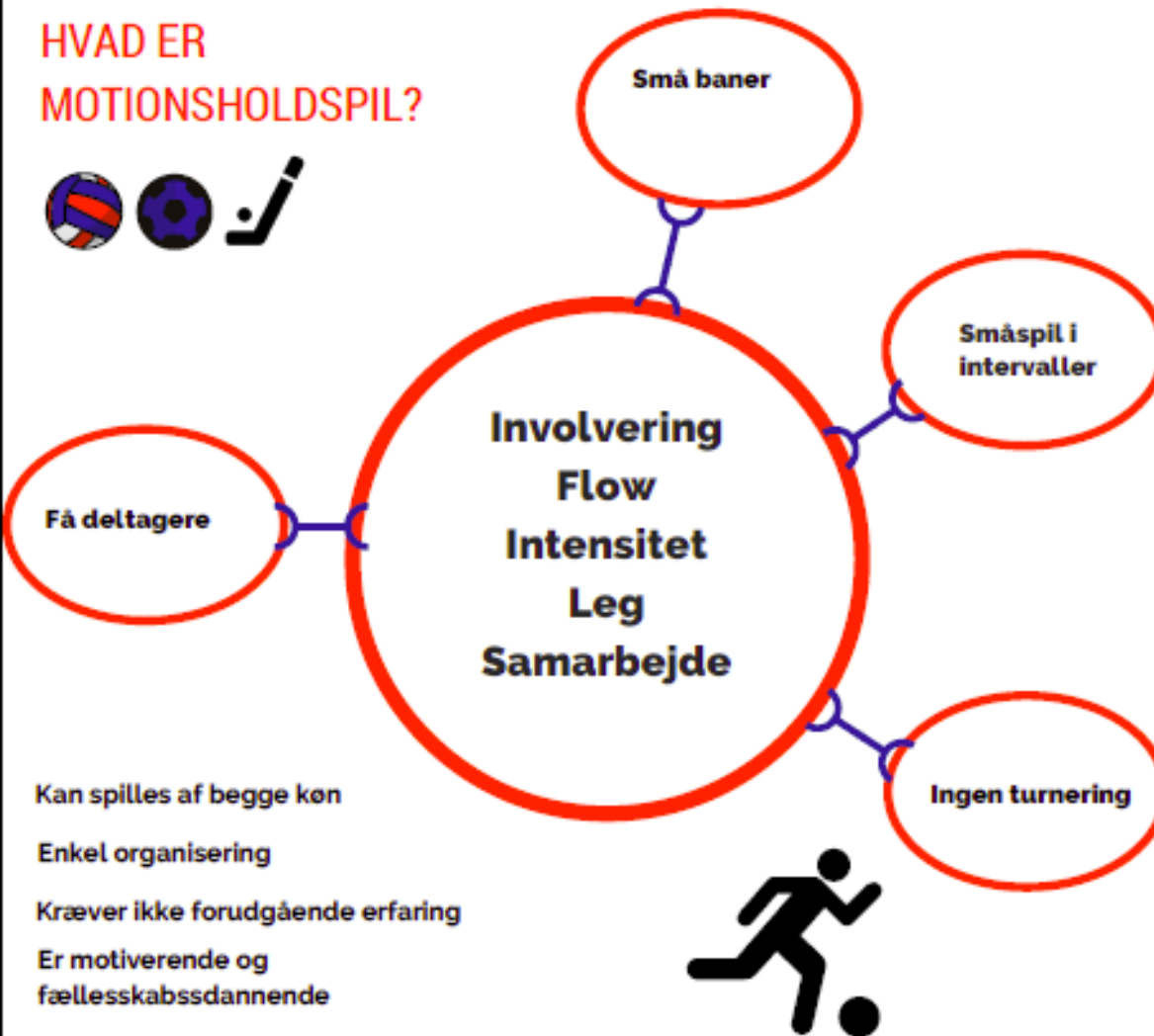


Fra forskning til konkrete projekter og samarbejder



# Hvad er motionsholdspil?

## HVAD ER MOTIONSHOLDSPIL?



Kan spilles af begge køn

Enkel organisering

Kræver ikke forudgående erfaring

Er motiverende og fællesskabssdannende

Er sundhedsfremmende og forbyggende



CENTER FOR HOLDSPIL OG SUNDHED



<https://www.youtube.com/watch?v=uB8ywy4NleI>



## At mobilisere nye målgrupper

### Udvikling af aktiviteter

- Hav målgruppefokus
- Lav tilpassede holdspil
- Fokuser på trivsel og lyst
- Tænk i kreative rammer
- Skab 3. halvleg og 4...



### Partnerskaber og rekruttering

- Dyrk samarbejde mellem sektorer
- Hav fokus på overgange
- Inddrag interesseorganisationer
- Lav genkendelige settings
- Tænk i kreative rekrutteringsstrategier



# At mobilisere nye målgrupper

## Kommunikation

- Hav målgruppefokus
- Tænk i netværk
- Hav øje for livsfaser
- Dyrk den personlige vinkel
- Formidl den gode historie

## Uddannelse

- Inddrag modtagerne
- Brug samarbejdspartnere
- Skræddersy tilbuddene
- Fokuser også på *hvordan*
- Tænk i både ledelse og frontpersonale



## Holdspilskommuner: Vallensbæk, Høje-Taastrup og Nordfyns Kommune



En holdspilskommune:

- ❖ har som mål at holdspil indgår som **metode** til sundhedsfremme i kommunens skoler, i rehabiliteringstilbud og i andet relevant sundheds- og forebyggelsesarbejde
- ❖ arbejder på **tværs** af kommunale forvaltninger for at fremme implementeringen af holdspil
- ❖ arbejder **aktivt** for at udbrede holdspil og understøtter nye holdspilsinitiativer i det frivillige foreningsliv
- ❖ samarbejder med det **frivillige foreningsliv** for at sikre de bedste rammer for borgernes fortsatte fysiske aktivitet
- ❖ sætter holdspil på dagsordenen gennem intern og ekstern **kommunikation**





## Center for Holdspil og Sundhed

### Find mere information:

[holdspil.ku.dk](http://holdspil.ku.dk)

[facebook.com/holdspil](https://facebook.com/holdspil)

[twitter.com/HoldspilKU](https://twitter.com/HoldspilKU)

Instagram: [@holdspilogsundhedku](https://www.instagram.com/holdspilogsundhedku)

### Kontakt:

Bo Vestergård Madsen, vicecenterleder og daglig leder

[bvm@nexs.ku.dk](mailto:bvm@nexs.ku.dk)