



IDRÆT
FOR SINDET



TILMELDING OG
MERE INFORMATION:
DAI.NEMTILMELD.DK
TILMELDINGSFRIST
1. OKTOBER 2021

17. - 18. NOVEMBER OG 7. - 8. DECEMBER 2021
IDRÆTTENS HUS, BRØNDBY

FYSISK AKTIVITETSKONSULENT

DANSK ARBEJDER IDRÆTSFORBUND



 **Arbejdernes Landsbank**
Bygger på sunde værdier



**social og
indenrigsministeriet**

FYSISK AKTIVITETSKONSULENT

GØR FYSISK AKTIVITET OG IDRÆT TIL EN DEL AF KULTUREN I PSYKIATRIEN

HVEM ER DET FOR?

Medarbejdere og idrætskoordinatorer som arbejder i den kommunale eller regionale psykiatri (faggrupper som ergo- og fysioterapeuter, idrætspædagoger, plejer, sygeplejersker, SOSU-assistenten etc.)

HVAD ER FORMÅLET?

Kursets formål er at sikre, at der findes fagligt velkvalificerede konsulenter, som med udgangspunkt i et stærkt bagland kan facilitere implementeringen af fysisk aktivitet på psykiatriske afdelinger. FAK – uddannelsen har fokus på udvikling af personlige og faglige kompetencer, som gør deltagerne i stand til at sikre fundamentet for de kulturforandringer der følger med, når fysisk aktivitet og idræt skal være en seriøs medspiller og den foretrukne aktivitet, i social- og behandlingspsykiatrien. Flere end 360 kursister har allerede gennemført Dansk Arbejder Idrætsforbunds uddannelse til Fysisk Aktivitetskonsulent.

UDBYTTE

Deltagerne bliver i stand til at facilitere kultur- og organisationsændringer, så idræt og fysisk aktivitet kan blive en naturlig og prioriteret del i den regionale og kommunale psykiatri samt efter udskrivelse, hvor borgeren kan fortsætte den fysiske aktivitet i en frivillige idrætsforening.

UNDERVISERE

Nikolai Nordsborg, Cand. Scient. Ph.D. Idræt - med ansvar for undervisningsteknik og kvalitetssikring, samt præsentation af fysiske test.

Louise Jacobsen, Pædagog, Fysisk aktivitetskonsulent - med ansvar for særlig tilrettelagt aktiviteter samt koblingen til psykiatrien

Lisbeth Crafack, Master i Idræt og Velfærd, idræt- og udviklingskonsulent i Dansk Arbejder Idrætsforbund, DAI, med ansvar for introduktion til idræt og fysisk aktivitet, herunder undervisning i inkluderende idrætsaktiviteter, kreative bevægelse, justering og tilpasning af hverdagsmotion mv. Introduktion til foreningslivet – idrætsfaglige netværk samt info om Idræt for sindet idrætsforeninger.

Desuden vil kursisterne møde forskellige gæsteforlæser, som er specialister på hver deres felt. På kurset vil du også møde borgere, med bruger baggrund, som fortæller hvilken forskel idræt og fysisk aktivitet har betydet for dem i deres recovery proces, heraf har flere taget instruktøruddannelser og er nu underviser i foreningen – ofte i en peer to peer relation.

TILMELDING:

Du kan tilmelde dig eller dine medarbejdere til kurset på dai.nemtilmeld.dk.

Kurset afvikles i Idrættens Hus, Brøndby Stadion 20, 2605 Brøndby.

(ønskes overnatning kan dette bestilles separat hos receptionen i Idrættens Hus på tlf. 43262626).

Tilmeldingsfrist er d. 1. oktober 2021 og der er max plads til 20 deltagere.

DELTAGERPRIS:

Deltagerpris pr. person – 4 undervisningsdage, undervisningsmaterialer samt forplejning.

DAI-medlemspris for foreninger, kommuner, regioner og projekter mv., kr. 7.000,-.

For ikke medlemmer af DAI er prisen, kr. 10.000,-

UNDERVISNINGSDAGE

Den 17. november kl. 10.00 – 16.00

Den 18. november kl. 9.00 – 15.00

Den 7. december kl. 10.00 – 16.00

Den 8. december kl. 9.00 – 15.00

KURSUSBEVIS

DAI udsteder et kursusbevis, når de 2x2 dage er gennemført tilfredsstillende, og når kursisten efterfølgende har indsendt dokumentation for gennemført implementering på den relevante arbejdsplads.

KONTAKT FOR YDERLIGERE INFORMATION



Idrætskonsulent

Lisbeth Crafack

Mobil: 2045 9169

E-mail: lisbeth@dai-sport.dk

BAGGRUNDEN FOR FAK

FAK UDDANNELSEN HAR SIT UD GANGSPUNKT I SUNDHEDSSTYRELSENS PROJEKT "FYSISK AKTIVITET I SYGE-HUSVÆSENET", MED DET FORMÅL AT FREMME BRUGEN AF FYSISK AKTIVITET I SUNDHEDSFREMMEDE OG BEHANDLENDE ØJEMED FOR PSYKIATRISKE PATIENTER. 21 PSYKIATRISKE AFDELINGER OVER HELE LANDET FIK TILDELT MIDLER OG GIK I GANG MED AT INTEGRERE FYSISK AKTIVITET MERE SYSTEMATISK I HVERDAGEN, HVOR FAK KONSULENTERNE FUNGEREDE SOM NØGLEPERSONER.

Læs mere om implementeringen samt de samlede erfaringerne i evalueringsrapporten 2009.

Se link til rapporten og yderligere information nederst.

Alene i 2014 – 2019, har samlet flere end 370 medarbejdere og idrætskoordinatorer været igennem uddannelsen – heraf 200 sosu- assistenter, på de psykiatriske afdelinger i Region Hovedstadens psykiatri og i psykiatrien i Region Syddanmark.

Læs om det oprindelige projekt på:

<http://www.sst.dk/psykiatriogfysiskaktivitet>

Sundhedsstyrelsen har udgivet en række publikationer med erfaringer fra modelprojektet, som anvendes i uddannelsen af de fysiske aktivitetskonsulenter.

Læs nogle af publikationerne her:

http://www.sst.dk/publ/Publ2006/CFF/Fysisk_aktivitet_psyk/Evaluering_FysAktiv_psyk.pdf

Læs mere om IFS, Idræt For Sindet på www.dai-sport.dk.



KURSUSINDHOLD

KURSISTEN SKAL FOR AT BESTÅ UDDANNELSEN, FORESTÅ EFTERUDDANNELSE/UNDERVISNING AF KOLLAGER, SÅ BEVÆGELSE BLIVER EN DEL AF KULTUREN PÅ AFDELINGEN OG ET BEVIDST VALG, SOM ET LED I BEHANDLINGEN.

ERFARINGER MED IMPLEMENTERING AF MERE FYSISK AKTIVITET I HVERDAGEN

Kursisterne vil opnå kendskab til implementeringsprojekter fra andre dele af landet. Der vil blive lagt vægt på erfaringer fra områder nært beslægtet med kursisternes eget miljø. Der vil blive lagt særlig vægt på de af Sundhedsstyrelsen evaluerede modelprojekter samt Idræt for Sindets udviklingsmodel.

PROCESORIENTERET TILGANG TIL FORANDRINGSLEDELSE ER EN AF KURSETS HJØRNESTEN

Kursisterne undervises i at anvende simple redskaber, der skal sikre at de kan forestå en proces, hvor procesdeltagerne selv udvikler konceptet for mere fysisk aktivitet i hverdagen, ligesom kursisten vil opleve fysisk aktivitet og idræt på egen krop. Samt hvordan idræt og fysisk aktivitet kan justeres og tilpasses den aktuelle ramme, målgruppe samt situation. På dette kursus er det en hjørnesteen i tilgangen til lokale forandringer, at forandringerne drives af personalet på det sted, hvor kulturforandringen skal ske.

AFDÆKNING AF MULIGHEDER OG BEGRÆNSNINGER

Kursisterne opnår kompetencer til at kunne se anderledes på brug af egne ressourcer, ressourcer på afdelingen og afdelingens fysiske rum. Tilbagevendende temaer er gående møder; brug af f.eks. op-holdsrum til fysisk aktivitet; indbygning af fysisk aktivitet i dags-, eftermiddags og aften programmer; samarbejde og mellem afdelinger; nye måder for samvær – gennem fx små turneringer, fælles idrætsdage,

fælles oplevelser hvor kultur forenes med fysisk aktivitet mv; herunder vigtigheden af at ledende medarbejdere, læger deltagelse, psykologer, embedsmænd mv. også deltager i den fysiske aktivitet.

UDARBEJDELSE AF HANDLEPLANER

Kursisten opnår erfaring med hvilke elementer, der bør være i en handlingsplan, samt hvordan ansvarlighed overfor planens udførelse sikres, herunder pædagogik ved efter- og videreuddannelsesforløb for voksne. Kursisterne trænes i at indgå i åbne dialoger, stille åbne spørgsmål samt at udnytte den viden, der findes hos kollegaer, på arbejdsstedet, hvor forandringen skal foregå.

MONITORERINGSREDSKABER VED IMPLEMENTERING AF FYSISK AKTIVITET

Kursisten opnår kendskab til forskellige måder at kvalitetssikre en forandringsproces.

MULIGHEDER FOR VIDENSOPDATERING

Kursisten opnår kompetence til at kunne opsøge relevant information i relation til det specifikke arbejdssted, hvor implementeringen gennemføres.

