



STOL PÅ IDRÆT

NYHEDSMAIL

Nr. 15 / April 2009

Så blev det forår igen! Haverne fyldes med farver, solskin og legende børn. Det er som om lyset får os til at se klarere, og tiden er moden til at ændre vaner og tage gode beslutninger!

Konferencen "Stol på idræt" den 19. marts 2009

2009 er blevet skudt i gang med en fantastisk konference, hvor 170 deltagere fra 35 af landets kommuner deltog for at høre om vores resultater med projekt "Stol på idræt". Det var en spændende dag med store forventninger, som jeg som projektleder syntes blev indfriet til fulde. Der var mange gode oplæg fra såvel politikere og embedsmænd som fagfolk og frivillige. Chris MacDonald tog salen med storm, og så var der naturligvis de gode resultater af træningen, og de mange personlige solstrålehistorier som blev fortalt.

Deltagerne fik både grinet og afprøvet rejse-sætte sig testen, og de fik masser af både information og inspiration med hjem. Nu er det så op til de enkelte at tage den gode beslutning om at ændre vaner. "DO IT" lød opfordringen klart fra Chris MacDonald!



Det koster at spare!

Det er et faktum, at en øget forebyggende indsats koster både menneskelige ressourcer og kommunale kroner her og nu. Men tænk hvis det er en god investering på længere sigt! Det tror de eksempelvis på i Kerteminde Kommune, som netop har indgået en samarbejdsaftale med DAI om at sætte "Stol på idræt" konceptet i drift. Beregningerne bygger bla. på resultaterne af et projekt i Sverige, hvor en øget tværfaglig indsats har givet store besparelser på såvel pleje- som behandlingskontoen.

DAI har kontakt med en håndfuld andre kommuner, der netop nu regner på og overvejer om de også vil satse på at sætte konceptet i drift. Opfordringen herfra skal derfor lyde til de fire "gamle" projektkommuner; I har erfaringen med såvel træningen som samarbejdet med de frivillige, lad det komme borgerne til gode igen – sæt konceptet i drift!



Margit Vestergaard
Telefon: 20 25 93 10
E-mail: margit@dai-sport.dk



STOL PÅ IDRÆT

NYHEDSMAIL

Nr. 15/ April 2009



Guldorn fra konferencen

"Idræt er din indre medicin"

"Vi forebygger for 1 kr. for hver gang vi behandler for 100 kr. – et forhold der bør ændres"

"Mænds hjerner er 10% større end kvinders, men vi ved ikke hvad mænd bruger de ekstra 10% til!"

"Motion er den bedste medicin vi kan give hjernen - men det tager mindst 10 uger før det virker!"

"Lægefagligt er der ingen diskussion; fysisk aktivitet er nøglen til sundhed, men hvordan får vi det ført ud i livet?"

"Det er misforstået omsorg at lade ældre hvile eller bekræfte dem i det"

Minikonference for frivillige i projektet

Fredag den 29. maj afholdes en gratis minikonference for alle de frivillige ildsjæle, som har deltaget i projektet i Vejle, Horsens, Esbjerg og Fredericia. Nina Beyer og Margit Vestergaard kommer og fortæller om resultaterne, og I får mulighed for at stille spørgsmål hertil. Vi starter med kaffe/te og brød og slutter med frokost.

Sæt derfor kryds i kalenderen: Fredag den 29. maj kl. 9.30-14.00

Konferencen afholdes i Fredericia, og tilmelding skal ske til Margit senest den 18. maj. Program med adresse for afholdelse udsendes i uge 21.

Evalueringsrapport og pjece

Den samlede evalueringsrapport på 130 sider kan rekvireres ved henvendelse til DAI.

Pris kr. 75 som dækker forsendelse og administration.

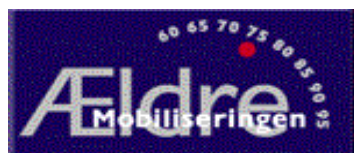
Desuden er der lavet en pjece, der på 16 sider sammenfatter rapporten. Pjecen er gratis at rekvirere.

Begge udgivelser kan downloades gratis på følgende hjemmesider:

www.dai-sport.dk – se under udgivelser

www.aeldremobiliseringen.dk

www.servicestyrelsen.dk



Nyhedsmail og flere informationer
findes på
www.dai-sport.dk

