

# Fysisk aktivitet på recept (FaR®) inom idrotten – metod och tillvägagångssätt

**Välkommen till en digital utbildning där du får lära dig om metoden fysisk aktivitet på recept och dess tillvägagångssätt, idrottens roll i arbetet och hur samverkan kan fungera mellan hälso- och sjukvården och FaR- aktörer.**

Arbetet med FaR® är en angelägen insats för folkhälsan, men är samtidigt också värdefullt för föreningen. Det kan generera nya medlemmar, och på sikt också ledare, samtidigt som det stärker föreningens profil och kan bidra till att ett bredare utbud erbjuds i föreningen.

Fysisk aktivitet på recept (FaR®) är en evidens-baserad metod för att främja fysisk aktivitet som utgår från hälso- och sjukvården. FaR® förskrivs av legitimerad personal i dialog med patienten och är individuellt anpassad till personens egen förmåga, intresse och hälsotillstånd.

En grundläggande del i FaR®-arbetet är den samverkan som sker mellan hälso- och sjukvården och andra aktörer i samhället, till exempel inom idrottsrörelsen, som har en lång erfarenhet av att arbeta med fysisk aktivitet, motion och träning samt andra organisationer eller i den privata sektorn.

För att finnas med som FaR-aktör på [www.farskane.se](http://www.farskane.se) och i andra sammanhang ska man delta vid ett utbildningstillfälle som erbjuds kostnadsfritt. Vill ni bli en av dem som tar emot personer som blivit ordinerade fysisk aktivitet?

**Välkommen med din anmälan!**

## För vem?

1-2 personer från er verksamhet som kommer att agera kontaktpersoner inom er verksamhet och ut mot hälso- och sjukvården, RF-SISU Skåne och [www.farskane.se](http://www.farskane.se). Både verksamhets- och aktivitets-ledare är välkomna.

## Kursplats:

Denna utbildning kommer att genomföras digitalt. En länk till webinarier och medföljande instruktioner kommer skickas ut till anmälda tisdagen den 31 maj.

## Tid:

Onsdag 1 juni 2022 kl.13.00 -15.00

## Kursledare:

Medarbetare på RF- SISU Skåne

## Kursavgift:

Kostnadsfri

## Anmälan:

[mia.andersson@rfsisu.se](mailto:mia.andersson@rfsisu.se)

Senast måndag den 30 maj för att anmäla sig.



**Skåne**