

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

Välkommen till en digital utbildning tillsammans med RF-SISU Skåne och Region Skåne 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/organisationen. Det kan generera nya medlemmar/kunder och på sikt också ledare, samtidigt som det stärker föreningens/organisationens profil och kan bidra till att ett bredare utbud erbjuds till föreningen/organisationen.

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 fysiskaktivitet?

**Välkommen med din anmälan!**

## För vem?

Personer i er verksamhet som kommer att agera kontaktpersoner inom verksamheten 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 webinariet och medföljande instruktioner kommer skickas ut till anmälda onsdagen den 7/12.

## Tid:

Torsdagen den 8 december 2022  
kl.13.00 -15.00

## Kursledare:

Medarbetare på RF- SISU Skåne och Region Skåne

## Kursavgift:

Kostnadsfri

## Anmälan:

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

Senast måndag den 5 december



**Skåne**